

Collège Léon Delagrange – Neuville aux Bois : Protocole de reprise de l'EPS en période de déconfinement

I. Textes de référence

Préconisations du Haut conseil de la santé public du 24 avril 2020

Protocole sanitaire – guide relatif aux établissements secondaire du 29 avril 2020 (MENJ) + documents Eduscol

II. Préconisations

<p><u>Prise en main : appel</u></p> <p>*Dans la cour dans le rang EPS : 1 rang sur 2</p> <p>Distanciation sociale : Elèves à 1 m de distance en colonne</p> <p>*Les élèves se lavent les mains avant de partir dans le respect des consignes sanitaires.</p> <p><u>Retour au collège</u></p> <p>Les élèves se lavent les mains de retour au collège dans le respect des consignes sanitaires</p>	<p><u>Déplacement vers les installations</u></p> <p>Distanciation sociale : 1m entre les élèves en colonne</p>	<p><u>Les installations</u></p> <p>Avant la reprise, le coordonnateur avec le chef d'établissement, s'assurent de la possibilité d'utiliser les installations extérieures (et/ou intérieures dans le respect des conditions sanitaires). Prendre attache auprès des propriétaires des installations.</p> <p>Pratique dans la cour si les installations de la commune ne sont pas accessibles</p>	<p><u>Les vestiaires</u></p> <p>Nous ne disposons pas de vestiaires dans l'établissement</p> <p>Préconisations :</p> <p>*Les élèves arrivent en tenue</p> <p>*Une pratique d'intensité faible à modérée sera proposée conformément aux préconisations</p>	<p><u>La pratique</u></p> <p>Distanciation sociale : *Elèves attendent leur tour en colonne : 1 à 2 m ? de distance → matérialisation au sol (plots ou lattes)</p> <p>*Elèves réalisent une activité modérée sur place ou en marche rapide : 5m de distance → matérialisation au sol (plots ou lattes...)</p> <p>*Elèves réalisent des exercices de courses : 10m de distance</p> <p>Désinfection du matériel utilisé</p>
---	--	---	---	--

Le Masque : dans le cas où le masque est posé pendant la pratique. Il sera enlevé dans le respect des consignes sanitaires puis posé sur une table à plat ou sur un disque qui sera désinfectée après chaque groupe ou sur un carton qui sera jeté après chaque groupe.

Les besoins en EPS : spray et/ou lingettes désinfectantes ; gants lors du nettoyage du matériel si besoin et sacs poubelles. Formation sur la façon d'enlever les gants et les masques + remettre son masque après ?

III. Compétences prioritaires définies pour cette période de déconfinement et activités proposées (en référence aux textes et projet EPS)

CYCLE 3					
« On peut penser que ce qui a le plus manqué aux élèves durant cette période de confinement est la pratique réelle, une pratique partagée, encadrée, accompagnée et ludique. » Eduscol					
Socle	Domaine 1 (1.4) ES : S'exprimer par des APSA	Domaine 2 ES : Se constituer des outils de travail et mettre en place des stratégies pour comprendre et apprendre ES : réaliser des projets	Domaine 3 ES : Comprendre la règle et le droit ES : Faire preuve de réflexion et de discernement	Domaine 4 ES : Mettre en pratique des comportements simples respectueux des autres, de l'environnement, de sa santé	Domaine 5 ES : raisonner, imaginer, produire ES : situer, se situer dans le temps et l'espace
Programmes EPS : Compétences générales	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps ► Adapter sa motricité à des situations variées ► Mobiliser différentes ressources pour agir de manière efficiente	S'approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et outils ► Apprendre par l'action	Partager des règles, assumer des rôles et responsabilités ► Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements (et notamment les règles sanitaires et liées à la distanciation sociale) ► Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ► Evaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors de l'école ► Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie ► Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger	S'approprier une culture physique sportive et artistique ► Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives



