

Epreuve : 102 Matière : 0819 Session : 2022

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

« Selon l'institut national de prévention et d'éducation pour la santé, la décennie précédente a été marquée par une diminution de l'activité physique des jeunes enfants et adolescents » (CREDOC - Février 2018, document d'accompagnement, p7). Plus finement, si 79% des jeunes de la région Provence pratiquaient une activité physique et sportive en 2007, ils n'étaient plus que 65,8% en 2015 (N. Travert et M. Luiggi, Les pratiques sportives de loisirs des jeunes, Revue Comtopied, 2021). Or, la pratique physique est essentielle pour construire durablement sa santé. À elle seule, elle permettrait de diminuer de 60% le risque de développer « une maladie de civilisation » (cancer, diabète de type II) (W. Buchs, Comment devenir un centenaire en bonne santé, 2019). Dans notre établissement, en dépit d'indicateurs de réussite au baccalauréat professionnel supérieurs à la moyenne nationale (84%, DEPP, 2019) depuis 2019 et en progrès (p2), « le taux d'absentéisme est très important » (p2). En EPS, les taux d'absentéisme et d'inaptitudes sont élevés (p3).

Dès lors, comment pouvons-nous permettre à chaque élève de construire durablement sa santé dans notre lycée professionnel de 420 élèves ?

Une première vision de notre lycée professionnel fait état d'un établissement où la santé n'est pas particulièrement mise à mal. Les élèves ne semblent pas adopter de conduites addictives, à risque ou violentes. Les classes présentées sont « agréables », « avec peu de conflits » (ph, p5). Néanmoins, nous nous retrouvons face à des conduites « d'abandon face à la difficulté » (ph) qui sont typiques des conduites des adolescents ...1.1.16.

où l'on constate un désengagement des pratiques physiques et sportives (F. Dubet, "préface" in M. Travençolo et O. Rey, L'engagement de l'élève en EPS, Dossier EPS 85, 2018). "La santé est un ensemble de ressources physiques, psychologiques, sociales et d'intégration à l'environnement naturel et construit. La santé n'est pas un état mais un processus, une recherche d'équilibre tout au long de la vie. D'un point de vue fonctionnel, la santé peut être appréhendée comme le niveau d'autonomie d'une personne face aux contraintes de son environnement" (C. Delens "Pour une approche dynamique, fonctionnelle et interactive de la santé" in G. Carlier, La santé, 2008). Par cette définition, nous voyons que construire durablement sa santé peut passer par différents moyens. Il peut s'agir de développer ses ressources, savoir gérer sa sécurité, développer une santé psychologique notamment en développant une image positive de soi-même, acquérir des connaissances sur la gestion de sa santé et enfin construire une envie de pratiquer régulièrement et donc pour nos élèves pratiquer en classe, pour vivre son engagement au sein de l'association sportive dynamique de l'établissement et surtout au-delà du temps obligatoire. Notre premier état des lieux de l'établissement montre une forte hétérogénéité. Des élèves prennent du plaisir en EPS et ont déjà une pratique continuée au-delà du temps scolaire. C'est le cas de Deborah qui "aime se dépenser en EPS [...] quand je joue avec mon équipe de football" (pb). D'autres élèves comme Nassima sont en surpoids (ph) et surtout ne semblent pas s'engager en EPS, à l'image de l'enquête flush à laquelle Nassima a répondu "ça me fatigue trop, je préfère regarder les autres" (pb). Face à cette hétérogénéité, les élèves vont construire une estime de soi opposée. "L'estime de soi est une expérience subjective qui révèle comment un individu se voit capable, valable, important" (D. Delignières, Psychologie du sport, 2017). Pour Deborah, nous pouvons penser que l'estime de soi sera positive, favorisera la pratique régulière, ..2.1.16.

condition pour construire durablement sa santé alors que l'estime de soi négative pour Narcissus risque de produire l'effet inverse. Il est d'autant plus préjudiciable de s'éloigner de la pratique physique à l'adolescence, qui est une période de construction de soi, que c'est le moment où construire des habitudes de pratiques, nées souvent du plaisir éprouvé, permettra d'entretenir sa santé par la pratique régulière (C. Condoliani, V. Eloi-Roux, La santé à l'école, tous acteurs, 2018).

