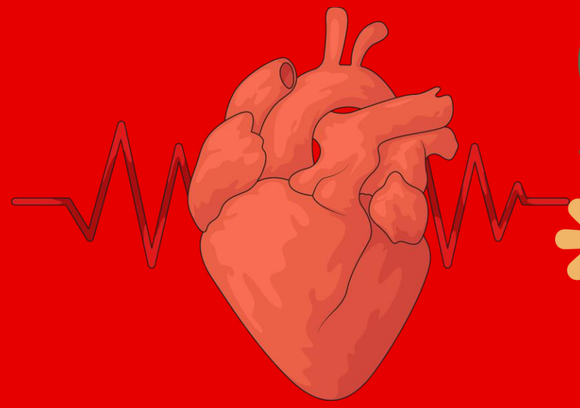
SECTION SPORTIVE

COLLEGE LOUIS ARAGON



PRESENTATION

NOUS PROPOSONS AU SEIN DU COLLEGE UNE PRATIQUE SPORTIVE INNOVANTE EN PLUS DES HEURES D'EPS OBLIGATOIRES POUR DES ELEVES MOTIVES DANS LE BUT DE DEVELOPPER DES RESSOURCES PHYSIOLOGIQUES, MENTALES ET SOCIALES.

CONSTAT

Une évaluation nationale des aptitudes physiques des élèves de 6ème a été déployé sur le territoire national à la rentrée 2025:
Bilan

- 1 élève sur 2 en sixième est incapable de courir plus de 5 minutes à 8km/H.
- 54,5% ont une maîtrise insuffisante au test de force musculaire
- 45,2% ont une maîtrise insuffisante au test de vitesse

ANALYSE

DONNEES

17 % DES JEUNES DE 6 à 17 ANS SONT EN SURPOIDS

2 JEUNES SUR 3 DE 11 à 17 ANS CUMULENT MOINS DE 60 MINUTES D'ACTIVITE PHYSIQUE PAR JOUR

49% DES ADOLESCENTS PASSENT PLUS DE 4H30 PAR JOUR SUR LES ÉCRANS ET MOINS DE 20 MINUTES D'ACTIVITE PHYSIQUE QUOTIDIENNE

POURQUOI?

