

Journée du sport scolaire

du 24 au 27 septembre 2019



- ▶ *La JNSS 2019 est placée au cœur d'un mois tout entier centré sur le sport avec l'opération « Sentez-vous sport ! » organisée par le CNOSF.*

Il s'agit de sensibiliser et attirer le grand public à pratiquer une activité physique et sportive d'une manière régulière dans un objectif de bien-être et de santé. Au travers de nombreuses manifestations sportives de découverte et d'initiation gratuites, les différents publics pourront découvrir de nombreuses activités physiques et sportives, et s'apercevoir que ces activités sont accessibles quel que soit l'âge ou les capacités physiques.



Des pistes pour cette journée:

- ▶ **Sentez-vous sport !**

Conformément aux orientations données par le Rectrice pour cette journée, en Corrèze l'USEP vous propose cette année d'inscrire cette manifestation autour de la problématique de l'activité physique et de la santé. (voir proposition diapo suivante)

- ▶ Vous pouvez aussi vous rapprocher de l'association UNSS du collège de proximité afin de construire des actions communes à l'occasion de cette journée. Si cela n'est pas envisageable, il est fortement recommandé de faire connaître auprès des parents et des élus de votre commune, les activités USEP proposées et programmées pour 2019-2020 en mettant par exemple des ateliers sportifs en place.

Proposition d'une thématique: Activité physique et attitude santé

Organisation sur une demi-journée en 2 temps:

➡ s'associer si possible avec une autre classe pour vivre l'activité ensemble et favoriser les échanges dans le 2^{ème} temps.

▶ 1^{er} temps: Pratique d'une activité physique: 45 min à 1h...ou plus

Objectif: pratiquer une activité physique plus ou moins intense sous une forme collective et conviviale afin de (re)découvrir le plaisir de bouger.

Ce temps pourra ensuite servir à engager un moment de débat collectif autour de la pratique sportive et de ses incidences sur la santé,

Choix d'activités possibles:

- animation dans la cour: « défi-récré-athlé » voir fiche guide + lien video

ou

- activité à vivre ensemble organisée par l'(es) enseignant(s)

> rando, jeux athlétiques ou traditionnels collectifs...

▶ 2^{ème} temps: Débat autour de la thématique « Activité physique et santé »:

voir supports et fiche guide



Les outils:

Le défi «récré-athlé» de l'USEP

Activité proposée sous forme de découverte lors de la journée du sport scolaire mais qui pourra être reprise, prolongée lors des récréations suivantes par les élèves eux-mêmes car ils sont invités à créer, proposer leurs défis aux autres camarades.

L'objectif de cette activité est de s'inscrire dans un projet à long terme visant à les faire pratiquer une activité physique régulière et quotidienne dans une perspective de développement de maintien de leur santé.

Pour en savoir plus...

- voir fiche « Défi « récré-athlé » accompagnée d'une vidéo explicative de cette activité parrainée par Christophe Lemaitre,
- voir ensuite sur le site de l'USEP les défis proposés par plusieurs écoles [« la boîte à défis »](#).

À l'USEP, l'athlé ça se **vie** !

Au-delà de rencontres sportives, cette opération parrainée nationalement par **Christophe Lemaître**, a également pour objectif d'inscrire l'activité physique dans la durée en proposant « un défi récré-athlé ».

L'athlète sprinter lance ainsi un défi athlétique aux jeunes USEPiens qui, à leur tour, imaginent le leur et s'inscrivent ainsi dans un projet individuel de pratique d'activité physique, bénéfique pour leur santé, et collectif grâce aux échanges entre associations USEP des défis imaginés.

« Bouger » au quotidien, tout l'enjeu est là ! Pratiquer au moins une heure d'activité physique par jour, sur les temps d'EPS certes, mais aussi, en autonomie, pendant la récréation et rendre l'enfant ACTEUR de sa santé sont les objectifs de ce défi.

Une pratique active, une pratique PLAISIR avec les copains, tel est le défi lancé par l'USEP !

Voir vidéos + fiche guide (infos précises: site USEP et lettre hebdo)

L'attitude santé

Le débat: « Attitude santé » durée 20 min

à la suite du moment d'activité, nous vous proposons de constituer des groupes et d'engager un échange entre les élèves autour des effets de l'activité physique et de ses incidences sur la santé dès le plus jeune âge.

Nous vous proposons quelques outils permettant à l'enseignant de conduire ces échanges entre élèves

Les liens :

[Attitude santé maternelle](#)

[Attitude santé Cycle 2](#)

[Attitude santé Cycle 3](#)