En quoi viser la construction durable de la santé au regard de l'hétérogénéité et de la spécificité de notre public adolescent est à la fois ambitieux et nécessaire ?

L'action de l'enseignant va permettre de "créer les conditions". Il va être nécessaire de trouver les leviers permettant de favoriser l'engagement en EPS puis faire percevoir l'intérêt d'une pratique physique régulière. Dans la classe de seconde bac professionnel (phi), nous pouvons nous appuyer sur une classe agréable, une bonne entente entre les élèves alors que le plaisir en EPS constitue déjà l'un des ressentis des élèves de première Bac professionnel, lequel est une des étapes du cercle vertueux permettant de construire sa santé aux différentes étapes de sa vie (Programmes baccalauréat professionnel et CAP, BO n°5 du 11/04/2019, citation p1). Le fait de ressentir du plaisir ou d'être en groupe font partie des trois motifs d'agir parmi (S. Nuttin, Théorie de la motivation humaine, 1985). Les motifs d'agir peuvent pour nous être des points d'appui pour remplir "les besoins fondamentaux" d'autonomie, de compétence et de relation sociale (E. Deci et R. Ryan, 1998). Le sentiment de compétence est d'ailleurs le premier axe du projet EPS. Nous pouvons ainsi penser qu'en créant les conditions permettant de satisfaire au besoin de compétence de nos élèves cela va favoriser la construction durable de la santé parce qu'ils s'engageront davantage et prendre du plaisir. Le plaisir est d'ailleurs au cœur de notre réflexion sur la construction durable de sa santé. (C. Deleno (op.cit)) révèle que la santé peut se construire dans le cadre d'une pratique où des connaissances "utilitaires, hygiénistes" sont transmises mais que cela n'aboutit pas à un état de santé positif au contraire d'une pratique hédoniste où le plaisir de pratiquer et se voir progresser est central.

En quoi le plaisir et l'estime de soi ^{positive} de nos élèves sont des éléments que nous devons rechercher pour leur permettre de construire durablement leur santé ? Comment pouvons-nous y parvenir ?

Finalement, nous sommes face à un problème professionnel stimulant puisque nous devons permettre à chaque élève de construire durablement sa santé alors que les conditions semblent déjà réunies pour certains élèves et que raccrocher d'autres élèves comme Nassima peut sembler très ambitieux.

Ainsi, notre action doit permettre de développer une image positive de soi dans une période, l'adolescence, où cette image de soi est mise à mal et où nous pouvons faire l'hypothèse que nos élèves de lycée professionnel ont déjà vécu des expériences scolaires ne favorisant pas son renforcement.

Enfin, différents moyens permettent de construire durablement sa santé et nous sommes amenés à devoir faire des choix.

Au cours de cette réflexion, nous montrerons que créer les conditions pour permettre à chaque élève de construire durablement sa santé passe nécessairement par le développement d'une envie de pratiquer au-delà du temps obligatoire. Cela sera possible si notre action permet à nos élèves de lycée professionnel de développer une image positive d'eux-mêmes et qu'ils prennent du plaisir.

Néanmoins, l'hétérogénéité marquée en EPS, l'abandon rapide de certains élèves notamment des filles et les inaptitudes sont des difficultés qui devront particulièrement mobiliser nos gestes professionnels pour les dépasser.

Ainsi, nous choisirons de mettre en avant des formes de pratiques collectives, favorisant la réussite, même provoquée, pour développer le sentiment de compétence pour que les élèves aient une image positive et poursuivent leur engagement dans la pratique, condition pour construire durablement sa santé. C'est alors que nous viserons des apprentissages plus utilitaires, plus méthodologiques pour construire durablement sa santé.

Epreuve :102..... Matière :0819..... Session :2022.....

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

Dans une première partie, à l'issue de la séquence badminton avec la classe de seconde bac professionnel, catégorisée comme « seconde fille » (p3), nous proposerons en escalade, activité du champ d'apprentissage (CA)2, une forme de pratique collective favorisant l'émergence d'une « communauté de pratique » pour créer les conditions permettant de ressentir le plaisir du jeu pour dépasser l'obstacle de l'abandon qui n'est pas favorable à la construction durable de sa santé.

