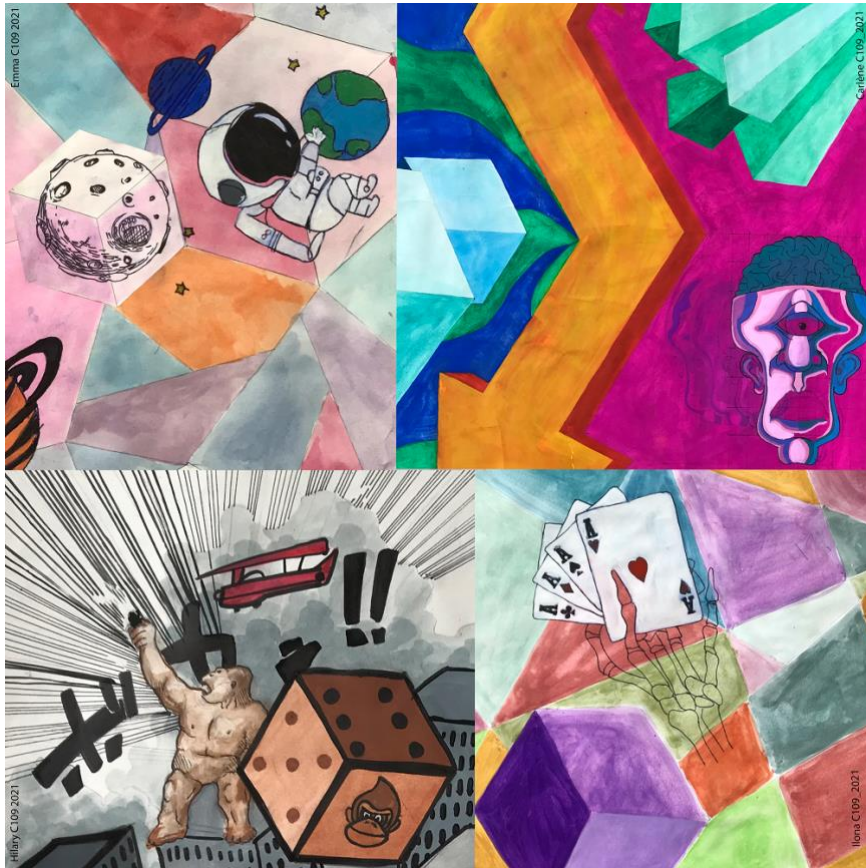


# OPTIONS COMPLÉMENTAIRES 2022-2023

## ÉCOLE DE CULTURE GÉNÉRALE



CECG MADAME DE STAËL

Tableau récapitulatif des options complémentaires proposées

	2e	3e	3e
	Travail Social	Santé	Socio-éducative
Biologie marine		x	
Découverte des Alpes	x		
Dehors	x		x
Droit de la santé et droit du vivant		x	
Escalade: mouvement, confiance et équilibre	x	x	x
Face à face		x	x
Inégalités et discriminations		x	x
La vie d'adulte		x	x
Médecine		x	
Le monde des émotions : une exploration		x	x
Penser et réaliser son projet d'entraide	x		x
Taiji	x	x	x

## Table des matières

---

<b>LE CHOIX DE L'OPTION COMPLEMENTAIRE 2022-2023 .....</b>	<b>4</b>
<b>MODALITES .....</b>	<b>5</b>
<b>BIOLOGIE MARINE .....</b>	<b>6</b>
<b>DECOUVERTE DES ALPES .....</b>	<b>7</b>
<b>DEHORS.....</b>	<b>8</b>
<b>DROIT DU VIVANT ET DROIT DE LA SANTE .....</b>	<b>9</b>
<b>ESCALADE .....</b>	<b>10</b>
<b>FACE A FACE .....</b>	<b>11</b>
<b>INEGALITES ET DISCRIMINATIONS .....</b>	<b>12</b>
<b>LA VIE D'ADULTE.....</b>	<b>13</b>
<b>MEDECINE .....</b>	<b>14</b>
<b>LE MONDE DES ÉMOTIONS.....</b>	<b>15</b>
<b>PENSER ET REALISER SON PROJET D'ENTRAIDE .....</b>	<b>16</b>
<b>TAIJI .....</b>	<b>17</b>

## **Le choix de l'option complémentaire 2022-2023**

Chères et chers élèves,

L'une des caractéristiques de vos études à l'Ecole de culture générale est d'une part, le choix d'une option spécifique préprofessionnelle (OSP) en 2<sup>e</sup> année et d'autre part, le choix d'une option complémentaire (OC) en 2<sup>e</sup> et en 3<sup>e</sup> année afin de décider des colorations que vous souhaitez donner à votre formation.

