



9 juin 2023

Lycée Gérard de Nerval (Soissons – Aisne)

Au cœur de Nerval 2



LES
PARCOURS
DU



EPS

La journée des Parcours du Cœur à Nerval

Date : 9 juin 2023

Objectifs :

- Sensibiliser les élèves au maintien d'une bonne santé cardio-vasculaire dans le cadre du « Parcours Santé » (Objectif 3.4 du projet d'établissement)
- Fédérer les élèves de seconde autour d'un projet commun et convivial qui clôture leur année scolaire
- Favoriser la fraternité et la coopération entre les élèves
- Favoriser la formation par les pairs

Public visé : Tous les élèves de seconde du lycée Gérard de Nerval – 150 élèves présents

Equipe encadrante : environ 100 personnes

- 60 professeurs encadrants dans toutes les disciplines : Anglais, Arts plastiques, Documentalistes, Economie-Gestion, EPS, Espagnol, Histoire-Géographie, Lettres, Mathématiques, Physique-Chimie, SES, SVT...
- Personnel : Infirmière scolaire, CPE, secrétaire de direction
- 45 élèves de 1^{ère} et Terminale

Lieu : Lycée Gérard de Nerval (Soissons – Aisne)

- Salles de classe du lycée
- Parc Saint Crépin (à proximité du lycée)
- Cour du lycée

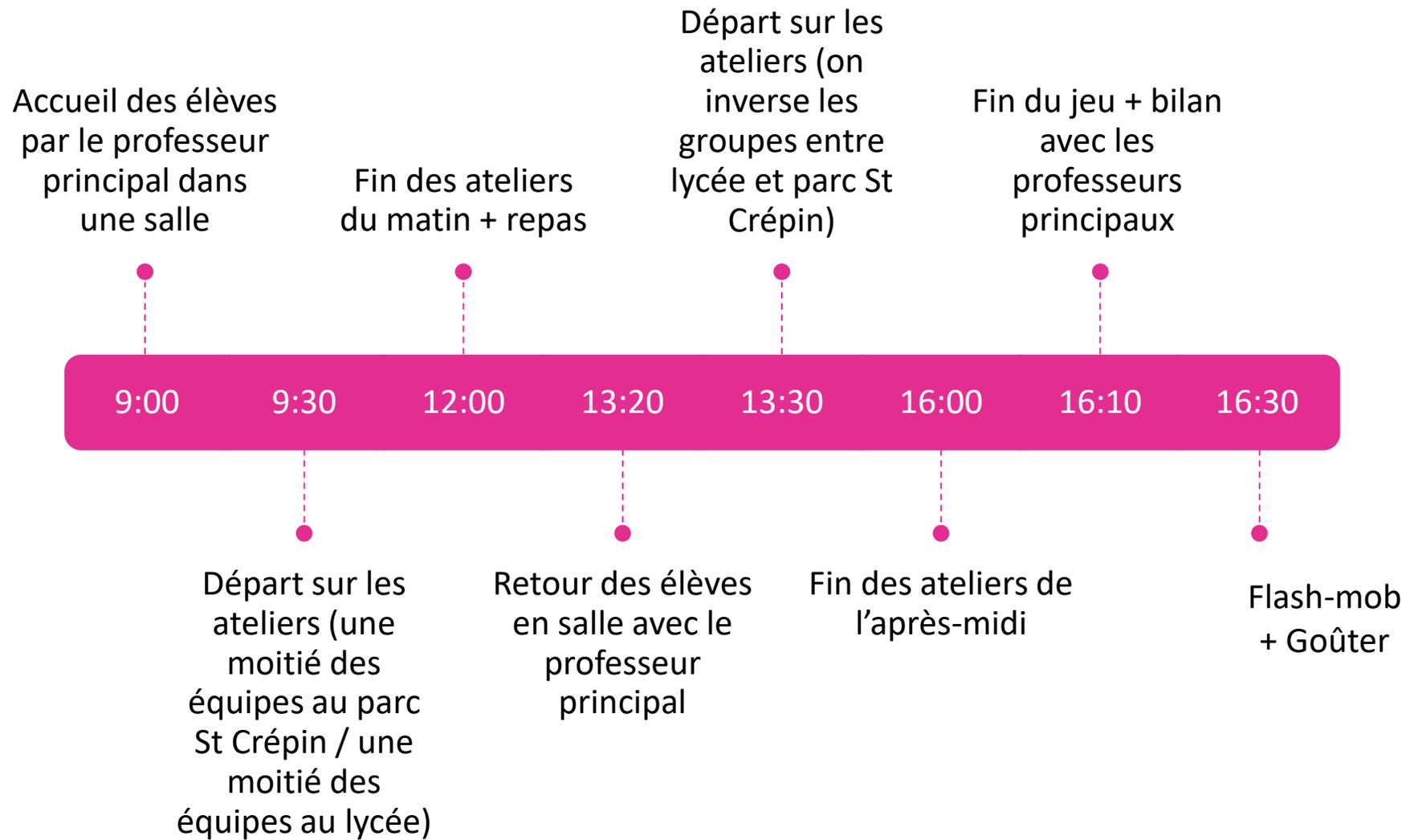


Principe de la journée :

