

**- 20 MESURES POUR -**  
**apprendre en EPS**  
**à l'école primaire,**  
**développer le sport scolaire**  
**et augmenter l'activité**  
**physique quotidienne**



*Édition 2023*



**L'OMS (organisation mondiale de la santé) recommande 1 heure d'activité physique par jour pour les 6-11 ans, soit 7h par semaine (3h par jour pour les moins de 5 ans).**

**C'est un enjeu de santé publique et de réduction des inégalités.**

**On en est loin aujourd'hui, avec l'augmentation de la sédentarité et le temps passé devant les écrans !**

*“ La pratique de l'éducation physique, de l'activité physique et du sport est un droit fondamental pour tous ”*

*Art 1. Charte internationale de l'éducation physique, de l'activité physique et du sport UNESCO*

**L'école est obligatoire et a une responsabilité particulière en termes de transmission de patrimoine, de valeurs, de connaissances et de compétences.**

**Les apprentissages corporels devraient être considérés aussi fondamentaux que les autres.**

**L'école ne peut résoudre tous les problèmes à elle seule.**

**Le temps extra-scolaire représente plus que 50% de la vie d'un enfant. Il est actuellement extrêmement inégalitaire en termes d'activité physique et d'accès au sport.**

**Il faut donc envisager l'ensemble !**



# L'activité physique prend différentes formes, en fonction des moments et des lieux où elle se pratique \* ...

## À L'ÉCOLE

→ EPS : 3h hebdo

récréations entre chemin de l'école et pause méridienne



## Activités Physiques Quotidiennes

→ Chemin de l'école  
→ Pause méridienne



## Avec l'USEP

→ des rencontres sportives associatives



## HORS-ÉCOLE

Jeux et sports

→ Club  
→ Centre aéré



## EN FAMILLE

→ Vacances  
→ Week-end



**Inégalités**  
(sociales, garçons/filles et territoriales)

\* Pour en savoir plus :  
[www.bit.ly/formes-activites-phys](http://www.bit.ly/formes-activites-phys)

# Le temps de l'école

## - 13 mesures -

### pour développer l'EPS et le sport scolaire



#### 1<sup>er</sup> objectif : Assurer les 3 heures d'EPS inscrites au programme \*1

Pour réussir à faire 3 séances en élémentaire (de 45mn à 1h), et 1 séance par jour en maternelle, il faut :

- 01 | **Avoir des équipements au sein de l'école** (ou très proches) pour ne pas perdre de temps en déplacement. \*2
- 02 | **Clarifier les objectifs de l'EPS et le rôle spécifique de l'école** \*3  
Donner **des repères d'acquisitions scolaires clairs** \*4 en termes de savoir danser, savoir jouer collectif, savoir courir longtemps/vite, savoir lancer, savoir nager, faire du vélo, faire preuve d'adresse, savoir s'orienter...
- 03 | **Rétablir les conseillers pédagogiques EPS de circonscription** qui aident les enseignant.es dans leurs projets, proposent des événements sportifs, assurent des formations continues.
- 04 | **Former les professeur-e-s des écoles (PE) : 100h de formation initiale** pour les futurs PE avec une épreuve obligatoire au concours.
- 05 | **Assurer de la formation continue à tous les PE**, et des formations spécifiques pour les référent-es EPS. \*5
- 06 | **Expérimenter un ou une professeur-e d'école référent-e EPS dans certaine école** \*6
- 07 | **Redynamiser les équipes départementales EPS** comprenant des IEN, les CPC, les CPD en lien avec les instituts de formation (INSPE), et la recherche (sciences éducation, staps). \*7
- 08 | **Proposer des rencontres sportives ou artistiques sur le temps scolaire** donne sens aux apprentissages (cross, danse, jeux collectifs, athlétisme, etc, en lien avec l'USEP). \*8
- 09 | **Se donner les moyens d'assurer à chaque enfant une sortie scolaire par an (course d'orientation...) et au moins un stage de pleine nature** durant sa scolarité primaire (classe campagne, mer, neige...).
- 10 | **Développer les classes natation** dont les apprentissages groupés sur une courte période présentent de multiples avantages. \*9

