

Calendrier annuel "Être, agir, devenir" : promouvoir la santé par le sport en renforçant les compétences psychosociales et en construisant des outils alimentés par une progression pluridisciplinaire et des ressources extérieures

Accroche : Caroline, élève de troisième et joueuse de volley en championnat de France, passe en seconde dans quelques mois. Anxieuse, elle se demande si une activité sportive extrascolaire est compatible avec les exigences de travail d'une lycéenne. Vous avez quatre mois pour construire une réponse sur la faisabilité de concilier les exigences scolaires et sa vie d'adolescente.
 Pour cela, réunissez votre équipe, émettez des hypothèses et prévoyez des expériences à faire, les personnes-ressource à contacter pour les confirmer ou les infirmer.

Périodes /n° semaines	Progression pluridisciplinaire : sciences physiques (SP), sciences de la vie et de la Terre (SVT), éducation physique et sportive (EPS), groupe de compétences psychosociales (CPS) 1/3 de la classe le jeudi de 11 h à 12 h 30 avec la maison des adolescents et construction lettre-outil pour leurs pairs, 2/3 de la classe avec le professeur principal. Enseignement d'exploration (EdE).
35 à 41	<p>SP : se dépasser ; mesure des progrès avec l'étude des mouvements, vitesse, force, principe d'inertie) ;</p> <p>SVT : l'activité physique comme facteur de lutte contre l'obésité ; elle augmente la consommation en O₂ et en nutriments selon l'effort ; un bon entraînement cardiovasculaire est indispensable à la pratique ; le souffle et le tabac ;</p> <p>EPS : s'engager lucidement dans la pratique en se connaissant ; mesurer les performances et les progrès (CP₁ et CMS) ; savoir apprécier les bienfaits de l'activité sportive ; peaufiner son projet personnel ;</p> <p>EdE 16 semaines : concevoir un produit alimentaire pour un sportif (à préciser) ; conditionnement, conservation, qualité et quantité nutritionnelles, support de travail ; têtes chercheuses ;</p> <p>CPS : 1- connaissance de soi et des autres : importance de se connaître soi-même avant d'aller vers les autres ; se présenter face à un groupe ; avoir confiance en l'autre ; 2- santé et bien-être : faire émerger les représentations de la santé , les quatre dimensions ; identifier les ressources pour se sentir bien ; les facteurs influençant la santé ;</p> <p>Construction : activité physique et bien-être ; ébauche de lettre sous forme de panneau d'exposition pour la semaine santé : organisation scolaire à s'approprier, lutte contre l'obésité et les maladies cardiovasculaires, mesure des progressions dans le travail sur l'estime de soi ;</p> <p>Ressources extérieures : stage d'appropriation du projet au centre régional de football les 16 et 17 septembre ; tests d'efforts au centre médical à Saint-Jacques (photo-reportage) , chercheur : sport et alimentation, inscription "classe non-fumeur".</p>
42 à 47	<p>SP : besoins et réponses de l'organisme ; pression ;</p> <p>SVT : boucle de régulation nerveuse, pression artérielle ;</p>

	<p>EPS : escalade : se préparer à l'effort, connaître ses limites ;</p> <p>CPS : 3- vivre ses émotions : écouter l'autre, retransmettre au groupe, différencier idée, fait, émotion et sensation Le corps et ses émotions</p> <p>Construction : activité physique et bien-être ; préparation aux premiers secours : hémorragies, accidents cardio et ventilatoires ;</p> <p>Ressources extérieures : baptême de plongée ; voir un match de volley de haut niveau (pro A) : interview entraîneur et joueurs ;</p> <p>Groupes d'élèves travaillant sur les besoins en gym et tennis de table : rencontre avec pôle espoir, échange entre pairs ?</p>
48 à 51	<p>SP : molécules avant le sport : matériau boisson énergisante, conduite dopante ;</p> <p>SVT : pratiquer une activité physique en préservant sa santé ;</p> <p>EPS : CP5 : orienter son activité physique dans le but de transformer les ressources biofonctionnelles disponibles ; identification de ressentis comme indicateurs pour réguler son projet de transformation pour le bon usage de soi ;</p> <p>EDE : finalisation du produit alimentaire, exposés oraux ;</p> <p>CPS : identifier les situations qui posent problème, génératrices de stress ; gestion du stress ;</p> <p>Construction : préparation de la semaine de la santé ; réponse donnée à Caroline sur les rôles de l'activité sportive ; organisation des manifestations : tous au même handicap ;</p> <p>Ressources extérieures : communication par mail avec les intervenants extérieurs sur le contenu des conférences sur la santé / sport au féminin ; aller voir un match féminin de haut niveau à Rezé basket.</p>
2 à 14	<p>SP : méthodes d'exploration et médicaments ;</p> <p>SVT : la vie et l'évolution du vivant ;</p> <p>EPS : CPS5 : suite ;</p> <p>EdE : autre activité : les œuvres d'art à la rencontre de Léonard de Vinci ;</p> <p>CPS : 4- face aux problèmes : observer, évaluer ; différentes manières de gérer les conflits ; 5- je prends ma vie en main.</p> <p>Construction : bilan de la semaine santé et communication écrite dans le journal ; premiers secours ;</p>
15 à 22	<p>SP : l'Univers ;</p> <p>SVT : la Terre dans l'Univers, enjeux planétaires contemporains : énergie, sol ;</p> <p>EPS : CP5 : fin ;</p> <p>EdE : exposés écrits et oraux répondant à la problématique (cf. accroche ci-dessus) ;</p> <p>CPS et construction : évaluation de l'action, suites à donner pour l'année suivante ;</p> <p>Ressources extérieures : participation à des manifestations sportives nantaises qui touchent à la santé.</p>