

# Comment intégrer le sport et des modes de vie plus sains dans le parcours scolaire des élèves ?

*Une boîte à outils pour les enseignants*

## Index

### Introduction

1. [Utiliser l'éducation physique, le sport et l'activité physique pour améliorer le niveau scolaire](#)
2. [Promouvoir, parmi les professeurs, un examen attentif sur la manière d'intégrer un mode de vie plus sain et le bien-être des élèves dans le programme scolaire](#)
3. [Expériences et projets antérieurs au sein de l'école en lien avec la boîte à outils](#)
4. [Se servir du sport comme environnement pour apprendre](#)
5. [Planifier et soutenir les professeurs des autres matières](#)
6. [L'utilisation des technologies pour promouvoir l'éducation physique, le sport et l'activité physique](#)
7. [Comment intégrer le sport et des modes de vie spécifiques dans le cursus scolaire des élèves](#)
8. [Stratégies de communication avec les familles](#)

## Introduction

Cette boîte à outils cherche à identifier les stratégies pour associer activités sportives, bien-être physique et mental et hygiène de vie saine au sein du parcours scolaire des élèves, tout en développant un apprentissage pluridisciplinaire avec les autres matières.

C'est dans cette optique que la boîte à outils propose une série de stratégies pour impliquer les professeurs d'autres matières, ainsi qu'une tentative d'identification des meilleures stratégies de communication avec les familles.



## Utiliser l'éducation physique, le sport et l'activité physique pour améliorer le niveau scolaire

Ce chapitre justifie la promotion (et l'offre) de l'éducation physique, du sport et de l'activité physique et montre comment, lorsque ceux-ci sont promus et transmis de la bonne manière, les résultats d'une école/d'un collège s'améliorent; aussi bien en ce qui concerne les résultats scolaires que le comportement.

**'Il a été prouvé que l'éducation physique, l'activité physique et le sport ont un impact positif sur le sentiment d'appartenance des élèves à leur école, sur leurs aspirations, sur le développement des comportements positifs dans l'école et sur le développement des compétences de citoyenneté et des qualités de leader.'**

(Stead and Neville 2010)

**'Les enfants en bonne forme physique augmentent leurs fonctions cérébrales, ont de meilleurs résultats scolaires et de meilleures performances cognitives que les enfants en moins bonne forme physique.'**

(Chaddock 2012)

Tous ceux qui pratiquent un sport sont convaincus que cela améliore leur vie, est source de motivation, favorise leur concentration et que cela les aide à donner le meilleur d'eux-mêmes. De nombreuses personnes transposent également les compétences qu'ils acquièrent grâce au sport dans les différentes sphères de leur vie. Il est en effet rare de rencontrer un athlète incapable de décrire comment les différents aspects du sport ont un impact sur leurs connaissances, leurs comportements, attitudes ou compétences dans d'autres domaines de leur vie personnelle ou professionnelle. Ceci est également vrai chez les jeunes. Le sport, l'éducation et l'activité physiques peuvent être utilisés pour améliorer leurs développements physique et cognitif.

Les écoles et collèges sont remplis d'élèves dont la confiance et l'estime de soi ont été optimisées grâce à la participation et à la réussite dans un sport, une activité ou une éducation physique. Cela leur a permis d'améliorer leurs comportements, attitudes et performances dans différents domaines. Le problème central, pour les professeurs, les coachs et tous ceux qui travaillent dans le milieu éducatif, est de comprendre comment exploiter les fruits du sport sur des individus, et trouver une stratégie durable et utile pour tous les jeunes. Nous savons que certains adultes (en général ceux qui se souviennent d'une bonne expérience sportive) font cela de manière instinctive, mais l'important est de faire en sorte que chaque école ou collège puisse mettre en place cette stratégie. Nous avons ensuite un plan pour améliorer les normes scolaires. Les preuves des effets du sport sont intéressantes. Chaque projet de recherche international qui cherche à lier éducation/activité physique ou sport et amélioration du comportement ou bien des résultats trouve une corrélation positive, plus ou moins importante. Cependant, les études qui mesurent simplement la quantité d'activité physique réalisée par les élèves et leurs performances académiques, ne montrent pas une corrélation claire et positive. Cela nous montre que la simple activité physique n'est pas suffisante à un changement de comportement ou à la réussite chez les jeunes. Pour qu'elles soient réalisables, les stratégies autour de l'éducation/l'activité physique et le sport doivent être correctement associées à des stratégies éducatives.

