

FICHE SANTE N°**Thème : LA PREVENTION DES LOMBALGIES EN 3^{ème} d'INSERTION .****(Démarche interdisciplinaire transférable en Lycée Professionnel)**

<p><u>Dispositif mis en place pendant l'année scolaire 2001/2002 au :</u></p> <p>Collège Mme d'Epinau Rue du chemin vert Aulnoy les Valenciennes 59300</p>	<p><u>Proposé par :</u></p> <p>Frédéric Deschamps (professeur d'EPS)</p> <p><u>La classe de 3^{ème} d'Insertion :</u></p> <p>-17 élèves (10 garçons et 7 filles) -vers un CAP ,par apprentissage ou par le Lycée Professionnel</p>	<p><u>Intention générale :</u></p> <p>Prévenir les accidents de la colonne vertébrale (lumbagos,hernies discales)et des affections péri-articulaires(tendinites,hygromas du genou,syndrôme du canal carpien..) dans les lever-porter et au poste de travail.</p> <p><u>Liée au constat suivant :</u></p> <p>Les enfants et adolescents sont nombreux à souffrir du mal de dos. Les jeunes salariés sont particulièrement exposés à l'entrée dans la vie active.</p>
<p><u>Objectifs :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Se prévenir des accidents liés au fonctionnement de la colonne vertébrale ,type « lumbago ». -Porter un regard critique sur l'organisation de son poste de travail (qu'il soit scolaire,familial ou d'entreprise) <p><u>Compétences visées :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Adopter des postures de soulèvement économiques et protectrices. -Adapter certaines dimensions du poste de travail à ses propres caractéristiques morphologiques <p><u>Connaissances :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -La réglementation. - Le fonctionnement de la colonne vertébrale -Le rôle protecteur des Equipements de Protection Individuelle. -Acquérir une « motricité vertébrale adaptée » : -Transférer les savoirs acquis à la vie quotidienne. -Avoir une culture de réglages dimensionnels du poste de travail. 	<p><u>Dispositif mis en place, démarche :</u></p> <p><u>PHASE I : Comment entrer dans le projet ?</u> (en Septembre juste avant le 1^{er} stage en entreprise) ...<u>en EPS</u> , dès le 1^{er} cycle de l'année ,par des situations concrètes de compréhension des enjeux de protection</p> <p><u>PHASE II : Quelles conditions choisir pour communiquer le « noyau dur » du message de prévention ?</u> (en Novembre juste avant le 2^{ème} stage pendant 8 Heures) ...<u>en Technologie</u>,en collaboration avec l'infirmière du collège , ...<u>Parallèlement en Français</u> ,depuis le début de l'année une part du cours est consacrée à l'étude des risques vécus en stages</p> <p><u>PHASE II : Quelle interdisciplinarité ?</u> (en janvier avant le 3^{ème} stage) ...<u>en Mathématiques</u> : utilisation des chiffres d'accidents dus à la manutention par rapport à l'ensemble des accidents du travail ...<u>en Anglais</u> : Travail sur des images de vie professionnelle et personnelle ...<u>en Français</u> Réalisation d'affiches de prévention à destination de l'entreprise partenaire ...<u>en Technologie</u> : Etude du Poste de Travail</p> <p><u>PHASE III : Quels moments symboliques forts ?</u> ... le 17 janvier 2002 : visite de l'entreprise PSA Peugeot-Citroën sur le thème des Manutentions ...le 28 janvier 2002 : Remise de diplômes devant l'équipe de directiondu 02 février au 22 février 2002 :exposition des 6 meilleures affiches dans l'entreprise PSA Peugeot-Citroën à Valenciennes. ...le samedi 9 mars 2002 :Participation à la journée Portes Ouvertes du collège.</p>	

Un travail en interdisciplinarité



Sensibilisation par l'infirmière en Technologie



Visite de l'entreprise PSA de Valenciennes



Apprentissage gestuel en EPS



Conditions à réunir :

- Mise en place d'un **travail en équipe** pédagogique
- Utilisation des **périodes de stage des élèves** pour créer du « lien social » avec les contenus proposés .
- Aspect facilitant : un intervenant de l'établissement formé comme **moniteur académique INRS en « Prévention des risques liés à l'activité physique »**

Les partenaires :

- Les professeurs de la classe de la 3^{ème} d'insertion : Français, Maths, Technologie, EPS, Anglais, Histoire.
- L'infirmière du collège
- L'entreprise PSA Peugeot Citroën de Valenciennes

Les écueils à éviter

- la « **leçon de morale** » prend le pas sur l'explication, sur les alternatives proposées.
- la **finalité du seul diplôme** comme la logique pédagogique.
- Le **discours trop présent** se substitue à la connaissance concrète.

EFFETS POSITIFS CONSTATES :

- **Sur le climat de la classe** : quand les apprentissages sont ressentis comme légitimes, le temps scolaire est mieux vécu (moins d'agressivité, moins d'absentéisme)
- **Sur la mixité** : Les filles, « aussi techniques que les garçons » dans les situations de lever-porter
- **Sur la certification** : 12 élèves sur 17 ont obtenu le Certificat d'Aptitude aux Gestes et Postures de Travail, diplôme reconnu par les entreprises.

LES PROLONGEMENTS, L'EXPLOITATION

- **Réalisation d'affiches** « Sécurité » sur les Manutentions Manuelles »
- Les meilleures affiches ont servi de support à une **campagne de prévention** sur les Manutentions Manuelles pendant 3 semaines **dans l'entreprise** qui nous avait accueilli.
- Participation à la **journée « Portes ouvertes »** du collège.

CONTACTS :

Frédéric Deschamps, professeur d'EPS,
Formateur IUFM en « Prévention des risques liés à l'activité physique ».
Collège Mme d'Epinau-rue du chemin vert-Aulnoy les Valenciennes-59300
Tel collège :0327337811 Fax collège :03 27 36 01 94
e-mail : frederic.deschamps4@wanadoo.fr