Néanmoins, nous devons proposer un fonctionnement qui favorise la réussite de tous et toutes pour vivre les émotions « d'arriver en haut » et construire une image positive de soi.

Dans une seconde partie, à l'issue de la séquence course de demi-fond avec la classe de première bac professionnel, catégorisée comme « première mixte » (p3), nous proposerons en musculation, activité du CAS, une forme de pratique collective, où les élèves, en étant acteurs de leur entraînement vont pouvoir combler les besoins fondamentaux d'autonomie et d'affiliation et ainsi renforcer leur estime de soi, condition pour que la pratique soit continuée et que les élèves construisent durablement leur santé.

Néanmoins, manipuler des charges d'entraînement et ses ressentis ne sera pas suffisant pour que les élèves puissent construire durablement leur santé. C'est en rendant les élèves réellement concepteurs en EPS et à l'AS que nous pourrions remplir cet objectif

Au cours de cette première partie, nous allons chercher à faire gravir collectivement aux élèves le Mont Blanc (4807m) dans le cadre d'une pratique collective pour qu'ils ressentent le plaisir du jeu et de l'apprentissage et s'engagent dans le processus décrit par les programmes permettant in fine de construire sa santé aux différentes étapes de sa vie.

Néanmoins, dans la classe de seconde bac professionnel, des élèves risquent de ne pas persévérer.

C'est la raison pour laquelle nous allons viser des apprentissages permettant de prendre confiance dans le matériel et ses camarades pour réunir, développer une image positive de soi, avoir un engagement dans la pratique et lutter contre l'abandon pour in fine construire durablement sa santé par une pratique régulière.

À l'issue de la séquence de badminton, les élèves ont appris à « rompre l'échange » pour la « confrontation » (ph). Même si des leviers existent pour favoriser l'engagement de tous les élèves comme le système de club qui a été mis en place (ph), les activités du CA₁ sont celles où les notes des filles sont les plus faibles (Commission nationale des examens, CNE, 2016), alors même que l'écart de notation filles/garçons est de +1,95 dans notre établissement alors qu'il est de 0,53 dans l'académie (p3). Nous pensons donc que la pratique de l'escalade, activité du CA₂, CA dans lequel l'écart entre les filles et les garçons est le moins important (CNE, 2016) va favoriser l'engagement de nos élèves dont 21 sur 23 sont des filles (ph). Nous allons proposer une forme de pratique collective où dès la première leçon, nous allons chercher à créer les conditions favorisant l'émergence d'une communauté de pratique (S. Saunoy, D. Adé, B. Huot, N. Gal-Petitfauve, actions, significations et apprentissages, 2013).

Ces conditions sont notamment des groupes stables, des

liens resserrés par un projet commun et finalisés par un événement marquant. En remplissant ces conditions, nous espérons, à l'échelle de la séquence, permettre une pratique physique régulière, condition de la construction durable de sa santé et dépasser la caractéristique de nos élèves qui abandonnent facilement (ph). Ainsi, nous allons demander aux élèves de former des groupes affinitaires de trois dans le respect d'un écart de poids ne dépassant pas 10 kilogrammes. Cette étape pourra nous demander un accompagnement particulier mais nous nous appuyerons sur la séquence de badminton où les élèves ont déjà travaillé par club (ph). Pour simplifier notre enseignement pour que les élèves ressentent le plaisir, nous ne classerons pas les voies par niveau de difficulté mais indiquerons toutefois lesquelles sont en dalle ou en dévers. Les premiers moments de notre séquence vont consister à valider un permis d'assurer ou au sein de la cordée de trois nous aurons un grimpeur, un assureur et un contre assureur avec l'ensemble des nœuds préalables et pendant vérifiés par l'enseignant conformément à la circulaire APPN (2017). Le permis d'assurer va permettre d'apprendre à gérer sa sécurité et celle des autres et peut donc favoriser la construction durable de sa santé par la gestion de sa sécurité mais sera déjà une première étape permettant de renforcer l'estime de soi des élèves.