### Objectif pédagogique

- Prouver la valeur apportée par l'éducation physique, le sport et l'activité physique sur l'individu.
- Prouver la valeur apportée par l'éducation physique, le sport et l'activité physique sur une école ou un collège.
- Prouver la valeur apportée par l'éducation physique, le sport et l'activité physique sur une communauté au sens large.
- Encourager les écoles/collèges/agences locales et nationales à promouvoir les activités sportives.
- Proposer une ressource qui offrirait un plan et une application stratégiques pour de plus grandes opportunités sportives, pour tous les élèves.
- Encourager les écoles et collèges à développer un plan et un emploi du temps pour la formation des enseignants, pour leur faire comprendre comment le sport peut développer des compétences essentielles et l'acquisition de qualités cognitives, logiques, mathématiques, relationnelles, de confiance en soi, de respect des règles ou de travail en groupe.
- Encourager la formation sportive (éducation physique, sport et activité physique) des professeurs des autres matières.

Des stratégies d'amélioration similaires, mettant en scène l'éducation physique, le sport ou l'activité physique, pour améliorer le niveau scolaire, fonctionnent mieux lorsque :



- la direction joue un rôle dans l'organisation et la mise en place du travail,
- les élèves et le personnel impliqués sont clairement identifiés,
- les professeurs de sport et d'autres matières travaillent en collaboration pour développer des stratégies et des procédés de haute qualité.

Pour que cela fonctionne, il faut s'assurer que les stratégies concernant l'éducation physique, le sport et l'activité physique soient en lien avec des stratégies éducatives.

### Ressources Internet

- [Want Smarter, Healthier Kids? Try Physical Education! | Paul Zientarski | TEDxBend](#)
- [Protecting and improving the nation's health](#)  
The link between pupil health and wellbeing and attainment. A briefing for head teachers, governors and staff in education settings
- [Education Scotland](#)  
Health and wellbeing across learning
- [Education Scotland](#)  
Health and wellbeing: responsibility of all - Secondary school research project
- [BBC News Scotland](#)  
Exercise 'boosts academic performance' of teenagers
- [The Guardian](#)  
Best practice, advice and insight into how sport can boost students' wellbeing
- [The Guardian](#)  
On your marks: how sports training can boost exam preparation
- [The Guardian](#)  
The Association Between School-Based Physical Activity, Including Physical Education, and Academic Performance
- [Managing sport](#)  
Sport in Education Project – SPORT New Zealand
- [Finnish Schools on the Move](#) (only in finnish)  
Increasing physical activity and decreasing sedentary time among school-aged children
- [Sport England](#)  
Sport and Age

### Ressources Internet

- [Youth Sports Trust](#)  
How does physical education and sport impact on academic achievement?
- [The Guardian](#)  
How can PE and sport improve student health and wellbeing? – live chat
- [Physical Activity and Health - Practice briefing - children](#)  
This BHFNC practice briefing suggests practical strategies for promoting physical activity with children aged 6-11.
- [The Effects of Extracurricular Activities on the Academic Performance of Junior High Students](#)
- [Research Link / Extracurricular Activities: The Path to Academic Success?](#)
- [Participation in High School Physical Education --- United States](#)
- [Positive Effects of Extra Curricular Activities on Students](#)  
This paper describes the role of extracurricular activities and the positive effects that they can have on students
- [The Guardian](#)  
Inside the schools fighting childhood obesity with fitness
- [Active Kids Do Better Join](#)  
the movement to bring physical activity back to our nation's schools
- [afPE](#)  
The Association for Physical Education (afPE) has updated their Health Position Paper which outlines the crucial role of physical education (PE) in public health and the promotion of physical activity

## Promouvoir, parmi les professeurs, un examen attentif sur la manière d'intégrer un mode de vie plus sain et le bien-être des élèves dans le programme scolaire

Ce chapitre cherche à identifier les stratégies qui proposent des éléments de réflexion, à l'attention des enseignants d'autres matières, sur la manière de montrer que le bien-être physique et moral, ainsi que l'hygiène de vie des élèves ne dépend pas que du sport, mais aussi des autres matières.

Pour commencer, il faut clarifier, dans le programme d'éducation physique, les questions concernant le langage corporel, les liens entre une éducation nutritionnelle correcte et un bien-être physique, la promotion des ressources naturelles et environnementales d'un domaine comme moyen de promouvoir des qualités citoyennes.

