



Se dépasser!!

publié le 09/06/2024

Descriptif :

L'objectif est de travailler sur le dépassement de soi, de prouver ce dont on est capable, avancer tous ensemble malgré les différences...



Une création cette année au sein du collège, la mise en place d'un atelier personnalisé pour 15 élèves de 4eme. Des élèves ont été remarqués pour différentes raisons durant leur année de 5eme et à la fin de celle-ci, les PP de 5eme ont élaboré une pré liste.

A la rentrée, tous les élèves de 4eme ont répondu à un questionnaire et ont notamment eu le choix d'adhérer à l'atelier qui se déroulerait de 12h30 à 13h30 le vendredi.



Alors c'est quoi cet atelier ?

L'objectif est de travailler sur le dépassement de soi, de prouver ce dont on est capable, de reprendre confiance en soi et d'être solidaire les uns les autres pour avancer tous ensemble malgré les différences.

Le sport sera le principal moyen. Mme FOUGNET et M PORT encadrent cet atelier. Durant la première phase, nous avons proposé diverses activités pour les pousser au delà d'eux même et leur en faire découvrir d'autres (course à haute intensité, renforcement musculaire, yoga, boxe, méditation...)

Puis à partir du mois de janvier, chaque élève allait prendre en charge l'atelier en animant une séance avec une activité qui le passionne. Nous avons donc eu la chance de retrouver des activités bien connues telles que le futsal, badminton... mais nous avons aussi eu du skate, du théâtre en passant par la fameuse balle au prisonnier toujours aussi appréciée.



De mon côté, petit à petit, j'élaborais la mise en place de mon activité favorite : la randonnée en montagne, qui est synonyme de dépassement de soi et permet de sortir de sa zone de confort.

C'est ainsi qu'est né ce projet, il réunissait tout ce qu'on avait pu travailler durant l'année... partir 3 jours avec son sac à dos (nourriture, duvet, matelas, eau) pour gravir le pic de Bacanares à 2189m. Nous allions être sur la frontière naturelle franco-espagnole.



Nous avons fait la rencontre de Sophie guide de montagne et de Canyoning. Après la vérification de tout le matériel, nous partions vers notre refuge.



Nous dormions dans la cabane de Salode sans eau ni électricité. Heureusement que la nature est bien faite et nous étions heureux d'avoir la source à côté du refuge. Il a fallu organiser tout le camp, nous avons une équipe pour pomper l'eau, une équipe pour aménager la cabane, une équipe pour créer les toilettes et une équipe pour faire à manger

Tout était réuni pour que chacun fasse sa part dans la vie de groupe...

L'ascension n'était pas une mince affaire non plus, il a fallu s'encourager, se motiver, relever la tête plus d'une fois pour ne pas abandonner, des sacs ont été portés pour s'entraider, des applaudissements ont eu lieu en arrivant en haut... et la satisfaction d'avoir réussi à se dépasser était réelle.



Jeudi après midi le retour au gîte était grandement mérité et la météo nous a aidé à nous reposer.

Après une soirée cinéma le soir, le lendemain une autre activité pour se dépasser avait lieu : le Canyoning.

Descendre une rivière dans son canyon par l'intermédiaire de toboggans, petits sauts et rappel, allait nous valoir quelques fous rires et quelques peurs aussi.

C'est ainsi que nous pouvions rentrer la tête pleins de souvenirs mais aussi fiers de s'être dépassés.

En tant qu'enseignants, nous avons eu la preuve que ce projet a fait sens durant tout le séjour, le groupe n'a fait

qu'un, l'entraide était incroyable et de voir les élèves se dépasser pour atteindre leurs objectifs nous a fait vibrer.



Tout a fait sens pour eux, prouver ce dont ils sont capable, se dépasser et surtout être valorisés. Bravo à tous et merci aux élèves et leurs parents pour leur confiance si précieuse

Lucie FOUGET