



**ACADÉMIE
DE NANTES**

*Liberté
Égalité
Fraternité*





Directions des services départementaux
de l'éducation nationale
Vie pédagogique premier degré

30 min d'Activité Physique Quotidienne : présentation et mise en oeuvre

Publié le 13/10/2021 – Mis à jour le 13/10/2021

Voici 2 entrées distinctes pour intégrer les 30 minutes d'APQ au sein de notre pratique de classe.

- [La première correspond aux défis USEP ou fiches Paris 2024](#) et permet, avec peu de matériel, de pratiquer sur les temps de récréation et / ou du périscolaire. Les défis utilisés peuvent être choisis en fonction des séquences menées en EPS.
- La deuxième entrée est celle des pauses actives et s'intègre dans l'emploi du temps hebdomadaire : elles peuvent s'effectuer entre deux séances, après la récréation, avant une évaluation... Leur objectif est de recentrer l'élève sur l'activité suivante. Voici 2 activités "clé en main" pour proposer les pauses actives aux élèves. Les ressources sont inspirées des outils développés par l'USEP, Paris 2024 et le CISSS de Chaudière-Appalaches (Québec)
 - [Première activité](#) 
 - [Deuxième activité](#) 

Thématique :

Éducation physique et sportive

Date :

13/10/2021

M.A.J. le 13/10/2021

Dans cette rubrique

- [Cycle 1](#)
- [Cycle 2](#)
- [Cycle 3](#)

Et aussi