Cette stratégie n'est pas issue d'une directive ministérielle ou d'une théorie, mais bien de l'expérience et des qualités de planification des groupes de travail (équipes pédagogiques) qui rassemblent les professeurs des différentes matières (de l'éducation physique aux sciences humaines).

Le mode de vie peut être défini comme l'ensemble des comportements et des habitudes qui permettent à un individu de vivre en harmonie tout au long de sa vie. Depuis les temps les plus anciens, on parle de l'importance d'adopter des comportements différents et variés dans la vie de tous les jours, de manière à vivre correctement. Le mode de vie n'est rien d'autre que la personnalisation et l'adaptation de certaines règles de comportement pour rester sain, considérées comme idéales par la plupart des gens.

A chaque étape de notre vie, et plus particulièrement pendant l'enfance et l'adolescence, nos modes de vie devraient être caractérisés par l'équilibre des aspects suivants : le mouvement organisé, le mouvement non-organisé, la récréation, le repos, l'alimentation, l'aspect affectif/relationnel, l'aspect social, l'hygiène et l'apprentissage. Les mouvements organisés correspondent aux activités physiques et à l'éducation sportive planifiées et dirigées par des professionnels. Les mouvements non-organisés, au contraire, prennent en compte les activités qui ne dépendent pas d'un programme spécifique.

Les jeunes ont besoin d'un équilibre entre ces comportements et habitudes, de manière à éviter que l'un d'eux ne domine les autres. Par exemple, se concentrer uniquement sur l'alimentation mais n'avoir aucune activité ne favorise pas le bien-être physique. Ou encore, il est important de favoriser l'apprentissage par le jeu car ce dernier permet de grandir et de développer sa personnalité.

L'activité physique organisée, dirigée par un expert du mouvement, ne peut pas être dissociée de l'activité physique non-organisée, car les études sur la physiologie de l'exercice physique chez l'enfant montrent que les jeunes doivent avoir une activité d'au moins une heure chaque jour, pour lutter contre la sédentarité et contre la réduction des capacités motrices.

### Objectif pédagogique

Les programmes d'éducation physique sont directement bénéfiques à la santé physique des élèves. Avoir une activité physique régulière permet de lutter contre l'obésité, et donc réduit les risques de diabète, de maladies cardiaques, d'asthme, de troubles du sommeil et d'autres maladies. Une activité physique régulière contribue aussi à une bonne santé cardiovasculaire et permet le développement des muscles et des os. Les programmes d'éducation physique devraient prévoir à la fois des évaluations physiques et des évaluations intellectuelles. En plus de leur participation au sport, les élèves apprennent les principes fondamentaux d'un mode de vie sain, ce qui leur permettra de devenir des adultes instruits et en bonne santé.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

### Resources Internet

- [Motor Skills And Teaching Styles In Physical Education](#) (only in Italian)  
A useful resource about teaching methods
- [Physical Education and Sport at School in Europe](#)  
A report from the EU

### Resources Internet

- [What Are the Benefits of Physical Education in School?](#)  
About PE at school
- [The role of the movement for young people](#)  
Physical education, the active lifestyle and physical inactivity in childhood



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

## Expériences et projets antérieurs au sein de l'école en lien avec la boîte à outils

Le but de cette étape est de proposer des expériences et des projets qui se concentrent sur l'intégration des aspects liés aux styles de vie, au bien-être physique et moral et au programme d'éducation physique, dans différentes situations socio-éducatives.

Le centre sportif de l'Institut Datini propose deux initiatives qui soutiennent un train de vie sain, et en plus de promouvoir la pratique sportive et une alimentation équilibrée, essayent d'une part de convaincre les élèves à ne pas prendre de mauvaises habitudes comme la cigarette ou l'alcool et d'autre part à les inciter à respecter l'environnement. Ces initiatives ont aussi pour but de développer la modération dans la consommation, pour ne pas gâcher la nourriture et les ressources naturelles.