Collectivement, les élèves vont pouvoir, au sein de leur cordée, chercher à gravir collectivement le Mont Blanc (4807m). Un tableau sur un outil numérique permettra d'assurer le suivi de cette progression. Pour D. Rigottand (2013), cet objectif collectif favorise les buts-communs. Comme nos élèves sont vite lassés, se dissipent (ph), nous formaliserons tout de suite un objectif de finalisation de la séquence : aller grimper en grande voie naturelle pendant une après-midi. Ainsi, avec nos groupes stables, un objectif pour le groupe et un objectif commun à toute la classe nous pensons créer les conditions d'une communauté de pratique pour que chaque élève persévère, s'inscrive dans une pratique physique régulière à l'échelle de la séquence et in fine construire durablement sa santé.

Néanmoins, nous savons qu'une sortie en voie naturelle est un élément à discuter avec le chef d'établissement, notamment au regard de certaines contraintes organisationnelles qui ne permettent pas au lycée de réaliser l'association sportive et les rencontres UNSS le Mercredi. Nous pourrions développer comme argument celui de notre contribution au parcours éducatif de santé qui reste un élément de continuité du collège au lycée (C. Condoliani, *op.cit.*).

Nous devons aussi faire face à certains élèves qui ne vont pas réunir de voies et qui à l'image de Fatou (p6) risque de développer un sentiment "d'impuissance apprise" (M. Seligman, *learning optimism, how to change your mind and your life, 1991*) avec des enquêtes flash aboutissant à "je sais que je ne suis pas duvée" (p6) qui risquent de renforcer une image de soi négative et aboutir à un abandon de la pratique qui serait délétère pour la construction durable de sa santé.

Ainsi, nous allons chercher à utiliser les manipulations de cordes pour faire vivre à tous les élèves les émotions ressenties par le grimpeur lorsqu'il triomphe de sa voie. À l'instar des propositions de L. Simon-Malleret et H. Peres (Dossier Enseigner l'EPS n°7, les actes de la biennale AEEPS, 2021) nous allons chercher à ce que l'élève prenne confiance dans son matériel pour pendant son ascension, s'arc-bouter dans le baudrier. Aussi, triompher d'un passage difficile pourra se faire grâce à une échelle de corde ou par l'aide de l'assureur qui en synchronisant la tension de la corde avec la poussée des jambes du grimpeur va l'aider à franchir ce passage. Cet apprentissage pourra être facilité par la démonstration que nous réaliserons mais aussi par le tutorat réciproque entre deux cordées puisque les élèves s'entendent bien (p4). En fonctionnant ainsi, nous permettons à tous les élèves de réussir la voie, même avec plusieurs aides. Ainsi, tous vivent les émotions des grimpeurs et cela est selon nous l'une des conditions pour favoriser l'estime de soi et in fine percevoir l'intérêt d'une pratique physique régulière. Pour insister sur cet aspect, nous pourrions organiser une enquête flash, à l'instar de celle réalisée p6. Nous poserons

Epreuve : 102 Matière : 0819 Session : 2022

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

la question : quelles ont été tes sensations quand tu as triomphé du passage difficile ? en espérant faire évoluer le sentiment de Fatou de « j'ai peur et je sais que je me suis pas douée » à « même si j'ai été aidée, j'ai ressenti du plaisir et de la fierté d'y arriver comme tout le monde. »

Au cours de cette première partie, nous avons cherché à faire émerger les conditions favorisant l'émergence d'une communauté de pratique pour ressentir le plaisir d'être ensemble et d'être engagé dans une histoire collective.

Pour faire face à l'abandon, nous avons mis en place des manipulations de cordes pour que tous réunissent et développent une image positive de soi. Ainsi nous espérons créer les conditions pour que chaque élève construise durablement sa santé en percevant l'intérêt de la pratique physique régulière notamment grâce au plaisir éprouvé et les sensations qui l'accompagne, lesquelles sont également susceptibles de faire évoluer les verbalisations de Fatou et des autres élèves lors de l'enquête flash.

Au cours de notre seconde partie, nous allons voir qu'à l'issue de la séquence de course en demi-fond où les élèves ont vécu l'EPS comme « un plaisir, un défi et une nécessité pour sa santé », sensations .9.1/16.

qui sont en corrélation avec le graphique présentant les principales motivations pour faire du sport (CREDOC, Janvier 2019 document d'accompagnement, p7), nous allons proposer en musculation, une forme de pratique où le fait de manipuler des paramètres d'entraînement va permettre de combler les besoins fondamentaux des élèves et ainsi renforcer à la fois l'estime de soi mais également doter les élèves de compétences pour construire durablement sa santé.

