

Protocole de reprise de l'EPS en période de déconfinement

Collège Edouard Herriot - Lucé

Organisation pédagogique et matérielle

Les installations

Le déplacement jusqu'à **Boudrie est impossible** dans le respect des contraintes sanitaires (distanciation sociale lors du feu, traversée de route...)

La pratique devra donc se faire dans la cour, sous le préau ou dans le petit gymnase (grande salle)

Avant la reprise, le coordonnateur avec le chef d'établissement, s'assurent de la possibilité d'utiliser le petit gymnase dans le respect des conditions sanitaires (nombre d'élèves accueillis, marquage au sol et ventilation).

En cas d'impossibilité de pratique, il est envisageable de réaliser **des activités en salle de classe**

L'emploi du temps

Créneaux de 1h30 maximum pour limiter la durée de pratique

Maximum 2 professeurs en même temps en EPS pour pouvoir utiliser les installations dans le respect des règles sanitaires

Encadrement de **chaque classe par son professeur**

Chaque professeur assure un **enseignement distanciel minimum** pour les élèves qui restent chez eux.

L'appel

Dans la cour, dans le rang EPS

Distanciation sociale :

Elèves à 1 m de distance en colonne

Les vestiaires

Préconisations :

- *Les élèves arrivent en tenue
- *Une pratique d'intensité modérée sera proposée

Dans le cas où nous utiliserions le petit gymnase en tant que vestiaires

Distanciation sociale :

Elèves à 1 m de distance matérialisation (rubalise)

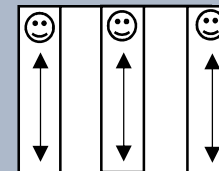
La pratique

Distanciation sociale :

- **Elèves attendent** leur tour en colonne : **1 m** de distance → matérialisation au sol (plots ou lattes)
- **Elèves réalisent une activité statique : 5m** de distance → matérialisation au sol (plots ou lattes, croix...)



- **Elèves réalisent une activité en déplacement : 10m** de distance en aller-retours dans des couloirs



Les mesures sanitaires

Les élèves **se lavent les mains** au début et à la fin du cours dans le respect des consignes sanitaires.

Le Masque : port du masque rendu obligatoire ???

Pas d'**hydratation** possible si pas de bouteille d'eau personnelle

Chaque professeur dispose de son kit personnel de matériel (plots, lattes...etc)

Les besoins matériels en EPS : lingettes désinfectantes, gel hydroalcoolique
Formation sur la façon d'enlever les gants et les masques + remettre son masque après.

Propositions d'activités physiques en présentiel

	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
AFC Cycle 3	AFC1 - Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus haut, plus longtemps, plus loin.	AFC1 - Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.	AFC1 - Réaliser en petits groupes une à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir. AFC3 - Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.	AFC3 – Respecter les partenaires et les adversaires AFC4 – Assurer différents rôles sociaux (observateur, joueur individuel sur un parcours)	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés).
AFC Cycle 4	AFC1 - Réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques AFC3 - S'échauffer avant un effort	AFC1 - Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu	AFC1 - Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique	AFC1 - Réaliser des actions décisives en situation favorable	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés).
Activités proposées	Parcours athlétique de motricité Course de vitesse Marche sportive Demi-fond	CO (Parcours à codes ou en mémorisation)	Danse (flashmob, battle, chorégraphies collectives à distance) Familles de mouvements (équilibre, sauts, maintiens, tours)		Step Crossfit Yoga Parcours de circuit training
Organisation pédagogique	Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par un marquage (couloirs) Manipulation du matériel par le professeur	Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par un marquage (au sol ou avec des plots) Consignes affichées Parcours individuels avec un sens de circulation	Marquer les positionnements fixes des élèves (plots, cerceaux, marquage au sol)		Marquer les positionnements fixes des élèves (plots, cerceaux, marquage au sol) Manipulation du matériel par le professeur Parcours individuels dans un couloir