La première initiative prévoit:

- Des randonnées
- Des excursions dans des grottes
- Des présentations de circuits par des experts/guides dans la classe
- Des études et traitements de cartes
- Des expositions photo

La seconde initiative, en collaboration avec le service diabétologique de l'hôpital de Prato, propose aux élèves un cours sur le diabète. Le cours étudiait les sujets suivants:

- Les principes d'une alimentation saine (aide pour adopter un régime alimentaire sain)
- Les aliments pour les diabétiques et les aliments sains
- L'exercice physique et le diabète
- Les effets du sport sur la glycémie
- Les différents types d'activités physiques : le travail et le sport
- Les sports conseillés et déconseillés
- Concept de formation
- Comment modifier son régime alimentaire et son dosage d'insuline avant une activité physique ?
- Exercices pratiques : évaluer le taux de glycémie avant et après une activité physique chez un patient en bonne santé

## Objectif pédagogique

Les activités du projet ont favorisé le développement des compétences suivantes :

- Le processus de socialisation et de responsabilisation
- Connaître le lien entre activité physique et changements physiques/psychologiques chez les jeunes.
- Se servir des compétences acquises lors de diverses situations, dans des contextes problématiques, pas seulement lors d'activités physiques mais également dans les expériences de la vie de tous les jours.
- Renforcer notre capacité à observer ce qui nous entoure, notre connaissance environnementale, anthropologique, naturelle, géographique, topologique, et d'orientation.
- Renforcer sa confiance en soi par la perception du corps et du mouvement.
- Appliquer les principes de méthodologie pour être en bonne santé.
- Savoir gérer son propre programme d'entraînement.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

### Ressources Internet

- [PE and development](#)  
On the role of Physical Education in the development of active lifestyles
- [European Council](#) (in Italian)  
recommendations about promotion of physical and healthy activity
- [A Goal For The Health](#) (in Italian)  
Sensitize teenagers to the issue of doping and other social issues in ethical background

### Ressources Internet

- [Movement and health](#) (in Italian)  
A project of health education through movement
- [On line Values](#) (in Italian)  
Teaching Project of a collective and collaborative editing: "WikiCalcio"



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



## Se servir du sport comme environnement pour apprendre

Ce chapitre propose des exemples pour montrer comment et où les acteurs principaux ont réussi à organiser et à proposer des cours, se servant de l'éducation physique, du sport et de activité physique comme "contexte" pour apprendre et développer l'engagement des élèves.

### Objectif pédagogique

- Encourager les écoles/collèges/agences locales et nationales à multiplier le nombre d'opportunités sportives (éducation physique, sport et activité physique).
- Encourager les écoles et collèges à développer un plan et un emploi du temps pour la formation des enseignants, pour leur faire comprendre comment le sport peut développer des compétences essentielles et l'acquisition de qualités cognitives, logiques, mathématiques, relationnelles, de confiance en soi, de respect des règles ou de travail en groupe.
- Développer et intégrer l'apprentissage et l'enseignement via un contexte d'éducation physique, de sport ou d'activité physique.
- Encourager les professeurs des autres matières principales de se servir du sport dans leur enseignement.
- Développer des cours ou des pratiques d'enseignement et d'apprentissage, mettant en avant l'engagement des élèves.
- Proposer une ressource qui offrirait un plan et une application stratégiques pour de plus grandes opportunités sportives, pour tous les élèves.

Les stratégies d'amélioration similaires, impliquant l'éducation physique, le sport ou l'activité physique, pour améliorer le niveau scolaire, fonctionnent mieux lorsque :

- la direction joue un rôle dans l'organisation et la mise en place du travail,
- les élèves et le personnel impliqués sont clairement identifiés,
- les professeurs de sport et d'autres matières travaillent en collaboration pour développer des stratégies et des ressources de haute qualité.

Pour que cela fonctionne, il faut s'assurer que les stratégies concernant l'éducation physique, le sport et l'activité physique soient en lien avec des stratégies éducatives.

Le Youth Sport Trust (YST) a travaillé en collaboration avec des écoles et des collèges au Royaume-Uni pour comprendre comment l'éducation physique et le sport pourraient être utilisés pour améliorer les niveaux scolaires de manière durable et réalisable. Via ce travail, ils ont développé un système que collèges et écoles peuvent utiliser pour déterminer quels types de stratégies sont les plus appropriés à la fois pour chaque école/collège et pour les différents groupes d'élèves. Le travail initial s'est effectué dans 500+ collèges sportifs (écoles spécialisées dans l'éducation physique) entre 2005 et 2010.

