

SEMAINE OLYMPIQUE ET PARALYMPIQUE 2021 SUR POITIERS SUD

Dans le cadre de la Semaine Olympique et Paralympique qui s'est tenue du 1^{er} au 5 février 2021, et en partenariat avec l'USEP pour 2024, des enseignantes et des enseignants se sont mobilisées pour faire vivre pleinement cet événement à leurs élèves. Labellisées Génération 2024, les écoles engagées ont à cœur d'œuvrer pour le Sport Scolaire.

Matinée SOP à Aslonnes : 30 minutes d'activité physique et ...Tous vers TOKYO !



Chaque matin en arrivant à l'école, quelle que soit la météo du jour, les élèves de CM1/CM2 d'Aslonnes rejoignent leur maître dans la cour de récréation de l'école, pour 30 minutes d'activité physique matinale. On commence par 10 minutes de marche, flamme olympique en main !



Ce premier temps est l'occasion pour les élèves d'échanger, de renouer avec leurs camarades de classe.



Après cette marche s'ensuivent 10 minutes d'activités motrices individuelles et sans déplacement : exercices d'échauffement, de tonicité, de renforcement musculaire.

Un temps est ensuite dédié, si la météo le permet, à un jeu collectif traditionnel comme l'épervier, le ballon-prisonnier, ou poule-renard-vipère.

Enfin, la séance se clôt avec 5 minutes de retour au calme : la respiration guidée est l'occasion d'apaiser son corps après l'effort, de se recentrer et de se rendre disponible pour la suite des apprentissages de la journée. Les élèves témoignent d'un net plaisir à pratiquer ces 30 minutes d'activité physique matinale : « On se sent bien après la séance. On se sent en forme, prêts à travailler ! »



Matinée SOP à Saint-Maurice la Clouère : On court Tous vers Tokyo !

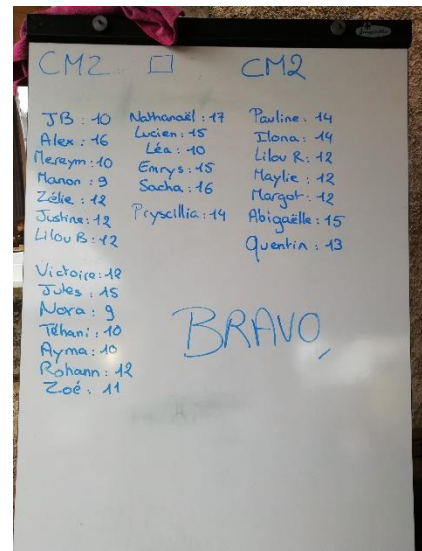


Ce matin-là, les élèves suivent en courant un parcours balisé de 200m, installé par les enseignants de l'école. Chaque tour effectué est matérialisé par une balle de tennis prise au début du tour et déposée à la fin dans une panière.

A la fin de l'épreuve, les élèves comptent

les balles : Les cerveaux réfléchissent, ajoutent, transforment les mètres en kilomètres parcourus. Les Mathématiques s'invitent à la séance : Un bel exemple d'activité transversale avec pour but : Couvrir la distance Paris-Tokyo !

Chaque élève est engagé. Chaque pas, chaque foulée apporte sa précieuse contribution objectif final : « Tous vers Tokyo », tout en favorisant un ancrage renforcé et pérenne du sport scolaire sur tout le territoire : « Unis'Vers Usep 2024 ».



À l'issue des épreuves, tous les participants reçoivent une reconnaissance de participation dont ils sont très fiers.



La venue d'Aurélien RAPHAËL, sportif de haut niveau, multimédaillé (Champion d'Europe et du Monde Junior de triathlon, vainqueur de plusieurs Coupes du Monde et d'Europe de triathlon) et d'une grande humilité, impressionne les adultes comme les élèves. Ce triathlète professionnel de 32 ans, papa d'un petit garçon de sept ans, explique aux enfants de l'école son « métier » de sportif : Le triathlon, comme beaucoup d'autres disciplines sportives, exige un entraînement assidu 6 jours sur 7. Natation, cyclisme et course à pied sont travaillées par deux, chaque jour : natation et course à pied un jour, cyclisme et course à pied le lendemain, etc.

Aurélien prend le temps de montrer aux élèves son équipement sportif, accueille les questions et y apporte des réponses claires.

Il encourage la ténacité des enfants dans la pratique d'une activité physique qui leur plaît, d'une passion qui les anime. A la question : « Est-ce que tu suis un régime sportif ? », Aurélien répond dans un grand sourire : « Je fais attention à bien manger de tout, mais sans excès. Comme je suis pâtissier de formation, j'adore préparer des gâteaux...et les déguster ! D'ailleurs, après ma carrière de sportif de haut niveau, j'aimerais ouvrir un salon de thé/pâtisserie avec ma sœur. C'est un projet qui me tient à cœur. »

Activité sportive, Mathématique et Pâtisserie semblent bien s'accorder !



Véronique Jean

CPC EPS Vienne