



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

SEPTEMBRE BOUGE

Guide **pratique**
2026

Ce guide vise à accompagner la communauté éducative dans le déploiement de l'opération « Septembre Bouge », portée par le ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative et qui a pour ambition de mobiliser les jeunes en faveur d'une pratique physique ou sportive source de bien-être physique, mental et social. Il propose des principes et des scénarios opérationnels pour les classes, également disponibles sur éducol.

Enjeux liés à l'opération « Septembre Bouge »

Annoncée officiellement dans le cadre de la stratégie nationale sport santé 2025-2030, la première édition de Septembre Bouge se déploie à la rentrée 2026. Cette opération s'inscrit dans la continuité de l'héritage des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 et dans la perspective des Jeux des Alpes françaises 2030.

Dans le contexte actuel, marqué par la nécessité de lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique, cette mobilisation nationale constitue le premier levier de mobilisation des élèves en faveur de leur implication dans les dispositifs sportifs scolaires. Ainsi, il s'agit de :

- promouvoir activement les bénéfices de l'activité physique et sportive sur la santé physique, mentale et sociale des élèves ;
- valoriser les opportunités de pratique physique ou sportive scolaires et périscolaires au sein de l'École et en partenariat avec les [associations](#) et partenaires locaux engagés au quotidien ;
- inscrire dans la durée cette dynamique, à la fois dans les établissements scolaires et dans le quotidien des jeunes.

Les principes de mobilisation des élèves

La mobilisation des publics scolaires (écoles, collèges et lycées) représente un axe prioritaire de Septembre Bouge. L'organisation est laissée à l'initiative des établissements scolaires afin de s'adapter au mieux aux publics et contraintes locales. Les choix opérés pourront soutenir les actions visant à :

- favoriser l'intégration des nouveaux élèves au sein de l'établissement ;
- renforcer de manière significative le sentiment d'appartenance collective et de cohésion au sein des classes ;

- fédérer l'ensemble de la communauté éducative (enseignants, personnels de direction, de vie scolaire) ainsi que les familles autour d'un projet commun.

Deux évènements sont intégrés dans cette opération. Les actions mises en œuvre peuvent permettre d'y préparer la communauté éducative :

- la Fête du sport, organisée partout en France le lundi 14 septembre 2026. Il s'agit d'un véritable temps fort national, qui s'articule autour d'un mot d'ordre unique et accessible : « Bouge 30 minutes par jour ». Chaque établissement du premier et du second degré est encouragé à proposer aux élèves une séquence de mise en mouvement de 30 minutes, adaptée au contexte local ;
- la journée nationale du sport scolaire, le mercredi 16 septembre. Elle constitue l'occasion de valoriser les associations sportives scolaires affiliées à l'Usep, l'UNSS et l'Ugsl, et d'engager ou de pérenniser les partenariats mis en place avec les structures sportives locales. Cette journée est le premier événement constitutif du label génération 2030 et doit permettre une mobilisation de premier ordre.

Propositions de mises en œuvre

Proposition 1 : déploiement des « 30 minutes d'activité physique quotidienne » (30 APQ)

Public cible : élèves scolarisés en écoles primaires.

Dès la rentrée, une séance quotidienne de 30 minutes d'activité physique, distincte de l'enseignement obligatoire de l'EPS, est organisée pour tous les élèves. Mises en place dès la rentrée, ces séances créent une routine qui mobilise l'ensemble de la communauté éducative. Les élèves peuvent préparer un mouvement qui sera présenté aux familles le 14 septembre. Des ressources à destination des professeurs sont disponibles sur [éduscol](https://eduscol.education.fr/) :

- fiches destinées à utiliser le matériel disponible dans le kit des 30APQ mis à disposition par Paris 2024 ;
- Défis 30 APS pour les cycles 1, 2 et 3 ;
- Ressources pour débiter et se diversifier, proposées par les académies ou par les fédérations partenaires.

Proposition 2 : organisation d'activités multisports d'intégration

Public cible : élèves scolarisés en collèges et lycées.

Le mois de septembre se prête à la planification d'un temps fort dédié à la découverte de nouvelles disciplines et œuvre ainsi en faveur de la cohésion des élèves. Il peut être envisagé :

- l'organisation, par les équipes d'EPS et de vie scolaire, de défis sportifs interclasses fondés sur l'entraide et l'inclusion (relais collectifs, sports collectifs auto-arbitrés) ;
- la mise en place de tournois incluant l'ensemble de la communauté éducative, y compris les familles ;
- la valorisation des élèves dans les rôles sociaux : arbitres, organisateurs, ou reporters de l'événement ;
- la mise en avant des pratiques sportives existantes dans les établissements, en particulier dans le cadre de l'association sportive, afin d'encourager les élèves éloignés des pratiques physiques et sportives à s'engager.

Proposition 3 : immersion au cœur de la tournée itinérante « Septembre Bouge »

Public cible : élèves scolarisés à proximité des villes étapes.

En lien avec les comités d'organisation locaux pilotés par les IEN, IA-IPR EPS et Drajés, les établissements scolaires sont invités à emmener une ou plusieurs classes au village d'animation officiel déployé par la tournée itinérante, qui s'arrêtera dans une ville étape de chaque région académique.

Une cartographie nationale des initiatives mises en œuvre dans le cadre de la tournée de Septembre Bouge est disponible sur le site sports.gouv.fr.

Valorisation des événements

Avec l'accord des familles sur l'utilisation de l'image et de la voix des élèves, les établissements du premier et du second degrés sont invités à valoriser les initiatives. Pour cela, plusieurs médias peuvent être mobilisés :

- le site de l'établissement scolaire ;
- dans le premier degré, en lien avec l'IEN ou le CPD EPS, le site de la DSDEN ;
- dans le second degré, en lien avec les chargés de communication académiques, le site académique ;
- pour tous, [la chaîne sport](https://la.chaine.sport) sur PodEduc, accessible avec une adresse académique.