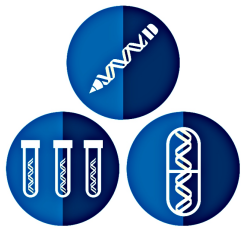


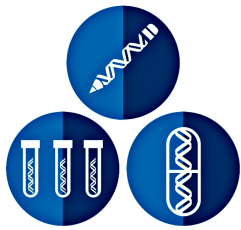
PROJET PÉDAGOGIQUE

Nom du projet	
Parcours du cœur scolaire	
Professeur(s)	Classe(s)
Madame Ludivine GODARD Avec la participation de Madame ARGUEL et Monsieur EL JAMAL, de la proviseure adjointe et des collègues d'EPS	Classes de première ST2S Lycée Angela Davis à Saint-Denis (93)
Date(s)	
Du 19 au 22 avril 2022	
Objectif(s)	
Une journée pour sensibiliser les élèves de nos quatre classes de première ST2S à la santé cardiaque en mêlant alimentation, activité sportive et gestes qui sauvent.	
Activité(s) menée(s)	
<p>1) Petit déjeuner équilibré => Bien manger pour protéger son cœur.</p> <p>2) Activité physique => Exercices sportifs divers (fractionné, musculation) avec l'utilisation des capteurs cardiaques ExAO ainsi que de montres connectées dans le but d'associer l'activité physique à des informations de santé et conseils.</p> <p>3) Formation aux gestes qui sauvent (GQS) => Savoir agir en cas d'arrêt cardiaque.</p> <p>4) Bilan du parcours Après les ateliers, les élèves devaient répondre à un questionnaire et un bilan a ensuite été réalisé.</p>	
Image(s) et/ou lien(s)	



PROJET PÉDAGOGIQUE





PROJET PÉDAGOGIQUE

Bilan et perspectives

Un bilan très positif :

- ✓ Les élèves de première ST2S ont adoré participer à cette journée de sensibilisation avec chacune de leur classe.
- ✓ Les journées ont été riches en informations et diverses activités ; et les élèves sont restés très attentifs et dynamiques.
 - ✓ Ils ont apprécié la formation aux gestes qui sauvent (GQS).
- ✓ La journée sera reconduite l'an prochain pour nos quatre classes de première ST2S.

Contact mail pour en savoir plus : ludivine.guigues@ac-creteil.fr