

Sujet / thématique à traiter Santé/ Acteur :

Ressentis : relation aux autres et à soi ... estime de soi ! POSITIVE (+)

Pourquoi ? Quels enjeux ?

- **3 enjeux** forts en EPS du lien entre EPS/SANTE/ESTIME DE SOI

* L'estime de soi a une valeur en soi et détermine **le bien-être** des élèves au sein de notre discipline

* L'estime de soi détermine le choix, **l'engagement et la persistance** des élèves dans les APSA (problématique motivationnelle)

* L'estime de soi positive favorise un **comportement scolaire en réussite**

- Chez un adolescent, une perception positive du corps participe à son bien-être (Bandura, 1982), tout autant qu'elle facilite ses rapports avec autrui (Harter, 1998) = **BE**

- Le développement de la valeur physique perçue contribue au renforcement de l'estime de soi (Biddle et Goudas, 1994) et qu'un certain niveau de confiance en soi était requis pour maintenir l'engagement d'un élève dans une pratique physique (Roberts, Kleibert et Duda, 1981) = **EP**

- Les élèves découvrent qui ils sont et ce qu'ils sont à travers leurs interactions avec les autres personnes et à travers l'accès que ces interactions donnent à leurs opinions sur eux = **R**

- En EPS => Ce que **Fais** / ce que je **Peux** / ce que je **Suis** / ce que je **Vaux** = **Estime de Soi (+)**

Connaissances théoriques / apports scientifiques :

> N.Mascret « l'interdépendance positive »

> Faire expérimenter le succès collectif mais en lien avec des groupes de niveaux au service d'un groupe (lors des évaluations)

> Changer le niveau particulier des buts à atteindre afin de leur proposer des niveaux plus réalistes et plus atteignables

> Engagement durable

Démarches pédagogiques / expériences signifiantes des élèves / contenus :

Pratique des « clubs » et par « niveaux » dans les activités du champ 4 en EPS qui favorise l'inclusion des élèves en difficultés et/ou isolés du groupe classe et dont l'estime de soi est très faible = **Apprentissage Coopératif**

Les observables (de manière objective) renvoyées par les pairs peuvent être particulièrement importants pour les élèves ayant une faible estime de soi = **Reconnaissance sociale**

Inciter les élèves à comparer leurs résultats actuels à leurs résultats antérieurs et propre à sa personne et non à une norme générale = **Connaissance de Soi**

Pratique autoréférencée (s'engager dans une pratique sécuritaire, engagée, autonome...)

Démonstrations / schémas / vidéos :

C1 => CdD (col), Rv (col), 3*500m (L)

C2 => Escalade (L), C.O

C3 => Danse (co)

C4 => Bad et TT (ly co)

C5 => Muscu

Voir en annexes

Contraintes / limites / nuances / valorisation positive ... :