- Accueil des élèves par classe à 9h par les professeurs principaux : constitution de groupes de 6 élèves avec distribution de la feuille de route expliquant le jeu à réaliser.
- **Le jeu** : Chaque équipe doit réaliser 10 ateliers dans la journée dans l'ordre indiqué et récolter des codes à l'issue de chaque atelier leur permettant de déterminer, à l'aide d'une grille codée, l'emplacement d'un lieu mystère.
- A la fin de la journée, les élèves découvrent la salle mystère puis retrouvent ensuite leur professeur principal pour faire le bilan de la journée.
- La journée se termine par une flashmob au son des percussions, réalisée dans la cour du lycée et un goûter offert par le lycée.
- Un questionnaire a été réalisé avant la journée afin de tester les connaissances des élèves de seconde sur la santé cardio-vasculaire. Ce questionnaire a ensuite été proposé à nouveau aux élèves de seconde à la fin de la journée pour mesurer l'impact de la journée.

Un **dress-code** est proposé aux élèves et personnels du lycée : **Rouge et Blanc** !





Les ateliers proposés lors de la journée :

Les ateliers réalisés au lycée :

- Atelier L1 « Dissection du cœur »
- Atelier L2 « Equilibre alimentaire »
- Atelier L3 « Jeu sur le tabac » et « Quizz en Anglais »
- Atelier L4 « Les gestes qui sauvent »
- Atelier L5 « Les mots de cœur et origami »
- Atelier L6 « Maladies cardiovasculaires » et « Jeu du Corn hole »

Les ateliers réalisés au Parc Saint Crépin :

- Atelier P1 « Sport et handicap » et « Relaxation en anglais »
- Atelier P2 « Parcours sportif »
- Atelier P3 « Percussions »
- Atelier P4 « Danse »



Atelier L1

« Dissection du cœur »

- Animé par un professeur de SVT, une étudiante en faculté de SVT et des élèves de 1ère et Terminale
- Les élèves réalisent une dissection du cœur et sont informés sur quelques maladies cardiaques.



Atelier L2

« Equilibre alimentaire »

- Animé par une professeure de SVT, une étudiante stagiaire en SVT qui se destine à devenir professeure de SVT et des élèves de 1ère et Terminale (écodélégués ayant été formés en amont à l'équilibre alimentaire)
- Les élèves participent à un jeu leur présentant la pyramide alimentaire.
- Ils réalisent ensuite des menus équilibrés en équipe à l'aide d'« aliments » sur différents plateau. Les aliments locaux, bio et de saison sont valorisés.



Atelier L3 « Jeu sur le tabac »

- Animé par une professeure documentaliste et une professeure d'Histoire-Géographie
- Les élèves jouent par équipe à un jeu de plateau : "Les rois du tabac" développé par la PIPSA (Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé, organisme belge) et mis gracieusement à disposition pour faire de la prévention. Ils jouent le rôle d'industriels du tabac, ce qui permet de mettre en évidence les différentes problématiques associées au tabac en termes de santé notamment.



Atelier L3 bis « Quizz en Anglais »

- Animé par des élèves de Terminale et une professeure d'anglais
- Un quizz Kahoot réalisé et présenté en anglais sur la santé cardio-vasculaire par les élèves de première est proposé aux différentes équipes qui y répondent.



Atelier L4 « Les gestes qui sauvent »

- Animé par l'infirmière scolaire, un professeur documentaliste et des élèves pompiers volontaires
- Les gestes de premiers secours et de l'utilisation du défibrillateur semi-automatique sont présentés aux élèves qui peuvent ensuite s'exercer.





Atelier L5 « Les mots de cœur et origami »