Néanmoins, dans une classe où les leviers sont nombreux, nous pouvons viser des apprentissages plus ambitieux pour que chaque élève puisse réellement construire durablement sa santé.

Nous avons vu en préambule que les jeunes se détournent de la pratique sportive. De plus « ils se tournent de plus en plus vers une pratique peu encadrée » (CREDOC, document d'accompagnement p7). Ainsi, il nous semble indispensable de doter les élèves de compétences permettant d'assumer un « savoir s'entraîner », seul, de manière autonome, pour plus tard. Nous allons ainsi proposer une forme de pratique autour de la musculation fonctionnelle. Nous la définissons comme une pratique qui utilise des mouvements polyarticulaire et évite au maximum les mouvements d'isolation. Ainsi, nous souhaitons nous inscrire dans l'axe 1 identifié pour la classe de première bac professionnel « développer une motricité plus riche, plus fine, plus vaste » (p5), lequel pourra s'inscrire dans la continuité du travail effectué en demi-fond où il a été ciblé de développer sa motricité de cœur. Nous proposerons une chaîne de progression qui va articuler les mouvements et un indice technique. Pour le squat, nous utiliserons le air squat (N1), puis le squat sur machine guidée (N2), puis le goblet squat (N3) et

enfin le squat complet chargé (nh). Pour valider les niveaux, qui se réaliseront dans le cadre d'une « petite boucle » (R. Faugard, D. Rossi, J. Gibon, Une démarche EPIC pour apprendre et enseigner en EPS, 2021), nous utiliserons l'indice « PARIS » pour « posture, amplitude, Rythme, respiration, isolation et symétrie » proposé par F. Thévenim et R. Pirozelli (« Apprendre son expérience en musculation » in M. Travençolo, O. Rey et N. Mascout, L'élève lycéen en EPS, Dossier EPS 89, 2020).

Les mouvements polyarticulaires sont plus favorables pour s'entretenir (W. Buchs, op.cit) et leur réalisation correcte au travers de l'indice technique est une condition pour que chaque élève construise durablement sa santé physique. À l'image des cordées en seconde, nous utiliserons des groupes d'entraînement de trois ou quatre élèves pour avoir à chaque instant un athlète, un parleur (ou deux) et un observateur responsable de l'évaluation de l'indice technique. Dans la mesure du possible, nous fonctionnerons par postes avec une tablette posée sur un trépied sur laquelle l'application « BAN vidéo delay » permettant d'avoir jusqu'à 4 images retardées. En effet, en plus de l'observateur technique, le feedback vidéo sera plus favorable à la construction de sa santé par l'acquisition de postures sécuritaires puisqu'il permet de progresser plus vite que le feedback verbal (P. Dumont, E. Dauphas, S. Lacroix, Y. Thomazou, Les quatre piliers de l'apprentissage au fil du numérique éducatif en EPS, Revue EPS, 2017).

Dans notre grande boucle, les élèves devront gérer des paramètres, progressivement pour réaliser un WOD (workout of the day). Les paramètres devront être gérés en fonction d'un mobile personnel de développement. Ainsi, nous viserons l'atteinte de l'AFL1 du baccalauréat professionnel « concevoir et mettre en œuvre un projet d'entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement ». Nous choisirons le thème « construire durablement sa santé » qui sera défini par deux conditions à la régulation de ses paramètres : conserver une fréquence cardiaque élevée (au moins égale à 70% de sa fréquence cardiaque d'entraînement calculée par la formule de Karvonen et en début de séquence supérieure à 120 bpm lorsque nous n'aurons pas encore vu cet élément) et ne pas faire

