

MUSCLE TON AVENIR !

LES INTERVENTIONS ET ACTIONS



Contact : Mylène Séchaud - Responsable projet Muscle ton avenir !

Tel : 06 22 63 96 65

Mail : sportsante@cdos94.org

TRANSMISSION DE LA CULTURE SPORTIVE PAR LA PROMOTION DE L'ESPRIT SPORTIF ET DES VALEURS OLYMPIQUES

MINI-EXPOSITION SUR L'OLYMPISME

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : 42 pages plastifiées (format A3), fixable au mur avec du scotch ou tout type de matériel adhésif

Thématique et description du contenu :

Elle initie aux **principes et valeurs de l'Olympisme**.

Elle est composée de 7 thèmes : **l'Olympisme, les Jeux Olympiques, Sport Olympique, Athlète olympique, les Jeux Paralympiques, Paris 2024, et Sport et développement durable**.

Tous déclinés en 6 pages aux couleurs de chaque anneau olympique.

Un quiz est disponible (version papier et version numérique).

Modalités de mise à disposition : prêt de l'exposition et du quiz

L'OLYMPISME

L'Olympisme se définit comme :

« Une philosophie de la vie, exaltant et combinant en un ensemble équilibré les qualités du corps, de la volonté et de l'esprit. Alliant le sport à la culture et à l'éducation, l'Olympisme se veut créateur d'un style de vie fondé sur la joie dans l'effort, la valeur éducative du bon exemple et le respect des principes éthiques fondamentaux universels. » (extrait de la charte olympique)

La charte olympique : Codification des principes fondamentaux de l'Olympisme, des règles et des textes d'application adoptés par le CIO. Elle régit l'organisation, les actions et le fonctionnement du Mouvement olympique et fixe les conditions de la célébration des Jeux Olympiques.

Les principes fondamentaux de l'Olympisme :

- 1 - Philosophie de vie
- 2 - Au service de la paix
- 3 - Universel
- 4 - Droit de l'Homme
- 5 - Anti-discrimination
- 6 - Respect de la charte

L'OLYMPISME

Qu'est-ce que le CIO ?

Fondé le 23 juin 1894, le Comité International Olympique (CIO) est une organisation internationale indépendante à but non lucratif basée à Lausanne, en Suisse, la capitale olympique. Le CIO est au cœur même du sport mondial.

- Il assure toutes les actions principales du Mouvement olympique.
- Il assure la promotion de l'Olympisme dans le monde entier et supervise la célébration régulière des Jeux Olympiques.
- Avant, il définit tous les détails sur les Jeux Olympiques et les épreuves olympiques.
- C'est l'autorité suprême du Mouvement olympique.
- Il représente ses valeurs et ses symboles à l'échelle internationale.

Le savais-tu ?

En France, c'est à l'issue du niveau national, le CIO est représenté par le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF).

Au niveau régional, il s'agit du Comité Régional Olympique et Sportif (CROS), et au niveau départemental, c'est le rôle du Comité Départemental Olympique et Sportif (CDO).

EXPOSITION SUR LES JEUX OLYMPIQUES & PARALYMPIQUES

Niveau du public : Élémentaire (dès 8 ans) - Collège - Lycée - Adultes

Type de support : 64 panneaux sur bâches PVC

JO d'été (dont 1 bâche femme et sport et 1 bâche Jeux Antiques/modernes)

4 bâches : 225cmX120cm (longueur X hauteur) + 2 bâches : 180cmX120cm + 2 bâches : 110cmX120cm

JO d'hiver :

4 bâches : 225cmX120cm + 1 bâche : 110cmX120cm

Jeux Paralympiques :

3 bâches : 225X120cm

Thématique et description du contenu :

Le CDOS 94 a monté une exposition mobile sur les **Jeux Olympiques, les Jeux Paralympiques**, ainsi que sur **les femmes et le sport à travers les JO et les Jeux antiques**.

L'exposition retrace l'histoire des JO depuis l'antiquité jusqu'à nos jours, en présentant les symboles de l'Olympisme, les mascottes, les torches et les affiches de chaque édition des Jeux d'été et d'hiver avec de nombreuses anecdotes.

Un quiz est disponible (version papier et version numérique).