Le YST conseille quatre stratégies clés d'amélioration de l'école :

- **Contextes pertinents**  
Enseigner un sujet dans un contexte réel encourage l'engagement de l'élève et améliore la méthode d'apprentissage. L'éducation physique, le sport et l'activité physique sont des sujets familiers et intéressants pour de nombreux jeunes, et peuvent être en lien avec différentes matières enseignées. Par exemple, se servir des faits réels issus d'événements sportifs pour illustrer des concepts mathématiques ou bien produire des rapports écrits sur les événements pour améliorer son style d'écriture. L'utilisation du contexte sportif est un moyen simple d'exploiter le sport dans le programme scolaire. Intégrer les idées dans un programme d'enseignement requiert peu d'effort de la part des écoles et collèges, mais cela favorise l'engagement des élèves dans leur apprentissage, ce qui est nécessaire à la réussite.
- **Se servir des valeurs positives du sport**  
L'éducation physique, le sport et l'activité physique permettent de développer des qualités personnelles, importantes au développement holiste des élèves. Parmi elles : la confiance, l'ambition, l'estime de soi, les aspirations, le respect des règles, savoir gérer la victoire et la défaite, créer des relations positives, la détermination, le courage, etc. Si ces qualités sont présentes, les jeunes prennent plus de risques dans leur apprentissage, en expérimentant un travail qui représente des défis et améliorent ainsi leurs capacités. Les



écoles/collèges ont développé des moyens d'assurer que ces qualités personnelles développées grâce à l'éducation physique, le sport et l'activité physique soient reconnues et encouragées par l'institution. Cette stratégie est plus efficace lorsqu'elle est utilisée pour développer une culture et un esprit positif grâce à l'école et au collège.

- **Renforcer et bénéficier des compétences génériques développées à travers l'éducation physique, le sport et l'activité physique**

L'éducation physique, le sport et l'activité physique développent des compétences utiles dans d'autres matières du programme scolaire. Parmi elles : l'observation, l'analyse, le leadership, le travail de groupe, la communication, les capacités motrices. Il est fréquent que les élèves ne se servent de ces compétences que dans la sphère sportive et non dans les autres domaines. Cela peut être considéré comme un gaspillage de talent et donc un frein à la réussite. Développer et renforcer les compétences acquises via l'éducation physique, le sport ou l'activité physique par un éventail plus large de situations est une stratégie plus complexe car cela demande aux établissements de développer des compétences communes grâce à un travail en groupe. Cependant, les établissements qui ont suivi cette stratégie ont réussi à développer les capacités et à augmenter la confiance des élèves, tout en réduisant les heures de travail grâce aux acquis communs entre matières.

- **Renforcer les approches d'enseignement utilisées pendant les cours d'éducation physique**

L'enseignement de qualité de l'éducation physique, du sport et de l'activité physique est souvent caractérisé par des approches (pédagogiques) telles que :

- La bonne utilisation des techniques d'accompagnement et des conseils
- Des opportunités de travail en équipe
- Des démonstrations de bon niveau
- La multiplication d'opportunités d'apprentissage pratiques
- La multiplication des situations de compétition
- La multiplication des activités ludiques pour développer des compétences
- L'usage sécurisé de surveillance et de définition des objectifs

Toutes ces stratégies conviennent aux programmes des autres matières mais ne sont pas évidentes pour des méthodes d'enseignement plus traditionnelles. C'est pourquoi la quatrième stratégie soutient le partage d'expérience entre les professeurs d'éducation physique, de sport, d'activité physique et les professeurs d'autres matières. Cette stratégie permet un changement durable dans les méthodes d'enseignement, permet aux enseignants de mettre en place, avec confiance, de nouvelles idées et aux élèves s'impliquer d'avantage dans leur apprentissage.

### Ressources Internet

- [Dundee Academy of Sport](#)  
Working with schools
- [Sport New Zealand](#)  
Sport in Education Curriculum Resources
- [Dundee Academy of Sport](#)  
Using Sport as a Context for Learning
- [Math's and Sport](#)  
Millennium Mathematics Project
- [University of Cambridge](#)  
Arsenal Collection of Math's and football activities

## Planifier et soutenir les professeurs des autres matières

Ce chapitre propose des exemples d'approches communes et de projets communs entre l'éducation physique, le sport, l'activité physique et d'autres matières. Il propose également une plateforme pour permettre le développement et la planification de projets.

## Objectif pédagogique

- Montrer que l'éducation physique, le sport et l'activité physique peuvent servir de "contexte" à l'apprentissage d'autres matières.
- Proposer une ressource qui permettrait aux enseignants des matières principales de prévoir et proposer des méthodes d'apprentissage et d'enseignement.

