



Plus de SPORT !!



Non au TABAC !!



# Les parcours du Cœur

Année Scolaire 2020-2021

Le magazine de nos parcours du coeur



Jean MOULIN a du Cœur

Collège Jean MOULIN Le Portel

## Le travail préparatoire

Chaque semaine, la classe de 5e Mozart se retrouve avec ses enseignants d'EPS et de SVT pour organiser l'année et préparer des activités et des ateliers ludiques pour les élèves de 5e du collège.

Ces séances préparatoires ont lieu le mardi et le mercredi tous les 15 jours. Généralement en salle pupitre elles ont permis dans un premier temps de faire travailler les élèves sur des recherches dans trois thématiques :

- Sport
- Tabac
- Alimentation



Brainstorming  
de préparation

Lors de la toute première séance du 15 septembre 2020, les élèves se sont répartis dans 3 groupes.

## Organisation du travail

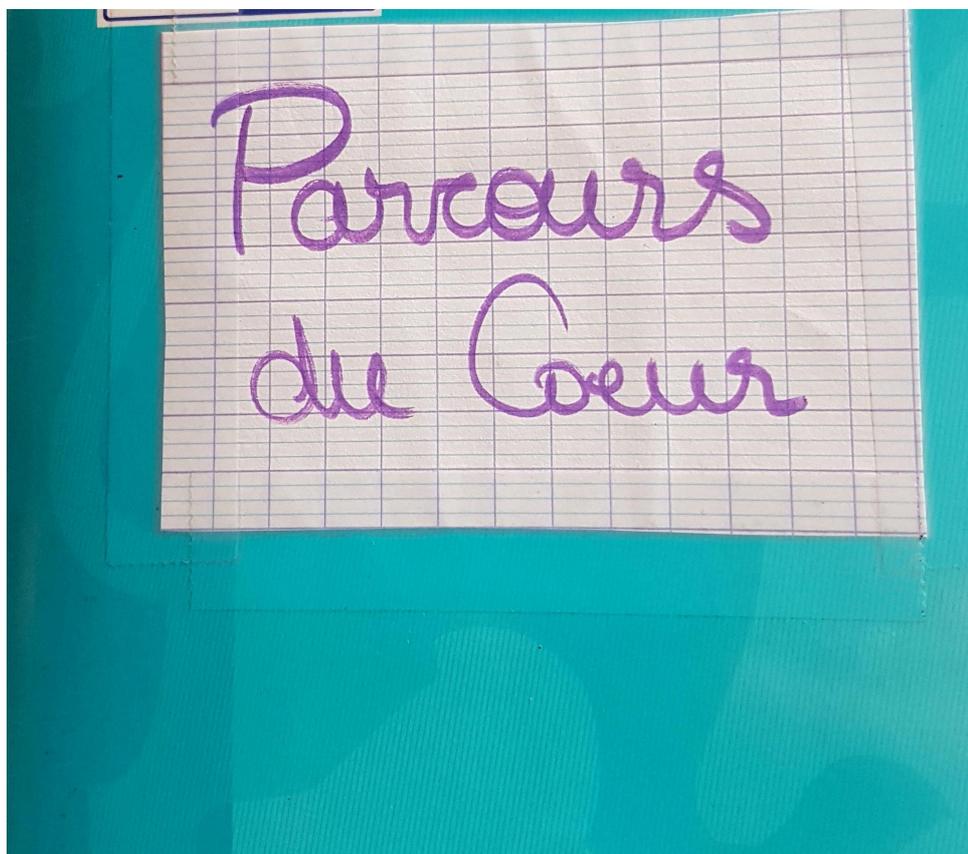
### **LES TROIS GROUPES :**

Le groupe sport est  
constitué de :

Stella  
Louna  
Chloé  
Ryan  
Evan  
Morgan  
Léo  
Hugo  
et Maël.

Le groupe alimentation  
est constitué de

Kahyna  
Mélissa  
Jordan  
Lina  
Keina  
Enzo  
Marc  
Tiffany  
et Carmen.



Le groupe tabac est  
constitué de :

Tom  
Thomas  
Mathis  
Amaëlle  
Léona  
Lola  
Keyna et Lana.

Cahier de notes  
d'élèves à  
chaque séance  
pour un meilleur  
suivi du travail de  
chacun.

vendredi 12 février 2021

Après avoir étudié pendant plusieurs semaines l'importance de l'alimentation sur notre santé, les 8 élèves du groupe alimentation ont créé des jeux et des activités qu'ils vont proposer à leurs camarades de 5e et de l'IME.

