

La sédentarité progresse particulièrement chez les jeunes et le contexte sanitaire risque d'aggraver ce phénomène :

- . 65% des 6-10 ans passent + 2h/j devant un écran.
- . En 40 ans, les jeunes ont perdu un quart de leurs capacités cardio-vasculaires.
- . L'OMS recommande au moins 60 minutes d'activité physique par jour pour les enfants et les adolescents de 5 à 17 ans. Plus de 80% ne le font pas.

Les conséquences sanitaires sont graves, et le seront encore plus sur le long terme.

- . 18% des enfants de 7 à 9 ans présentent un surpoids.
- . On observe un nombre croissant d'adolescents diabétiques de type 2.

Pourquoi cette initiative ?



Des modules longs qui visent de véritables apprentissages avec des enjeux forts

<https://cpd-eps-premier-degre-rhone.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article283>

Comment la mettre en œuvre ?



APQ
30 min / jour
quand l'EPS n'est pas programmé

Objectifs :
Lutter contre la sédentarité
Favoriser le bien être et la santé des élèves



Les circulaires

La [circulaire du 12-1-2022 sur les 30 minutes d'activité quotidienne](#) présente le **contexte** de cette mesure, définit le **cadre du dispositif** et les **modalités d'accompagnement et d'évaluation du déploiement**.

La [circulaire du 12-1-2022 sur le dispositif « une école - un club »](#) précise les conditions du **rapprochement des écoles avec les clubs sportifs** affiliés à des fédérations sportives agréées en vue d'accompagner la mise en œuvre des 30 minutes d'activité quotidienne.