Temps d'écran quotidien alarmant

- jeux vidéos
- réseaux sociaux
- télévision
- téléphone portable

Organisation du temps scolaire:
temps en classe assis
Devoirs

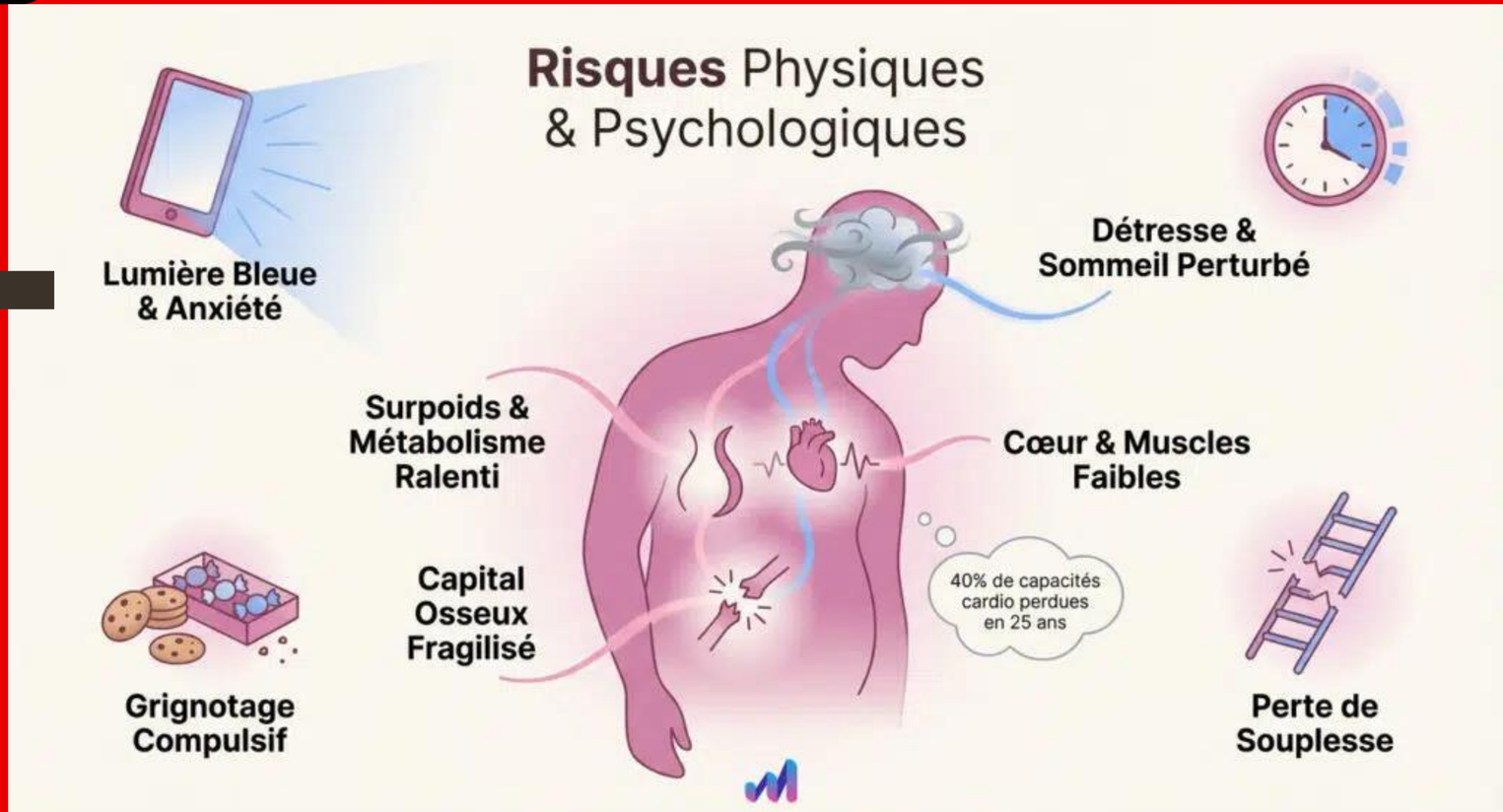
Accès intégral au sport:
Coût des licences
éloignement des infrastrutures

MENACES

RISQUES

Surpoids et obésité
maladies cardiovasculaires à long terme
diabète et troubles métaboliques
Trouble du sommeil
Augmentation du stress et de l'anxiété
risque accru de dépression
trouble de l'attention

SOURCE ANSES 2016



OBJECTIFS

Promouvoir et renforcer la pratique sportive en milieu scolaire afin de favoriser la réussite à la fois scolaire et sportive des élèves, tout en développant leur bien être physique et mental. Cette démarche vise également à prévenir la sédentarité en encourageant l’adoption durable d’un mode de vie sain et actif.

