

Fit·in

Valais-Wallis

«Ton coach
sport et bien-être
en autonomie»



Fit·iN

Un projet

HEPVS | PHVS

Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis



En partenariat avec



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Département de la formation et de la sécurité
Service de l'enseignement

Departement für Bildung und Sicherheit
Dienststelle für Unterrichtswesen



crr sion
clinique romande de réadaptation



- Une **web app** pour 22'000 jeunes
- Une «start-up»
- Un projet **collaboratif**
- 1 groupe de pilotage, 1 coordinateur,
de **multiples contributeurs**

CONSTATS

- Semi-confinement = stress et défis pour tous
 - Arrêt de l'activité physique scolaire → surcharge pondérale et 2x plus d'E en dessous des normes d'activité physique légère (Le Temps 01.12.)
 - Canaux de communication MEP-E divers
 - Activités proposées très orientées
 - Autonomie...??
 - Régulations à distance par le MEP pas évidentes
 - EP essentielle pour la santé physique, psychique, mentale et sociale
 - Différenciation = encore + importante
 - Reconnaissance de l'EP?!
 - Proactif au cas où...
- 

PISTES

- Forces en commun: documenter les «bonnes pratiques»
- Espace Numérique de Travail (ENT) pour tous
- Des activités pour une EP inclusive
- Pour toutes les situations d'autonomie, principalement hors cours
- Liens MEP-E à conserver
- «No education without physical education» EUPEA
- 3 domaines pour l'EP: Sports, Well-being et Body



SCHOOL LEVELS



9-11H



SEC II 1-3



SEC II 4-5



3 DOMAINES, 14 THEMES...

- 1. MY SPORTS:** FITNESS, TRAIL, TEAM, NATURE, CHALLENGE
- 2. MY WELL-BEING:** MENTAL, WELLNESS, LINKS, FREE
- 3. MY BODY:** GOOD FOOD, RESPECT, APPEARENCE, PREVENTION, REHABILITIES

... et une ou des fiches pour chaque thème, à chaque niveau



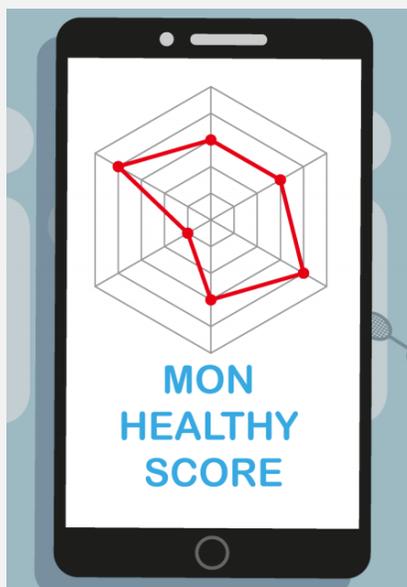
Une structure commune à toutes les fiches:

- **ABOUT:** juste un peu de théorie...
- **MIRROR:** activité de sensibilisation, prise de conscience, évaluation diagnostique
- **CONTEXT:** matériel, espace, ...
- **ACTIVITIES:** 4 à 6 niveaux, évolutifs, avec validations pour tenue de l'historique
- **MY WAY:** espace E; incitations à la réflexion, à la métacognition
- **TO GO FURTHER:** idée(s) pour aller + loin
- **FOR MY SPORTS TEACHER:** propositions du MEP pour garder le lien





LES ACCENTS





, UNE START-UP...

- Dynamique «**BOTTOM-UP**»
 - **CROWN- + «IDEAS» -FUNDING**»
 - Pour la rentrée **2022**
 - **Projet évolutif**
- ... au service des MEP, des élèves,
apprenants et étudiants valaisans
- Bienvenue à tous les
contributeurs potentiels!!!**

Cf. avmep.ch, onglet «fitin»