Modalités de mise à disposition : prêt de l'exposition et du quiz

Amsterdam 1980

Seoul 1988

Barcelona 1992

Atlanta 1996

Val-de-Marne

ESCAPE GAME PARIS 2024

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : version papier ou version numérique

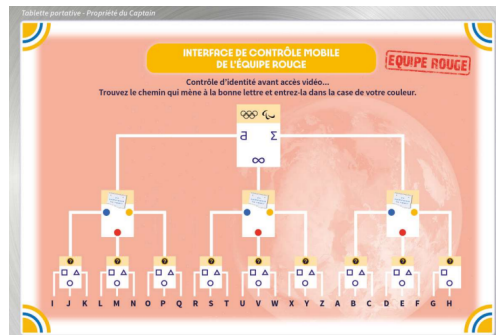
Durée : 45 minutes - environ 30 joueurs répartis en cinq équipes

Thématique et description du contenu :

L'Escape Game Génération 2024 élaboré par le Comité d'Organisation des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 est un jeu complet, ludique et pédagogique ayant vocation à **promouvoir l'esprit des Jeux Olympiques et Paralympiques à travers ses valeurs universelles, sportives et culturelles**. Au travers du jeu, les élèves pourront tenter de **résoudre des énigmes et relever des défis physiques et sportifs, tout en développant de nouvelles connaissances**.

Le principe : résoudre des énigmes et relever des défis physiques et sportifs tout en développant de nouvelles connaissances ! En complément des éléments de jeu, l'Escape Game est composé d'un **mode d'emploi et d'un livret pédagogique** reprenant le déroulement de jeu en présentant les compétences à l'œuvre pour chaque étape.

Modalités de mise à disposition : prêt du kit Escape Game et/ou animation de l'Escape Game



JEU VERS OLYMPIE

Niveau du public : Lycée - Adultes

Type de support : Jeu de société

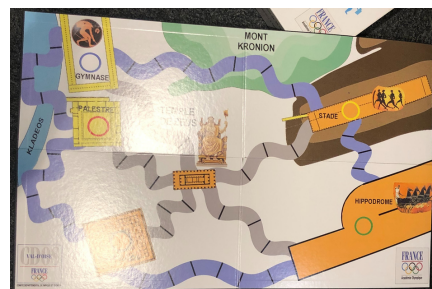
Durée : 45 minutes/1 heure - jeu par équipe

Thématique et description du contenu :

Le jeu de société Jeu vers Olympie est un jeu de société à l'image du Trivial Pursuit qui propose des questions sur le thème des Jeux antiques et des épreuves de l'époque.

Le but est de répondre à un maximum de questions en se déplaçant sur un plateau de jeu reproduisant les infrastructures antiques pour accumuler chaque anneau de chaque couleur.

Modalités de mise à disposition : prêt du jeu de société



FICHES RESSOURCES

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : Fiche support pédagogique et activités

Thématique et description du contenu :

Plusieurs fiches support sont disponibles pour aborder des thèmes liés à l'Olympisme : **Pierre de Coubertin ; politique et Jeux modernes ; géographie et JO ; les mascottes ; les affiches ; la flamme olympique et le relai de la flamme olympique, etc.**

Modalités de mise à disposition : envoi des dossiers pédagogiques

ANCRAGE DES JEUNES DANS UNE DÉMARCHE DE RESPONSABILITÉ SOCIALE :

Développer l'engagement et la citoyenneté via la formation aux valeurs républicaines, à la laïcité et au bénévolat.

PROJECTION CINÉMA – DÉBAT

Niveau du public : Élémentaire dès 9 ans - Collège - Lycée - Adultes

Type de support : Film

Thématique et description du contenu :

Dans une période complexe de l'histoire, le film « **La Couleur de la victoire** » retrace l'exploit de **Jesse Owens** lors des Jeux Olympiques de Berlin en 1936. Ce récit est une opportunité idéale pour susciter la réflexion des jeunes générations sur les sujets du racisme, de la tolérance et du respect.

