

Promouvoir la santé des élèves à l'école par les activités physiques et sportives : EPS et 30mnAPQ



Ce document permet de rendre lisible la démarche engagée par l'équipe éducative pour favoriser la pratique physique et sportive et participer à l'instauration d'un habitus de vie active afin d'envisager ensuite, collectivement, des évolutions/adaptations.

ETAT DES LIEUX

- 🌀 3h effectives EPS
- 🌀 Moins de 3h d'EPS
- 🌀 30mn APQ non mises en place
- 🌀 30 mn APQ investies par quelques PE de l'équipe
- 🌀 30mnAPQ investies par l'ensemble de l'équipe pédagogique
- 🌀 30mnAPQ investies par l'ensemble de l'équipe éducative (avec périscolaire)
- 🌀 Génération 2024
- 🌀 Projets sportifs : sortie vélo, course d'école
- 🌀 USEP

Espaces utilisables/EPS/30mnAPQ

- 🌀 Cours : 2
- 🌀 Autre espace propre à l'école : salle de motricité
- 🌀 Installations sportives à proximité : city stade et espace herbeux
- 🌀 Salles spécifiques proche de l'école : salle des fêtes

C1			PARCOURS DE L'ELEVE EN EPS Champs d'apprentissage	C2			C3		
PS	MS	GS		CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6°
Lancers Course			Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	Athlétisme					
Vélo Parcours de motricité Orientation Randonnée			Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variées Adapter ses déplacements à des environnements variés	Natation			Natation		
		Natation		Randonnée		Orientation		Vélo	
Rondes Danses Mimes Gym Cirque			Communiquer avec les autres au travers d'actions à visées expressive ou artistique S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	Danse					
Jeux de coopération Jeux collectifs Jeux d'opposition			Collaborer, coopérer, s'opposer Conduire et maîtriser un affrontement collectif et/ou interindividuel	Jeux de ballons Jeux d'opposition Jeux traditionnels		Tchouck-ball Jeux de ballons Jeux traditionnels Jeux d'opposition			
	Participation à Bal en liance		PROJETS SPORTIFS / Défis sportifs	Vélo avec une sortie pour le C3					

30mnAPQ	
Déplacements actifs : Classe dehors (de la PS au CE1)	Enseignements disciplinaires en mouvement : Ateliers durant la classe dehors (1h par semaine)

Déplacements jusqu'aux installations sportives (du CP au CM2)	
Pauses actives : Réalisation de parcours, de petits défis, de relais, de petits jeux, ...	Récréations actives Planning sur la semaine avec (foot, basket, jeux divers et zone libre)
Périscolaire : -matériel à disposition pour des jeux libres et utilisation des zones en fonction du planning (cf récréations)	Autre :

REMARQUES

1-Seulement 1 PE sur 3 réalisant les APQ depuis cette année (nouvelle équipe)
 2-Séances d'EPS équilibrées et effectives dans le respect des programmes
 3-Inscription au dispositif 30 min d'APQ en 2022 avec réception du kit
 4-Projet annuel sur l'olympisme pour 2 classes de l'école
 5-Elèves très actifs durant les récréations selon l'équipe enseignante
 6-Organisation d'un Run&Bike ouvert aux élèves et aux parents en dehors du temps scolaire

PERSPECTIVES

1-Engager l'ensemble de l'équipe élémentaire
 2>Action à maintenir
 3-Utilisation du matériel fourni lors des temps d'APQ
 4-Inclure les 3 autres classes avec la réalisation de défis durant la semaine de l'Olympisme en avril 2024, réalisation d'un spectacle autour du thème de l'Olympisme lors de la fête de l'école
 5-Recherche du ressenti des élèves sur leur activité durant les récréations
 6-Réflexion autour du cadrage législatif pour être assuré lors de l'évènement (organisation par la mairie?)



Promouvoir la santé des élèves à l'école par les activités physiques et sportives: EPS et 30mnAPQ

ENJEUX : bien-être et réussite des élèves, lutte contre la sédentarité

LEVIERS : donner du pouvoir d'agir aux élèves et personnels, investir tous les espaces pour favoriser la mise en mouvement des élèves, ...

Recommandations OMS pour les enfants de l'école élémentaire : une heure quotidienne d'activité physique à intensité forte ou modérée.

En France : dont au moins 30mn d'APQ à l'école

COMPLEME

EPS

Discipline scolaire 108h annuelles soit 3h/semaine
Compétences du S4C à évaluer
Programmation autour de 4 champs d'apprentissage, chacun étant convoqué au moins deux fois en C2 et en C3
Séquence EPS
Apprentissage moteurs fondamentaux essentiels
Tenue adaptée
Intervenant extérieur – appli 1D

NTARITE

30mnAPQ

Dispositif
Objectif de dépense physique sans évaluation de compétence
A minima tous les jours où il n'y a pas d'EPS
Activité physique de loisirs avec choix des élèves
Tenue libre
Intervenant extérieur – appli 1D

PARCOURS EDUCATIF DE SANTE et DE CITOYENNETE

Outils réflexifs pour les élèves C2 et C3

- Le compteur d'activité physique de l'USEP C2 et C3
- Les réglettes USEP C2 et C3



Repères développement psychomoteur de l'enfant :

Le corps perçu de 3 à 7 ans : les mouvements fondamentaux et les capacités perceptives sont à développer durant cette période. L'adulte a un rôle important dans ce passage de la sensation que l'action procure à la perception, il apporte le vocabulaire au moment où l'enfant vit les expériences sur les objets pour donner de la signification aux sensations. Cette étape existe aussi lorsque l'enfant est confronté à un apprentissage nouveau au-delà de cet âge. Un enfant de 6-8 ans apprend à coordonner 2 à 3 actions motrices de base. (**Jeux de coordination simple, de verbalisation des sensations et actions motrices à partir d'expériences corporelles variées**).

Le corps connu ou représenté de 7 à 12 ans : l'enfant passe d'une connaissance et d'une perception globales de son corps à une connaissance topologique des parties du corps. Cela lui permet d'inventer des gestes, anticiper un geste, exécuter des mouvements de plus en plus complexes, les planifier et les gérer dans l'espace. (**Jeux de coordination, force, vitesse, équilibre, souplesse, endurance**).

Cf : <https://ww2.ac-poitiers.fr/dsden86-pedagogie/spip.php?article1498>
du 16/10/20 J. Brouleau

VIGILANCE

L'enfant n'est pas un adulte en miniature, les pratiques adultes axées sur des programmes d'entraînement de haute intensité qui mélangent musculation et endurance n'ont pas leur place à l'école (crossfit, tabada...).

Un regard critique doit être apporté aux ressources présentant de la « gesticulation » dans la salle de classe. **Au contraire, favoriser les pratiques corporelles de bien-être et favoriser la pratique d'APS en extérieur, créer les conditions pour permettre aux élèves de décider de leur propre AP en créant.**

Ressources PE pour l'EPS, 30mnAPQ, G24 et différentes évènements rassemblées sur: [BLOG EPS17](#)