## Ressource Internet

- [Dundee Academy of Sport, Winter Olympics](#)  
Using Sport as a Context for Learning
- [Dundee Academy of Sport, Ryder Cup \(Golf\)](#)  
Using Sport as a Context for Learning
- [Dundee Academy of Sport, Tour De France](#)  
Using Sport as a Context for Learning
- [Physical Activity & Health Lesson Plan](#)  
The relationship between physical activity and health with particular reference to the heart and lungs, the importance of healthier lifestyle choices and the impact of inactivity
- [Data Gathering & Interpretation](#)  
Logic and Sports
- [Exercise & Healthy Heart PowerPoint](#)  
The positive effects of the movement on our body
- [Healthy Nutrition](#)  
How and why eating healthy



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Ressources



Project Title					
Curriculum Area	Stage (Yr Group)	Project Theme	Aims, Objectives, Experiences and Outcomes	Interdisciplinary links	Brief Synopsis



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

## L'utilisation des technologies pour promouvoir l'éducation physique, le sport et l'activité physique

Ce chapitre montre comment la technologie soutient la diffusion de l'éducation physique, du sport, de l'activité physique et des autres matières du programme scolaire.

De nombreux outils et ressources sont disponibles pour aider les professeurs d'EPS (et d'autres matières) à utiliser la technologie de manière pertinente dans leurs cours. Des coaches professionnels se servent de la technologie de pointe pour entraîner les athlètes, et des appareils mobiles permettent désormais aux écoles et collèges d'utiliser plus largement ce genre d'applications à moindre frais. Le développement des appareils mobiles et des applications d'enseignement a permis la sélection d'outils abordables pour les professeurs. La possibilité de réunir ces outils dans un seul et même appareil a transformé la capacité à utiliser la technologie sur le terrain. L'insertion de la technologie n'est pas limitée à la salle de classe au sens traditionnel mais s'étend à d'autres secteurs.

### Objectif pédagogique

- Promouvoir une utilisation plus poussée de la technologie dans les cours d'éducation physique, de sport et d'activité physique.
- Proposer un outil qui soutiendrait les professeurs de sport et des autres matières dans leur organisation, la transmission de leurs connaissances, d'apprentissage et dans leurs systèmes d'évaluations.

#### Ressources Internet

- [Not Only Fair Play on Twitter](#)  
Not Only Fair Play is a European Commission funded project promoting PE, sport and physical activity in schools and colleges.
- [The PEGEEK blog](#)  
Learn how to use game changing technologies in your PE Classroom
- [The Guardian](#)  
PE teacher blogs: who should I be reading?
- [PE APPS](#)  
The PEGEEK Apps provides a pocket reference guide for the latest apps useful for PE, Sport and Physical Activity
- [Enhancing physical education with technology](#)  
Some of the "apps" to become a 21st Century Physical Educator.
- [Integrating technology in PE](#)  
Teaching with Technology
- [IFL Science](#)  
Norwegian School To Offer ESports Classes As Alternative To Traditional Sports
- [The Physical Educator.com](#)  
ThePhysicalEducator.com is an online professional development resource for physical educators.

#### Ressources Internet

- [Itunes, Pe Apps](#)  
Mobile learning has transformed the classroom, no more so than in the area of Physical Education. PE Apps enables discussion and sharing of best practice related to apps by The PE Geek.
- [Hudl Technique, Formerly Ubersense: Slow Motion Video Analysis](#)  
Athletes and coaches in more than 40 sports use Hudl Technique to improve through slow motion video analysis.
- [MyFitnessPal](#)  
Lose weight with MyFitnessPal, the fastest and easiest-to-use calorie counter for iOS. With the largest food database by far (over 5,000,000 foods) and amazingly fast and easy food and exercise entry, we'll help you take those extra pounds off! And it's FREE! There is no better diet app - period.
- [TgFU](#)  
Teaching Games for Understanding - developed to help physical and health education professionals incorporate fun in lessons aimed at keeping children active. TGfU Games PE combines technology, education, and fun to create an environment where children enjoy learning.



- [Cardiograph: Heart Rate Pulse Measurement using your iPhone & iPad Camera](#)  
Track the Cardio Fitness of your Friends and Family

- [Youtube.com](#)  
Free resource that provides an abundance of learning resources that can be used by PE teachers, Sports lecturers and other curricular areas.