## " La journée de sensibilisation sur l'alimentation "

Chaque classe de 5e et la classe de l'IME est passée dans notre salle spécialement décorée à l'occasion de cette journée du 12 février 2021.

Au programme, 5 jeux créés par les élèves du groupe alimentation : un jeu de devinette sur les fruits et légumes, un jeu de classement des images de fruits et légumes selon la catégorie à laquelle ils appartenaient.

un jeu de classification sur la pyramide alimentaire, un jeu de photos de fruits exotiques étranges à renommer, et un jeu dans lequel il fallait classer les aliments selon s'ils étaient bons ou mauvais pour notre santé.

Les élèves ont tourné sur les 5 jeux en terminant par un petit questionnaire récapitulatif sur l'alimentation équilibrée.



Les élèves du groupe alimentation comme les élèves des autres classes ont passé un très bon moment tous ensemble, tout en apprenant l'importance d'une alimentation saine et diversifiée pour notre bonne santé.



## Préparation du 18 Mai 2021

Après la journée thématique sur l'alimentation en février, il est temps de préparer la grande journée du 18 mai et de préparer des ateliers sur le tabac, sur l'alimentation et sur l'activité sportive.

Les élèves du groupe Sport et du groupe Tabac ont poursuivi leurs recherches et préparatifs pour organiser une journée de sensibilisation sur ces deux thématiques.

Pour préparer la grande journée des Parcours du Coeur, la date du mardi 18 mai a été validée par la direction du collège.

Même le groupe travaillant sur l'alimentation réfléchit sur les informations principales que l'on veut faire retenir aux élèves des autres classes de 5e.



Il s'agit en plus, de préparer la décoration du collège pour cette journée particulière mais aussi le choix de la thématique pour le concours de dessin. Cette année, le thème choisi est l'alimentation.

Personnalisation de la bannière qui ornera l'entrée du collège et accueillera les élèves

# JOUR J : journée de sensibilisation

Après le chamboulement des vacances et les semaines de confinement, nous avons du changer l'organisation qui était prévue.

Nous avons prévu une journée de sensibilisation sur les méfaits du tabac avant les vacances d'avril. Le 18 mai était prévu pour une grosse journée d'activités et de jeux sur les thèmes de l'alimentation et de la protection de la santé.

En raison de toutes les modifications de notre agenda, nous avons décidé de garder la journée du 18 mai 2021 pour organiser deux ateliers : un sur les effets du tabac et un second sur les bienfaits du sport.

Les élèves de 5e ont ainsi pu participer à un concours de basket et de ping pong dans notre gymnase.



De plus, ils ont eu accès à une action de sensibilisation en comparant les poumons d'un homme sain et d'un homme fumeur et en enquêtant sur les composants et les effets du tabac.





## Concours et récompenses

Le Concours de dessin qui a été organisé a été soumis au vote des personnels du collège.

Voici les 3 lauréats de ce concours sur le thème de l'alimentation :



Parcours du cœur défi basket



Concours sportifs

Au cours de la journée du 18 mai, les élèves de 5e ont été mis en compétition dans un concours de shoot au basket et dans un concours de ping pong dont voici les résultats

Record et classement de l'activité de tennis de table au parcours du cœur

Classe:	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	Total:	Moyenn e (total/nb record)	class ent
5 <sup>e</sup> brahms	21	9	11	4	9	5	20	9	47	21		156	15,6	5 <sup>e</sup>
5 <sup>e</sup> berlioz	15	109	13	7	6	13	10	20	51	59		303	30,3	1 <sup>er</sup>
5 <sup>e</sup> vivaldi	19	71	7	54	22	10	17	4	8	30	6	248	22,54	2 <sup>e</sup>
5 <sup>e</sup> offenbach	7	6	7	4	10	105	4	6				179	22,37	3 <sup>e</sup>
5 <sup>e</sup> wagner	67	6	13	17	6	3	22	30	9	7		180	18	4 <sup>e</sup>
picasso	25	8	5	12	6							56	11,2	6 <sup>e</sup>

bravo à tous nos participants :)

Enquête sur le Tabac

De la même manière, dans l'atelier sur le tabac, les élèves ont dû enquêter sur les effets du tabac et ont été récompensé également.



