



Les 30 minutes L'APQ

Pourquoi ?

- Pratiquer une activité physique quotidienne.
- Contribuer au bien être et à la santé.
- Participer à la création et au maintien de lien social.

Mise en oeuvre

- Priorité à l'EPS : APQ les jours sans EPS
- Adaptation à chaque contexte d'école : fiche action
- Inscription dans l'emploi du temps avec les modalités
- Tenue sportive non obligatoire.
- But : faire bouger les élèves au bénéfice de leurs apprentissages.

Quand et comment ?

Sur le temps scolaire :

- Le temps d'accueil, les rituels
- Les récréations avec des activités spécifiques
- Les pauses actives pendant/entre les séances
- L'enseignement en mouvement
- Les déplacements à pieds pour aller vers lieux culturels ou autres
- ...

Sur les temps périscolaires :

- La pause méridienne avec activités spécifiques
- Les interventions d'associations
- Les clubs sportifs, le mouvement sportif scolaire

Exemples de planning

	lundi	mardi	jeudi	vendredi
pas d'APQ	EPS 45 min	EPS 45 min	EPS 45 min	EPS 45 min

	lundi	mardi	jeudi	vendredi
2 fois APQ	APQ	APQ	Piscine (2h au total)	EPS 45 min