

Initié par le Ministère de l'Éducation Nationale de la Jeunesse et des Sports, « 30 minutes d'activité physique par jour à l'école » est un dispositif, qui vient en complément de l'Éducation Physique et Sportive.

**Objectif :**

A l'école, chaque jour, faire bouger / se dépenser davantage tous les élèves pour un mieux-être, une meilleure santé (lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique), au bénéfice de leurs apprentissages !

**Quand ?**

Avant d'entrer en classe, pendant la récré, en guise de « pause » en classe ...

**Où ?**

Cour de récré, préau, salle de classe ...

**Combien de temps ?**

Sur la journée, plusieurs temps d'activité de durée variable (de 5 à 15 min. env.)

**CLIQUEZ SUR LE PERSONNAGE POUR VISUALISER LES FICHES IDEES**

COURIR



SAUTER



LANCER



DANSER

