Des récréations actives : un exemple de mise en œuvre des 30'APQ

publié le 06/01/2025

Comment, en complément de l'EPS, des pauses actives et des situations actives d'apprentissage, encourager la pratique d'une activité physique régulière ? Sur quel(s) temps ? Dans quel(s) espace(s) ? Avec quelle organisation ?

A ces questions, l'équipe enseignante de l'école Marie Curie de Tremblay en France, a apporté une réponse : les récrés actives (https://lesrecreationssante.weebly.com/).

L'utilisation des récréations et de la pause méridienne pour mettre en place différentes formes de stimulations, complémentaires à l'EPS, permet aux élèves de se dépenser plus de 30 minutes par jour et ainsi d'augmenter leur activité physique.
Ce levier pour renforcer le temps d'engagement moteur de l'élève au quotidien est une proposition de mise en œuvre des 30 minutes APQ qui s'inscrit dans une temporalité courte pour mesurer des résultats visibles rapidement. On peut en outre noter des effets positifs sur le climat scolaire au sein de l'école.

Pour vous apporter des éléments complémentaires afin de vous aider dans votre réflexion, vous pouvez consulter la fiche sur la Prévention des accidents scolaires, la « Boîte à idées pour réduire les accidents dans la cour de récréation ».
Sur deux pages, sont listées des pistes partagées par les écoles portant sur plusieurs points d'attention : des espaces délimités, des temps partagés, du matériel choisi et bien sûr des acteurs mobilisés. Les élèves étant également associés à la réflexion portée par les enseignants.

Ces éclairages sont à prendre en compte pour penser et faire de cet espace qu'est la cour de récréation, un cadre propice et aménagé en vue d'un plus grand investissement par les élèves, guidés ou autonomes.

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.