**23%** des 6 / 11 ans ne font pas d'activité physique autre que l'EPS!

#### 2<sup>ème</sup> objectif : dynamiser l'EPS en développant le sport scolaire (USEP) sur le temps scolaire et hors temps scolaire

*“ À l'heure actuelle, seul le développement de l'EPS, obligatoire et gratuite, est à même de lutter contre les inégalités ”*

Benoit Hubert SG du SNEP-FSU

**11** | Avoir l'objectif d'une association sportive USEP dans chaque école d'ici la fin du prochain quinquennat.\*<sup>10</sup>

**12**

Donner des moyens aux enseignant·es pour animer le sport scolaire (USEP) en prolongement de l'EPS, avec soit des indemnités correspondant aux heures supplémentaires effectuées, soit une décharge horaire telle qu'elle existe pour les professeur·es d'EPS pour l'UNSS.

C'est la condition pour augmenter le nombre de professeur·es d'école impliqué·es dans le sport scolaire.

*“ L'EPS est une matière d'enseignement à part entière, la troisième en termes d'horaires ”*

Guislaine David, co-SG du SNUipp

**3<sup>ème</sup> objectif : Aménager les cours de récréations pour qu'elles puissent être réellement actives**

**13**

Aménager les cours de récréation pour les rendre plus actives\*<sup>11</sup> en toute sécurité, en étant vigilant notamment à l'égalité filles-garçons. Si les récréations ne doivent pas être « scolarisées » elles doivent cependant encourager l'activité physique, les jeux ... tout en restant un temps de respiration, de liberté, de « re-création » pour les élèves, comme pour les enseignant·es.



## L'USEP\*

→ présente dans 20% des écoles

→ 700 000 enfants licenciés

→ 30 000 rencontres sportives

animées par des enseignant·es bénévoles

\* Union sportive de l'enseignement du premier degré  
(Chiffres 2018-2019)



## Pour aller plus loin

\*1 [bit.ly/3heures-EPS](https://bit.ly/3heures-EPS)

\*2 [bit.ly/equipements-EPS](https://bit.ly/equipements-EPS)

\*3 [bit.ly/specificites-EPS-ecole](https://bit.ly/specificites-EPS-ecole)

\*4 [bit.ly/reperes-APSA](https://bit.ly/reperes-APSA)

\*5 [bit.ly/formation-professeurs](https://bit.ly/formation-professeurs)

\*6 [bit.ly/enseignante-ressource](https://bit.ly/enseignante-ressource)

\*7 <http://bit.ly/equipes-departementales>

\*8 [bit.ly/rencontres-booste](https://bit.ly/rencontres-booste)

\*9 [bit.ly/video-apprendre-nager](https://bit.ly/video-apprendre-nager)

\*10 [bit.ly/video-rencontres-sportives](https://bit.ly/video-rencontres-sportives)

\*11 [bit.ly/amenagements-recreation](https://bit.ly/amenagements-recreation)

# Le temps péri-scolaire - 2 mesures pour lutter contre la sédentarité

14

## Rendre active la pause méridienne et le temps de garderie.

Dans ces moments, les enfants doivent pouvoir être au calme ou au contraire s'activer.

A la sortie de l'école, offrir systématiquement un moment de plein air et d'activité fonctionnelle (jouer/courir/faire du bruit...) au sein de l'école ou dans un square à proximité. Ensuite, les enfants peuvent passer à des jeux plus calmes et/ou des activités plus encadrées.

15

## Sécuriser les accès et abords des écoles pour développer les mobilités douces.

Développer la mobilité douce par une sécurisation des espaces devant les écoles : développer les pistes cyclables protégées ou partagées, faciliter les modes d'accroche des vélos, organiser des prêts et entretien de vélos.

Responsabilité de l'école : l'attestation de sécurité routière, incluant le « savoir-rouler », doit être obtenue par tous les élèves en fin d'école primaire.

→ Seulement 10% des parents organisent une activité physique ou des sorties avec leurs enfants chaque week-end

→ 40 % déclarent le faire une fois par mois

→ 10 % jamais !