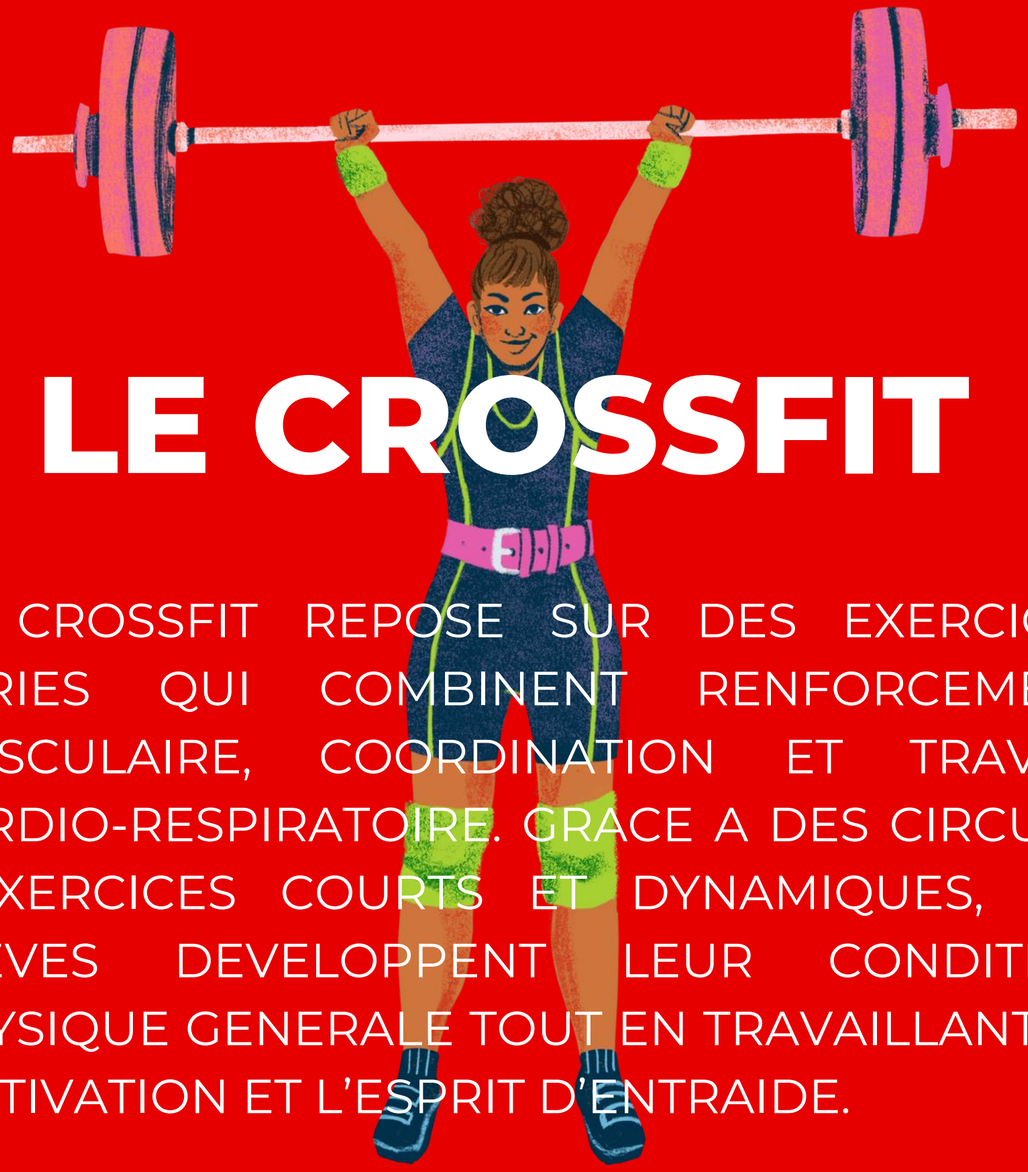
LES ACTIVITES

PROMOTION DE NOUVELLES PRATIQUES SPORTIVES

Dans les établissements scolaires, les sports collectifs occupent souvent une place centrale dans la culture sportive des élèves. Des disciplines comme le football, le basket-ball ou le handball sont bien ancrées dans leurs habitudes. Cependant, il est également essentiel d'ouvrir les élèves à d'autres formes de pratiques sportives anfin d'enrichir leur culture sportive et de répondre aux enjeux actuels de santé liés à la sédentarité.

LE VTT

LE VTT PERMET DE DEVELOPPER L'ENDURANCE, L'EQUILIBRE ET LA COORDINATION TOUT EN OFFRANT UN CONTACT DIRECT AVEC L'ENVIRONNEMENT EXTERIEUR. CETTE ACTIVITE FAVORISE LE DEPASSEMENT DE SOI ET L'AUTONOMIE DES ELEVES, TOUT EN SOLLICITANT LE SYSTEME CARDIOVASCULAIRE DE MANIERE PROGRESSIVE ET EFFICACE.



LE CROSSFIT

LE CROSSFIT REPOSE SUR DES EXERCICES VARIES QUI COMBINENT RENFORCEMENT MUSCULAIRE, COORDINATION ET TRAVAIL CARDIO-RESPIRATOIRE. GRACE A DES CIRCUITS D'EXERCICES COURTS ET DYNAMIQUES, LES ELEVES DEVELOPPENT LEUR CONDITION PHYSIQUE GENERALE TOUT EN TRAVAILLANT LA MOTIVATION ET L'ESPRIT D'ENTRAIDE.

