



# Entre patrimoine et modernité, des élèves actifs en école rurale

publié le 29/11/2018 - mis à jour le 02/12/2018

## Promouvoir l'activité physique : corde à sauter et utilisation de tablettes

### Descriptif :

Article sur l'utilisation de la corde à sauter et des tablettes numériques pour favoriser l'activité physique sur les différents temps de l'enfant, notamment sur ceux dédiés à l'enseignement de l'EPS.

### Sommaire :

- Vidéos :

Aujourd'hui, force est de constater, que l'inactivité physique est croissante, les enfants passent plus de deux heures face à des écrans quotidiennement (ordinateur, télévision, et jeux vidéo), et bien souvent en dehors de l'école. Ils se dépensent de moins en moins, que ce soit sur les temps scolaires, les temps périscolaires comme ceux de la récréation, de la pause méridienne ou encore sur les temps d'EPS, pour lesquels il est difficile d'atteindre un volume de 108h/an.

A un moment où le manque d'activité physique impacte fortement la santé des jeunes, l'EPS à l'école, à travers des jeux comme la corde à sauter, favorise leur développement physique et moteur.

Notre choix, pour travailler sur cette problématique, s'est porté sur une petite école rurale disposant de peu d'infrastructures sportives. Une simple salle des fêtes étant mise à disposition de l'école.

L'équipe enseignante conçoit ses programmations de cycles d'enseignement de l'EPS avec la contribution ou non d'intervenants extérieurs.

Mme Colin, enseignante de la classe de CM1/CM2, a accepté que nous puissions mener à bien un cycle court de 6/7 séances, ciblé sur l'utilisation de la corde à sauter à l'aide de tablettes numériques.

Le retour de ce travail fera l'objet d'une publication dans la Revue EP&S n°382, en attendant vous pouvez retrouver les différentes figures apprises par les élèves grâce aux douze vidéos réalisées.

### ● Vidéos :



**Le cowboy** (MPEG4 de 486.5 ko)



**Le crabe** (MPEG4 de 1.5 Mo)



**Le crapaud arrière** (MPEG4 de 1.2 Mo)



**Le croisé** (MPEG4 de 965.8 ko)



**Le flamand lourd** (MPEG4 de 626.6 ko)



**Le flamand sauteur** (MPEG4 de 634.4 ko)



**Le grand saut** (MPEG4 de 672.7 ko)



**Le pélican** (MPEG4 de 1015.9 ko)



**Le saut arrière** (MPEG4 de 645.3 ko)



**Le skieur** (MPEG4 de 1.4 Mo)



**La tornade** (MPEG4 de 958 ko)



**Le triple croisé** (MPEG4 de 894.1 ko)