

Contexte

Population cible : tous les élèves de 5^{ème} et de 6^{ème} d'un collège de zone rural

Période de travail : année de cinquième

Comment ?

En 6^{ème} → diagnostic réalisé par l'infirmière et les membres de la communauté éducative

En 5^{ème} → 3 séances de 2h animées par le CPIE pour acquérir des connaissances sur l'équilibre alimentaire

- 5 ateliers cuisine sur le temps du midi animés par le CPIE (préparation du repas pour le groupe)
- une pièce de théâtre (proposée par une troupe professionnelle et rédigée à partir de productions d'élèves) puis débat collectif
- réalisation d'un menu par les élèves qui sera servi au restaurant scolaire
- ateliers de découverte de différents sports (professeurs d'EPS + animateurs des clubs sportifs locaux)
- danse contemporaine
- en SVT : les balances énergétiques
- cross du collège à l'issue d'un cycle de course de durée

Pour tous les élèves : nouveaux créneaux d'AS le midi

Pourquoi ?

Constats : taux d'obésité supérieur à la moyenne nationale lors des bilans infirmiers de 6^{ème} + fréquentation faible de l'AS et des clubs sportifs extérieurs

Enjeux :

- Améliorer le sentiment de bien-être et la santé des élèves
- Développer l'autonomie des élèves en matière de santé et leur permettre des choix libres et responsables à travers l'alimentation et le sport.

Finalités :

- prévenir l'obésité et le risque d'aggravation
- protéger les populations à risque
- Éduquer à l'alimentation équilibrée et à l'activité physique raisonnée

Quoi ?

Objectifs : développer les connaissances et les compétences utiles aux élèves pour réaliser des choix éclairés en matières de santé alimentaire et d'activités physiques adaptées.

Compétences du PES

- l'élève sait identifier un problème puis s'engager dans une démarche de résolution.
- l'élève sait que la santé repose sur des fonctions biologiques coordonnées, susceptibles d'être perturbées par des facteurs de risque qui dépendent de conduites sociales et de choix personnels
- l'élève s'exprime par des activités physiques, sportives ou artistiques impliquant le corps. Il apprend ainsi le contrôle et la maîtrise de soi.

Connaissances et compétences associés en SVT : relier la nature des aliments et leurs apports qualitatifs et quantitatifs pour comprendre l'importance de l'alimentation pour l'organisme

Champ d'apprentissage en EPS : s'exprimer devant les autres par une prestation artistique
Compétences visées en EPS : s'engager : maîtriser les risques, dominer ses appréhensions

*Savoir prendre des décisions
Avoir conscience de soi
Savoir gérer ses émotions*

POUR

« **Bien manger, bien bouger** »

Evaluation

- Choix alimentaires observés à la cantine
- Sondage sur la fréquentation de l'AS et des clubs sportifs à N+2
- être capable de réaliser un menu attractif et équilibré
- suivi de l'IMC au cours de la scolarité