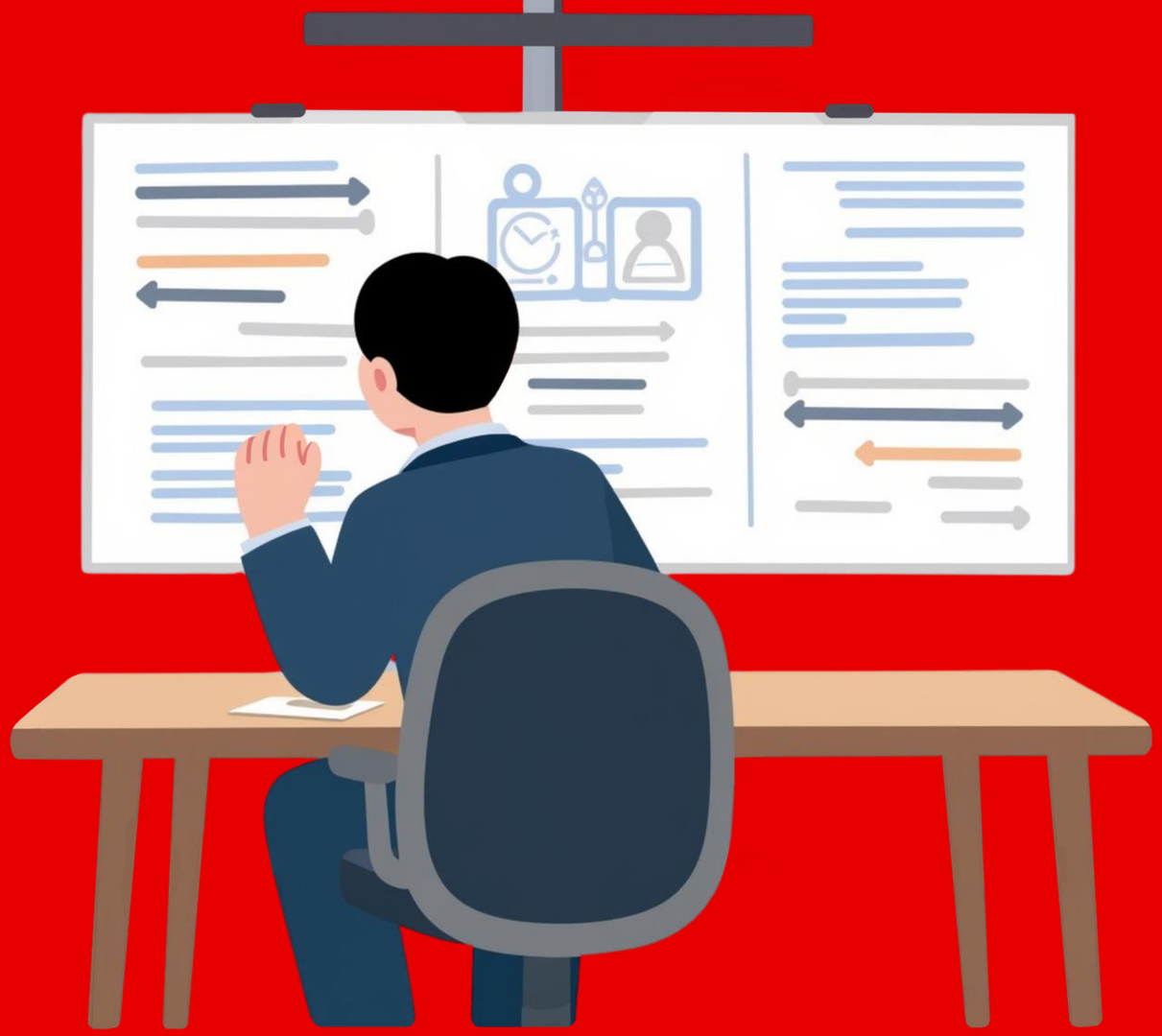
COURSE EN DUREE

LA COURSE EN DUREE PERMET D’APPRENDRE A GERER SON EFFORT SUR LE LONG TERME. ELLE DEVELOPPE L’ENDURANCE, LA CONNAISSANCE DE SOI ET LA PERSEVERANCE. CETTE ACTIVITE EST PARTICULIEREMENT BENEFIQUE POUR LA SANTE CAR ELLE AMELIORE LES CAPACITES CARDIORESPIRATOIRES ET CONTRIBUE A LUTTER CONTRE LES EFFETS DE L’INACTIVITE PHYSIQUE.

