

Le développement de l'estime de soi en pratiquant de l'activité physique en EREA

Etablissement régional d'Enseignement Adapté

LEA-EREA LES MILLES SOURCES
LE SEUL SUR L'ACADÉMIE DE LIMOGES

LEA-EREA

Etablissement public local d'enseignement qui accueille des élèves en difficultés scolaires et/ou sociales ainsi que des élèves avec une reconnaissance de handicap qui impacte leurs apprentissages.

Sa spécificité est d'offrir, en complément de l'enseignement général adapté et de la formation professionnelle, un accompagnement pédagogique et éducatif en internat avec des enseignants du 1^{er} degré, des enseignants du second degré ainsi que des assistants d'éducation.

Public accueilli

Contexte

28 lycéens inscrits en CAP sur l'une des quatre formations (PAR, MEN, CAR, IMTB). Deux élèves sont sous le statut d'apprenti

34 collégiens issues soit d'une commission d'affectation la CDOEASD (*commission départementale d'orientation vers les enseignements adaptés du second degré*) soit de la MDPH (*maison départementale des personnes handicapées*)

Sur ces 62 élèves, 46 sont internes (74%) et 9 sont demi-pensionnaires (14%)

Meymac est desservie par plusieurs lignes SNCF ce qui permet d'accueillir des élèves provenant des agglomérations d'Ussel, Brive, Tulle et Limoges.

PUBLIC Fragile

Quelques indicateurs

Cette année, 60% des élèves ont une mesure éducative de mise en place contre 8% n-1 et n-2

Cette année, 64% des élèves relèvent du champ du handicap contre 29% n-1 et 30% n-2

EREA accueille de plus en plus d'élèves avec une notification MDPH ITEP avec des troubles du comportement.

Chez les lycéens, une grande majorité sont des élèves EANA (élèves allophones) qui sont affectés au gré de leur arrivée dans l'un des 3 départements de l'académie. Ils résident en foyer ou en famille d'accueil les week-end et sont internes la semaine.

Cette année, 67% des lycéens sont des élèves allophones contre 96% n-1 et 64% n-2

Favoriser l'activité physique pour une meilleure imprégnation

Développement du parcours éducatif de santé et déploiement des activités éducatives: Prendre soin de soi-même et des autres

L'emploi du temps des élèves est adapté pour permettre la mise en place d'activités éducatives 3 fois par semaine.

Les élèves ont la possibilité de pratiquer plusieurs activités différentes parmi une liste établie et modifiée entre chaque vacances scolaires.

- 2h le mardi et le jeudi après-midi et 3h le mercredi après-midi
- les activités sont d'ordre physiques et/ou créatives

Pratique régulière d'activités de plein nature pour développer l'estime de soi et mobiliser d'autres compétences

Le VTT, l'escalade, la randonnée

Activités qui permettent de prendre conscience de son corps et qui mobilisent la concentration et la patience.

Observables:

- Les élèves réussissent à se fixer un objectif et développent des stratégies pour l'atteindre.
- Ils progressent dans la coordination mains-pieds et apprennent à anticiper les mouvements parce qu'ils les répètent et les mémorisent.
- Ils développent des savoirs faire techniques: nœuds, mécanique vélo, régler les éléments.

Pratique régulière d'un sport au contact des animaux

Equitation

Activité qui permet de prendre conscience de son corps et qui mobilise la patience et l'empathie.

Le contact avec un animal a un effet apaisant et leur inculque le sens des responsabilités

Observables:

- Les élèves progressent dans la coordination de leurs gestes, ils réussissent à anticiper des obstacles et à se positionner en tant que pilotes.
- Les élèves s'améliorent dans la durée de leur concentration, ils mobilisent leur mémoire en effectuant des tâches répétitives sur le soin de l'animal avant l'activité.
- Progressivement, ils accèdent à l'autonomie, ils prennent des initiatives et acquièrent une certaine maîtrise et confiance en soi.
- Ils réussissent à effectuer des exercices sur un animal plus gros et plus lourd qu'eux.

Pratique régulière d'un sport collectif dans le but de s'initier aux notions de communication et de collaboration

Rugby, badminton, basket, volet

Activités qui permettent de prendre conscience de la notion d'équipe et de ses enjeux. Développement du jeu collectif

- Les élèves améliorent leurs performances sportives avec une pratique régulière (la force, la vitesse et l'endurance...)
- Ils renforcent leur équilibre, la coordination de leurs mouvements et l'agilité.
- Ils développent la maîtrise de soi face aux erreurs tactiques et les points gagnés ou perdus
- Ils se confrontent au besoin des règles et apprennent à construire des stratégies avec le collectif.
- Ils apprennent à accepter les décisions d'arbitrage

En quoi ces activités impactent la santé mentale de nos jeunes?

Les activités leur permettent de se trouver en réussite malgré les difficultés qu'ils peuvent rencontrer.

Des élèves qui ont envie de venir à l'EREA

Des élèves qui se plaisent à l'internat

Des élèves qui reprennent confiance en eux et qui acquièrent des compétences

Des élèves qui progressivement acquièrent du discernement et qui réussissent à analyser les situations de conflit.