

**CHALLENGE**  
*A vos marques,  
prêt,  
Sportez-vous  
bien !*

Participer à trois  
challenges sportifs :

- La danse des jeux
- 2024 mètres
- Défi collaboratif APQ



**ACADÉMIE  
DE NORMANDIE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
du Calvados





## QUOI ?

- La danse Olympique :

Entrenez vous toute l'année pour participer à la danse collective lors des rencontres ou du passage de la Flamme.

- 2024 m :

Entrenez vous à réaliser 2024m seul ou en relai pour performer lors des rencontres.



- Défi collaboratif APQ :

Colorez les anneaux olympiques en comptabilisant les minutes d'APQ réalisés par chacun des élèves.

## QUI ?

Toutes les classes du cycle 1 au cycle 3 qui souhaitent vivre l'année olympique !

## QUAND ?

Toute l'année

Pour la danse des jeux et le 2024m, finaliser avant le 30 mars vos séquences d'apprentissage...



## La danse des Jeux

*Un entraînement tout au long de l'année permettra à vos élèves de participer à la danse des jeux en clôture des rencontres sportives en avril ou lors du passage de la flamme.*



La chorégraphie simple et tous les tutos pour apprendre phase par phase

*Pour les plus jeunes et les élèves en situation de handicap, possibilité de n'apprendre que les **gestes des bras** de la chorégraphie.*

### LA DANSE DES JEUX

#### LIVRET PÉDAGOGIQUE

Pour faire vivre la **Danse des Jeux** dans vos classes ou vos associations sportives.  
Ecoles maternelles et élémentaires, collèges, lycées : **dansez !**



Un livret pédagogique pour vous aider à élaborer vos séances

# 2024 m

Réaliser en groupe classe un maximum de fois 2024 mètres.

- Une séquence « course longue » permettra à vos élèves d'identifier la distance qu'ils sont capables de réaliser dans le temps imparti.
  - Lors des rencontres vos élèves pourront réaliser le contrat qu'ils se sont fixés, seuls ou en relai.
- Cycle 1 : réaliser un maximum de 2024m ensemble en 2 min (PS/MS), 4 minutes (GS)
  - Cycle 2 : réaliser un maximum de 2024m ensemble en 6 minutes (CP), 8 minutes (CE1/CE2)
  - Cycle 3 : réaliser un maximum de 2024m ensemble en 15 minutes (max)

Quelque soit le niveau de classe,  
l'objectif d'apprentissage de la  
séquence sera de :  
**« courir le plus longtemps  
possible sans s'arrêter ».**

## Longueur du circuit ?

Cycle 1 : Circuits de 50m (soit, 40 tours + 24m pour atteindre 2024m)

Cycle 2 : circuit de 100m (soit 20 tours + 24m pour atteindre 2024m)

Cycle 3 : circuits de 200m (soit 10 tours + 24m pour atteindre 2024m)

Ressources tous cycles : Anim'Athlé [USEP](#) - [PRIM 14](#)

Ressources C1

1 - 2

Ressources C2

1 - 2 - 3

Ressources C3

1 - 2

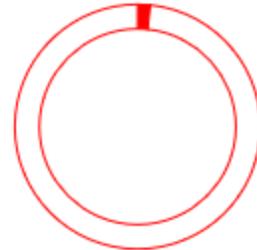
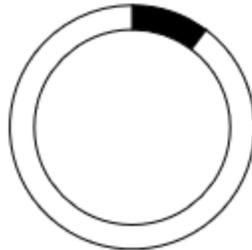
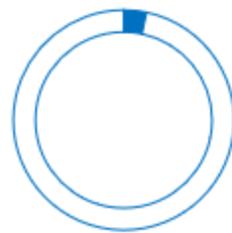


## Défis APQ

*L'objectif est d'atteindre collectivement 2024h d'activités physiques d'ici la fin de l'année. Dix défis sont proposés selon 5 entrées.*

### PRIM 14

Tous les mois vous pourrez identifier la progression du défi : Plus vos élèves bougeront, plus les anneaux seront colorés!



ACADÉMIE DE NORMANDIE  
Direction des services départementaux de l'éducation nationale de Calvados

Objectif  
**2024H**  
d'activités

Situations d'EPS dans le cadre des APQ  
Pause active  
Jeux de cour  
Environnement extérieur  
Pause méridienne

Tous ensemble en bonne santé!

Défi collaboratif départemental - 2023-24

