



GOUVERNEMENT DE LA
NOUVELLE-CALÉDONIE

« Les enjeux de santé s'intégreront dans le parcours de l'élève. C'est pourquoi, en complément du temps disciplinaire inscrit dans les programmes, je préconise une attention toute particulière pour les activités physiques et sportives. Au primaire, un temps quotidien doit leur être consacré. » Lettre de rentrée 2022, *Isabelle Champmoreau, Vice-présidente du gouvernement de la Nouvelle-Calédonie.*

« Chez les enfants et les adolescents, l'activité physique apporte des bénéfices au regard des résultats sanitaires suivants : meilleure forme physique (fonction cardiorespiratoire et musculaire), santé cardiométabolique (pression artérielle, dyslipidémie, glucose et insulino-résistance), état osseux, résultats cognitifs (rendement scolaire, fonction exécutive), santé mentale (symptômes dépressifs réduits) et adiposité réduite. » *Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité, 2020.*

Sport * Santé * Bien-être



Activités accompagnées

Acrosport

Construction d'une
pyramide statique

Danse quotidienne en collectif

Zumba, afro...

Les relais

[lien](#)

Tic tac toe

[lien](#)



Activités en autonomie

Marelle tracée sur le sol

[lien](#)

Jeu de ballon

[lien](#)

Four square américain

Jeu de ballon

[lien](#)

Tirer/réceptionner et renvoyer : réussir un maximum d'échanges

Course de relais

[lien](#)

Relais d'endurance

Corde à sauter

[lien](#)

Faire le plus de sauts possible (1 pied/pieds joints), persévérer, battre son record

Jeux à l'élastique

[lien](#)

Jeux de récréation

[lien](#)

Sans contact physique

[lien](#)

25 jeux d'autrefois

Jeux de cerceaux

[lien](#)

Coopératifs



Matériel

- ♦ des cerceaux,
- ♦ des plots,
- ♦ des lattes,
- ♦ des ballons,
- ♦ des échasses,
- ♦ des haies,
- ♦ des arcs et des flèches
- ♦ une cible,
- ♦ des ardoises à craie,
- ♦ des quilles et des balles,
- ♦ des coupelles,
- ♦ des ardoises à craie, tapis,
- ♦ des cordes à sauter...

Liens utiles

<https://www.aefe.fr/pedagogie/politique-pedagogique/dispositif-30-minutes-dactivites-physiques-quotidiennes>

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

<https://vimeo.com/322184127>

https://usep.org/wp-content/uploads/2019/02/athle2019_defi_modedemploi-1.pdf

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