

SPORTEZ-VOUS BIEN!

Semaine olympique et Paralympique

Du 03 au 08 février 2020

Le jeudi 06 février 2020 :

ateliers sportifs , rencontre avec des athlètes



06
FÉVRIER
2020

Journée Olympique Paralympique



PARIS 2024

Journée
sport



Elvire Teza



Mathieu Daffreville



Jean Louis Prianon



SOMMAIRE

| | |
|--|----|
| Edito..... | 3 |
| Présentation de SPORTEZ-VOUS BIEN! | 5 |
| Historique..... | 6 |
| Concept..... | 8 |
| SPORTEZ-VOUS BIEN! : L'édition 2020..... | 9 |
| Calendrier année scolaire 2019-2020 | 9 |
| La semaine Olympique et Paralympique : journée du 06 février 2020..... | 13 |
| Contacts | 15 |
| Partenaires | 16 |

Édito du Comité de Pilotage de SVB 2020

Un esprit sain dans un corps sain...

Nous instruisons les élèves et sommes attentifs à leur épanouissement. Nous cherchons à éveiller en eux les bienfaits de la pratique sportive régulière, associée à une bonne hygiène de vie. C'est pourquoi tout au long de l'année nous sensibilisons nos élèves de 6ème.

Et quoi de mieux que les valeurs de l'Olympisme et Paralympisme au cours d'une journée phare, dont ils se souviendront?

C'est pourquoi dans le cadre de SPORTEZ-VOUS BIEN!, édition 2020, nous participons à la

Semaine olympique et Paralympique, du 03 au 08 février 2020.

Jeudi 06 février 2020, les élèves pourront découvrir les disciplines **Olympiques** et **Paralympiques** au travers d'outils éducatifs et ludiques.

Nous souhaitons faire évoluer le regard de nos jeunes élèves sur le handicap en s'appuyant sur la découverte des handisports par le biais d'ateliers sportifs et d'échanges avec des athlètes.

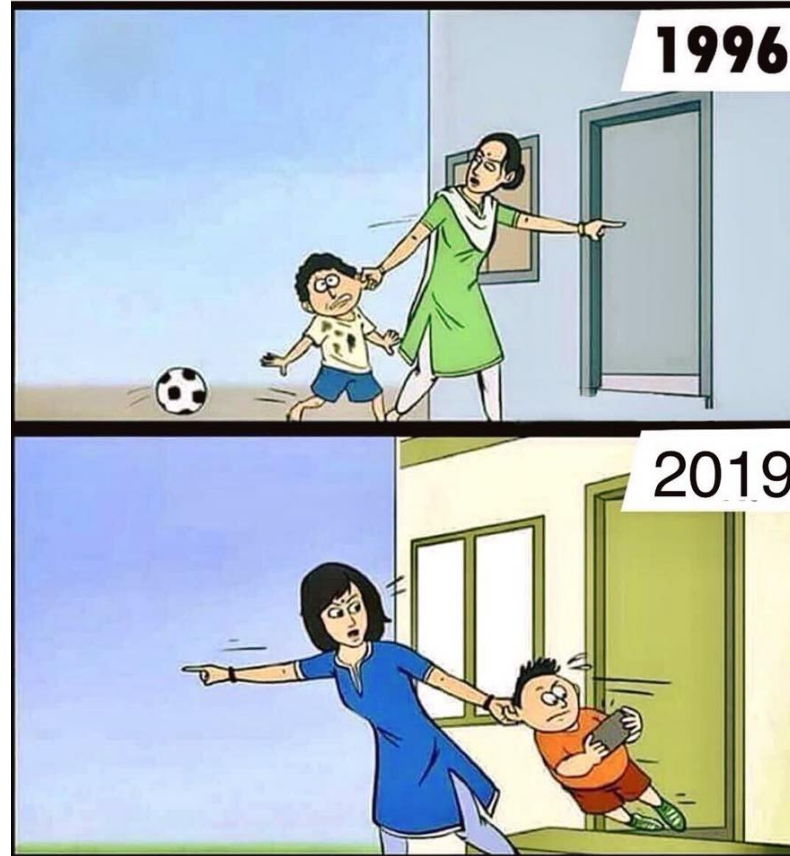
Jérôme Vaudin

Médéric Hoarau

Mélanie Dennequin

Comité de Pilotage SVB 2020

Présentation de SPORTEZ-VOUS BIEN!



Historique

SPORTEZ-VOUS BIEN! est avant tout un état d'esprit, un objectif à atteindre.

En 2016-2017 un appel à projet sportif de la mutualité de la Réunion, « Bouge... une priorité pour ta santé ! » nous a lancés sur les rails et nous avons depuis poursuivi nos actions.

C'est naturellement que nous nous sommes constitués en équipe, M. Vaudin pour son expertise sportive, Mme Dennequin pour ses connaissances paramédicales et M. Hoarau dans ses compétences organisationnelles.

En croisant nos regards, nous avons constaté une augmentation des élèves en surpoids et un niveau physique en baisse significative.

Il faut savoir qu'en 40 ans, nos collégiens ont perdu environ 25 % de leur capacité physique¹ et en France, moins de 50 % des enfants respectent les 60 minutes d'activité physique quotidienne préconisées par les autorités sanitaires.