L'option complémentaire vous permet soit de renforcer le profil de formation pour lequel vous avez opté et d'approfondir vos connaissances dans un domaine d'étude qui vous motive particulièrement, soit, au contraire, d'ouvrir d'autres horizons et de vous permettre de manifester votre curiosité dans d'autres directions.

Avec l'entrée en vigueur du nouveau Plan d'études cadre (PEC), en 2<sup>e</sup> année, seuls les élèves de l'OSP Travail social auront à choisir une OC. Les 2<sup>e</sup> OSP Santé n'ont plus d'OC à leur plan d'études.

Les élèves de 3<sup>e</sup> année de l'OSP Socio-éducative de l'OSP Santé doivent choisir une OC.

Pour opérer le plus judicieusement possible ce choix, vous allez bien entendu tenir compte de vos intérêts, de vos goûts et de vos aptitudes.

Vous trouverez, dans les pages qui suivent, une présentation des disciplines proposées dans le cadre des options complémentaires (OC).

## Modalités

---

Au moment de déterminer votre option complémentaire, vous devez prendre note des **quelques règles** que voici :

- La discipline choisie en option complémentaire en 3<sup>e</sup> ne peut être la même que celle étudiée en 2<sup>e</sup>.
- L'enseignement de l'option complémentaire sera dispensé sur une année.
- Vous serez prié d'indiquer trois choix, par ordre de préférence. Nous essaierons de satisfaire vos souhaits au mieux, en fonction des contraintes organisationnelles.
- Les élèves non francophones de 2<sup>e</sup> ou de 3<sup>e</sup> suivent le cours de français non francophone, qui constitue leur option complémentaire.

Vos enseignants, votre responsable de groupe et les membres de la direction sont dès maintenant à votre disposition pour guider votre réflexion et vous aider à opérer ce choix avec la plus grande justesse.

La direction

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé

### **Les dessous des univers océaniques**

La plupart d'entre nous ne connaît les océans que d'un point de vue superficiel.

Ce cours est destiné aux élèves ayant envie de découvrir l'environnement marin par l'étude du fonctionnement des mouvements de ces gigantesques masses d'eau (notions d'océanographie) et de plonger dans l'incroyable diversité de la vie des océans s'étalant de la surface aux abysses les plus profonds (classification du vivant).

La vie dans l'eau pose certains problèmes d'adaptation, tant au niveau de la locomotion, de l'orientation, de l'odorat ou de la régulation thermique, qu'au niveau du camouflage et de la prédation (étude des requins). Le cours de biologie 3<sup>e</sup> OS sera mis en lien afin de renforcer la plupart des notions telles que l'anatomie et les différents systèmes constituant un organisme (système nerveux, digestif, respiratoire, circulatoire, ...).

**Attention, vous serez amenés à effectuer des dissections pour comprendre en détails l'anatomie de certains organismes marins.**

Cette OC s'adresse aux élèves de 3<sup>e</sup> en OSP Santé car elle fait des liens avec le cours obligatoire de biologie de 3<sup>e</sup> en OSP Santé.

OC pouvant être choisie par :  
2<sup>e</sup> OSP Travail social

### **Une semaine dans les Alpes, un apprentissage par l'action**

La nature sauvage vous aide à vous ressourcer ? Randonner sur les sentiers de montagne vous procure de vives émotions ? Vous n'avez aucune expérience de la montagne mais vous êtes curieux ou curieuse de découvrir ce milieu et motivé pour vivre une expérience unique en montagne ? Cette OC vous est assurément destinée !

Nous débuterons par une immersion de cinq jours dans les Alpes au mois de septembre. De refuge en refuge, à la recherche de l'inattendu, en quête de décalage et d'aventure, une expérience de vie originale au cœur d'un espace grandiose vous attend. Cet apprentissage par l'action est une véritable école de vie. Persévérance, humilité, confiance en soi et entraide vous seront nécessaires lors de cette semaine en altitude.