### Mobile Apps

- [Itunes, Pe Apps](#)  
Mobile learning has transformed the classroom, no more so than in the area of Physical Education. PE Apps enables discussion and sharing of best practice related to apps by The PE Geek.
- [Hudl Technique, Formerly Ubersense: Slow Motion Video Analysis](#)  
Athletes and coaches in more than 40 sports use Hudl Technique to improve through slow motion video analysis.
- [MyFitnessPal](#)  
Lose weight with MyFitnessPal, the fastest and easiest-to-use calorie counter for iOS. With the largest food database by far (over 5,000,000 foods) and amazingly fast and easy food and exercise entry, we'll help you take those extra pounds off! And it's FREE! There is no better diet app - period.
- [Cardiograph](#)  
Heart Rate Pulse Measurement using your iPhone & iPad Camera - Track the Cardio Fitness of your Friends and Family
- [TgfU](#)  
Teaching Games for Understanding - developed to help physical and health education professionals incorporate fun in lessons aimed at keeping children active. TGfU Games PE combines technology, education, and fun to create an environment where children enjoy learning.
- [Free GPS](#)  
Stores and directs users to waypoints using latitude and longitude coordinates. Free GPS delivers the necessary functionality to utilize the iPhone's built-in GPS in a simple clean interface
- [Kick it Out](#)  
Second version of its reporting app providing users with the ability to attach video, photo and audio evidence to complaints to help support investigations

### Mobile Apps

- [Near poda](#)  
Must have application for teachers and schools that have access to a set of iPads, iPods, iPhones or Macs for their classes.
- [Statistics Calculator Lite](#)  
In basic statistics, students are required to calculate different statistical measures of a set of numbers. With this app, the following statistical measures will be made available to you after you enter a set of numbers.
- [Anatomy 4D](#)  
Through this free app and a simple printed image, Anatomy 4D transports students, teachers, medical professionals, and anyone who wants to learn about the body into an interactive 4D experience of human anatomy. Visually stunning and completely interactive, Anatomy 4D uses augmented reality and other cutting edge technologies to create the perfect vehicle for 21st century education.
- [Anatomy and Physiology I & II](#)  
Encompasses all the content from both fields, plus a few pages. It also includes a ton of quizzes and a search feature.
- [Essential Skeleton 4](#)  
Fully functional, self-contained app covering the essential anatomy of the skeleton. This app is being offered free to demonstrate the groundbreaking 3D technology and innovative design inherent in 3D4Medical's new range of apps.
- [Powers of Minus Ten – Bone](#)  
In this version of POMT, zoom into human bones, see how broken bones heal, and investigate some of the cool and weird cells found in the middle of our most sturdy organs.
- [Heart Master](#)  
The EDWARDS HEART MASTER app is a state-of-the-art educational service intended for physicians and



into discriminatory abuse and behaviour across football.

- [Sports Coach UK](#)

Sports coach UK brings you the must-have free-to-download app for anyone who wants to develop and improve their coaching. It's perfect for picking up new ideas to improve your coaching, as you get the chance to learn from coaches in other sports.

- [i-drills](#)

The ultimate digital toolbox for the modern coach. Every i-Drills app contains a huge range of features and functions to help get you creating the coaching content you've always wanted to. And because they're built-in, you never need to leave the creative environment of our apps.

- [GoPro](#)

Makes it easy to control your camera remotely, view your photos and videos and share your favorites.(1) You can adjust camera settings and use your phone or tablet as a viewfinder to frame the perfect shot. Trim videos to create short clips(2) or pull high-quality still images from your videos for easy sharing. HiLight Tag.

- [Flipboard](#)

Flipboard is your personal magazine. Used by millions of people every day, it's a single place to keep up on the news, follow topics you care about and share stories, videos and photos that influence you.

medical students involved in the treatment of heart valve disease. In this edition, dedicated to AORTIC STENOSIS, the user will experience a unique full 3D immersion in the heart anatomy, as well as pathophysiology and treatment of aortic valve stenosis. With HEART MASTER (iPad only) you can now draw and write directly on the 3D animated content, store notes within your picture gallery, and share easily with your peers.

- [Living Lung™](#)

Lung Viewer The Living Lung™ app is compatible with the iPad 2 or newer. Due to extremely high-resolution models and textures, this app is not compatible with the first generation iPads.

- [Science 360](#)

The National Science Foundation's (NSF) Science360 for iPad provides easy access to engaging science and engineering images and video from around the globe and a news feed featuring breaking news from NSF-funded institutions. Content is either produced by NSF or gathered from scientists, colleges and universities, and NSF science and engineering centers.

- [Anatomy Arcade](#)

Anatomy Arcade makes basic human anatomy come ALIVE through awesome free flash games, interactives and videos.