de « *no AEP* » ou « *ne pas aller à l'échec* » ce qui traduit une lucidité dans les choix effectués. Nous pensons que ce thème peut être un bon compromis pour concilier le profil hétérogène de nos élèves avec les plus sportifs (« *vécu sportif, p5* ») qui risqueraient de s'engager dans une activité de performance et les plus sédentaires (p5) qui eux risqueraient de ne pas s'engager suffisamment. Nous utiliserons des cardiofréquencesmètres et dans l'idéal l'application « *polar team* » qui permet de centraliser les fréquences cardiaques sur un écran de contrôle et ainsi procéder à des régulations. Au début de la séquence, le nombre de répétition et les exercices seront imposés et les élèves devront manipuler les charges en fonction de leur projet. Progressivement, ils prendront en charge les deux contraintes initialement imposées. Pour la définition des charges en fonction de son projet, nous utiliserons le tableau proposé par R. Pinzetti (Revue EPS, 2021) où des projets sont associés à des charges d'entraînement et un nombre de répétition. Ainsi, un élève ayant comme projet personnel de développement devra réaliser plus de répétitions avec une charge plus lourde qu'un élève ayant comme projet le développement de la puissance. Pour réguler la charge, nous utiliserons la structure de régulation « *si ... alors* ».

En permettant aux élèves de manipuler des charges d'entraînement, nous créons les conditions permettant de le rendre autonome, notamment grâce à l'association entre son projet personnel de développement et la structure de régulation si alors. Avec la pratique collective en WOD, nous favorisons l'acquisition des besoins fondamentaux et pouvons permettre à tous les élèves, puisqu'auto-référencés de construire durablement leur santé.

Néanmoins, cette classe semble particulièrement adaptée pour « *aller plus loin* » et par exemple encourager une pratique à l'AS. Nous pourrions alors proposer aux élèves d'établir une programmation mensuelle de leur entraînement en intégrant la pratique du demi-fond .12.1.16.

Epreuve :102..... Matière :0819..... Session :2022.....

CONSIGNES

- Remplir soigneusement, sur CHAQUE feuille officielle, la zone d'identification en MAJUSCULES.
- Ne pas signer la composition et ne pas y apporter de signe distinctif pouvant indiquer sa provenance.
- Numéroté chaque PAGE (cadre en bas à droite de la page) et placer les feuilles dans le bon sens et dans l'ordre.
- Rédiger avec un stylo à encre foncée (bleue ou noire) et ne pas utiliser de stylo plume à encre claire.
- N'effectuer aucun collage ou découpage de sujets ou de feuille officielle. Ne joindre aucun brouillon.

déjà vécue et la musculation en EPS et à l'AS.

Nous souhaitons nous inscrire dans le cadre du PSE (prévention santé environnement). « La formation en PSE et le parcours de l'élève en EPS sont liés par des objectifs communs, la santé et l'équilibre de vie, les principes de base d'une alimentation équilibrée, la prévention des conduites addictives, des comportements à risque des risques dans le secteur professionnel » (programmes lycée professionnel 2013). Pour cela, nous prévoyons la diffusion du documentaire « Les dangers des stéroïdes anabolisants » produit par la chaîne National Geographic en 2018.

Au cours de cette seconde partie, face à des élèves pour qui le plaisir, l'intérêt pour la pratique semblent bien construits, nous avons cherché à créer les conditions pour doter les élèves de compétences permettant de construire durablement sa santé. Notre proposition s'inscrivant dans les axes identifiés pour la classe (motricité) et permettant aussi l'engagement et la construction des compétences visées par les élèves ayant un vécu plus sédentaire pour réellement créer les conditions pour que chaque élève construise durablement sa santé. Nous avons cherché à élargir nos propositions au-delà de la séquence de musculation.

Tout au long de cette réflexion, nous avons cherché à montrer que créer les conditions pour permettre à chaque élève de construire durablement sa santé, c'est, à l'instar de la définition proposée par les programmes (p1) favoriser les conditions permettant une pratique régulière, continuée au-delà du temps obligatoire.

Pour cela, il faut que les élèves construisent une santé psychologique et sociale en prenant du plaisir et en développant une image positive, un sentiment de compétence qui peut transformer l'expérience vécue des élèves.

Lorsque ces conditions sont réunies, on peut développer des compétences méthodologiques pour construire durablement sa santé et en assumer la gestion, autonome et autodéterminée dans le cadre d'une pratique à l'AS par exemple.

Face à une jeunesse de moins en moins pratiquante et la préoccupation liée à la santé devenant croissante avec l'âge, l'objectif de l'EPS pour construire durablement sa santé ne devrait-il pas être de donner le goût à la pratique physique et sportive, en priorité?

.15.176.