Propositions d'activités physiques en distanciel

	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
AFC Cycle 3	AFC1 - Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus haut, plus longtemps, plus loin.	AFC1 - Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.	AFC1 - Réaliser en petits groupes une à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir. AFC3 - Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.	AFC3 – Respecter les partenaires et les adversaires AFC4 – Assurer différents rôles sociaux (observateur, joueur individuel sur un parcours)	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés).
AFC Cycle 4	AFC1 - Réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques AFC3 - S'échauffer avant un effort	AFC1 - Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu	AFC1 - Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique	AFC1 - Réaliser des actions décisives en situation favorable	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés).
Activités proposées	Marche sportive Footing	Géocaching	Danse (flashmob, création de chorégraphies) Familles de mouvements (équilibre, sauts, maintiens, tours)	Jeu d'opposition	Step Crossfit Yoga Parcours de circuit training Corde à sauter
<i>Consignes particulières</i>	<i>Sortir en respectant les consignes sanitaires de distanciation et de port du masque</i>	<i>Sortir en respectant les consignes sanitaires de distanciation et de port du masque</i>	<i>Être dans un environnement dégagé et sécuritaire</i>	<i>Être dans un environnement dégagé et sécuritaire</i>	<i>Être dans un environnement dégagé et sécuritaire Utiliser des plans durs</i>
Supports	Défi Herriot Express	Application géocaching	Vidéos Fiches de consignes Défi Herriot Express	Fiches de consignes Défi Herriot Express	Supertrainers Vidéos fitness (Besnard, Bouvet, Virlovet) Jumanji Vidéos échauffement (Virlovet) Challenge gainage Fiche technique de création de corde à sauter Défi Herriot Express

Propositions d'activités en **salle de classe** ou en **distanciel**

	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
AFC Cycle 3	AFC3 – Mesurer, quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques. AFC4 – Assumer le rôle d'observateur	AFC2 – Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement AFC3 - Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.	AFC3 - Respecter les prestations des autres	AFC4 – Assurer différents rôles sociaux (observateur, joueur individuel sur un parcours) AFC 5 - Être capable de commenter le résultat de la rencontre	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés)
AFC Cycle 4	AFC2 – S'engager dans un programme de préparation individuel AFC4 – S'échauffer avant un effort	AFC4 – Respecter et faire respecter les règles de sécurité	AFC3 - Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse	AFC3 – Observer AFC5 - Savoir analyser la rencontre avec objectivité	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés)
Activités proposées	<u>Rôle de juge :</u> A partir de vidéos, mesurer classer et représenter des performances <u>Rôle d'entraîneur :</u> A partir de données théoriques et pratiques construire une séance d'entraînement personnalisée (échauffement, entraînement, récupération) Quiz de connaissances	<u>Quiz de connaissances</u> Création d'affiches à exposer	<u>Rôle de spectateur :</u> A partir de vidéos (liens ci-dessous), repérer des éléments techniques, des procédés de composition... et exprimer son ressenti Repérer les différents types de danse : similitudes et différences Quiz de connaissances	<u>Rôle d'observateur :</u> Prélever des statistiques de matchs et analyser les résultats <u>Rôle d'arbitre :</u> Vidéos arbitrage : hand, tennis de table, futsal, volley <u>Rôle d'organisateur :</u> Organiser un tournoi et ses rencontres Quiz de connaissances	<u>Concevoir un échauffement</u> <u>Relaxation : exercices de respiration</u> <u>Quiz de connaissances sport et santé (anatomie, nutrition, sommeil...etc)</u>
Supports	Saut en longueur : video Lancer : video		Danse contemporaine : video Acrosport : video Gymnastique : video	Handball : video Badminton : video Savate Boxe Française : video Arbitrage : video Tournoi : video	Sport et Santé https://www.reseau-canope.fr/la-grande-ecole-du-sport/disciplines_sport-et-sante984.html#bandeauPtf