

Stage de vivre ensemble et de préparation physique

POE 2023 : Collège de BOULARI

1. Objectifs

- Expérimenter le vivre ensemble (coopération et entraide)
- Développer ses capacités physiques (préparation saison)
- Renforcer la cohésion des sections (intégration des 6^{ème} ...)
- Découvrir les APPN



Dans la finalité de favoriser le vivre ensemble (volet 2 du projet d'établissement)

2. Evaluation des compétences

- **Domaine 1**
- **Communiquer (échanger, langage correct)**
- **Se préparer à l'effort et s'entraîner pour progresser et se dépasser**
- **Domaine 2**
- **Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs : Coopérer**
- **Domaine 3**
- **Respecter, construire et faire respecter règles de vie et règlement**
- **Domaine 4**
- **Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger**

3. Programme

- Pour favoriser le vivre ensemble, les élèves étaient répartis de façon différente selon les activités
- En groupe de niveau physique sur les activités sportives
- En équipe mixte bad/athle, fille/garçon/ Age pour les épreuves de Koh Lanta
- En groupe section pour le mercredi après-midi
- En chambre filles et garçons séparés dans les dortoirs

- Les activités proposées ont été riches et variées : Randonnée, Trail, Golf, VTT, Sports collectifs, Etirements, PPG, épreuves Koh Lanta

- Une heure d'étude était proposée aux élèves en début de soirée

➤ Activités spécifiques et nouveautés 2023

- Pas d'activités nautiques cette année à cause du risque requin, pas d'activité badminton car la salle est en travaux
- Pour les élèves de la section Athlétisme

Intervention sur la santé : sommeil et alimentation du sportif

Explication de la saison des compétitions : barème de cotation, équipe, niveau de performance, moyen d'y parvenir



Golf



VTT







Sortie TRAIL



RANDONNEE





KOH LANTA





L'étude du soir





Les ATHLETES



LE GROUPE



4. BILAN :

C'est un bilan très positif que nous pouvons faire de ce séjour encore une fois. Les élèves ont acquis des compétences d'autonomie, de coopération. La vie en communauté s'est très bien passée : rotation pour mettre la table, débarrasser, entretenir un état propre des chambres. Nous avons fait très peu de remarques sur le comportement des élèves. D'une année sur l'autre, le cadre mis en place est intégré par les élèves.

En termes de préparation physique, nous notons que les élèves se sont surpassés et sont sortis de leur zone de confort pour la plupart. Quelques élèves étaient malades mais ils ont réussi à participer à quelques activités. Nous déplorons une blessée légère à la cuisse cette année.

Les deux sections ont bien cohabité et des liens forts se sont créés entre les deux groupes notamment grâce aux épreuves Koh lanta. Une hymne des sections a été créée par les élèves sur le rythme de la chanson « We will rock you »(Queen)

Les nouveaux ont pu découvrir les APPN suivantes : randonnée, VTT, Golf. Les anciens ont pu se perfectionner.

Merci à la province sud qui nous donne accès au CAP

Merci aux organismes qui subventionnent ce séjour : l'ANS, l'association sportive du collège, la mairie du Mont dore, les associations de parents d'élèves (APE, UGPE)

Merci au collège qui nous soutient dans ce projet

Merci aux parents qui nous font confiance.

