

FORMEZ VOTRE ÉQUIPE !

Activités physiques

Prévention

Bien-être

Ugsel Pays de la Loire, acteur de santé, bien-être.



« La santé est un état complet de bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

OMS - 1946

Les + de l'UGSEL

- ⊕ Des formations concrètes
- ⊕ Des apports de connaissances pertinents
- ⊕ Des stratégies pédagogiques performantes
- ⊕ Des mises en situations adaptées aux profils des élèves
- ⊕ Des outils pédagogiques opérationnels
- ➔ **Un accompagnement des équipes à la demande des Chefs d'établissements**

Contact

Ugsel Pays de la Loire

5 rue du Haut Pressoir
BP 61028 - 49010 ANGERS
Cedex 01
ugselformation@saumur.net

Directeur

P. 06 11 91 67 31

Secrétariat Formation

(du mardi au vendredi)
T. 02 41 79 51 74

Programme de formation en 1^{er} degré



ACTIVITÉS PHYSIQUES

En route vers l'Aisance Aquatique

Objectifs

- ✓ Concevoir un cycle d'apprentissage moteur et sécuritaire en milieu aquatique.
- ✓ Mettre en œuvre, animer, réguler la pratique des élèves.
- ✓ Évaluer les progrès des élèves à partir d'éléments observables.

Public : cycle 1
Durée : 12 heures

AISANCE AQUATIQUE



Savoir Nager en Sécurité (SNS)

Réalisation d'un parcours aquatique en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes

Objectifs

- ✓ Concevoir un cycle d'apprentissage « savoir nager ».
- ✓ Mettre en œuvre et animer des séances d'apprentissage du « savoir nager en sécurité ».
- ✓ Évaluer les élèves pour délivrer l'« Attestation Savoir Nager en Sécurité » (ASNS).

Public : cycles 2 et 3
Durée : 12 heures



Savoir Rouler À Vélo (SRAV)

Programme du Ministère des sports

- **Bloc 1** : Savoir pédaler, maîtriser les fondamentaux du vélo.
- **Bloc 2** : Savoir circuler à vélo en milieu sécurisé.
- **Bloc 3** : Savoir circuler à vélo en autonomie sur la voie publique.



Objectifs

- ✓ **S'approprier** le contenu du dispositif ministériel « Savoir Rouler à Vélo » (SRAV).
- ✓ **Concevoir**, mettre en œuvre, animer des situations pédagogiques dans les 3 blocs d'apprentissage.
- ✓ **Planifier** une sortie sur la voie publique pour valider le bloc 3.
- ✓ **Évaluer** l'apprenant dans un dispositif d'évaluation défini.

Public : cycles 2 et 3
Durée : 12 heures



30 minutes d'Activité Physique Quotidienne (APQ)

Objectifs

- ✓ S'approprier le dispositif de l'APQ, pouvoir le mettre en œuvre avec sa classe et le planifier dans son emploi du temps quotidien.
- ✓ Sensibiliser les élèves aux bienfaits et à la nécessité de l'activité physique quotidienne.

Public : cycles 2 et 3
Durée : 6 heures



Motricité et citoyenneté

Objectif

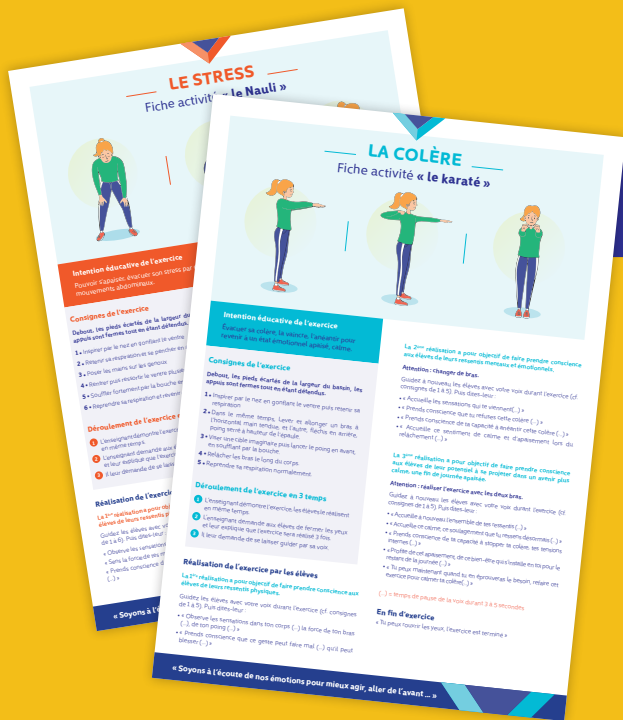
- ✓ Contribuer à la mise en œuvre de situations d'apprentissage garantissant la construction de conquêtes motrices et le développement de qualités humaines relationnelles.