Nous exploiterons durant l'année les éléments observés sur le terrain. Abordant autant de thématiques humaines que naturelles, ce cours privilégie une approche transdisciplinaire, axée sur la richesse et la diversité du monde alpin. Un accent tout particulier sera mis sur les impacts du changement climatique dans les Alpes. Des notions propres aux premiers secours et à la médecine de montagne seront également abordées.

Attention, cette OC s'adresse aux élèves motivés par la marche en montagne. Un matériel adapté, tout particulièrement des chaussures de montagne, est nécessaire. Le coût de la semaine est d'environ 300 CHF. Une aide financière est possible auprès des assistants sociaux.

OC pouvant être choisie par :  
2<sup>e</sup> OSP Travail social  
3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **Un enseignement en dehors de la salle de classe**

Le cours propose aux élèves un enseignement en dehors de la salle de classe.

Sorties en nature, visites culturelles, rencontres ; apprendre autrement, apprendre par l'expérience.

Les élèves seront invités à faire des comptes-rendus des sorties par les outils de l'art : l'écriture, la photographie, le collage, etc.



OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé

### **Deux jumeaux naissent d'une mère porteuse en Californie...**

... de retour en Suisse, les parents veulent faire inscrire les enfants sur le registre de l'Etat civil. L'officier d'état civil refuse !

Quoi de plus vaste et de plus mystérieux que le vivant ? Quoi de plus important que la santé ? Et qu'en dit le droit ?

Nous aborderons ensemble les droits des êtres humains, des animaux et de l'environnement.

Des grands sujets de droit de la santé seront discutés, tels que : l'avortement, la procréation médicalement assistée, l'euthanasie et le secret médical.

Tous les sujets seront vus au regard des lois suisses et internationales (notamment : la Constitution, le Code pénal et la Convention Européenne des droits de l'homme).

De nombreux cas réels, jugés ou non, pourront être abordés.

OC pouvant être choisie par :  
2<sup>e</sup> OSP Travail social  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### Escalade : mouvement, confiance et équilibre

Escalader, « *c'est progresser quadrupédiquement dans un terrain changeant, plus ou moins vertical, qui oblige, face à l'incertitude, à s'engager plus loin physiquement et psychologiquement pour réussir le passage* » (J. Hugon, *De la grimpe à l'escalade*, Revue EP&S 1 n°50)

Bien au-delà d'un exercice physique, l'escalade est une activité qui nécessite concentration, entraide et coopération. Elle fait appel à plusieurs notions et compétences qui peuvent être transposées dans le parcours scolaire de l'élève : la gestion du stress, la maîtrise de ses émotions, surmonter sa peur, la confiance en soi et en l'autre, la prise de risque et la mise en place d'un cadre sûr. La faculté d'adaptation et la définition d'objectifs clairs et précis sont les éléments clés pour « *réussir le passage* », en escalade comme dans un parcours de formation.

Cette option complémentaire s'articule autour de notions théoriques en classe et de quelques sorties d'escalade sur mur artificiel ou naturel.

Le cours se déclinera en quatre étapes :

- **Préparation** : en classe, nous aborderons l'histoire de l'escalade et de la conquête des cimes, les principes de sécurité, l'esprit de cordée, la connaissance du matériel et la description des montagnes du monde ;
- **Expérimentation** : à l'extérieur, mise en pratique de séances d'escalade, exercices de mouvement, recherche d'équilibre et gestion pratique de la confiance ;
- **Restitution** : en classe, retour des impressions et ressentis des élèves par un travail d'écriture et d'expression orale ;
- **Réalisation** : afin d'expérimenter le mouvement, la confiance et l'équilibre dans un milieu hostile et inconnu, nous finirons l'année scolaire par deux jours d'escalade en haute montagne avec une nuit en refuge, sur une arête rocheuse en dessus de Chamonix.

Aucun prérequis particulier n'est nécessaire pour cette option complémentaire, si ce n'est un esprit volontaire et une ferme intention de vivre une expérience hors du confort quotidien. Une attitude positive et motivée de la part des élèves est indispensable.

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **Se lancer à la découverte de soi et des autres par les arts visuels**

Se lancer à la découverte de soi et des autres, au moyen du portrait ou de l'autoportrait.

Se questionner sur la fabrique de l'identité par l'exploration et l'apprentissage de différentes techniques liées au monde des arts : photographie, dessin, collage, peinture, modelage ou animation.

Mettre en perspective l'histoire du portrait et démarches plus contemporaines, pour nourrir sa propre compréhension du sujet.