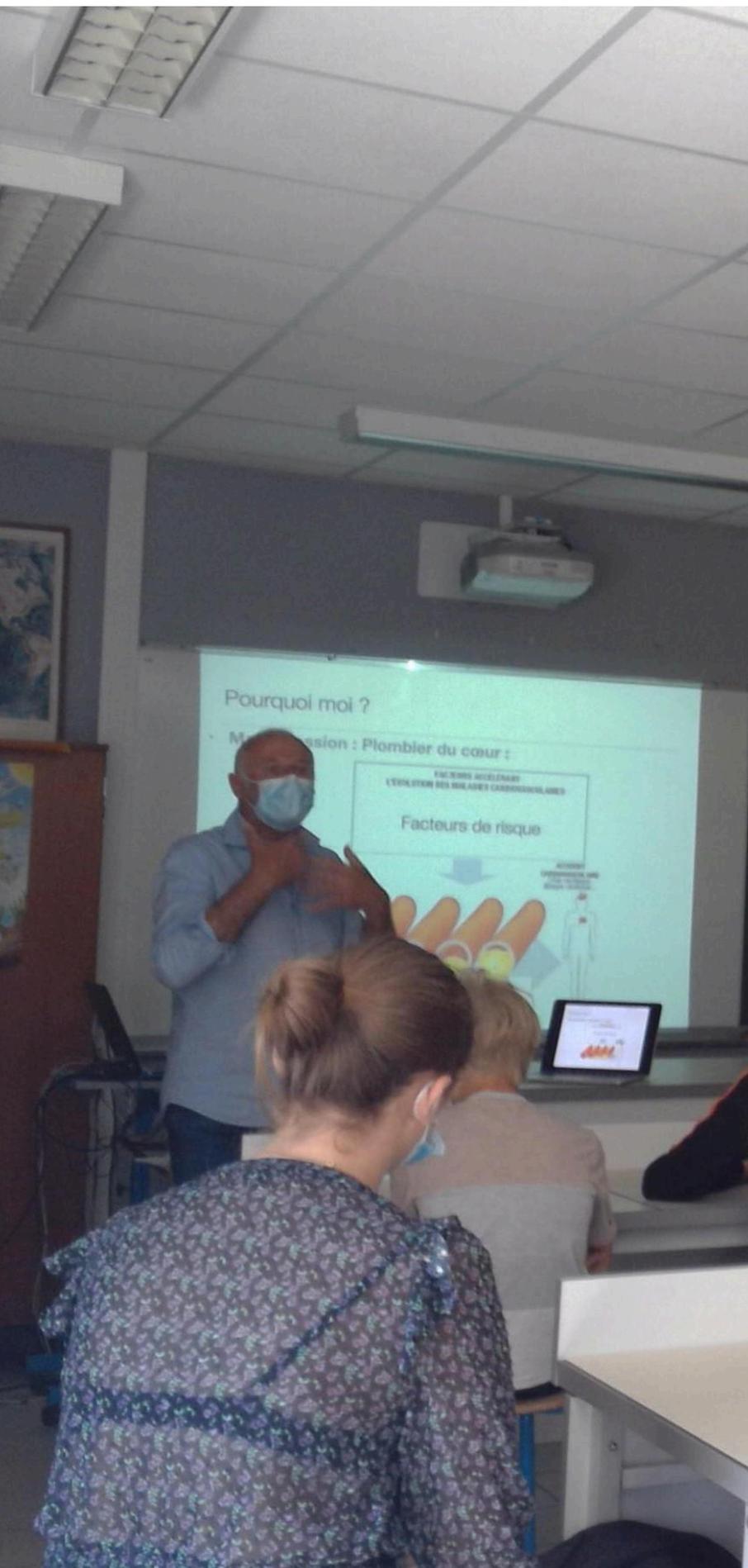
# Rencontre avec le Dr Lallement

Le mardi 1er juin, durant notre séance de préparation habituelle, nous avons rencontré un cardiologue de l'hôpital Duchenne.

Avec lui nous avons pu discuter des différents ateliers que nous avons organisés pour nos camarades de 5e lors de la journée des Parcours du Coeur.

Le Dr Lallement a également répondu à toutes nos questions, comme le lien entre le tabac et notre santé ou encore l'importance de l'alimentation sur l'état de notre organisme.

la conférence du Dr Lallement



## Bilan Parcours du Coeur 2021

Malgré le contexte sanitaire particulier, nous avons pu réussir à organiser des Parcours du Coeur ludiques, durant lesquels tous les élèves ont pu passer un bon moment.

### *Tabac, 0 cigarette par jour*



### *Alimentation, 5 fruits et légumes par jour*



L'année se termine avec les dernières séances des Parcours du Coeur. Nous tirons un bilan de tout le travail accompli et la réussite de nos différentes journées de sensibilisation. Un dernier travail est fait sur les photos du 18 mai et notamment sur ce montage de notre slogan des Parcours du Coeur.