Bouge 30 minutes par jour !

publié le 14/04/2020 - mis à jour le 12/05/2020

Des activités physiques à la maison et à l'école

Descriptif :

Quelques propositions pour vos élèves visant à éviter la sédentarité, garantir une tonicité et une dynamique physique.

Voici quelques propositions pour vos élèves visant à éviter la sédentarité, garantir une tonicité et une dynamique physique.

- Activités et défis circassiens
- Défis danse
- Jeux moteurs de déplacement
- Marelles et jeux athlétiques
- Pratiques corporelles de bien-être

Proposition "Bouge à la maison" (PDF de 1021.8 ko)
Équipe EPS - DSDEN de la Charente.

Et pour les vacances, faites relever à vos élèves le défi vacances USEP ! :

Défi vacances USEP (PDF de 159.4 ko)

Vous trouverez, ci-dessous d'autres ressources appropriées :

- Propositions du réseau USEP :
  - escrime bouteille (USEP 76)
  - micro golf (USEP 76) (pdf de 778 Ko)

Documents joints

Aisance corporelle Elastiques (PDF de 71.5 ko)
activités avec élastiques cycle 2

Pour une motricité accomplie (PDF de 2.7 Mo)
De la maternelle au CM2 - Équipe EPS - DSDEN de l'Allier.

Académie de Poitiers

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.
Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.