



Une EPS, autrement !

Du 11 mai au 2 juin 2020



Sous l'angle administratif :

La **circulaire** relative à la réouverture des écoles et établissements et aux conditions de poursuite des apprentissages stipule : « ..., *si les conditions sanitaires sont réunies, une heure par jour est consacrée à l'activité physique, temps des récréations compris, afin de favoriser l'équilibre des élèves.* »

La fiche 3 d'Eduscol pour l'école élémentaire intitulée *Consolider et poursuivre les apprentissages d'ici la fin de l'année scolaire* stipule : « Il sera aussi nécessaire, dans le respect des gestes barrières, de prévoir l'équivalent d'une heure d'éducation physique et sportive chaque jour, dans une approche très progressive pour prévenir les risques d'accident. »

Les conditions sanitaires et les gestes barrières évoqués sont présentées dans le **protocole sanitaire** - guide relatif à la réouverture et au fonctionnement des écoles maternelles et élémentaires.

Notez ci-dessous celles qui ont une influence directe sur la mise en œuvre des séances d'Éducation Physique :

- ❖ Port du masque par les adultes.
- ❖ Lister les intervenants extérieurs devant circuler dans l'école et leur fournir les consignes spécifiques.
- ❖ Limiter la pratique aux seules activités physiques de basse intensité si la distanciation physique propre aux activités sportives n'est pas possible. La distanciation doit être de 5 mètres pour la marche rapide et de 10 mètres pour la course.
- ❖ Afin de s'affranchir de l'utilisation des vestiaires ou sanitaires, demander aux familles que les élèves portent leur tenue de sport dès le matin.
- ❖ Pour les plus jeunes : Rappeler aux parents de vêtir les enfants avec des tenues simples permettant la pratique sportive pour limiter les contacts entre le personnel enseignant et non enseignant et les élèves.
- ❖ Proscrire les jeux de ballon et les jeux de contact.
- ❖ Proscrire l'utilisation de matériel sportif pouvant être manipulé par tous (ou réserver uniquement les manipulations à l'adulte) ou assurer une désinfection régulière adaptée.
- ❖ Privilégier des parcours sportifs individuels permettant de conserver la distanciation physique.
- ❖ En cas de recours à des installations extérieures à l'école dont le fonctionnement est autorisé, elles devront répondre aux prescriptions du présent protocole.
- ❖ Limiter les croisements en définissant des zones d'attente adaptées au respect de la distanciation physique.
- ❖ Vérifier que l'accès aux ballons ou matériel n'est pas accessible aux élèves durant les cours.

Sous l'angle pédagogique :

Quand et comment organiser les séances d'EPS :

Planning



1 h ou 2x30 min d'APS par jour
Respect des horaires pour éviter les croisements entre groupes d'élèves

Avant la séance



Présentation du dispositif et l'objectif de la séance
Rappel des consignes sanitaires
Lavage des mains

Après la séance



Rangement par chaque élève de son matériel
Nouveau lavage des mains
Retour oral sur la séance pour faire émerger le ressenti de chacun.

Exemples d'activités possibles en EPS : l'intensité doit être modérée

1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée :

ATHLETISME

Courses rapides (4 à 6 secondes) ou longues (essentiellement travail de la régularité à faible intensité) avec une distanciation de 10 mètres.

Saut en longueur type multibond afin que la réception du saut se fasse debout (pas de chute au sol).

Lancers, à condition que chaque élève ait son propre engin, le lance et le ramasse aussitôt. Le matériel devra être désinfecté après utilisation.

CORDE À SAUTER

Permet également une réathlétisation du corps après la période de confinement. Matériel souvent disponible dans les familles.

2. Adapter ses déplacements à des environnements variés

ORIENTATION

Dans la classe, la cour ou le parc à proximité, créer des parcours à partir de photos, de plans, de cartes ou simplement jalonnés. Chaque élève dispose de sa propre feuille et de son propre crayon ; pas d'échange de support ; pas d'objet à déposer ou ramasser par les élèves.

ACTIVITES DE PILOTAGE (vélos, draisiennes, trottinettes...).

Intéressant avec les plus petits. Le matériel est attribué personnellement en début de séance. Il faut prévoir un planning d'utilisation des engins et assurer la désinfection après chaque utilisation.

3. S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et /ou acrobatique

DANSE

Les danses seront sans contact et sans passage par le sol.

CIRQUE

Essentiellement de la jonglerie. Chaque élève dispose de son propre matériel (balles fournies par l'école, apportées par l'enfant ou fabriquées en classe) qui sera désinfecté après utilisation.

GYMNASTIQUE

Pour la gymnastique rythmique, conserver son engin.

Pour la gymnastique sportive, réaliser des enchaînements avec des sauts (ex : ½ tour) et des équilibres (ex : planche)

4. Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel : Pratiques sportives d'opposition qui ne nécessitent aucun contact avec autrui ni échange de matériel. Matériel personnel rangé et/ou désinfecté après utilisation.

JEUX DE BOULES

Pointer – Tirer. Chaque élève possède ses propres boules et ne doit toucher aucun matériel installé (plots, cerceaux, cibles diverses ou cochonnets).

GOLF

Pour lancer le plus loin possible ou pour lancer dans des cibles. Chaque élève possède son propre matériel (clubs et balles) et ne doit toucher aucun matériel installé (plots de départ ou drapeaux)
Du matériel peut être mis à votre disposition par l'USEP ; contactez vos responsables de secteurs ou le comité départemental (Christian LACHAUX - 06 70 93 91 59).
Possibilité d'adapter les situations en utilisant des crosses de hockey.

Des fiches descriptives de séances vous seront proposées très prochainement. Votre CPC EPS est à votre disposition pour répondre à vos éventuelles questions.

