



Collège GUTENBERG

Fabrice GILET
Principal

www.college-gutenberg.fr

02 38 34 83 40

8 Rue des collèges - 45330 LE MALESHERBOIS

Le Parcours éducatif de santé au collège Gutenberg

Le Biathlon : santé, endurance, concentration et maîtrise de soi



1)- La découverte de l'activité....

Durant l'année scolaire 2020/2021, en cette période de pandémie, les élèves du collège Gutenberg ont pu découvrir de nouvelles activités physiques et sportives principalement d'extérieur en vue de retrouver une condition physique de manière ludique et motivante.

Face aux protocoles sanitaires, il fallait permettre à nos élèves d'avoir une pratique physique basée sur la remise en forme, mais aussi en leur permettant de se développer personnellement.

En effet, le biathlon développe la concentration, la maîtrise de soi, la gestion du stress et l'endurance. Ces avantages ont permis de la proposer aux élèves afin qu'il l'a pratique, la découvre quel que soit leur niveau moteur et/ou leur handicap (contre-indications quelconque).

En permettant la pratique de cette activité physique, ponctuellement et par la suite sur le long terme, avec différents matériels sportifs (support), les élèves se sont retrouvés **par petits groupes, par classe entière, entre licenciés UNSS, lors de rencontres sportives intra-muros pour se défier, partager, pratiquer, retrouver une condition physique perdue ou amoindrie , pour apprendre à gérer son stress et sa concentration en période de pandémie.**

2)- Notre projet :

La Fédération Française de Cardiologie alerte sur le manque d'activité physique et la trop forte sédentarité des jeunes enfants et des adolescents. Cette pandémie a favorisé la sédentarité des jeunes. Chez les adolescents, 40 à 60% ne pratiquent pas d'autres activités que l'EPS en milieu scolaire.

Face à un tel constat , et cette évaluation alarmante des risques sanitaires associés à la sédentarité et à l'inactivité physique des enfants et adolescents (surpoids, obésité, troubles du comportement alimentaire ou encore une qualité du sommeil et de vie altérée) ; les élèves du collège Gutenberg souhaitent relever le défi de retrouver leur santé physique, mentale et les interactions sociales qu'ils ont toujours connues.

En liaison avec notre labellisation « génération 2024 » , Terre de jeu pour le Malesherbois, l'AS du collège, L'UNSS, la section football de l'établissement, et les instances para olympiques, nous souhaitons acquérir du matériel officiel (pistolets et cibles) pour permettre le développement de cette activité « olympique » qui développe l'endurance, la concentration et la maîtrise de soi.

Un projet d'éducation à la santé :

Ce parcours santé prépare les élèves à prendre soin d'eux-mêmes et des autres , à devenir des citoyens responsables en matière de santé individuelle et collective. L'égalité entre les filles et les garçons en est un enjeu transversal majeur pour ces générations, tout comme la pratique en situation d'handicap .

3)- Nos besoins pédagogiques et sportifs :

Pour cela, grâce au budget participatif, nous souhaiterions acquérir des pistolets et cibles de biathlon afin de permettre à tous les élèves du collège de pratiquer cette activité sportive dans les meilleurs conditions possibles dans l'enceinte de notre établissement qui a un fort potentiel pour la pratique en extérieur.

Coût approximatif : 8 cibles et 8 pistolets à 600 euros pièce : 4800 euros

Les élèves du collège Gutenberg