Public : cycle 1
Durée : 12 heures





BIEN-ÊTRE



Les compétences émotionnelles, déterminants clés du bien-être des élèves

Améliorer le bien-être des élèves par la pratique de techniques psychocorporelles afin

- De créer un climat scolaire bienveillant et serein.
- D'apaiser les tensions des élèves.
- De contribuer à prévenir les comportements déviants voire violents.

Objectifs

- ✓ Acquérir différentes techniques psychocorporelles pour améliorer le bien-être des élèves et favoriser leurs attention et concentration.
- ✓ Savoir mettre en œuvre et animer des exercices adaptés aux états émotionnels des élèves.

Public : cycles 1, 2 et 3
Durée : 12 heures

« Intégrer les pratiques psychocorporelles en classe pour un climat scolaire sans tensions »

Être bien dans son corps

Objectifs

- ✓ Mettre en œuvre des situations pour apprendre à se relaxer et favoriser bien-être et disponibilité des élèves.
- ✓ Identifier les états corporels des élèves à différents moments de la journée afin de leur proposer des pratiques corporelles pour les aider à se rendre disponibles aux apprentissages.

Public : cycles 2 et 3
Durée : 12 heures





PRÉVENTION



Prévention de la violence et du harcèlement : 2 modules

Module 1 : Prévenir les comportements violents et de harcèlement

Objectifs

- ✓ Animer auprès d'un groupe de jeunes une action de sensibilisation contre toute forme de violence et de harcèlement.
- ✓ Adopter une posture d'animateur en prévention de la violence et du harcèlement.

Module 2 : Climat serein : situation d'intimidation et de harcèlement

Objectifs

- ✓ Mettre en œuvre un outil pédagogique afin d'apaiser les tensions des élèves.
- ✓ Connaître et mettre en œuvre un protocole d'intervention auprès des élèves concernés par des faits d'intimidation avérés ou supposés.

Public : Tous les personnels
Durée : 12 heures



Prévention et Secours Civiques, PSC 1

Objectif

- ✓ Acquérir les capacités nécessaires pour agir en citoyen acteur de sécurité civile.

Public : Tous les personnels
Durée : 7 heures



L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

« L'EPS contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps et à l'éducation à la sécurité par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales, telles que le respect de règles, le respect de soi-même et d'autrui »

Ministère de l'Éducation Nationale

PRÉVENTION ET SECOURS CIVIQUES

« L'apprentissage des gestes élémentaires de secours favorise la prise d'initiatives et l'engagement de chacun. Les enfants et adolescents, citoyens en devenir, doivent apprendre, dès la maternelle et tout au long de leur scolarité, les gestes et les comportements adaptés à une situation de la vie courante »

DGESCO

CLIMAT SCOLAIRE

« La recherche scientifique prouve qu'un climat scolaire serein influence la réussite des élèves, a un impact sur la réduction des conduites à risques, des microviolences et du harcèlement, de l'absentéisme et du décrochage (...) »

Ministère de l'Éducation Nationale

LE BIEN-ÊTRE

« Le bien-être est composé d'affects positifs et négatifs au centre desquels se trouve la satisfaction de vie par rapport à soi, sa famille, ses pairs, l'école et son environnement »

Edward DIENER, psychologue américain

« Il y a une corrélation entre le bien-être et le sentiment d'efficacité personnelle. La recherche nous montre que plus le sentiment d'efficacité personnelle des élèves est élevé, plus le sentiment d'efficacité des enseignants est élevé. Donc plus le bien-être des élèves est élevé plus le bien-être des enseignants est élevé »

Julien MASSON, Maître de conférence en science de l'éducation, Enseignant chercheur – Bienveillance, motivation, bien-être à l'école

”