Synopsis du film : Dans les années 30, Jesse Owens (Stephan James), jeune afro-américain issu du milieu populaire, se prépare à concourir aux Jeux Olympiques. Cependant, alors qu'Owens lutte dans sa vie personnelle contre le racisme ambiant, les États-Unis ne sont pas encore certains de participer aux Jeux de 1936, organisés en Allemagne nazie. Le débat est vif entre le président du Comité Olympique Jeremiah Mahoney (William Hurt) et le grand industriel Avery Brundage (Jeremy Irons). Pourtant, la détermination de Jesse à se lancer dans la compétition est intacte...

Le cahier pédagogique accompagne la projection du film « La couleur de la victoire » et à été conçu pour étayer la réflexion des élèves sur les valeurs transmises par le sport, notamment les valeurs olympiques : l'amitié, le respect et l'excellence. Ce document est le fruit de la collaboration entre l'Académie de Créteil et l'Association 733 Jesse Owens.

Modalités de mise à disposition : mise à disposition du film pour projection et animation du débat possible



SENSIBILISATION SUR LA LAÏCITÉ

Niveau du public : Lycée - Adultes

Type de support : intervention en présentiel

Durée : jusqu'à 6 heures

Thématique et description du contenu :

La journée de sensibilisation doit permettre aux participants de comprendre :

- **ce qu'est la laïcité et ce qu'elle n'est pas ;**
- **en quoi le principe de laïcité véhicule les valeurs de la République ;**
- **comment s'applique le principe de laïcité en fonction des situations professionnelles.**

Modalités de mise à disposition : intervention par un formateur VRL et/ou mise à disposition des supports pédagogiques



ANCRAGE DES JEUNES DANS UNE DÉMARCHE DE RESPONSABILITÉ SOCIALE :

Favoriser l'inclusion, la cohésion et la mixité sociale par la sensibilisation et l'initiation aux pratiques handisports.

DÉCOUVERTE DES VALEURS PARALYMPIQUES ET DES PARASPORTS

Niveau du public : Élémentaire dès 9 ans - Collège - Lycée - Adultes

Type de support : Film et quiz

Thématique et description du contenu :

Créée par le Comité Paralympique et Sportif Français, cette ressource permet de découvrir les valeurs paralympiques et les parasports en s'appuyant sur un extrait du documentaire **Rising Phoenix**, documentaire sur le mouvement paralympique.

Elle est accompagnée d'un **quiz en ligne**.

Modalités de mise à disposition : mise à disposition du support pédagogique et du quiz



FICHES RESSOURCES

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : Fiche support pédagogique et activités

Thématique et description du contenu :

Le CPSF - Comité Paralympique et Sportif Français propose des fiches d'activités qui ont pour vocation de vous guider. Ces fiches sont des suggestions de mise en place de pratique handisports comme le para athlétisme, le cécifoot ou la boccia . Il revient à chaque enseignant de l'adapter selon son programme pédagogique, ses besoins et ses possibilités de mise en place.

Modalités de mise à disposition : envoi des fiches pédagogiques et fiches d'activité



ANCRAGE DES JEUNES DANS UNE DÉMARCHE DE RESPONSABILITÉ SOCIALE :

Eduquer et sensibiliser au développement durable en partageant les bonnes pratiques.

LA FRESQUE DU SPORT DURABLE

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée - Adultes

Type de support : jeu de cartes magnétiques

Durée : 30 minutes/1 heure - groupes de 4 à 8 personnes

Thématique et description du contenu :

Le CDOS 94 propose de sensibiliser au développement durable via la "Fresque du sport" : sur la thématique des impacts du sport et du sportif sur l'environnement, créée par le CDOS des Yvelines. Cette animation comporte des cartes par lots (5 lots de 6 à 10 cartes) selon les couleurs données qui correspondent chacune à des thèmes.

L'objectif est de constituer une fresque avec les cartes selon la thématique afin de déboucher sur une discussion collective. En montrant les impacts de la pratique sportive sur l'environnement, on essaie ensuite de trouver des solutions en groupe pour donner suite aux constats trouvés.

Modalités de mise à disposition : prêt du jeu de cartes et possibilité d'animation de l'activité par le CDOS 94



SERIOUS GAME : À LA RENCONTRE DU STADE DURABLE

Niveau du public : Collège - Lycée - Adultes

Type de support : Serious game en ligne

Thématique et description du contenu :

Un stade olympique doit respecter l'environnement, répondre aux besoins des Jeux et au-delà, être utile à la population et à l'économie locale. On appelle cela un stade durable.

