

# LETTRÉ APQ30

## Pôle Sud Basse-Terre

mai-juin 2025

### LA JOURNÉE OLYMPIQUE : le 23 JUIN

La Journée olympique est célébrée partout dans le monde et permet à chacun de s'initier à la pratique de sports olympiques en présence d'athlètes, dans le partage et les valeurs de l'Olympisme.

La journée olympique donne également l'occasion de réaffirmer l'importance de la mesure 30 minutes d'activité physique quotidienne dans les écoles primaires.



### La Pause active

La pause active consiste en une pause de 5 à 10 min entre deux séances sous forme d'activité physique . Elle permet de :

- relancer la concentration et l'attention
- libérer l'énergie accumulée
- stimuler la circulation et oxygénier le cerveau et ainsi améliorer les conditions d'apprentissages

Pour ce numéro, ce sont des flashmob pour la journée olympique

FLASHMOB clap your hand  
COUNTRY Cotton Eye Joe

Il ne reste qu'à cliquer sur l'image ou scanner le QR code et suivre la vidéo !



### APQ30 dans les écoles



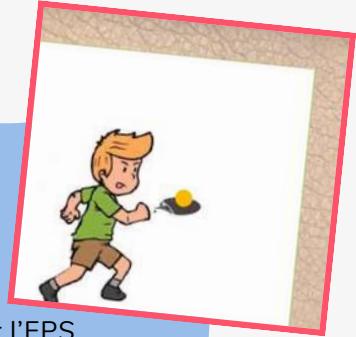
Chaque période, nous vous proposons un témoignage de mise en oeuvre de l'APQ30 dans les écoles.

Dans ce numéro, un travail très intéressant avec les animatrices des écoles de Saint-Claude pour mettre en place l'APQ30 sur la pause méridienne.



## APQ30 en classe

### APQ30 : résolution de problème et EPS



Sur le site maths en vie, des situations de résolution de problème passant par l'EPS

- Math et APS N°1 (addition CM/réponse intermédiaire – lancers)
- Math et APS N°2 (addition CE – multi-bonds)
- Math et APS N°3 (multiplication CE/CM-lancer au mur)
- Math et APS N°4 (soustraction CE-saut en croix)\*
- Math et APS N°5 (soustraction CE/addition à trou-saut à la corde)
- Math et APS N°6 (division CE/CM-jeux d'orientation)
- Math et APS N°7 (problème complexe : somme et partage CM-jeux d'orientation)
- Math et APS N°8 (Distance : division CM-marche)
- Math et APS N°9 (proportionnalité CM (opérateur)-marche athlétique)
- Math et APS N°10 (multiplication CE-multi-déplacements)
- Math et APS N°11 (multiplication problème complexe CM-multi-déplacements)
- Math et APS N°12 (multiplication division conversion des durées CM-multi-déplacements)
- Math et APS N°13 (soustraction CE-cirque/équilibre d'objet)
- Math et APS N°14 (soustraction durée CM-cirque/équilibre d'objet)
- Math et APS N°15 (addition/soustraction CE-lancer fléchette)
- Math et APS N°16 (Périmètre d'un cercle/décimaux-course en courbe)
- Math et APS N°17 (Mesure de masse/étape intermédiaire-sport boules)
- Math et APS N°18 (Addition ou/et multiplication des longueurs-engins roulants)



### APQ30 en récré



#### DEFI PUZZLE

**Matériel :** 2 quadrillages de 16 cases . 32 bouchons

**Consigne :** 2 équipes .

Sous forme de relais, les élèves doivent courir et poser un jeton dans une case. L'équipe qui a posé le plus de bouchons a gagné.

**Variantes :** des contraintes (temps, distance...), des obstacles dans le relais, retrait de bouchons



Johanna BLANC coordonnatrice REP Pointe Noire Bouillante  
 Michelle KACY CPC EPS Bouillante  
 Eva ALIXE BALEN CPC EPS Basse-Terre

