



Quelle EPS en période de déconfinement ?

Des idées, des pistes
proposées par l'équipe départementale EPS1 des A.M

12 mai 2020

Sources réglementaires

Nationales :

-Protocole sanitaire

http://cache.media.education.gouv.fr/file/Mediatheque/66/5/Protocole_sanitaire_pour_la_reouverture_des_ecoles_maternelles_et_elementaires_-_MENJ_-_3_mai_2020_1280665.pdf

-Réouverture des écoles et des établissements scolaires

<https://www.education.gouv.fr/bo/20/Hebdo19/MENE2011220C.htm>

EXTRAIT : En outre, 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.

Sources réglementaires

Départementales :

-Lettre hebdomadaire n° 178 du 4 au 10 mai 2020

Sorties scolaires

EXTRAIT : En raison du contexte sanitaire, compte tenu des modalités de déconfinement et notamment des conditions particulières d'organisation des cours lors de la réouverture des écoles, aucune autorisation de sortie scolaire avec ou sans nuitée ne peut être raisonnablement envisagée jusqu'à la fin de l'année scolaire.

-Plan de reprise départemental 06 [Plan_de_reprise_departemental_06](#)

Dispositif Sport – Santé – Culture – Civisme

EXTRAIT : Lorsque le dispositif Sport – Santé – Culture – Civisme est envisagé avec les communes, les familles en seront également informées. Une convention-type est en cours d'élaboration. De façon générale, les principes et modalités d'accueil seront transmis à l'inspecteur d'académie, directeur académique des services de l'éducation nationale, après concertation avec l'ensemble des acteurs concernés.

Une EPS autrement

« 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** »*.

« 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 »*.

*Sources

Circulaire relative à la réouverture des écoles et établissements et aux conditions de poursuite des apprentissages du 4 mai 2020

Eduscol Fiche 3 pour l'école élémentaire «Consolider et poursuivre les apprentissages d'ici la fin de l'année scolaire»

Dans le respect des règles sanitaires

- Maintenir de la distanciation physique
- Appliquer les gestes barrière
- Limiter le brassage des élèves
- Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels
- Former, informer et communiquer



Qui est concerné par l'EPS ?

Groupe d'élèves



Maternelle

10 élèves mx

- Pas de masque

Elémentaire

15 élèves mx

- Masques déconseillés

Professeur des écoles



Masques à disposition

Et en partenariat avec les collectivités, pour l'organisation d'activités physiques et sportives

Cadre du 2S 2C (sport santé culture et civisme)

Intervenants déjà agréés



Masques à disposition

ou partenaires nouveaux (Fijaisv à vérifier)

Où peuvent se dérouler les séances ?

Cour d'école



Espace délimité pour le groupe-classe
Sens de circulation et signalétique

Espaces sportifs

Terrains de sport, gymnases...



Si accessibles, sous réserve du respect des normes sanitaires (désinfection, aération) et situés dans l'enceinte de l'école

Remarques :

Vestiaires :



A éviter (brassage) demander aux familles que l'élève arrive en tenue le matin.

Piscines :



Actuellement fermées. Si réouverture la pratique pour les scolaires est proscrite : problèmes d'agréments/accompagnateurs, vestiaires, sorties scolaires sans nuitées non autorisées (lettre hebdo n°178)

Autres sites sportifs
(voile, centre équestre...)

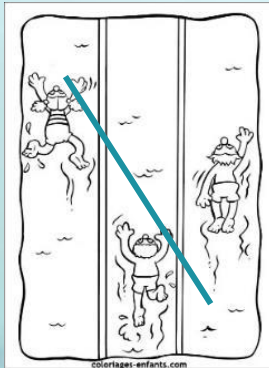
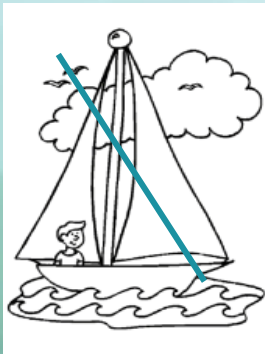
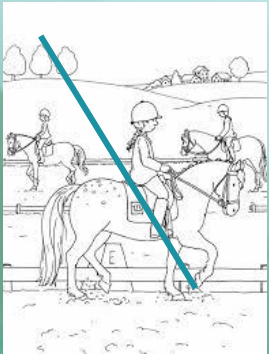


Actuellement fermés. Si réouverture la pratique scolaire est proscrite (raisons : idem piscine)

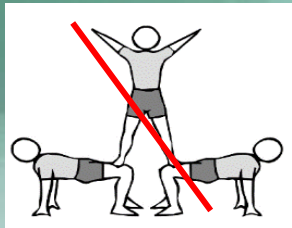
Quelles activités physiques et sportives ?

