



30 minutes d'activité physique quotidienne

Proposition pour la semaine du 10 au 11 mai 2021

Des chiffres

Cette lettre hebdomadaire est atypique cette fois...comme cette semaine particulièrement courte !

Sur les 52 semaines que compte le calendrier scolaire 2020-2021, on dénombre pour les écoliers de l'Oise 36 semaines de cours réparties en cinq périodes de travail, séparées par quatre périodes de vacances des classes (16 semaines).

Les vacances d'été dureront 8 semaines.

Que la journée se passe à l'école ou ailleurs, une pratique physique quotidienne de 30 minutes permettrait de compter 182 heures d'activité physique en 2021, sans compter les heures d'EPS et de sport !

Des enjeux

« Le sport est une pépite éducative ! »

En 2024, la France accueillera les Jeux Olympiques et Paralympiques d'été pour la troisième fois de son histoire. Le pays s'y prépare depuis plusieurs années pour que leur organisation soit une réussite, pour que la France rayonne par les exploits de sa jeunesse, mais aussi pour que cet événement planétaire soit un levier de renforcement de la place du sport à l'École... Par leur caractère exemplaire, les Jeux Olympiques et Paralympiques peuvent inciter l'École à accorder davantage de place au sport.

Extraits du Vademecum Génération 2024

<https://eduscol.education.fr/929/generation-2024>

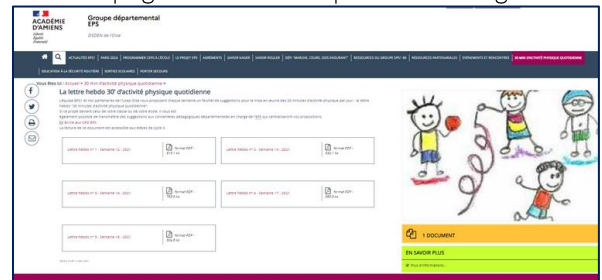
Des outils départementaux pour une pratique physique de 30' quotidiennes

L'équipe départementale EPS1 et nos partenaires de l'Usep Oise vous proposent chaque semaine un feuillet de suggestions pour la mise en œuvre des 30 minutes d'activité physique par jour : la lettre hebdo "30 minutes d'activité physique quotidienne". La lecture de ce document est accessible aux élèves de cycle 3.

Si ce projet devient celui de votre classe ou de votre école, il vous est également possible de transmettre des suggestions aux conseillères pédagogiques départementales en charge de l'EPS qui centraliseront vos propositions.

Ecrire aux CPD EPS : eps1ia60@ac-amiens.fr

Accédez à la page dédiée en cliquant sur l'image ci-dessous



Des outils nationaux pour une pratique physique de 30' quotidiennes

Voici les derniers exemples émanant de deux partenaires que Monsieur Terret nous a adressés :

Pour la fédération française de tennis :

- le livret pédagogique du programme « De la Cour au Court » à télécharger en wetransfer sur <https://we.tl/t-9FxxqF1Ih>

- le webdocumentaire DLCAC co-construit par la FFT et Canopé à l'attention des professeurs des écoles de consulter sur De la cour au court (reseau-canope.fr). Bien que centré sur les élèves de cycle 1, ce programme a vocation à être complété prochainement pour s'adresser aux 3 cycles.

Pour la fédération française de gymnastique :

- le programme La Gym C'est Classe ! avec des vidéos de pratique en classe, à visionner sur <https://viewer.pandasuite.com/m/csUTYjC4>

Pour accéder aux vidéos pédagogiques sur ce site, cliquez sur l'icône "Pour aller plus loin" ;

Cliquez sur les semaines pour ouvrir une séquence vidéo ;

Cliquez sur les flèches pour passer à la semaine suivante ou précédente.



POUR ALLER PLUS LOIN

SEMAINE 1



Des outils partenariaux pour une pratique physique de 30' quotidiennes

Le projet Usep au service du Parcours Educatif de Santé

Des outils labellisés PNNS pour pratiquer, quantifier sa pratique d'APS, quantifier sa pratique et garder une trace de ses expériences :

[Le compteur d'activité](#) pour permettre à l'enfant d'évaluer sa quantité de pratique

[La réglette individuelle du plaisir](#) permet à l'enfant d'exprimer le plaisir ressenti lors de la pratique d'APS

[La réglette individuelle de l'effort](#) permet à l'enfant d'identifier la notion d'effort physique

[La réglette du progrès](#) permet à l'enfant de mesurer ses progrès quantitatifs et qualitatifs

[Les indicateurs de l'effort](#) conduisent l'enfant à identifier les traces de l'effort sur son corps

[Les affiches bandes dessinées](#) permettent d'initier l'échange et le débat entre pairs

[Le cahier témoin](#) permet à l'enfant de garder une trace de ses expériences

<https://usep60.jimdo.com/>

