À l'USEP, l'athlé ça se vie!



8ème édition - 2024



Objectifs:

- Développer la pratique des activités athlétiques, au travers des outils partenariaux ANIM'ATHLE et ANIM'CROSS
- Permettre à chaque enfant de vivre, d'expérimenter et comprendre que la quantité, la régularité et l'intensité de la pratique ont un effet sur son état général et sa forme.
- Afficher les rencontres sportives-associatives USEP comme des rencontres promotrices de santé.

Présentation de l'opération

- Elle s'appuie sur des rencontres Anim'Cross et Anim'Athlé . Consulter <u>Athlétisme Anim'</u>
- Elle met en évidence les bienfaits de l'activité physique (quantité, intensité, régularité, plaisir) sur la santé en s'appuyant sur les outils USEP L'Attitude santé. Consulter C2 et C3
- Elle propose une formule accessible et valorisante pour tous (équitable, épanouissante et inclusive).
- Elle est ouverte aux enfants licenciés USEP du CP au CM, donc cycles 2 et 3.
- Elle peut inciter à « bouger au quotidien » au travers du dispositif « Défi récré ».
- Un partenariat local club, Comité, Ligue d'athlétisme - peut être établi pour solliciter une aide matérielle ou un appui technique.

La rencontre sportive et associative

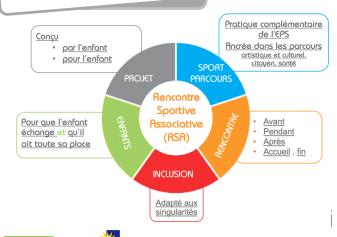
1-En amont de la rencontre, les classes s'engagent :

- Dans une pratique significative d'activités physiques qui permette aux enfants d'expérimenter la régularité et des intensités différentes (utilisation des compteurs d'activité).
- Dans une réflexion sur leurs pratiques sportives, à l'aide des outils USEP promoteurs de santé.
- Dans une collecte de bouchons qui serviront d'unité de mesure lors de la rencontre.

2- Le jour J, mise en place :

- D'ateliers Anim'Athlé et/ou Anim'Cross
- D'ateliers éducatifs promoteurs de santé en lien avec la pratique
- D'un temps autour du « Défi récré athlé» si vous souhaitez engager les participants dans un projet santé à plus long terme.

FÉVRIER à AVRIL 2024



BOIÎTE à OUTILS

- ANIM'CROSS : ANIM'ATHLE
- Des ressources santé
- Défi récré athlé
- Communication
- Mémo—Guide

<u>Télécharger</u> la boîte à outils

Learning Company of the Company of t

Communication partagée

Un slogan accompagne cette opération :
 « A l'USEP, l'athlé ça se VIE! »



À l'USEP, l'athlé ça se vie!

ANIM'ATHLÉ ANIM'CROSS

- des situations d'apprentissage
- des situations de rencontre
- des vidéos illustrant chaque situations

DÉFI RÉCRÉ ATHLÉ

- 4 vidéos des défis 2017- 2018 - 2019 - 2020
- Boîte à défis
- Fiche défi de Christophe Lemaître Saut en croix - Le soleil
- Formulaire pour proposer un défi

RESSOURCES SANTÉ

• Exemples d'ateliers

Les traces de l'effort : Affichettes

- <u>USEP et Parcours Educatif de Santé</u>
- Fiches REPERES Santé & Bien être
- Bâche du PLAISIR
- <u>Remue-Méninges</u>
 Ex; « Bien grandir, c'est... »

Mémo-Guide

pour une rencontre promotrice de santé

COMMUNICATION

- Les <u>réseaux sociaux</u>
- La <u>page type</u> pour la revue de presse

BOÎTE à OUTILS