

Un constat : « un jeune sur sept ne pratique aucune activité physique ou sportive en dehors de l'école », ce chiffre atteint 42% lorsqu'il s'agit des jeunes filles de lycée professionnel (source : Activité physique, alimentation et sédentarité chez les jeunes scolarisés en Bretagne, ORSB, 2019)

Un enjeu : la lutte contre la sédentarité et l'inactivité physique chez les jeunes bretons

Quatre objectifs :

- Informar, sensibiliser tous les acteurs sur les risques liés à la sédentarité
- Recenser les « bonnes pratiques » déjà développées sur le territoire académique
- Valoriser ces « bonnes pratiques »
- Impulser le développement et la mise en cohérence de ce type de pratiques de la maternelle à l'université

Opération Bougeons ensemble!



Deux temps forts

Le premier temps fort est laissé à l'initiative de chaque acteur. Ce premier temps fort, organisé au cours du premier trimestre, vise à sensibiliser les élèves, voire également les membres du personnel, à les informer sur les risques liés à la sédentarité et à l'inactivité physique, à proposer aux participants une évaluation de leur mode de vie et de leur condition physique, et à les accompagner en vue de construire un projet de formation qui serait développé au cours de l'année scolaire. (exemple mis en œuvre par l'UNSS 35 en mai dernier : <https://youtu.be/5GWeGkK-SQc>)

Un second temps fort : **mercredi 6 et jeudi 7 mai 2020** = un événement « Bougeons ensemble ! » sera organisé. A cette occasion sera enregistré le nombre de pas réalisés en deux jours par les élèves, leurs familles et les personnels.



Des actions distribuées sur toute l'année : Chaque acteur peut programmer au cours de l'année une ou plusieurs actions. Trois thèmes seront proposés pour impulser ces actions. Le premier est :

« **Bougeons ensemble au quotidien !** ». Il s'agit ici de valoriser les actions développées au service de la mobilité quotidienne. Cela renvoie à l'activité physique usuelle, à l'aménagement des salles de cours, des cours de récréation, à la question des déplacements école/domicile, au cheminement piéton à l'intérieur des établissements, au développement de l'activité physique dans le cadre des temps récréatifs pendant la pause méridienne ou lors des heures dites de « permanence », à la réflexion autour de la programmation hebdomadaire des cours d'EPS, au rôle crucial joué par l'association sportive pour proposer une offre diversifiée, etc.

Un principe : A chaque fois le contenu et l'organisation détaillés des actions développées sur le territoire sont laissées à l'initiative des acteurs. Si vous souhaitez faire part de vos initiatives afin qu'elles soient valorisées, vous pouvez renseigner le sondage suivant : <http://ppe.orion.education.fr/rennes/itw/answer/s/et6dcugn5l/k/BougeonsEnsemble2019-2020>

Des partenaires : ARS, DRJSCS, UNSS, USEP, UGSEL...

Des ressources possibles :

- <http://www.onaps.fr/>
- <https://www.bretagne.ars.sante.fr/plan-sport-sante-bien-etre-ssbe>
- https://orsbretagne.typepad.fr/ors_bretagne/