Ces chiffres s'expliquent : les jeunes ont tendance à préférer passer leur temps de loisirs devant la télévision, la tablette ou les jeux-vidéo (environ deux heures par jour² pour les 4 à 10 ans).

1.Publications de Grant Tomkinson, University of South Australia, Adelaide, 2006 et 2013

2. Chiffres CSA

Concept

Nous avons donc opté pour une approche ludique afin de leur donner ou redonner le goût de bouger et de faire attention à eux.

Pour appuyer notre volonté, le règlement intérieur du collège a été modifié l'année dernière : les boissons sucrées sont interdites dans l'établissement. Les élèves ont accès à de l'eau filtrée et fraîche à l'intérieur du collège.

Des mesures anthropométriques au cours du bilan individuel infirmier, ainsi qu'un point sur leur hygiène de vie et des conseils personnalisés sont réalisés dans le courant de l'année.

Des actions ponctuelles suivent un calendrier défini.

SPORTEZ-VOUS BIEN! l'édition 2020

Calendrier Année scolaire 2019-2020

Petit-déjeuner de rentrée : mardi 20 août 2019 - journée d'accueil des sixièmes

Toutes les classes de 6ème sont concernées. Un petit-déjeuner équilibré est offert aux élèves. Des messages de prévention sont diffusés et des échanges avec les infirmières sont engagés. En fin de journée : présentation de l'action "sportez-vous bien !" session 2020)

Journée nationale du sport scolaire : mercredi 25 septembre 2019

Toutes les classes de 6ème sont concernées : pratique sportive et découverte d'activités sportives. Diffusion de message de prévention santé.

SPORTEZ-VOUS BIEN! l'édition 2020

Ateliers philo sur le thème de la nutrition animée par ADN974

jeudi 31 octobre 2019 : 608 et 609 (1h par classe)

jeudi 21 novembre 2019 : 608 et 609 (1h par classe)

Visite de l'exposition Expodia (ADN974)

vendredi 29 novembre 2019 : 608

Visite à programmer pour la 609 (mars-avril 2020)

Collaboration avec une classe de Terminale Bac Pro ASSP sur la nutrition - classe 611

vendredi 11 octobre 2019 : passation d'un questionnaire sur les habitudes alimentaires

jeudi 12 décembre 2019 : animation des élèves bac pro (1h)

SPORTEZ-VOUS BIEN! l'édition 2020

Semaine olympique et paralympique : jeudi 6 février 2020 - journée phare

Pratique et découverte de sports olympiques,handisports. Rencontres et échanges avec des athlètes olympiens et paralympiens, anciens athlètes de haut niveau.

Service sanitaire des étudiantes en santé : du 27 mars au 10 avril 2020

Intervention sur le thème de l'alimentation auprès de classes de 6ème et de CM2 de deux écoles du réseau (école Jean Albany et école Leconte Delisle)

SPORTEZ-VOUS BIEN! l'édition 2020

Journée phare “Sportez-vous bien !” : vendredi 29 mai 2020

Toutes les classes de sixième sont concernées : pratique et découverte sportives, atelier de prévention santé, rencontre avec des athlètes de haut niveau.

Sorties lagon : découverte du lagon - activités aquatiques (mise en oeuvre du savoir nager)

A programmer pour toutes les classes de 6ème : mai-juin 2020

Toutes ces actions s'inscrivent dans le **parcours éducatif de santé des élèves.**



La semaine Olympique et Paralympique : Jeudi 06 février 2020

CMR
COLLÈGE MILLE ROCHES

06
FÉVRIER
2020

Journée
Olympique
Paralympique

PARIS 2024

Journée
sport

Elvire Teza

Mathieu Daffreville

Jean Louis Pranon

Fédération Française du Sport Adapté

Mairie de Saint-Jean-de-Marsac

SPORTIFS
PARALYMPIQUES
CULTURELS

Planning de la journée SOP - jeudi 6 février 2020

7h20 : Accueil des élèves

7h30 : Les professeurs se rendent avec leur élèves en classe (11 classes de 6°)

7h50 : Élèves et professeurs se rendent au gymnase

8h-8h25 : Présentation des valeurs de l'Olympisme sport / vie quotidienne

8h30-11h35 : Ateliers sports/handisports (ateliers de 25 min)

11h40-13h : Pause déjeuner

13h30-16h : Ateliers sports/handisports

16h-16h15 : Remerciements

Contacts

M. Hoarau Médéric, Principal Adjoint, mail : mederic.hoarau@ac-reunion.fr

M. Vaudin Jérôme, Professeur EPS, mail : jerome.vaudin@ac-reunion.fr

Mme Dennequin Mélanie, Infirmière Scolaire, mail : melanie.dennequin@ac-reunion.fr

Collège Mille Roches, 94 rue Albany, 97440 Saint-André

Téléphone : 0262 46 29 22

mail: ce.9740598g@ac-reunion.fr

Partenaires SOP

Ligue de Sport Adapté

Cécifoot 974

Handistraction

Asscc : Association sportives socio-culturelles
Cressonnaière

Judo Club Saint-André

Basket Club Cambuston

XV Dyonisien

La case Cressonnaière Handball

Est UNSS

CROS : Comité Régional Olympique et Sportif

Mairie de Saint-André

Nawar Productions