

DEVELOPPEMENT DES ADOLESCENTS ET EPS

Nicolas DOMBROWSKI, Agrégé EPS, 2010

1. Définition

2. Spécificité des adolescents

3. Quels problèmes professionnels pose le développement des adolescents pour l'atteinte des objectifs de l'eps

4. Comment tenir compte des spécificités de l'adolescent pour lui permettre d'atteindre les objectifs de l'eps

DEVELOPPEMENT DES RESSOURCES

ACCES CULTUREL

GESTION DE SA VIE PHYSIQUE



DEVELOPPEMENT DES ADOS ET EPS

DEFINITIONS :

Développement :

Selon M. DURAND, cned, 2001, le développement désigne une évolution à long terme qui peut intégrer les composantes de maturation et de transmission sociale. On fait référence à une modification structurale des systèmes biologiques et psychologiques.

Adolescent :

L'**adolescence** (qui vient du latin croître, pousser) est la période correspondant à la phase de maturation qui fera passer un individu de l'état d'enfant à celui d'adulte. **La maturation sera biologique (puberté) mais surtout psychoaffective, ainsi que sociale et économique.**

Le terme **puberté**, (qui vient du latin pubescere, « se couvrir de poils », et, est dérivé de pubis) désigne la période de maturation biologique à l'issue de laquelle l'individu devient apte à la fécondation. **Le rythme est variable d'un individu à l'autre, mais chacun subit peu à peu des transformations anatomiques, physiologiques, hormonales.**

L'adolescent :

- Développement et modifications physiques et psychologiques

- Différences se creusent entre garçons et filles

- Force augmente jusqu'à 3 fois entre 12 et 18 ans

- Age des défis (notion de risque)

- Structuration de la personnalité

- Besoin du groupe (vie associative)



Aspects	Puberté 13-17 ans chez les garçons 13-15 ans chez les filles
MORPHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Poussée importante de croissance - Retard du développement des viscères, disgrâce physique (échassier) - Inégalités des membres quelquefois, d'où déséquilibre et compensation du rachis - Développement progressif des organes génitaux
FONCTIONNEL	<ul style="list-style-type: none"> - Dysharmonie fonctionnelle des glandes endocrines - Troubles de l'appétit, insomnie, variation de l'humeur - Grande fragilité aux variations climatiques - Grande fatigabilité
MOTEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Modification du schéma corporel - Instabilité motrice vers : hyper-impulsivité, hypo ralentissement - Mouvements parasites - Incoordination passagère
PSYCHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Toutes ces transformations inquiètent - Réactions de prestance (fou - rire) - Jeu verbal (ne veut pas avoir tort) - Esprit très critique, jugement de valeur souvent outrancier - Négativisme et obstruction - Va de l'enthousiasme à la dépression
SOCIAL	<p>Recherche de l'ami, du confident</p> <ul style="list-style-type: none"> - Options sur vie professionnelle, vie politique, religieuse (idéaux sociaux) - Oppositions aux structures familiales, scolaires, sportives
INDICATIONS ET CONTRE INDICATIONS	<ul style="list-style-type: none"> - Grande fatigabilité qui va vers explosions pathologiques - Ne pas forcer, heurter, car c'est l'âge de l'anxiété, de l'irritation, de l'impatience - Danger de la compétition qui peut aboutir à l'échec au lieu de l'affirmation de soi - Donner des responsabilités - Etre toujours prudent, attentif et être le confident

Aspects	Adolescence 17-19 ans chez les garçons 15-18 ans chez les filles
MORPHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Le poids augmente, la taille diminue (harmonisation progressive) - Maturation des organes génitaux - Le développement musculaire s'accroît chez les garçons - Légère phase grasseuse chez les filles
FONCTIONNEL	<p>Thorax élargi vers une aisance du jeu cardio – respiratoire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le rythme cardiaque se ralentit - Sur le plan nerveux, une plus grande stabilité - Meilleure adaptation aux conditions climatiques
MOTEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Différenciation nette entre motricité des garçons et des filles - Impression de puissance chez les garçons - Chez les filles, activité plus instinctive vers l'expression corporelle - Meilleur contrôle, faculté d'analyse
PSYCHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Volonté de puissance : garçons - Volonté de séduction : filles - Socialisation de l'agressivité - Disponibilité pour présent et perspectives d'avenir - Besoin de modèles sociaux, d'activités culturelles, de coopération
SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Association vers un but - Recherche de l'adulte pour son expérience technique - Recherche d'une vie sentimentale - Autonomie
INDICATIONS ET CONTRE INDICATIONS	<ul style="list-style-type: none"> - Eviter le surmenage - Favoriser les acquisitions techniques

DEVELOPPEMENT DES ADOS ET EPS

QUESTIONS A SE POSER

DEVELOPPEMENT DES RESSOURCES

QUELS PROBLEMES PROFESSIONNELS / Ressources ?

Biomécanique : données biométriques, constitution du sujet

Bioénergétique : responsable de la production et de la gestion d'énergie

Bio informationnelle : processus et fonctions mises en jeu dans les activités internes du traitement de l'information

Sémiotrice : attribution de sens, prise de décision

Affective – relationnelle : gestions des émotions, des attitudes



DEVELOPPEMENT DES ADOS ET EPS

QUESTIONS A SE POSER

QUELS PROBLEMES PROFESSIONNELS / ACCES CULTUREL?

Sur les plans :

A silhouette of a runner in a starting crouch on a track, positioned behind the text.

MORPHOLOGIQUE
FONCTIONNEL
MOTEUR
PSYCHOLOGIQUE
SOCIAL

DEVELOPPEMENT DES ADOS ET EPS

QUESTIONS A SE POSER

QUELS PROBLEMES PROFESSIONNELS / GESTION DE SA VIE PHYSIQUE ?

Sur les plans :

MORPHOLOGIQUE
FONCTIONNEL
MOTEUR
PSYCHOLOGIQUE
SOCIAL

A silhouette of a runner in a starting crouch on a track, positioned behind the text list.