AXE 1

PROJET EPS

Permettre à l'élève de se fixer et de conduire de façon de plus en plus autonome
un projet d'acquisition d'entrainement
Contribuer à l'égalité des chances, à l'intégration, à l'exercice de la solidarité et à
la formation de l'éthique sportive à travers la pratique de différentes activités.
Responsabiliser les élèves et les conduire vers des comportements citoyens



AXE 2

PROJET ETABLISSEMENT

Axes du collège

- Réussite scolaire: permettre la réussite de la scolarité au collège. pour chaque élève en fonction de ses possibilités
- Un élève cultivé et citoyen: Mise en oeuvre du parcours citoyen.

Mise en pratique en EPS

Construire et intégrer des règles permettant un bon fonctionnement de la vie collective en EPS
Par une pédagogie du plaisir inscrire les élèves dans un projet personnel d'apprentissage (passer du plaisir de faire au désir d'apprendre)
Mettre en oeuvre une pédagogie différenciée et une individualisation des contenus afin de guider chaque élève sur le chemin de l'apprentissage
Rendre les élèves responsables et acteurs de leurs apprentissages en développant une attitude réflexive dans leur pratique

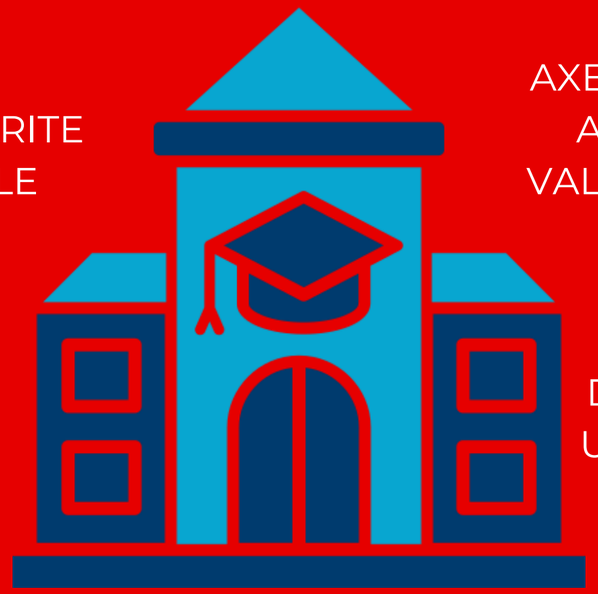
AXE 3

PROJET ACADEMIQUE 2026-2030

L'EPS EST PARTICULIEREMENT LIEE A PLUSIEURS AXES DU PROJET ACADEMIQUE:

AXE 1->SANTE ET BIEN ETRE
EPS CONTRIBUE A LUTTER CONTRE LA SEDENTARITE
DEVELOPPER LA SANTE PHYSIQUE ET MENTALE
FAVORISER LE BIEN ETRE DES ELEVES

AXE 2-> VALEURS EDUCATIVES DU SPORT
LE SPORT EST UN SUPPORT POUR DEVELOPPER :
RESPECT
CITOYENNETE
EGALITE FILLES- GARCONS



AXE 3-> DEVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE SPORTIVE
AUGMENTER LA PRATIQUE PHYSIQUE DE L'ELEVE
VALORISER LES PROJETS SPORTIFS D'ETABLISSEMENT

AXE 4-> INNOVATION PEDAGOGIQUE EN EPS
DEVELOPPER DES PROJETS INTERDISCIPLINAIRES
UTILISER LE SPORT COMME LEVIER PEDAGOGIQUE
FAVORISER DES DEMARCHES ACTIVES

