

# LE PROJET

**LE PROGRAMME « RAME EN 5<sup>ÈME</sup> » VISE À DÉVELOPPER LA PRATIQUE DE L'AVIRON SCOLAIRE, L'UN DES AXES PRIORITAIRES DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AVIRON. VICTIME DE SON SUCCÈS, IL ÉVOLUE Désormais comme un grand et s'émancipe avec « RAME EN 5<sup>ÈME</sup> SE JETTE A L'EAU ».**

Ce programme, validé par le Ministère de l'Éducation nationale, s'appuie sur la convention quadripartite signée entre la Fédération Française d'Aviron, le Ministère de l'Éducation nationale, l'UNSS et l'USEP, visant à **favoriser la pratique de l'aviron en milieu scolaire**, y compris pour les jeunes en situation de handicap.

**RAME EN 5<sup>ÈME</sup> & RAME EN 5<sup>ÈME</sup> SE JETTE A L'EAU** s'articulent autour d'une séance d'Aviron **INDOOR** et en **BATEAU**, associée à des ateliers faisant référence au programme scolaire de 5<sup>ème</sup>, en **SVT** (fonctionnement du corps humain...) et en **PHYSIQUE** (cycle de l'eau...).

**OBJECTIF** → Sensibiliser les élèves de 5<sup>ème</sup> à la pratique de l'aviron indoor et de l'aviron

**DÉMARCHE** → Proposer aux enseignants des enseignements pratiques interdisciplinaires (EPI) mêlant aviron indoor et SVT ou aviron et physique

**PUBLIC** → Collégiens de 5<sup>ème</sup> en classe entière

**LIEU** → Collège ou club d'aviron pour la pratique indoor, club d'aviron pour la pratique sur l'eau.

**CADRES D'ACTIONS POSSIBLES** → Séance de 2h (en indoor) ou 3h (sur l'eau) sur le temps EPS, un temps interdisciplinaire, un temps libre ou un temps d'A.S.

**ENCADREMENT** → 1 enseignant ou 1 éducateur sportif et 2 accompagnateurs pour RAME en 5<sup>ème</sup> INDOOR  
2 enseignants et 1 éducateur sportif pour la séance RAME en 5<sup>ème</sup> SE JETTE À L'EAU

**LES +** → Des formations pour les enseignants d'EPS  
→ Des passerelles vers des cycles EPS en aviron  
→ Des jeunes en Service Civique qui s'engagent pour animer ce programme

Pour mettre en place ce programme, les établissements scolaires peuvent s'appuyer sur les **structures affiliées** de la FFA (clubs, comités départementaux, ligues), partenaires de l'opération.

Retrouvez **toutes les informations** sur ce programme sur [WWW.AVIRON-SCOLAIRE.FR](http://WWW.AVIRON-SCOLAIRE.FR) et la **liste des structures partenaires** sur [WWW.FFAVIRON.FR](http://WWW.FFAVIRON.FR).



**RAME  
EN 5<sup>ÈME</sup>!**

# RAME EN 5<sup>ÈME</sup>, C'EST AUSSI...



## . UN CLASSEMENT NATIONAL

UN CLASSEMENT NATIONAL EST ÉTABLI CHAQUE ANNÉE AVEC TOUTES LES CLASSES AYANT PARTICIPÉ AU PROGRAMME RAME EN 5<sup>ÈME</sup> INDOOR.

Les 3 meilleures classes sont récompensées par la FFAviron. Un tirage au sort permet également d'offrir un lot à une des classes participantes inscrite au classement national.

## . DES FINALES TERRITORIALES

Selon leurs performances, les classes peuvent se qualifier pour une finale territoriale organisée au niveau des ligues en fin d'année scolaire. Le niveau géographique d'organisation et les règles de sélection sont définis par les ligues. La finale territoriale peut être régionale, académique, interdépartementale ou départementale.

**Une ou plusieurs finales peuvent être proposées sur un territoire.**

Les élèves s'affrontent lors d'**épreuves traditionnelles** de l'aviron (relais à l'ergomètre, course en bateau découverte à 8, parcours de motricité), mais également sur des **activités initiatiques et éducatives**.

Pour plus d'informations, retrouvez les contacts des cadres techniques régionaux dans les ligues régionales d'aviron sur <http://scolaire.avironfrance.fr/contacts>.



## TEMOIGNAGES

### → JULIEN, PROFESSEUR D'EPS

Nous avons mis en place ce projet depuis quelques années au sein de notre collège, car il nous paraissait intéressant de faire découvrir un sport et en même temps sensibiliser les jeunes à la problématique du surpoids et l'équilibre alimentaire. RAME EN 5<sup>ÈME</sup>, est une réelle chance pour nous de mettre en pratique les thèmes étudiés dans les salles de classe. Cela permet aux élèves de se rendre compte de la réalité sur le terrain, mais tout ceci de façon ludique grâce au jeu des calories par exemple. De plus, RAME EN 5<sup>ÈME</sup> crée une véritable émulation dans la classe. Tout le monde s'entraide et s'encourage pour réussir une belle performance au classement national. Nous continuerons d'y participer sans hésiter ! L'une de mes classes a eu l'occasion d'être sélectionnée en plus à une finale territoriale. Au programme de cette finale : découverte et course en bateau, parcours d'habiletés physiques et motrices, questionnaires et d'autres petites surprises. Je tiens à remercier les organisateurs pour cette formidable finale.

### → NAWEL, ÉLÈVE DE 5<sup>ÈME</sup>

RAME EN 5<sup>ÈME</sup> c'était trop bien ! Les relais et le challenge des 40 secondes c'était super fatigant, mais on s'est bien amusé. Il y avait une superbe ambiance pendant le cours. Tout le monde criait pour qu'on aille tous vite pour finir 1er et participer à la finale. On a eu la chance de faire la finale territoriale, c'était génial. J'ai fait du bateau pour la première fois. On a fait plein d'autres jeux pendant toute la journée. On a même eu le droit à un diplôme.

# RAME EN 5<sup>ÈME</sup>!

