

## Journée Nationale du Sport Scolaire 2023

La Journée Nationale du Sport Scolaire a pour objectif de faire connaître et promouvoir les activités proposées par les associations et les fédérations sportives scolaires (UNSS, USEP) auprès des élèves et des équipes pédagogiques.

L'USEP 72 vous propose pour l'édition 2023 4 défis sportifs OUVERTS A TOUS: du rugby, sport collectif présent aux JO et en phase avec l'actualité, puisque la France accueille actuellement la Coupe du Monde de rugby; un sport émergent aux Jeux de Paris 2024 (skate-board pour le cycle 1, breaking pour le cycle 2 et le cycle 3) et deux défis d'APQ (Activités Physiques Quotidiennes) pour vous aider à intégrer cette habitude dans la journée de l'élève.

Afin de faciliter la mise en œuvre par le plus grand nombre, vous pouvez organiser votre action sportive au sein de votre école **autour de la date officielle qui est fixée au mercredi 20 septembre 2023 pour tout le territoire français.**

Vous pouvez vous déclarer votre participation grâce à [ce lien](#).

La JNSS sera pour un bon nombre d'écoles le point de départ d'un fil conducteur autour des Jeux Olympiques. Aussi, vous trouverez un accès à des ressources, à savoir :

- Un **carnet des Jeux Olympiques** pour toute l'année scolaire dès aujourd'hui en [version numérique](#). **Chaque élève de cycle 2 et de cycle 3 licencié à l'USEP recevra un carnet papier**, qui vous permettra aussi de tisser du lien avec les familles.
- Un [guide de l'enseignant](#) vous permettra de mettre en œuvre les séances pédagogiques amenant les élèves à agir, comprendre et débattre tout au long de l'année.
- Un [padlet cycle 2 et 3](#), qui sera alimenté en ressources pédagogiques tout au long de l'année et qui couvre tous les domaines d'apprentissage.
- Un [padlet cycle 1](#) dans tous les domaines d'apprentissage.

Enfin, en menant ce projet vous aurez la possibilité de faire **labelliser votre école « Génération 2024 »**. Pour ce faire, vous pouvez adresser un mail à Anna Antunes à l'adresse suivante : <mailto:missionusep72@ac-nantes.fr>

Nous restons à votre entière disposition pour vous accompagner dans ce projet ou pour vous initier aux différents outils USEP. Les rencontres USEP sont pensées pour être inclusives. Les associations USEP qui souhaitent être accompagnées pour des élèves à besoins particuliers peuvent en faire la demande via le [fiche navette USEP](#).

Belle rencontre.

Anna Antunes

Chargée de mission au développement du sport scolaire

CYCLE 1			
Défi 1	Défi 2	Défi 3	Défi 4
RUGBY	ENGINS ROULANTS pour découvrir le SKATE-BOARD et/ou le BMX	DEFI APQ : "JEU" PROTÈGE LA FLAMME	DEFI APQ : LA COURSE AU BALLON
-Découverte culturelle -Jeu de l'épervier	-Découverte culturelle -Atelier de maniabilité pour apprendre à maîtriser l'équilibre en draisiene, patinette, trottinette, planche à roulette -Parcours avec obstacles fixes variés	-Découverte culturelle -Apprentissage d'un chant -APQ	-Activité à mener en langue étrangère par les élèves

CYCLE 2/3			
Défi 1	Défi 2	Défi 3	Défi 4
RUGBY	BREAKDANCE	DEFI APQ : "JEU" PROTÈGE LA FLAMME	DEFI APQ : LA COURSE AU BALLON
-Découverte culturelle -Jeu de l'épervier	-Découverte -Défi de Martin Lejeune	-Découverte culturelle -Apprentissage d'un chant -APQ	-Activité à mener en langue étrangère par les élèves



## DEFI 1 : RUGBY

### ENTREE DANS L'ACTIVITE

- Découverte culturelle : [Vidéo](#) Monsieur Madame jouent au rugby (cycle 1), Vidéo Lumni « [Les règles du rugby](#) » (cycle 2/3) avec questionnaire ci-après

