

Mars 2024

MISE EN ŒUVRE DU DISPOSITIF 30mn D'ACTIVITE PHYSIQUE QUOTIDIENNE

*Prêts à dynamiser l'apprentissage
et à favoriser une vie saine
pour vos élèves.
Retrouvez toutes nos ressources !*



Les nouveautés

LES DEFIS OLYMPIQUES



Tous les mois, entre janvier et octobre 2024, des « Défis 30 APQ » seront proposés à toutes les classes qui le souhaitent. Les élèves relèveront à la fois des défis « physiques » mais aussi de « culture générale olympique » et de « connaissances sur la Santé ». [Cliquez ici](#)
De nouvelles fiches d'accompagnement pour des activités faciles et rapides à mettre en œuvre avec le kit.

Les ressources



Cliquez sur les images pour accéder au digipad départemental ou au genially APQ.

L'actu EPS du département

A L'ECOLE HELENE BOUCHER DE MONTGERON

On s'active en rythme à l'école Hélène Boucher de Montgeron. Tous les matins, sous la houlette de leur directeur, Monsieur Fretté, les élèves de l'école effectuent des activités physiques lors de leur arrivée. Au son d'une musique entraînante et pendant 30mn les élèves de l'école enchaînent des mouvements faisant « monter le cardio ». Chaque élève à tour de rôle présente un mouvement que les camarades sont amenés à reproduire et tout cela dans une ambiance

dynamique et bienveillante. A la fin de la session, un temps de retour au calme est proposé avec une musique douce invitant les élèves à faire travailler leur imaginaire avant une mise en mots de ce voyage intérieur. Ce dispositif permet également aux enseignants des classes d'être libérés pour co-intervenir avec les collègues des autres niveaux.



Pour cette session, sous le regard de Mme Bernon, inspectrice de l'Education Nationale, de Monsieur Nezzar inspecteur de l'Education Nationale et de Mme Lefort conseillère pédagogique départementale EPS en charge du dossier 30mnAPQ, les élèves ont été accompagnés par la sportive de haut niveau Stessie Bastareaud judokate licenciée dans le club de Chilly Mazarin et membre de l'équipe de France et M Gaschard représentant madame Meynent directrice académique adjointe. La présence de cette athlète, rendue possible par le dispositif des « ambassadeurs du sport » porté par le conseil départemental de l'Essonne, a permis aux élèves d'avoir un temps d'échange sur le parcours de vie d'une athlète et la promotion de l'activité physique quotidienne. Cette rencontre s'est conclue par une démonstration de judo avec le club de la ville qui intervient auprès des élèves de l'école.

Un grand bravo à l'ensemble de l'équipe pédagogique pour ce formidable projet qui met au cœur de leur pratique l'activité physique.

REPORTAGE A L'ECOLE GENEVOIX



Dans le cadre de la généralisation du dispositif 30mn d'APQ les élèves de CE1 de l'école Genevoix ont eu le plaisir d'accueillir Alexandre Idir, champion olympique par équipe de judo. Le champion s'est prêté à l'exercice de la pause active. Cette modalité permet aux élèves de bouger entre deux séances afin de les remobiliser dans les apprentissages. Pour les accompagner, les enseignantes utilisent un outil numérique construit par le groupe départemental EPS et qui facilite la mise en œuvre des parcours de pauses actives en classe.

Pour cette activité le champion de judo s'est prêté à l'expérimentation sous le regard de Monsieur le recteur d'académie, de Madame la Directrice académique, Madame la directrice académique adjointe et de Monsieur l'inspecteur d'académie pour le 1er degré. Un grand bravo à l'ensemble de l'équipe enseignante ainsi qu'à Madame Vincent directrice de l'école pour cette initiative qui permet d'utiliser les 30mn d'APQ au service des apprentissages en classe.



La parole à ...

4 ENSEIGNANTES DE L'ECOLE JEAN DE LA FONTAINE D'ETAMPES (REP) SUR LA MISE EN PLACE DES 30'APQ

Krystèle, enseignante en CM1/CM2, utilise les fiches 30' APQ éditées par l'Académie de Créteil en Handball, Rugby et Danse téléchargées sur le site génération paris2024.

« Comme mes élèves ont EPS les deux jours où j'enseigne, je ne pratique pas les 30' APQ comme telles, mais je me sers de certaines fiches dans mes séances, comme mise en activité. Toutes les fiches ne me servent pas, mais certaines sont intéressantes pour commencer à s'approprier un geste ou le matériel de manière ludique et collective. Par exemple cette année j'ai utilisé les fiches « danser » 11 et 12 « les gestes sportifs » et « tu arrêtes, je continue » comme travail préparatoire pour la création de notre danse autour des JO. »



Nathalie, Morgane et Amélie, enseignantes en CE1 dédoublé.

Nous proposons les 30 minutes d'activités physiques quotidienne 3 fois par semaine, le matin, à 8h30, avant de commencer la classe proprement dite, toujours en extérieur. Nous réservons l'accès à un terrain de football synthétique qui jouxte l'école, mais nous pouvons aussi utiliser la cour.

Ça « réveille » nos élèves, qui sont plus disponibles ensuite pour les apprentissages. Ceux qui ont regardé les écrans avant de venir sont « reconnectés » dans les apprentissages, ça change leur posture. C'est une bonne transition maison- école. On a vu la différence, ils sont plus concentrés. Mais on a pu juger aussi d'une amélioration de leur motricité, de leur gestion du corps, et de l'espace.

On utilise l'application 30' APQ pour prendre des idées puis on crée des jeux nous-mêmes.

On utilise également les pistes de « Ma pochette de maths CE1 - Les Pochettes Ateliers » (hachette éducation), pour faire des « maths actives » : des activités de tri, de rangement, des défis maths.

On apprécie également les jeux coopératifs qui permettent de développer les compétences psychosociales chez nos élèves.