

Intitulé : Apprécier les effets de l'activité physique et en comprendre les bienfaits, pour une éducation à la santé

Etat des lieux:

- L'éducation physique à l'école se limite parfois à de l'activité.
- Une véritable éducation nécessite de lier : Pratique de l'APS/ Connaissances interdisciplinaires/ Connaissance de soi et Analyse des effets de l'activité

Action

Objectifs poursuivis	1- Avoir une pratique suffisante en quantité, en qualité et en variété 2- Apprécier les effets de l'activité physique sur le plan : <ul style="list-style-type: none"> - Physique : Apprendre à doser ses efforts en restant dans le plaisir – Développer des habiletés motrices – Gérer son alimentation/ son hydratation/son repos par rapport à son activité. - Psychologique et émotionnel : Apprendre à gérer l'effort/persévérance/projet – valoriser la réussite et les progrès/à son propre niveau- Développer l'estime de soi, la disponibilité. - Social et relationnel : Mettre en œuvre des dispositifs d'entraide et de répartition des rôles – Se décentrer pour s'ouvrir aux autres et à l'environnement – Développer une culture sportive et artistique 3- Acquérir une attitude responsable de sa santé : minimiser l'obésité, les maladies, le stress, l'exclusion, en favorisant la disponibilité, l'estime de soi, le respect de soi et des autres	
	Qui ?	Elèves cycle 1 – cycle 2 – cycle 3 Enseignants Partenaires impliqués dans l'action : intervenant – éducateurs sportifs – infirmière scolaire, association
	Quand ?	Dans la pratique sportive Dans la classe en liaison avec la pratique sportive Dans les rencontres USEP ou territoriales
Modalités de mise en œuvre	Comment ?	<ul style="list-style-type: none"> - Programmation favorisant une pratique d'activités variées avec prise d'information et repères. - Apport de connaissances : nutrition, hygiène de vie, prévention des risques, connaissance anatomiques ou biologiques. - Découverte de la connaissance de soi à travers le ressenti et son analyse. - Réinvestissement dans de nouvelles situations pour provoquer les effets de bien être attendus.

Des outils	<ul style="list-style-type: none"> - Document départemental de «la programmation de l'Education Physique à l'école » - Les malles USEP« <i>L'attitude santé en maternelle</i> » et « <i>L'attitude santé en cycle 2</i> » - Agenda santé , distribués au CM2 du département à la rentrée 2010. - Informations diverses pour élaborer des unités d'apprentissages en EPS, sur le site EPS.
-------------------	---

Evaluation

	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Quand ?	<ul style="list-style-type: none"> - Au cours ou après une activité physique - A différents moments de l'année, pour la classe, le cycle, l'école (Analyse de l'évolution dans le cycle ou sur l'ensemble de la scolarité) 		
Comment ? <i>(Indicateurs)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Mesures de performances personnelles et leur évolution (cardio-vasculaires – habiletés motrices...) au regard de contrats personnalisés - Questionnement mesuré sur le plaisir : les émotions, l'estime de soi - Mesure des temps de pratique d'activité à l'école/ à la maison / en loisir encadré - Suivi des courbes de taille et poids des élèves sur un cycle, par l'équipe enseignante et l'équipe de prévention de la santé 	Indicateurs identiques ou à affiner selon les résultats obtenus, l'âge...	
Résultats	<ul style="list-style-type: none"> - L'analyse des résultats devra se faire dans le respect, de sa famille et dans un souci de progrès quant à l'estime de soi 		