### BUT

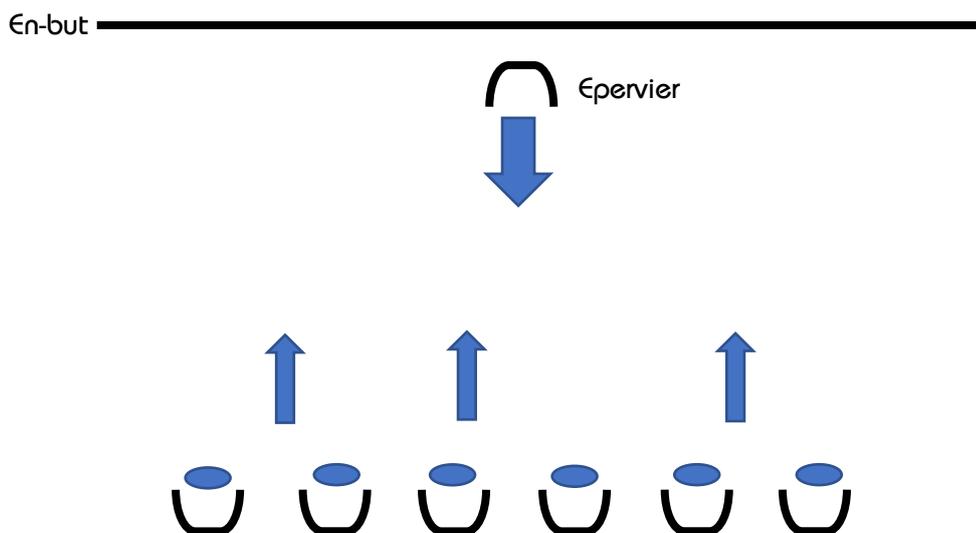
Porter le ballon dans l'en-but

### CRITERES DE REUSSITE

Aplatir le ballon dans la cible sans être touché par l'épervier

### ORGANISATION

- Terrain de 20m/30m
- Classe divisée en 4 groupes
- Autant de ballons que d'élèves par vagues
- Départ ballon au sol
- 1 élève désigné "épervier" dans une des équipes en attente



### DÉROULEMENT

- Au signal, chaque joueur ramasse un ballon, court et va le déposer dans l'en-but sans être touché par l'épervier
- L'épervier s'élance du milieu du terrain pour toucher les attaquants
- Le joueur touché pose son ballon sur le terrain

### VARIANTES pour les cycles 2 et 3

1. Augmenter le nombre d'éperviers (2, 3)
2. L'épervier doit ceinturer entre les épaules et le bassin

Questionnaire : Vidéo : les règles du rugby

Combien y a-t-il d'équipes au rugby ?

.....

Combien y a-t-il de joueurs par équipe ?

Quels sont les différents postes ? Combien sont-ils ?

- .....
- .....
- .....



Quelles qualités doivent avoir les avants ?

.....

Quelles qualités doivent avoir les arrières ?

.....

Quand fait-on une mêlée ?

.....

Qui introduit le ballon ?

.....

Que faut-il faire pour marquer ?

.....

Combien de points vaut un essai ?

.....

Qu'est-ce qu'une transformation ?

.....

Combien de points vaut la transformation ?

.....

Pourquoi le ballon au rugby est ovale ?

.....

## DEFI 2 – cycle1 : ENGIN ROULANTS / Je découvre le skate-board et/ou le BMX

### ENTREE DANS L'ACTIVITE : Découverte culturelle

Vidéo sur le [skate-board](#)

Vidéo sur le [BMX](#)



Le skateboard



Le BMX



### ATELIERS DE MANIABILITE

La pratique libre étant statistiquement plus accidentogène, la pratique sous forme d'ateliers, en présentant un premier atelier, puis en alimentant avec un nouvel atelier quand le premier est maîtrisé.

Les enseignants peuvent s'approprier un ou plusieurs des ateliers suivants, issus des livrets Edusarthe. Vous trouverez le descriptif plus complet (lien à droite)

### MATÉRIEL

- Draisienne, patinette, trottinette, planche à roulette
- Plots, bandelettes pour matérialiser les espaces
- Toutes sortes d'obstacles : plots, bancs...

Edusarthe

engins roulants

Pour aller plus loin ou pour le [détail des ateliers proposés](#)

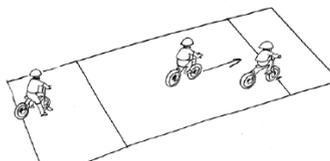
### A CHEVAL

- Prendre de l'élan, puis enfourcher l'engin roulant
- Garder de l'équilibre



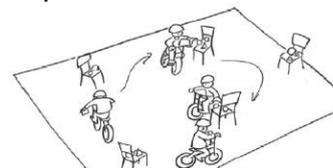
### LA FLAQUE

- Prendre de l'élan, puis faire roue libre pour traverser « la flaque » sans poser pied



### LES DEMENAGEURS

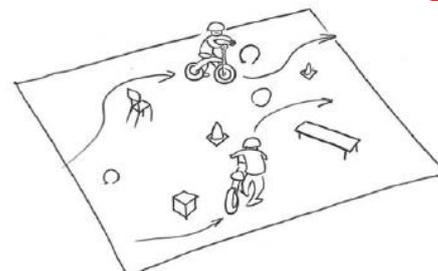
- Déménager un objet de son choix d'une chaise à une autre, sans poser le pied à terre



### VERS LE SKATE, BMX :

Parcours avec obstacles (plots, bancs, panneaux, cerceaux) à éviter, slaloms

- Les plus petits circulent à côté de l'engin roulant.
- Les plus grands évoluent sur un engin, tiennent assis sur la planche à roulette avec ou sans guidon.