A travers ce **serious game interactif**, traversez les six phases de la construction d'un stade durable. Dialoguez avec une représentante du CIO, la maire de la ville-hôte, l'architecte et un citoyen engagé.



FICHES RESSOURCES

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée - Adultes

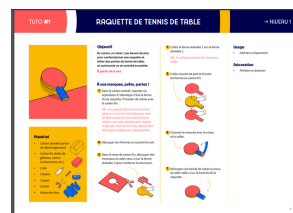
Type de support : Fiche support pédagogique et activités

Thématique et description du contenu :

Ces ateliers consistent en la fabrication de petits équipements sportifs à partir de matériaux destinés à être jetés et facilement récupérables. L'objectif est de sensibiliser les jeunes au réemploi et au recyclage.

Ce kit pédagogique, destiné principalement aux enseignants de cycle 2 et 3 est composé de 12 fiches ateliers: raquette de tennis de table, corde à sauter ou encore cerceaux et poteaux de slalom, il y en a pour tous les goûts!

Modalités de mise à disposition : envoi des fiches pédagogiques et fiches d'activité



DÉVELOPPER UNE MEILLEURE QUALITÉ DE VIE EN LUTTANT CONTRE LA SÉDENTARITÉ PAR LA PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE COMME FACTEUR DE SANTÉ

EVAL'SPORT

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : application numérique soutenue par l'Académie de Créteil

Durée : sessions d'1h30 à répéter tout au long de l'année

Thématique et description du contenu :

Utilisation d'un algorithme comportant 200 points de mesures à chaque âge et par genre pour identifier le plus précisément chaque participant, soit plusieurs milliers d'unités de mesures pour les 8 tests qui sont proposés dans l'application. Grâce à son EVALKIT et à ses fiches TUTOTEST chaque test peut être mis en place et lancé en moins de 5 minutes. La simplicité d'organisation des évaluations permet de finaliser une session complète pour 30 participants en 1h30 avec 2 à 3 référents encadrants.

Après avoir intégré les résultats dans l'application (en direct sur tablette ou sur papier grâce aux fiches EVALTEST téléchargées dans l'espace EVALKIT de l'application) **vous disposez de l'ensemble des informations individuelles ou collectives par âge, genre, niveau ou par structure** ou encore groupement de structures.

UTILISATION :

- 1) EVALSPORT vous permet de **créer un référentiel Santé Sport sur l'environnement de votre choix (Scolaire ou sports) et de suivre au mieux le développement physique fondamental de votre population cible.**
- 2) EVALSPORT vous permet d'**organiser des sessions d'animation et défi sport sur les fondamentaux physiques.**
- 3) EVALSPORT vous permet d'**initier de nouveaux pratiquants en parallèle d'événements sportifs locaux ou encore lors de manifestations liées à la sensibilisation, à la santé et à l'activité physique.**

Modalités de mise à disposition : utilisation en autonomie ou avec l'aide du CDOS 94

S'INITIER & APPRENDRE

S'ÉVALUER POUR MIEUX PRATIQUER

PROGRAMME POUR LES 9-16 ANS

Ce programme s'inscrit dans une logique d'éducation respectant 3 axes fondamentaux :

- LE SPORT** : Connaître son potentiel > 5 ateliers ludiques & technologiques
- LA SANTÉ** : La bonne hygiène nutritionnelle Infos & Conseils
- L'ÉCOLOGIE** : Le respect des sites sportifs Devenir Ecoresponsables

Un dispositif complet de sensibilisation au service des 9 - 16 ans !