Chacune et chacun fera l'expérience de mener un projet personnel et artistique de sa conception à sa réalisation finale.

En travaillant de manière individuelle ou par petits groupes, s'épanouir au contact de l'art, développer sa créativité, son imagination et sa sensibilité.

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **Qu'est-ce qu'une discrimination ?**

Qui discrimine et pourquoi ? Qui est discriminé et pourquoi ?  
Les discriminations reposent toujours sur des images mentales tenaces, mais comment changer les choses ?

L'objectif de ce module est de comprendre les mécanismes qui régissent les inégalités et les discriminations subies par des minorités ou par des individus au sein de leur société (pays, clan, famille, groupe). Nous traiterons des causes et des conséquences, mais également des solutions possibles pour changer des situations qui reposent souvent sur des peurs, des habitudes ou des traditions.

Pour cela, nous étudierons des cas concrets comme les discriminations contre les populations Roms, contre les Aborigènes d'Australie ou encore contre les Intouchables indiens. Nous débattrons également des inégalités et discriminations en Europe et plus particulièrement en Suisse et à Genève.

Durant le cours, vous aurez la possibilité d'analyser et de présenter un cas de discrimination qui vous tient à cœur (travail pratique de groupe). Des débats réguliers en classe nous permettront d'échanger sur le thème de la discrimination.

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **L'âge de la majorité implique de nouveaux droits mais également de nouvelles obligations**

Ce cours a pour but de vous faire acquérir un certain nombre de connaissances, que l'on n'apprend pas toujours à l'école, afin de vous aider dans votre prise d'indépendance progressive. Les sujets traités seront les suivants :

- **La majorité** : de nouveaux droits mais aussi de nouvelles obligations ;
- **Gérer son argent** : pour autant qu'on en ait ;
- **Les dettes** : il faut les fuir ;
- **Chercher un premier emploi** : le cercle vicieux, sans expérience professionnelle, pas de job et sans premier job, pas d'expérience professionnelle ;
- **Louer ou acheter un logement** : la croix et la bannière à Genève ;
- **Le monde des assurances** : la prudence est de rigueur (surtout avant de signer un contrat) ;
- **Les impôts** : plus on en paye plus on est riche ;
- **La prévoyance professionnelle** : il n'est pas trop tôt pour s'en préoccuper ;
- **Valoriser son épargne** : le risque zéro n'existe pas.

Ces divers points seront abordés à l'aide d'articles de la presse écrite et de sites internet, d'extraits d'émissions et ponctuellement de présentations et de conférences d'intervenants extérieurs.

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé

### **Avez-vous toujours voulu comprendre ...**

Avez-vous toujours voulu comprendre le jargon du *Good Doctor* et du *Dr House* et suivre - voire critiquer - leurs raisonnements ? Les séries télévisées *Scrubs* ou *Grey's Anatomy* vous font-elles rêver de travailler dans le domaine de la santé ?

Derrière les coulisses hollywoodiennes, nous étudierons les régulations de l'homéostasie des différents systèmes de l'humain.

En collaboration avec un médecin, nous nous initierons à la démarche médicale clinique par des études de cas : prise en charge, diagnostic, analyses de laboratoire, investigation médicale. Nous analyserons plus en détail différentes pathologies comme le cancer, le SIDA ou autres, en fonction de votre intérêt.

Si le temps le permet, nous explorerons la démarche expérimentale pharmacologique : de l'invention de nouveaux composés efficaces à l'introduction de médicaments sur le marché en passant par les essais cliniques.

OC pouvant être choisie par :  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **Explorer les émotions**

Explorer les émotions à travers les arts, la philosophie et les images du cerveau. Nous subissons tous nos émotions sans pouvoir y faire grand-chose. Nous avons déjà éprouvé une joie ou une tristesse incontrôlables. D'où nous viennent nos sentiments ? En quoi nous sont-ils utiles ou peuvent-ils nous nuire ? Comment en parler froidement ?

Ce cours propose un voyage analytique à travers la peinture, la sculpture, la littérature, le cinéma, la philosophie et les IRM du cerveau afin de comprendre le fonctionnement des émotions, des sentiments et des humeurs.

Une attention particulière sera portée à l'empathie et à la compassion. En effet, nous tenterons de répondre ensemble à une question centrale dans le domaine des soins : comment travailler avec la douleur d'autrui ?

