

PROJET « 30 MINUTES D'ACTIVITES PHYSIQUES QUOTIDIENNES »

Nos propositions d'accompagnement :

1- **Apports pédagogiques et didactiques** : au-delà de faire de l'activité physique, il est important que les élèves en comprennent les intérêts et la nécessité. Nous vous proposons donc une séquence clé en main, composée de 5 séances, afin d'aborder avec les élèves les notions suivantes: *Qu'est-ce que l'activité physique ? Pourquoi en faire régulièrement ? En quelle quantité ? Comment puis-je reconnaître que je fais de l'activité physique ? Où, avec qui en faire ?*

2- Afin d'inscrire les écoles **dans une dynamique collective**, nous programmons de recueillir toutes les idées d'activités physiques, idées provenant d'échanges entre enseignants, élèves et tout acteur proche de l'école. Nous ferons alors **un répertoire d'idées d'activités physiques** qui sera mis en ligne sur le nouveau site de la circonscription. **Vous pourrez ainsi piocher dans ces ressources pour programmer vos activités.**

3- **Pour participer à cette dynamique collective**, nous vous proposerons à minima deux projets de promotion de l'activité physique :

- « **A mon école, on s'active** » : environ 10 minutes d'activités physiques à faire en classe ou en extérieur entre deux séances, pour promouvoir notamment la concentration, selon un protocole « clé en main »

- **un challenge de type « Jérusaléma challenge »** : une danse à travailler avec vos élèves pour participer ensuite, pour les classes volontaires, à une petite vidéo collective. Le tournage et le mixage seront coordonnés par Gaétan Loosfelt, ERUN de la circonscription. Attention, pour cette année ce ne sera pas la Jérusaléma dance qui sera proposée, mais une autre, tout aussi dansante ! N'hésitez pas à aller sur le site de la circonscription d'Aurillac 3 pour découvrir la vidéo de l'an dernier.

D'autres actions vous seront peut-être proposées lors du lancement effectif de projet.

4- **Vous pourrez, si vous le souhaitez, partager vos séances (films, photos, etc.) sur le site de la circonscription.**

Proposition de planning :

1- Inscription des classes ou écoles volontaires.

Les classes ou écoles volontaires doivent faire part de leur désir de participer au projet "30 minutes d'activités physiques quotidiennes " en renvoyant le tableau d'inscription joint au mail avant le **vendredi 18 mars 2022**.

Il est toujours plus porteur d'inscrire toute l'école pour favoriser une dynamique collective, mais ce n'est pas une obligation.

2- Envoi de la séquence sur la promotion de l'activité physique aux écoles/classes inscrites.

Envoi au plus tard le lundi 21 mars 2022. Une séquence de 5 séances à mettre en œuvre à votre rythme, mais notre proposition est de la déployer en classe **entre le 21 mars et le 01 avril 2022.**

3- Début de la partie « activité physique » du projet : à partir du 04 avril 2022.

C'est à cette période que nous enverrons les détails des deux actions "A mon école on s'active" et le challenge de type "Jérusaléma challenge" aux intéressés.