ORGANISATION

3 ACTIVITES

3 CYCLES

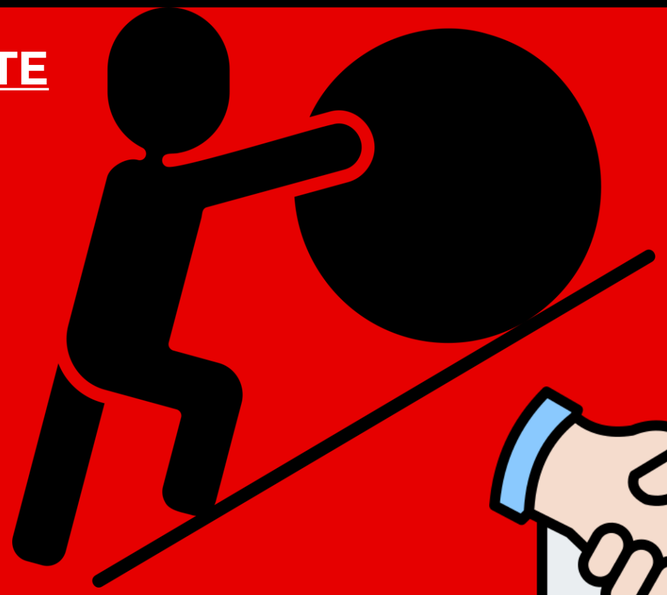
10 SEANCES PAR CYCLE

BILAN INDIVIDUEL A CHAQUE CYCLE

RECRUTEMENT

CRITERES DE RECRUTEMENT PAR ORDRE DE PRIORITE

- MOTIVATION
- COMPORTEMENT
- ACCORD PARENTAL



CONTRAT

- ENGAGEMENT JUSQU'A LA FIN DU COLLEGE
- PERSEVERANCE DANS L'EFFORT
- ATTITUDE POSITIVE ET ADAPTEE
- AVOIR SON MATERIEL

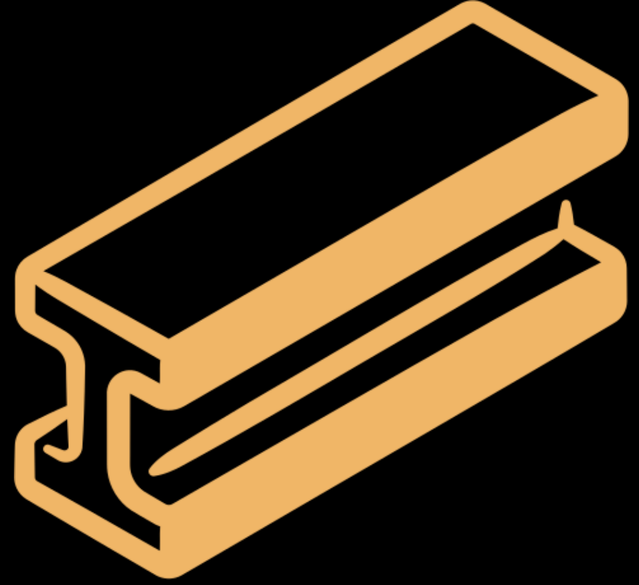
CRENEAUX

POUR LES 6 EME ET 5 EME:
LUNDI DE 15H15-17H10

20 ELEVES
MAXIMUM

POUR les 4 EME ET 3 EME:
MERCREDI DE 11H35-13H30

20 ELEVES MAXIMUM



MATERIELS

- UN VELO ET UN CASQUE
- UNE PAIRE DE BASKET EXTERIEURE
- UNE PAIRE DE BASKET INTERIEURE
- UNE GOURDE
- UNE SERVIETTE
- TENUE DE SPORT

UNE VERIFICATION DU BON FONCTIONNEMENT DU VELO SERA REALISE EN DEBUT DE CYCLE PUIS UN TEST RAPIDE A CHAQUE SEANCE.

COLLEGE LOUIS ARAGON

0160375870

mddu66@hotmail.fr

collegelouisaragon.fr

ALLEE DE LA CARAVELLE, 77200 TORCY

MR DADOU
PROFESSEUR EPS
COORDONNATEUR