Cette OC aborde des problématiques qui seront centrales pour celles et ceux qui désirent poursuivre leur parcours en Haute école de santé ou en Haute école de travail social.

## PENSER ET REALISER SON PROJET D'ENTRAIDE

---

OC pouvant être choisie par :

2<sup>e</sup> OSP Travail social

3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

### **Moi et les autres : penser et réaliser son projet d'entraide**

L'objectif du cours est de vous donner les outils pour conceptualiser et réaliser votre propre projet d'entraide bénévole sur le terrain et s'inscrit dans les valeurs du développement durable et du DIP. Vous développerez également des compétences importantes pour la poursuite de votre formation future.

Pendant le 1<sup>er</sup> semestre, les projets sont communs à la classe et peuvent se réaliser à différentes échelles, en collaboration avec des acteurs cantonaux ou nationaux du domaine de l'entraide. Des rencontres avec certains acteurs sont prévues\*. Pour le 2<sup>e</sup> semestre, vous aurez acquis les outils nécessaires pour vous lancer dans la conception et la réalisation de votre propre projet d'entraide individuel ou en petits groupes.

Quelques exemples des questions abordées pendant cette OC :

- J'ai bien envie de monter un projet, mais je commence où ?
- Comment puis-je récolter de l'argent dans un but d'entraide et m'assurer que les fonds seront correctement redistribués ?
- Engagement humanitaire, entraide, bénévolat et volontariat... : qu'est-ce que ça veut dire ?
- A quoi sert-il de s'engager bénévolement ?
- J'aimerais bien m'engager avec des minorités, comment me préparer ?

Quelques exemples de compétences développées pendant le cours :

- Coopération ;
- Planification ;
- Communication : débattre, gérer des désaccords, trouver un consensus, communiquer avec des acteurs institutionnels, rédiger un rapport d'activités ;
- Créativité : explorer une idée en lien avec ses intérêts et ses compétences, expérimenter, adapter le projet au contexte ;
- Posture réflexive : reconnaître et accepter ses émotions, envisager une prise de risque, mettre en mots ses apprentissages, réfléchir à son rapport à l'altérité.

\* Dans le respect des mesures sanitaires prévues



OC pouvant être choisie par :  
2<sup>e</sup> OSP Travail social  
3<sup>e</sup> OSP Santé - 3<sup>e</sup> OSP Socio-éducative

## **Trouver un équilibre pour sa vie personnelle et professionnelle**

Les cours se dérouleront sur deux plans, la pratique et la théorie du Taiji.

Pour découvrir cet art martial, nous travaillerons des postures de base du Taiji ainsi qu'un enchaînement de mouvements, appelé duan. Nous apprendrons également divers gestes de base qui permettent d'approfondir l'écoute de notre corps, de notre équilibre, de notre souplesse et de renforcer notre tonus musculaire. Toutes les suites de mouvements se font très lentement et donnent le temps d'utiliser une respiration adéquate. Une posture correcte et des mouvements très lents répétés apportent paix et concentration.

Nous découvrirons aussi le cheminement des méridiens sur notre corps et comment les stimuler.

Chacun de ces moments de pratique du Taiji se terminera par quelques minutes de méditation permettant au corps d'emmagasiner tout ce qu'il aura appris et d'entrer en soi.

En parallèle, nous aborderons quelques notions théoriques de la philosophie et de la médecine chinoises en relation avec la pratique du Taiji et qui peuvent aider à soigner certains maux, à corriger certaines positions, à stimuler ou apaiser.

Nous mènerons une réflexion sur la respiration, la posture, l'ancrage, la domination des émotions, la non-violence, l'énergie, et la souplesse. Au travers de textes de penseurs chinois, nous essayerons aussi d'approcher leur façon de considérer la vie et les relations.

Nous parlerons du bien-être qu'apporte un tel sport lors de la rééducation de personnes qui ont souffert d'un accident ou sortent d'une opération, ou pour permettre à des personnes âgées de garder la forme, l'équilibre. Nous aborderons la dimension historique du Taiji, les différentes écoles de Taiji et les différentes notions qui sont connexes à la pratique du Taiji, comme le Tui-shou, le Qi-gong et le Nei-gong.

**COUVERTURE:** MONTAGE *POP-MIX* (ALMARAZ LEON HILARY, CARMONA CARLÈNE, SULAJ ILONA ET TADDEO EMMA), CLASSE 109 DE ALBIN ROOS, 2021-2022.