(Enquête «Assureurs préventions», 2015)

*“ J'ai toujours pensé que le sport est un droit, pas un privilège.”*

*Nelson Mandela*



## Pour aller plus loin

\*12 [bit.ly/savoir-nager-6eme](https://bit.ly/savoir-nager-6eme)

\*13 [bit.ly/que-defendons-nous](https://bit.ly/que-defendons-nous)



# Le « droit au sport »

## - 5 mesures

# dans la vie de chaque enfant

### Assurer à chaque enfant l'accès au sport en dehors de l'école.

16

Développer les ateliers péri-scolaires sportifs et artistiques à proximité de l'école (collaboration USEP, collectivité territoriale et clubs).

Offrir au moins une activité physique gratuite dans un club sportif ou une association durant une année.

Développer la « carte passerelle » qui permet d'essayer diverses activités sportives avant de choisir celle qui plait.

L'information sur l'offre sportive locale devrait être donnée dans l'école en début d'année, en complément de la journée d'information des associations elles-mêmes.

### Inciter à la pratique physique et sportive familiale ou amicale le week-end et les vacances.

Peu de parents organisent régulièrement des sorties avec leurs enfants le week-end.

Une campagne d'information est nécessaire.

18

Il faut également diversifier l'offre sportive pour toucher plus de pratiquant.es :

pratiques enfants-parents, pratiques mixtes, sorties vélos collectives, sortie de pleine nature... De nombreuses activités de loisirs sportifs et modalités de rencontres restent à inventer.

### Rendre effectif le droit aux vacances pour tous et toutes.

La période des vacances est très inégalitaire (un enfant sur deux ne part pas en vacances), et l'offre sportive de vacances est faible ou coûteuse. Le droit à des vacances (sportives et autres) pour tous et toutes devrait relever d'un service public. \*13

19

### Le « savoir nager » : 100% d'enfants nageurs à la fin de la classe de 6ème.

17

C'est un objectif réaliste pour la fin du prochain quinquennat, avec des constructions/rénovation de piscines, de la formation d'enseignant-e-s, des classes natation et des continuités école-hors-école.

Responsabilité de l'école : obtenir l'attestation du savoir-nager dès que possible, au plus tard en classe de 6ème.

Hors-école : bénéficier de 10 séances gratuites à la piscine en prolongement de l'enseignement à l'école pour stabiliser ses apprentissages. \*12

### Développer des observatoires de pratiques

Réunir tous les acteurs et actrices d'un territoire (collectivités territoriales, mouvement sportif et monde éducatif) pour repérer les inégalités persistantes entre filles et garçons, entre milieux sociaux, et pouvoir y remédier. L'objectif est de développer toutes les formes de pratiques sportives pour tous les niveaux de pratiques et tous les âges : compétition avec championnat, compétition de loisirs, pratiques familiales, mixtes, inclusives, etc.

20

Permettre à tous les enfants d'entrer dans la culture physique, sportive et artistique de leur temps est un défi enthousiasmant. Il nécessite des débats entre acteurs et actrices, des postures inventives, des mesures ambitieuses et des investissements avec en priorité la formation des intervenant-es et des équipements adaptés.





**Un site-ressource pour enseigner  
l'EPS à l'école primaire**

→ [bit.ly/eps-primaire](https://bit.ly/eps-primaire)

**Rediffusion webinaire**

**« L'EPS c'est fondamental ! »**

→ [bit.ly/eps-fondamental](https://bit.ly/eps-fondamental)

**L'EPS en Primaire sur le site du SNEP**

→ [bit.ly/snep-primaire](https://bit.ly/snep-primaire)

**Fenêtre sur cours - Dossier «EPS : une  
discipline à part entière»**

→ [bit.ly/eps-discipline](https://bit.ly/eps-discipline)

**Les écoles vitaminées à l'EPS**

→ [bit.ly/ecole-vitaminee-eps](https://bit.ly/ecole-vitaminee-eps)

## Contacts

**SNEP-FSU National**  
76, rue des Rondeaux  
75020 PARIS

**Mail : [educ@snepfsu.net](mailto:educ@snepfsu.net)**  
**Tél. : 01 44 62 82 23**

**SNUipp-FSU**  
128 Boulevard Blanqui  
75014 PARIS

**Mail [educ.educ@snuipp.fr](mailto:educ.educ@snuipp.fr)**  
**Tél. : 01 40 79 50 00**