



## 30 minutes au service de l'EPS et du sport santé

publié le 24/06/2025

### Descriptif :

Fiches pédagogiques au service du sport, de la santé et du bien-être.

Ces documents ont été réalisés par la DSDEN94 en partenariat avec les ligues de Handball et de Rugby et l'USEP94.

L'enjeu est de :

- ▶ développer l'acquisition ou la stabilisation d'habiletés motrices essentielles,
- ▶ de rééquilibrer le déroulement d'une journée au plus près des constats d'inactivité, de tension ou de fatigue chez les élèves,
- ▶ de réveiller le corps et de créer les conditions pour améliorer le climat de la classe.

Plusieurs entrées sont possibles au quotidien, l'enseignant.e choisit le moment propice pour proposer les fiches « Jouer au handball » et « Jouer au rugby ».

Le choix de la fiche peut permettre de :

- renforcer les apprentissages acquis lors des séances d'EPS ;
- poursuivre et renforcer les apprentissages abordés en salle de classe ;
- développer l'autonomie des élèves par une utilisation des fiches sur les différents moments de la journée (temps de classe, récréations, périscolaires...) en fonction des besoins identifiés ;
- proposer un moment de plaisir partagé lorsque le besoin s'en fait ressentir.

 [Jouer au handball et au rugby](#) (PDF de 1.7 Mo)  
USEP94

Chaque fiche est constituée :

- d'un recto destiné aux enseignants et aux élèves précisant le matériel, la préparation initiale, les consignes/situations et les variables pour permettre de faire évoluer l'activité initiale ;
- d'une illustration de l'activité au verso pour favoriser une meilleure compréhension et une mise en place rapide de l'activité.

 [Jouer au rugby](#) (PDF de 5.1 Mo)  
USEP94

Ce document complète les propositions pour le rugby.