### COMPETENCES

- Enchaîner une série de mouvement de breaking en assurant sa sécurité.
- Mémoriser des attitude de breaking : le top rock, le baby freeze

### DÉROULEMENT

- Découverte culturelle : [Vidéo lumni](#)
- Échauffement sous forme de « Jacques a dit »
- Entrée dans l'activité : l'enseignant énonce des verbes d'action comme « marcher, rebondir, chuter, glisser... » aux élèves éparpillés dans la classe.
- Commencer à créer un répertoire de gestes de danse / breaking : réaliser un parcours technique dans l'espace, rempli d'obstacles (chaise, banc, rivières à passer, échelons...) Verbaliser et photographier les gestes. Puis garder le parcours mais ils doivent faire les mêmes actions sans les obstacles physiques (le refaire en les imaginant).
- Défi de Martin Lejeune : imiter la chorégraphie et apprendre le top rock et le baby freeze. Recherche.
- Transformer 4 gestes (soit du Jacques a dit, du jeu des verbes d'action vu ou du parcours imaginaire) et les pas de Martin Jeune en une phrase motrice. Exemple : marcher 4 pas, faire un top rock, chuter vers l'avant, rouler un tour complet au sol, se relever en passant par la position à genoux.

### ORGANISATION

En collectif

En groupe de coopération



Pour aller plus loin



## DEFI 3 – DEFI APQ : "JEU" PROTEGE LA FLAMME

### ENTREE DANS L'ACTIVITE

Cycle 1 :

- [Film d'animation](#) Pocoyo allume la flamme olympique (et [Les Jeux POCOlympiques](#))
- [Vidéo](#) « La flamme allumée à Olympie »
- Fabrication d'une flamme olympique à partir des empreintes des élèves : [tutoriel](#)
- [Chant mimé](#) « Les jeux olympiques »

Cycle 2 et 3 :

- [Vidéo](#) « La flamme allumée à Olympie »
- [Vidéo](#) « La flamme olympique a-t-elle toujours existé ? »
- [Vidéo](#) « Le parcours de la flamme » Un lien peut être fait en géographie en plaçant les villes relais sur une carte.
- [Chant](#) – Education musicale « La flamme olympique »

Paroles de **FARFELUS**

### MATERIEL

- Un plot
- Un ballon

### DÉROULEMENT

Les enfants se placent en cercle autour du plot qui représente la flamme.

Un enfant est au milieu, c'est le gardien de la flamme.

Les joueurs tentent de renverser la flamme avec le ballon. Ils peuvent se faire des passes.

Lorsque la flamme est renversée, le joueur qui l'a fait tomber devient le gardien.

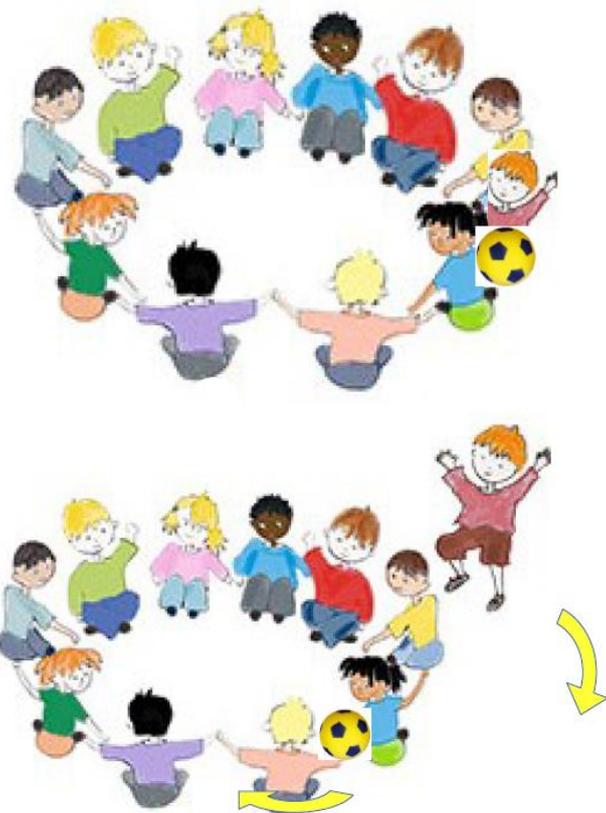


## DEFI 4 – DEFI APQ: LA COURSE AU BALLON

### ENTREE DANS L'ACTIVITE :

Lancer le défi aux élèves de réaliser un APQ en langue anglaise (ou une autre langue selon ce qui est fait en classe).

Lexique à travailler : make a circle ([Comptine en anglais](#)), throw, stand up, run, sit down, pass the ball, cycle 3 : as fast as you can, before



### MATERIEL

- Un ballon
- Eventuellement des flashcards

Retrouvez le genially des 30 minutes d'APQ de la DSDEN 72



### DEROULEMENT

Les enfants se placent en cercle. Le joueur qui a le ballon le passe à son voisin.

Dès qu'il a donné le ballon, il se lève et court autour du cercle pour revenir jusqu'à sa place le plus vite possible.

Pendant ce temps, les joueurs assis se passent rapidement le ballon de l'un à l'autre pour lui faire faire le tour du cercle avant l'arrivée du coureur.

Une fois le joueur assis, le joueur suivant refait la même course. Chacun tente de relever le défi d'être plus rapide que le ballon.