- [Polar Heart Rate Monitors](#)

Accessories to improve your sports training

- [Polar Beat](#)

Sports & Fitness Coach



## Comment intégrer le sport et des modes de vie spécifiques dans le cursus scolaire des élèves

Cette étape est en lien avec la section "Bonne pratiques/études de cas" du site internet de projet. Cette section montre comment des élèves ont su trouver un équilibre entre sport et études et se concentre sur l'importance des stratégies développées grâce au sport pour transmettre aux élèves un style de vie sain. Les parents et les professeurs doivent décider quelles sont leurs priorités. Bien que le sport soit important, car il n'est pas uniquement question d'exercices physiques, mais aussi d'expériences sociales, peu d'élèves en feront leur métier. L'équipe pédagogique (enseignants, conseillers et psychologues sportifs) doit tout de même rappeler aux parents et aux éducateurs que les résultats scolaires restent une priorité. Cela ne change en rien l'importance et le côté bienfaisant du sport, mais ce dernier ne doit pas empiéter sur les études. Les moniteurs et les parents doivent travailler ensemble pour permettre aux élèves de consacrer assez de temps aux études, et ce, même s'ils participent à des activités sportives.

## Objectif pédagogique

- Concevoir un programme pédagogique qui permettrait d'organiser une activité sportive mettant en scène professeurs d'EPS, professeurs d'autres matières et experts externes.
- Mettre en place des feuilles de travail et des questionnaires pour une activité spécifique (exemple : randonnée dans la montagne via des chemins et des sentiers)
- Tous les échecs potentiels devraient être pris en compte et analysés avec les outils nécessaires pour mener à bien l'activité, ainsi que le durée et la préparation de l'activité (repérage des sentiers sur une carte)
- Après avoir rempli les questionnaires pendant les cours d'EPS, des groupes d'élèves, avec l'aide d'outils appropriés, testeront les compétences nécessaires pour les activités et essayeront de gérer les difficultés potentielles conçues par les éducateurs.
- Ces activités ont pour but d'aider les élèves à résoudre des problèmes, de manière à ce qu'ils puissent tester leur capacité à gérer des situations difficiles et à travailler en groupe pour trouver des solutions.

## Ressources Internet

 [Teamwork](#)

Example of life skills used in an effective team work activity.

 [Tuscany and sport](#)

 [Via francigena in Tuscany](#) (In Italian)

Two Italian pages about experiences connecting health and sport at school







## Stratégies de communication avec les familles

La communication avec les familles n'est pas seulement une question de partage de passion sportive extra-scolaire (dans ce cas, il faudra apporter une attention particulière à un équilibre correct) mais elle prend en compte le développement sportif et les performances académiques de l'élève. L'implication des familles dans l'organisation d'activités scolaires mène à la découverte de nouvelles méthodes, ce qui permet d'obtenir plus d'informations et une meilleure formation.

Les professeurs devraient apprendre à communiquer avec les élèves passionnés par le sport. Les parents, coaches, enseignants d'autres matières et les élèves eux-mêmes doivent réfléchir à des moyens d'atteindre un équilibre entre sport et études, sans en altérer la qualité. Les parents peuvent encourager la communication avec leurs enfants en maintenant par exemple au moins un repas familial par semaine. Les coaches et éducateurs peuvent organiser des réunions pour parler de leur emploi du temps et de leurs besoins. Une communication efficace peut permettre aux élèves de trouver un équilibre entre sport et études sans se sentir submergés.

## Objectif pédagogique

Le but de cette étape est de proposer des suggestions pour une communication efficace entre familles et écoles, en ce qui concerne les compétences essentielles à la pratique sportive, se concentrant en particulier sur des compétences de communication et relationnelles. La communication avec les familles joue un rôle vital chaque fois qu'un élève perd toute motivation dans ses études ou bien quand il n'arrive pas à s'acclimater à l'environnement scolaire. L'éducation physique stimule une quantité de compétences et de ressources utiles à résoudre de telles situations.

## Ressources Internet

- [Communicating with Parents: Strategies for Teachers](#)  
Teachers should continue to develop and expand their skills in order to make the most of effective communication with parents. This article presents an overview about this topic.
- [Parenting: Transferable Skills for Life and Work](#)  
This workshop is about all the skills that parents use (often unknowingly) that can be used in many different fields of private and working life
- [Extracurricular Activities: The Sports & School Balance](#)  
How to find the right balance between sports and school

