



**ACADÉMIE
DE NANTES**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

direction des services départementaux
de l'éducation nationale
Loire-Atlantique



Pack ressources ressource n°2 "Activités physiques à la maison" - tous cycles

Publié le 07/04/2020 – Mis à jour le 09/04/2020

Vous trouverez ci-joint le pack ressources n°2 "Activités physiques à la maison". Ce pack comprend un bulletin d'information hebdomadaire adressé aux enseignants et conseillers pédagogiques ainsi que les fiches d'activités réparties sur les trois cycles à destination des familles. L'ensemble de ces ressources permet d'aborder les 5 domaines du socle.

Édito

Cette semaine, c'est en musique que nous allons vous faire bouger ! Pour les plus toniques d'entre vous, un cours de danse en rythme avec Karla Pollux. Attention, ça va groover !

Pour les plus jeunes, la section USEP d'Eure-et-Loir vous a concocté des défis de motricité à effectuer en musique.

Le défi aura aussi sa place sous la forme d'un jeu de l'oie pas si facile que ça. A tester en famille selon plusieurs niveaux de difficulté !

Comme la semaine dernière, 1 jour 1 actu alimentera notre culture sportive en nous révélant qui a inventé les Jeux olympiques.

Enfin, une petite nouveauté avec une réflexion sur ce qu'est l'esprit sportif. A découvrir à la lecture d'une BD à colorier et à commenter avec les autres membres de la famille.

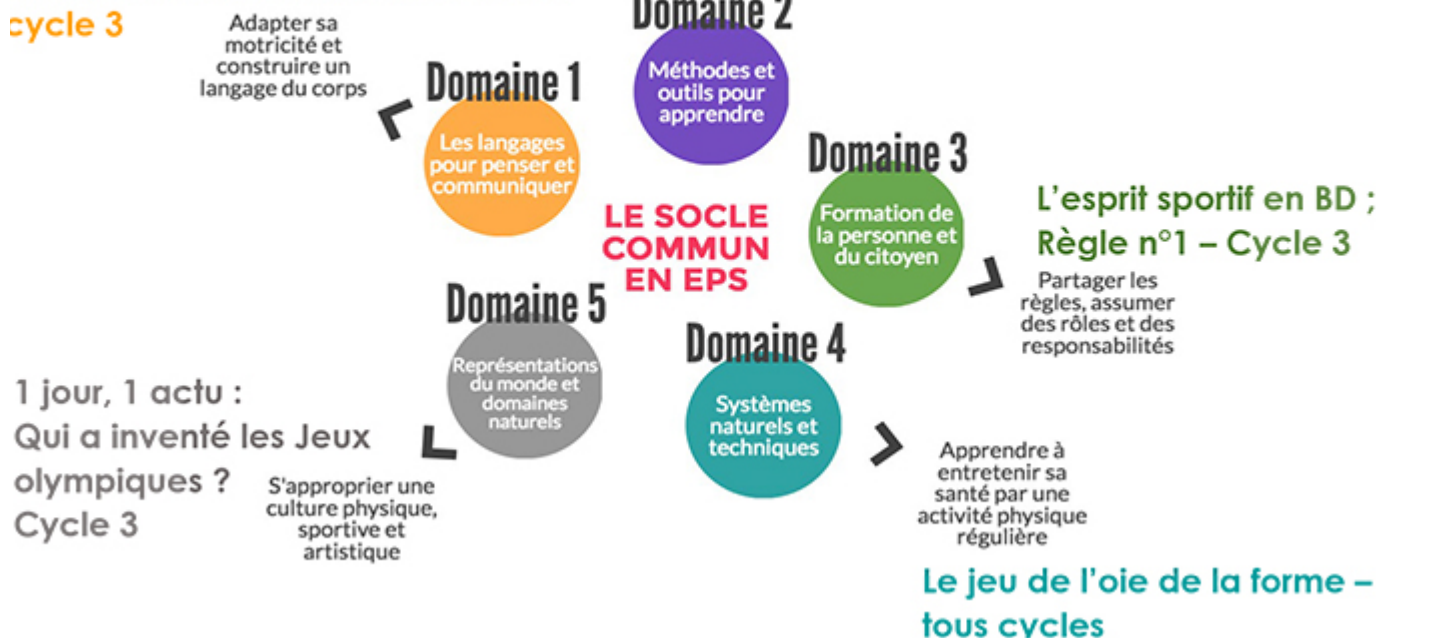
[Prenez soin de vous, de vos proches et tout ça en musique.](#)

Philippe LETERME et Mathieu BROISSAND – CPD EPS 44

Sommaire

Parcours USEP – cycles 1 et 2

Danse : La cabane de Karla Pollux – cycle 3



Bouger et développer sa motricité à la maison – cycles 1 et 2

L'USEP28 vous propose deux premières vidéos présentant des défis maison pour bouger et entretenir sa motricité. Il ne faut qu'une minute pour réaliser chaque défi et pratiquement aucun matériel.

- [Document PDF en annexe](#)

Danse, La cabane de karla Pollux – cycles 2 et 3

Dans la cabane de Karla Pollux, tu dances et ça groove ! Travaille ta chorégraphie et deviens le roi ou la reine de la piste de danse. Avant de danser, fais un peu de place autour de toi, monte le son et tiens-toi prêt.

- [Document PDF en annexe](#)

Jeu de piste à la maison – cycle 1

Des activités ludiques du type « jeu de piste » pour apprendre à se déplacer dans différents endroits, prendre des repères et se situer, se détacher de l'adulte pour investir un espace de plus en plus élargi.

- [Document PDF en annexe](#)

L'esprit sportif en BD ; règle n°1 – cycle 3

Le sport est un jeu, souvent une compétition. On fait de son mieux, on se dépasse pour améliorer ses performances. On marque des points, on rivalise avec des adversaires pour les battre. Tout ceci doit se faire dans un bon état d'esprit. Sauras-tu retrouver, à la lecture de cette BD, la 1ère règle de l'esprit sportif ?

- [Document PDF en annexe](#)

Le jeu de l'oie de la forme – tous cycles

Pour se maintenir en forme, rien de tel qu'un défi en famille. Ces deux jeux de l'oie sportifs réclameront force, endurance et souplesse.

- [Document PDF en annexe](#)

1 jour, 1 actu : Qui a inventé les Jeux olympiques ?

Les Jeux Olympiques de 2020 devaient avoir lieu cet été à Tokyo. En raison de la crise sanitaire mondiale liée au virus Covid-19, le Comité International Olympique a décidé de reporter les Jeux Olympiques en 2021. Mais au fait, sais-tu qui a inventé les JO ?

- [Document PDF en annexe](#)

Thématique :

Éducation physique et sportive

Date :

07/04/2020

M.A.J. le 09/04/2020

Dans cette rubrique

- [Enseignements et ressources](#)
- [Sport scolaire - USEP 44](#)
- [Projets pédagogiques - Intervenants extérieurs](#)
- [Partenaires](#)
- [Nous contacter](#)

Direction des Services Départementaux de l'Éducation Nationale de la Loire-Atlantique
BP 72616 - 44326 Nantes CEDEX 3
Tél : 02 51 81 74 74