Celles qui sont proscrites

Sites inaccessibles



Jeux de contact, jeux de ballon



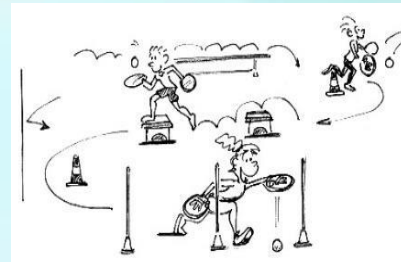
Rencontres sportives départementales

~~Festivolley, Futsal, pétanque, danse, cirque, rencontres et fêtes Usep...~~

Celles qui sont à adapter

Jeux /activités à privilégier : sans échange d'objets, sans contact sur des surfaces communes, parcours individuels, respects de la distanciation

Matériel : attribué pour la séance individuellement à désinfecter, capacité à s'équiper seul.



Quelles procédures envisager ?

1. Principes sécuritaires à respecter

- 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.
- Rappeler aux parents de vêtir les enfants avec des tenues simples permettant la pratique sportive pour limiter les contacts entre le personnel 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.
- Privilégier les jeux qui ne requièrent pas de toucher des surfaces communes et ne passent pas entre les mains. Par exemple : jeux de mime, devinettes, etc.

Quelles procédures envisager ?

2. Principes sécuritaires à respecter

ESPACE



Zones d'évolution délimitées pour le groupe.
Zones d'attente pour les consignes avec marquage au sol
Sens de circulation (entre ateliers par exemple).
Appropriation des distances 1m, 5m, 10m par les élèves.

OBJET SPORTIF



Il demeure personnel (marquage)
Il peut être personnel (ex. vélo, roller, casque...) attention au stockage
Désinfection adaptée après usage (ex. lingette sur balles de jonglage)
Désinfection du matériel de protection (ex. casques, coudières...)

MATERIEL ET BALISAGE



Local de matériel non accessible aux élèves
Balisage mis en place par l'adulte + désinfection
Balisage si possible installé à la journée pour les différents groupes

TROUSSE Covid19



Lingettes désinfectantes aux normes, gel, mouchoir en papier,
masque adulte, poubelle

Quelles procédures envisager ?

3. Quelques préconisations

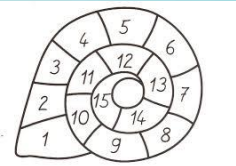
- 1) La première semaine : Mettre en valeur ce que les enfants ont pu réaliser pendant le confinement (soit sur propositions de l'enseignant, soit seul). Présenter ce qui a été réalisé (ex. un flash mob) et ne retenir, en expliquant pourquoi, que les activités/exercices conformes à une pratique collective
- 2) Choisir des activités ou situations à réaliser seul et si possible sans matériel/objet. Si matériel : conserver le même, le marquer (ex . N°, couleur...).
- 3) Mettre en place un dispositif favorisant la distanciation, la régulation du nombre d'élèves et le maintien de la distance entre eux :
 - Terrain de jeu parallèle et non interpénétré
 - Zones délimitées et différenciées (couleur)
 - Repères visuels des distances
 - Gestion de la circulation : sens de déplacement, couloir
 - Gérer le flux des élèves : Zone d'attente, signaux sonores ou oraux clairs (code à déterminer)
- 4) Transformer des situations ou des jeux respectant les principes sanitaires
 - Commencer par des jeux connus des élèves, simples à mettre en œuvre (ex. jeu du béret)
 - Adapter les règles et le dispositif (ex. ne pas toucher, mais placer le pied dans une zone)

Des propositions de mise en œuvre

- En maternelle-

Exemples donnés à titre indicatif, en fonction des conditions locales, du matériel et des lieux dont on dispose (voir aussi **plus avant** les exemples de fiches «déconfinement » qui détaillent certaines activités)

objectif	APS	Remarques
Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets	-Courir vite ou longtemps, réagir à un signal sonore, visuel -Marcher : pas de souris/pas de géants, en avant/à reculons ; - Sauts variés, sautiller, sauter à pieds joints, à cloche pied ; - Lancers d'adresse (cibles, chamboule-tout...) - Saut à la corde (ou « double Dutch » à 3)	- Prévoir beaucoup de distance entre les coureurs (ne pas courir groupé, départ échelonné...). 10m en course , 5m en marche  -Conserver son engin de lancer (N°, couleur...) <i>utiliser des objets sacs de graines, anneaux, volants de badminton, balles, cerceaux ... personnalisés pour éviter un nettoyage trop fréquent.</i> - Idem conserver son engin (balles, cerceau...) - Corde perso. Ou désinfection lingette (D.Dutch) En fin ou au début de chaque séance : désinfection adaptée du matériel utilisé