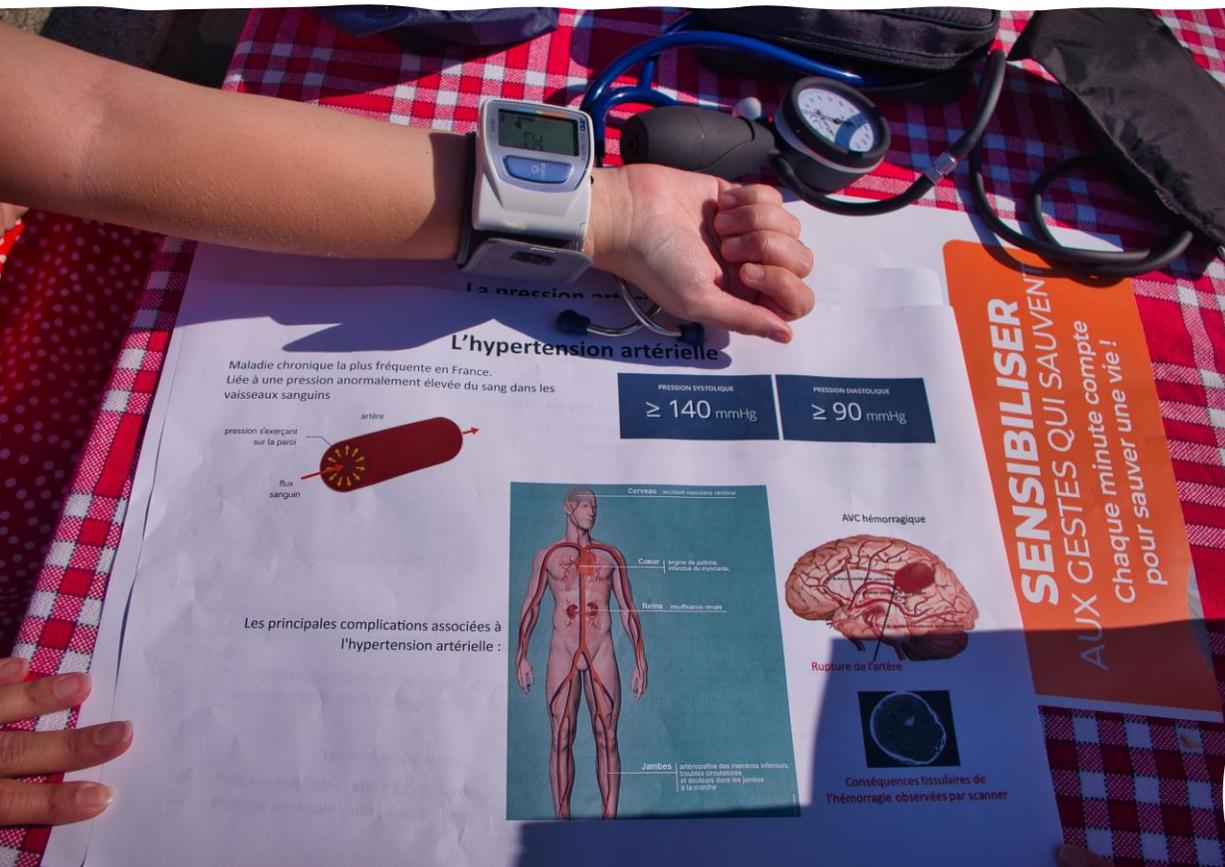
- Animé par des professeures de Mathématiques et de Lettres
- Les élèves réalisent des coeurs en origami et les personnalisent avec des “mots du coeur” : citations, poèmes ou créations personnelles.
- Des guirlandes de coeurs ont été exposées dans le lycée.





Atelier L6 « Maladies cardiovasculaires »

- Animé par des professeures de SVT, SES, espagnol, italien et des élèves de Terminale
- Les élèves sont sensibilisés à l'hypertension artérielle et aux maladies artérioveineuses cérébrales.
- Une prise de tension artérielle est réalisée pour chaque participant.





Atelier L6 bis « Jeu du Corn hole»

- Animé par un professeur de comptabilité et le secrétaire de direction
- Les élèves sont invités à découvrir le jeu d'adresse du Corn hole afin de découvrir une pratique sportive qui nécessite détente et concentration.



Atelier P1 « Sport et handicap » et « Relaxation en anglais »

- Animé par des professeurs d'anglais et d'espagnol et des élèves de première et terminale
- Les élèves sont amenés à réaliser un parcours d'obstacles les yeux bandés afin d'être sensibilisés à la pratique sportive en situation de handicap.
- Les élèves sont amenés à réaliser une séance de relaxation en anglais afin d'apprendre à diminuer leur stress.



Atelier P2

« Parcours sportif »

- Animé par des professeures d'EPS au Parc Saint Crépin
- Les élèves réalisent une course sur le parcours santé du parc avec prise de fréquence cardiaque au début et à la fin du parcours.



Atelier P3

« Percussions »

- Animé par des professeurs d'Histoire-Géographie, de Lettres, d'Anglais et un intervenant extérieur professeur de percussions, ainsi que des élèves de première et terminale
- Les élèves sont initiés à la pratique de percussions (djembé) afin de libérer leur stress et participer à leur bien-être, tout en pratiquant une activité physique et culturelle.



Atelier P4

« Danse »

- Animé par des professeurs de lettres, espagnol, arts plastiques et des élèves de première
- Les élèves apprennent une chorégraphie rythmée (de type zumba) sur « Madre tierra (Oye)» de Chayanne dans le but de préparer une flash-mob en fin de journée.





La clôture du Parcours

- Les élèves terminent le jeu en découvrant la salle mystère renfermant le Coeur de Nerval puis un bilan est réalisé avec leur professeur principal.
- Tous les élèves se retrouvent dans la cour en fin de journée pour la réalisation de la fashmob en musique.
- Un goûter est ensuite offert par le lycée aux élèves.

Vidéo de la journée



<https://videopress.com/v/UXkd9aMP>



Quelques témoignages des élèves

« J'ai bien aimé la danse et les TP de SVT »

« J'ai aimé les percussions, les activités dans le lycée et la salle mystère. »

« J'ai aimé les percussions, la danse, les origamis avec l'invention d'un poème. »

« Ce qui m'a plu : la bonne ambiance et les activités variées. »

« J'ai aimé la danse, la relaxation et la dissection. »

