

Lycée Paul Gauguin
MARCHE POUR TA SANTE
mercredi 28 NOVEMBRE 2018
Bilan

L'organisation de cette matinée a été prise en charge par les élèves de Terminale option EPS de complément du lycée. Il s'agissait pour eux, durant cette matinée, de gérer un événement à destination des 1450 élèves du LPG.

La classe de Terminale "option EPS de complément" du Lycée Paul Gauguin est une classe centrée sur la pratique des activités physiques et de la connaissance de l'environnement sportif (sciences, organisation, métiers, etc.). L'organisation de cette matinée à multiples facettes constituait un élément de leur formation et du développement de plusieurs compétences.

Un des éléments moteur de la démarche était la sensibilisation des jeunes à la prise en compte de différents facteurs favorisant le bien être physique et psychologique au service de la performance scolaire. Nous sommes convaincu qu'être "bien dans son corps, bien dans sa tête" favorise l'engagement de l'individu vers la voie de la réussite (scolaire, sociale et autre).

A ce titre, les actions préventives axées sur la pratique d'une activité physique, l'alimentation, le bien être physique et mental (dans l'environnement intime, scolaire, mais aussi familial) ainsi que la prévention de certaines maladies ou de conduites addictives (drogues, alcool, réseaux sociaux, etc.), constituent de notre point de vue des leviers importants sur lesquels les jeunes peuvent agir afin de s'engager dans une spirale positive.

A la constatation des chiffres de l'obésité (qui constitue une voie d'entrée potentielle aux problèmes cités), du mal être chez l'adolescent, des problématiques de violences, etc. il nous semblait important d'offrir la possibilité à nos élèves **d'ouvrir le dialogue avec des professionnels agissant sur les facteurs de réussite de l'enfant.**

Aussi, dans le cadre de l'organisation de la matinée, nous avons mis en place **des stands d'information et de prévention à destination des élèves** du lycée. Quatre intervenants ont répondu favorablement à notre demande : le Fare Tamahau, Te Rama Ora, Focus Arena (salle de sport, intervenant ici sur l'hygiène de vie, les bienfaits de l'activité physique) et Taraina Rataro (étudiante en STAPS et coach sportif, intervenant sur les aspects alimentaires).

Plusieurs temps ont été proposés durant la matinée: une course ELITE proposée aux élèves qui voulaient s'engager dans une démarche sportive, sur la base du volontariat.

Un deuxième temps consacré à un Challenge FUN. Ce challenge s'est déroulé sous forme de course relais, mixant activités physiques et activités réflexives, avec pour but essentiel de créer au sein de la classe une dynamique collective, élément essentiel de la cohésion et de la réussite scolaire individuelle. Dynamique réalisée autour de la sensibilisation à la nécessité d'une pratique physique éloignant de la sédentarité.

Chaque élève s'est positionné de façon stratégique dans un groupe afin de mettre au mieux ses compétences personnelles au service de la réussite de sa classe.

Des temps de pause et une organisation en rotation des différentes classes a permis d'offrir un temps possible d'échange sur les différents stands d'information.

La matinée s'est conclue par un spectacle donné par les élèves talentueux du lycée.

6. ORGANISATION DES ROTATIONS ET DES ATELIERS

Chaque classe était divisée en 3 groupes (A, B, C) avec des objectifs différents.

	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3
Groupe A	COURSE FUN	STANDS INFO	CROSSFIT
Groupe B	QUESTIONNAIRE	COURSE FUN	STANDS INFO
Groupe C	STANDS INFO	ENIGMES	COURSE FUN

Les ateliers proposés étaient donc les suivants :

- questionnaire de culture générale
- résolution d'énigmes
- crossfit
- stands d'information et de prévention sur la santé, l'hygiène et les facteurs d'influence de la réussite personnelle et scolaire

Cette formule de relais, mixant activités physiques et activités réflexives, avait pour but essentiel de créer au sein de la classe une dynamique collective, élément essentiel de la cohésion et de la réussite scolaire individuelle.

Chaque élève se positionnait de façon stratégique dans un groupe afin de mettre au mieux ses compétences personnelles au service de la réussite de la classe.

COURSE FUN (concerne tous les groupes) :

Chaque doublette d'élève devait effectuer 2 tours de circuit (1.140 mètres) puis passer le relais à la doublette suivante pour que les 6 doublettes du groupe effectuent les 6.840 mètres.

Lorsque les 3 groupes (A, B et C) étaient passés, la classe avait quasiment cumulé en distance l'équivalent d'un semi-marathon !

Ainsi, au travers des modalités d'organisation de la matinée, l'ensemble des élèves du LPG ont réalisé un effort physique au travers des relais, couplé à des activités de réflexion ainsi qu'une sensibilisation au travers des stands de prévention proposés.