



# 30' d'Activités Physiques Quotidiennes

## UN DISPOSITIF FACILE À METTRE EN ŒUVRE

### DES TEMPS POUR BOUGER DANS LA JOURNÉE

Des moments quotidiens  
... Sur le temps scolaire et périscolaire  
... Pour bouger et se dépenser  
... Pour mieux se concentrer

### DES ACTIONS VARIÉES QUI S'APPUIENT SUR L'EXISTANT

- Accueil actif du matin
- Jeux de cour à la récréation
- Pauses actives
- Pauses bien-être
- Défis sportifs

### DES RESSOURCES EN LIGNE

<https://generation.paris2024.org/30-dactivite-physique-quotidienne>

## POUR TOUS LES ENFANTS

### MATERNELLE ET ELEMENTAIRE

De 2 à 12 ans

### DANS LES CITES ÉDUCATIVES

Pilier 6 de la circulaire de juillet 2021

## L'INSCRIPTION SUR LA PLATEFORME

### INSCRIPTION RAPIDE ET FACILE

- Pour rendre visible vos actions pour vos élèves
- Pour bénéficier d'un kit matériel (chasubles, ballons, ballon sonore, sifflet, vortex, chronomètre, coupelles, plots, balles de tennis, plots, cordes à sauter, lattes, haies...)



30'  
APQ

Pour la santé de  
tous nos élèves

Pour que l'école  
soit un plaisir

Pour améliorer  
le climat  
scolaire



# 30' APQ : Inscription sur la plateforme

## 30' APQ

Pour la santé de  
tous nos élèves

Pour que l'école  
soit un plaisir

Pour améliorer  
le climat  
scolaire

### UN LIEN UNIQUE

<https://www.demarches-simplifiees.fr/commencer/ami30minapq>

### INSCRIPTION NOMINATIVE - UNE INSCRIPTION PAR ECOLE !

Créer un compte avec son adresse professionnelle  
Surveiller sa boîte mail pour la validation du compte

### REEMPLIR LE QUESTIONNAIRE

Cela prend 5'-10'  
Penser à valider l'inscription

### ET C'EST TOUT !

Votre kit matériel vous sera livré prochainement.

### SI VOUS AVEZ DES DIFFICULTES

N'hésitez pas à contacter votre CPC ou la CPD  
([aline.motte@ac-besancon.fr](mailto:aline.motte@ac-besancon.fr))



# 30' APQ : Des ressources pour tous les jours

30'  
APQ

Pour la santé de  
tous nos élèves

Pour que l'école  
soit un plaisir

Pour améliorer  
le climat  
scolaire

## LE DOCUMENT DE CADRAGE DU MINISTÈRE

<https://eduscol.education.fr/document/3770/download?attachment>

Document qui présente le dispositif, ses objectifs, son cadre et quelques propositions d'actions

## LE SITE INTERNET DE Génération 2024

<https://generation.paris2024.org/30-dactivite-physique-quotidienne>

Des vidéos pour bouger avec des stars  
Des fiches par activité et par niveau

## DES RESSOURCES CRÉES PAR LES COLLEGUES

[https://www.ac-paris.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2021-05/30mm-ac-paris-complet\\_3\\_2021-05-23\\_18-49-45\\_927.pdf](https://www.ac-paris.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2021-05/30mm-ac-paris-complet_3_2021-05-23_18-49-45_927.pdf)

Un document très riche de Paris regroupant 40 fiches d'activités

<http://ww2.ac-poitiers.fr/dsden86-pedagogie/spip.php?rubrique598>

Le site de la DSDEN de Poitiers : fiches par niveau...

<https://usep.org/index.php/2018/01/20/la-boite-a-defis-recre/>

Les défis sportifs de l'USEP

N'hésitez pas à contacter votre CPC ou la CPD  
([aline.motte@ac-besancon.fr](mailto:aline.motte@ac-besancon.fr))