



## Projet "Activité Physique et Santé des Élèves" en classes de 5<sup>ème</sup> (Collège Paul-Dardé) et 2<sup>nde</sup> (Lycée Joseph-Vallot) avec la Maison Sport-Santé

La **Maison Sport - Santé du Lodévois – Larzac** est une structure habilitée par l'**Agence Régionale de Santé Occitanie** et par la **Direction de Région Académique à la Jeunesse, à l'Engagement, et aux Sports d'Occitanie** (décision n°MSS21-OCC-34-01 du 18/12/2023). Elle a pour mission d'aider les personnes souffrant d'une affection de longue durée (ALD), d'une maladie chronique, ou de facteurs de risque, mais aussi toutes les personnes souhaitant rester en bonne santé, à entreprendre et poursuivre une activité physique ou sportive adaptée à leur état et à leurs souhaits. Elle accueille tout citoyen vivant sur le territoire, quel que soit son état de santé, pour réaliser un bilan complet (gratuit) permettant d'évaluer ses problématiques et besoins personnels et ses capacités physiques. À partir de ce test, une proposition d'activité (parfois soutenue financièrement) et un accompagnement sont réalisés par des médecins et éducateurs spécialisés.

Le projet "**Activité Physique et Santé des Élèves**" s'adresse aux classes de 5<sup>ème</sup> du Collège (donc généralement avant la puberté) et aux classes de 2<sup>nde</sup> du Lycée (après la puberté mais encore à distance du bac). Il a pour but de faire le point des capacités physiques et des besoins personnels des élèves (notamment en termes d'endurance, souplesse, force musculaire) de façon à déterminer des objectifs d'entraînement pouvant être intégrés aux cours d'éducation physique et sportive (EPS) et, si nécessaire à des activités physiques adaptées extrascolaires gratuites.

Les différentes **étapes du projet** :

- Bilans individuels en Septembre-Octobre : mensurations et indice de masse corporelle, composition corporelle (masse musculaire, masse grasse), souplesse, force, endurance...
- Restitution des résultats en Octobre par les médecins de la Maison Sport-Santé en classe; explication des résultats communs et remise à chaque élève de ses résultats personnels.
- Avec le consentement écrit des titulaires de l'autorité parentale, traitement statistique des données anonymisées par la Maison Sport-Santé afin de bien cibler les enjeux de la population du collège et du lycée de Lodève pour les actions de prévention-santé. De manière individuelle, ce consentement permet à chaque élève d'accéder, avec ses parents, à son propre compte pour prendre connaissance de ses résultats et bénéficier d'un suivi.
- Élaboration d'objectifs ("défis") personnels d'entraînement, par équipe et/ou en famille pour améliorer les performances qui le nécessitent.
- Travail spécifique en classe en fonction des besoins et envies des élèves pour améliorer leur état de santé. Activité physique adaptée extrascolaire gratuite, encadrée par les enseignants en activité physique adaptée de la Maison Sport-Santé, pour les élèves dont l'état de santé le nécessite.
- Nouveaux bilans individuels en fin d'année pour mesurer les progrès obtenus.
- Participation à la journée Sport Santé organisée par la Maison Sport-Santé en juin avec les élèves et les familles volontaires.
- Tout au long de l'année, l'infirmière scolaire peut recevoir les élèves et les familles qui en ressentent le besoin pour les accompagner dans leur démarche de santé ou de prévention. Les médecins bénévoles de la Maison Sport-Santé se tiennent aussi à leur disposition.

*Les informations recueillies sur la qualité de vie dans le cadre de ce projet reposent sur une base déclarative dont le traitement est strictement confidentiel et ne saurait avoir de suites autres qu'une sensibilisation des enfants aux enjeux de leur santé ni occasionner de jugement sur les choix des familles.*

### **Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac**

Espace Lutéva, Bd Joseph-Maury - 34 700 Lodève  
Téléphone : 07 79 13 51 66  
Courriel : [sportsantelodevoislazac@gmail.com](mailto:sportsantelodevoislazac@gmail.com)  
Site Internet : [www.sport-sante-lodevois-larzac.fr](http://www.sport-sante-lodevois-larzac.fr)

### **Lycée Joseph-Vallot**

Rue du Dr Henri-Mas, 34 700 Lodève  
Téléphone : 04 67 88 48 60  
Site Internet :  
<https://joseph-vallot.mon-ent-occitanie.fr>

### **Collège Paul-Dardé**

Route de Bédarieux, 34 700 Lodève  
Téléphone : 04 67 88 47 90  
Site Internet :  
<https://paul-darde.mon-ent-occitanie.fr>