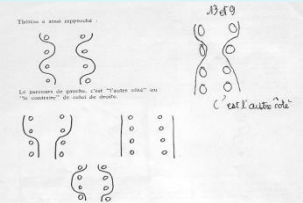
Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés	-Les parcours de motricité -Jeux d'orientation -Activités de roule ou glisse : vélo, trottinettes, draisiennes, patins	-Proscrire les parcours sur des espaces et matériels pouvant être utilisés par tous : plinths, matelas, bancs, tapis... -Jeux d'orientation dans la cour ou espace proche. Ex. Chaque enfant peut observer la photographie d'un élément remarquable de la cour. Prévoir plus de photographies que d'élèves et les afficher. L'enfant devra alors se rendre en marchant ou en courant à l'endroit identifié, puis revenir au point de départ. -Prévoir un planning d'utilisation des engins et assurer le nettoyage après chaque utilisation
Collaborer, coopérer, s'opposer	-Jeux de cour, type 1,2,3 soleil, Marelle escargot... 	-Pas de contact (distanciation physique) Placer plusieurs ateliers de jeux - Les jeux traditionnels (ex. Beret) peuvent être adaptés aux contraintes actuelles (ne pas se toucher...)
Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique	-Motricité gymnique -Gymnastique rythmique -Jeux de mime -Clownerie -Expression corporelle -Pratique corporelle de bien-être, relaxation	-Pour la motricité gymnique = "gym restreinte" sans tapis communs, juste effectuer un enchaînement comprenant des sauts (du type 1/4, 1/2 tour etc) et des équilibres debout (type planche etc..). -Chacun son espace bien délimité (par exemple sur une serviette personnelle)

Des propositions de mise en œuvre

- En élémentaire -

Exemples donnés à titre indicatif, en fonction des conditions locales, du matériel et des lieux dont on dispose (voir aussi **plus avant** les exemples de fiches «déconfinement » qui détaillent certaines activités)

objectif	APS	Remarques
Produire une performance maximale, mesurable à une échéance donnée	-Activités athlétiques : course, saut, lancer -Circuit athlétique, parcours de motricité athlétique -Courir et franchir des obstacles d’une hauteur adaptée aux élèves (30cm pour les CP et CE1, 40cm pour les CE2) -Courir longtemps (situations progressives et individualisées) - Lancer précis (cible), lancer loin (zones)	- Prévoir beaucoup de distance entre les coureurs (ne pas courir groupé, départ échelonné...). 10m en course , 5m en marche  -Conserver son engin de lancer (N°, couleur...) <i>utiliser des objets sacs de graines, anneaux, volants de badminton, balles, cerceaux ... personnalisés pour éviter un nettoyage trop fréquent.</i> En fin ou au début de chaque séance : désinfection adaptée du matériel utilisé

Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés	-Jeux ou course d'orientation  -Activités de roule ou glisse : vélo, patins 	-Jeux ou course d'orientation dans la cour ou espace proche. Distanciation 5 m pour la marche (éviter le travail en groupe) Avec des postes ou balises fixes. Pas d'échanges de stylos ou utilisation de poinçons collectifs; ne pas attribuer d'objets à déposer ou à rapporter -Prévoir un planning d'utilisation des engins et assurer le nettoyage après chaque utilisation Attention au stockage, aux désinfections des matériels de protection-Privilégier des parcours (patins)
Collaborer, coopérer, s'opposer	-Jeux de cour, adaptés aux C2 ou C3 -Jeux de conduite individuelle d'objet (par exemple Jeux de hockey avec crosses : Proposer des ateliers de manipulation de la crosse (parcours, slalom, tirs...)	-Pas de contact (distanciation physique) Placer plusieurs ateliers de jeux - Les jeux traditionnels (ex. Beret) peuvent être adaptés aux contraintes actuelles (ne pas se toucher...) - Objet non échangé et désinfection après usage (lingette)
Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique	-Danse individuelle de création, flash-danse -Gym artistique -Arts du cirque : activités de manipulation d'objets (jonglage, assiettes, diabolo...) -Pratique corporelle de bien-être, relaxation	-Pour la gym = "gym restreinte" sans tapis communs, juste effectuer un enchaînement comprenant des sauts (du type 1/4, 1/2 tour etc) et des équilibres debout (type planche etc..). -Objets perso. Et désinfection après usage (lingette) -Chacun son espace bien délimité (par exemple sur une serviette personnelle)

D'autres exemples de mise en œuvre en maternelle ou en élémentaire

-Fiches d'activités traitées sous l'angle du déconfinement

- [deconfinement Fiche_C1_AP_mai2020](#)
- [deconfinement Fiche_C2C3_mai2020](#)
- [deconfinement exemple du jeu du beret](#)
- [deconfinement _ jeux traditionnels _ jeux de cour](#)
- [deconfinement _ alphabet sportif-1](#)
- [deconfinement _ training-2](#)
- [deconfinement-AnimAthle](#)
- [deconfinement _ situations d orientation](#)
- [deconfinement _ vers la danse-2](#)

Pour d'autres idées d'activités physiques et sportives tirées de l'EPS à la maison (qui demandent à être **adaptées** aux prescriptions sanitaires liées au déconfinement)

Elémentaire : <https://fr.padlet.com/gilbertorsi/hrfkmopbabeg>

Maternelle : <https://fr.padlet.com/gilbertorsi/a38ujl4kf21v>