EVASPORT ÉDUCATION EST DÉVELOPPÉ POUR

- Le scolaire | De 9 à 16 ans (CM1/CM2/Collège/Lycée) - Action Éducative à visée pédagogique
- Le périscolaire | De 9 à 14 ans - Jeux, Animations & Sensibilisation des jeunes publics

30 participants / 4 rotations
1h d'activité / semaine
30min de sensibilisation
120 enfants par year

LA PLATEFORME D'ÉVALUATION SANTÉ - SPORT

UN ACCOMPAGNEMENT COMPLET POUR VOTRE STRUCTURE

- UNE SOLUTION TECHNIQUE NOUVEAU
- UN ACCÈS RAPIDE, ALÉRIE POUR VOS ENCADRANTS
- UNE FORMATION PRODUIT COMPLÈTE

Un kit pédagogique **EVALKIT** Accès à l'ensemble des outils numériques, médias et communication nécessaires à la réalisation de vos évaluations

ACCESSIBLE À TOUS

EVASPORT VOTRE PLATEFORME-WEB dédiée à l'évaluation physique et à la gestion de vos pratiquants

UN KIT pédagogique **FLEXOBOX**

UNE PLATEFORME NUMÉRIQUE multi-supports dédiée à la connaissance du potentiel fondamental SANTÉ - SPORT de tous les publics pour toutes les pratiques.

L'ensemble des solutions digitales apportées par EVASPORT offre de nombreuses possibilités d'orientations aux acteurs de l'éducation, du sport et du bien-être en valorisant et pérennisant le double projet humain et structurel.

1 ANNONCEZ VOS TESTS ET RELEVEZ VOS ÉVALUATIONS

2 ORGANISEZ ET RÉALISEZ VOS ÉVALUATIONS

3 OBTENEZ VOS RÉSULTATS ET STATISTIQUES

4 SUIVEZ VOTRE STRUCTURE AU QUOTIDIEN AVEC LES OUTILS D'ENTRAÎNEMENT ET AGENDA

VÉLOS SMOOTHIES

Niveau du public : Collège - Lycée - Adultes

Type de support : stand vélos smoothies - 4 vélos disponibles et bientôt 2 vélos taille enfant

Thématique et description du contenu :

Le principe : préparer sa mixture de fruits coupés + de jus de fruits, placer le blender sur l'emplacement du vélo prévu à cet effet, et pédaler ! Le mixeur sera actionné par l'activité physique et sportive générée par vos pédalages.

Une activité ludique qui ravira petits et grands !

Modalités de mise à disposition : prêt des vélos smoothie et des recettes



FICHES RESSOURCES

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée - Adultes

Type de support : Fiche support pédagogique et activités

Thématique et description du contenu :

Dans le cadre du dispositif des "30 minutes d'activité physique quotidienne", l'Académie de Paris a développé un répertoire de ressources permettant de proposer un temps d'activité physique quotidien de 15 à 30 minutes, à organiser au sein de l'école, dans les cours et/ou les préaux, en complément de l'EPS.

Cette ressource rassemble 40 fiches d'activités classées par champs d'apprentissage. Ces fiches sont doubles: une page de présentation de l'activité destinée aux PE et aux élèves à la fois, et une page pédagogique destinée aux PE.

Modalités de mise à disposition : envoi des fiches pédagogiques et fiches d'activité

ACCOMPAGNEMENT VERS UNE INSERTION PROFESSIONNELLE INDIVIDUALISÉE, PRÉVENTIVE ET ADAPTÉE

DÉCOUVERTE DES MÉTIERS DU SPORT ET DE PARIS 2024

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Type de support : intervention en présentiel avec support numérique

Durée : 1 heure

Thématique et description du contenu :

Présentation et discussion des métiers du sport (éducateur sportif, professeur d'EPS, professeur de sport, évènementiel sportif, marketing, etc.) : parcours de formation, missions, compétences, ...

Présentation et discussion des métiers liés à Paris 2024 (hôtellerie, restauration, accueil, évènementiel sportif, etc.) ! parcours de formation, missions, compétences.

Présentation des différents dispositifs d'emploi et d'insertion professionnelle : service civique, formations, etc.

Possibilité de faire intervenir plusieurs experts et professionnels du sport pour qu'ils parlent de leur métier.



Panorama des métiers existants ou émergents en lien avec le développement des activités sportives

RENCONTRE ET ÉCHANGES AVEC DES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

Niveau du public : Élémentaire - Collège - Lycée

Durée : 1 heure

Thématique et description du contenu :

Rencontre avec des sportifs de haut niveau du département pour discuter et échanger avec les jeunes.

Echanges et discussions libres, il peut y avoir une préparation en amont des jeunes avec leur encadrant pour préparer les questions.