

## MATINEE SPORTIVE DU 16 MAI 2018

L'APEL en accord avec l'équipe enseignante a inscrit l'école au parcours du cœur scolaire proposé par UGSEL, l'APEL national en partenariat avec la Fédération Française de Cardiologie dont le but est sensibiliser aux bienfaits d'une activité sportive, à une bonne hygiène de vie (alimentation, hygiène, sommeil), et aux gestes qui sauvent.

Cette matinée s'est déroulée ce mercredi 16 mai entre la salle des Loisirs, le Parc de la Gagnerie et la salle de sports. Les enfants de maternelle ont pu faire un parcours de motricité dans la salle des sports. Quant aux primaires, par équipes multi-niveaux de 10 environ, ils ont pu participer à des expériences ainsi qu'à des ateliers sportifs.

Petite rétrospective en images :

Les maternelles :



Après l'effort, une pause pomme et eau :



Les primaires :  
Expérience 1: Donner l'alerte, mettre les personnes en PLS



## Expérience 2 : Parcours Santé : bien choisir ses activités



## Expérience 3 : les Poumons en action, Capacité Pulmonaire :



Expérience 4 : Diététique : plateau repas équilibré :



Expérience 5 : Découverte du pouls avec saturmètre et stéthoscope, avant et après effort :



Une petite pause s'impose : eau et pomme au menu !



Atelier sportif 1 : Cross



Atelier sportif 2 : Course en sac :



Atelier sportif 3 : Parcours du combattant



Atelier sportif 4 : Course lestée



Atelier sportif 5 : Relais Puzzle



Et pour finir, élèves, enseignants et accompagnateurs ont pu créer le Cœur de l'école Montfort.



Les enfants ont pu recevoir un diplôme, un verre réutilisable et des fascicules (« Le guide pratique d'une famille en pleine forme » et « Arrêt cardiaque, apprenez les gestes qui sauvent ») offerts par la Fédération Française de Cardiologie.

Merci aux élèves pour leur attention,  
Merci aux enseignants pour leur implication dans ce projet,  
et un Grand Merci aux accompagnateurs et animateurs sans qui cette matinée n'aurait pu avoir lieu.

Une belle matinée ensoleillée, pleine de défi et de bonne humeur !

Pour l'APEL, Céline BOITEUX