Cycle 3	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
Attendus de fin de cycle 3	AFC1 - Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus haut, plus longtemps, plus loin. AFC4 – Assumer le rôle d'observateur	AFC1 - Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel. AFC2 – Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement	AFC1 - Réaliser en petits groupes une prestation à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir. AFC3 - Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.	AFC4 – Assurer différents rôles sociaux (observateur, joueur individuel sur un parcours) AFC3 – Respecter les partenaires et les adversaires (dans les activités de défis sans contacts et sans échange d'engin)	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés)
Pratiques proposées (annexes)	Parcours de motricité athlétique (coordination) liés aux courses et au saut	Parcours d'orientation avec code et/ou en mémorisation	Danse : sous forme battle de flashmob + ateliers de travail maintien de l'équilibre	Parcours individuels en foot Parcours individuels en ultimate ? viser des cibles	Jeux de l'oie sportif, MonopEPS, koh-lanteps Circuit training, relaxation
Préconisations (annexes)	Respect des gestes barrières ► Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots	Respect des gestes barrières ► Aménagement de l'espace de travail et d'attente par des plots ► Carte affichée ne pouvant être manipulée par les élèves (travail de mémorisation)	Respect des gestes barrières ► 2 groupes de 6 : élèves espacés de 5m et 7m entre les 2 groupes ► Aménagement de l'espace grâce à des plots	Respect des gestes barrières ► Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots ► Désinfection du matériel utilisé	Respect des gestes barrières ► Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots ► Dé lancé par le prof, chrono utilisé par le prof

CYCLE 4

« On peut penser que ce qui a le plus manqué aux élèves durant cette période de confinement est la pratique réelle, une pratique partagée, encadrée, accompagnée et ludique. » Eduscol

Socle	Domaine 1 (1.4) ES : Pratiquer des APSA ES : Prendre du recul sur la pratique artistique individuelle et collective	Domaine 2 ES : Organiser son travail personnel ES : réaliser des projets	Domaine 3 ES : Faire preuve de responsabilité... ES : Faire preuve de réflexion et de discernement	Domaine 4 ES : Identifier des règles et des principes de responsabilité individuelle et collective dans le domaine de la santé, sécurité	Domaine 5 ES : raisonner, imaginer, produire ES : situer, se situer dans le temps et l'espace
Programmes EPS : Compétences générales	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps ▶ Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité ▶ Verbaliser les émotions et les sensations ressenties	S'approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et outils ▶ Préparer-planifier-se représenter une action avant de la réaliser (s'échauffer / récupérer) ▶ Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif	Partager des règles, assumer des rôles et responsabilités ▶ Respecter, construire et faire respecter règles et règlements ▶ Agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences ▶ Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ▶ Connaître les effets d'une pratique physique régulière sur son état de santé ▶ Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique ▶ Évaluer la quantité et qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école ▶ Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger	S'approprier une culture physique sportive et artistique ▶ S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste technique



Cycle 4	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
Attendus de fin de cycle 4	AFC1 – Gérer son effort AFC2 – S'engager dans un programme de préparation individuel AFC4 – S'échauffer avant un effort AFC5 : Assumer différents rôles sociaux (juge, observateur)	AFC1 – Réussir un déplacement planifié AFC2 – Gérer ses ressources pour réaliser le parcours. AFC3 – Assurer la sécurité de son camarade AFC4 – Respecter et faire respecter les règles de sécurité	AFC1 - Mobiliser les capacités expressives du corps... AFC2 – Participer activement à l'élaboration d'un projet AFC3 – Apprécier des prestations	AFC2 – Adapter son engagement moteur... AFC3 – Observer	AFL3 - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir (en fonction des effets recherchés)
Pratiques proposées	Parcours de motricité athlétique (coordination) liés aux courses et au saut (tous) Demi-fond ou marche sportive (4è-3è)	Parcours d'orientation avec code et/ou en mémorisation (5è)	Danse : sous forme battle de flashmob + ateliers de travail maintien de l'équilibre (proprioception)-tous.	Parcours individuels en foot Et tennis de table ? (4è-3è) Parcours individuels foot et ultimate (5è)	Jeux de l'oie sportif, MonopEPS, koh-lanteps Circuit training, relaxation, course en durée
Préconisations (annexes)	Respect des gestes barrières ▶ Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots	Respect des gestes barrières ▶ Aménagement de l'espace de travail et d'attente par des plots ▶ carte affichée ne pouvant être manipulée par les élèves (travail de mémorisation)	Respect des gestes barrières ▶ 2 groupes de 6 : élèves espacés de 5m et 7m entre les 2 groupes ▶ Aménagement de l'espace grâce à des plots	Respect des gestes barrières ▶ Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots ▶ Désinfection du matériel utilisé	Respect des gestes barrières ▶ Aménagement de l'espace de travail et d'attente ou d'observation par des plots ▶ Dé lancé par le prof, chrono utilisé par le prof

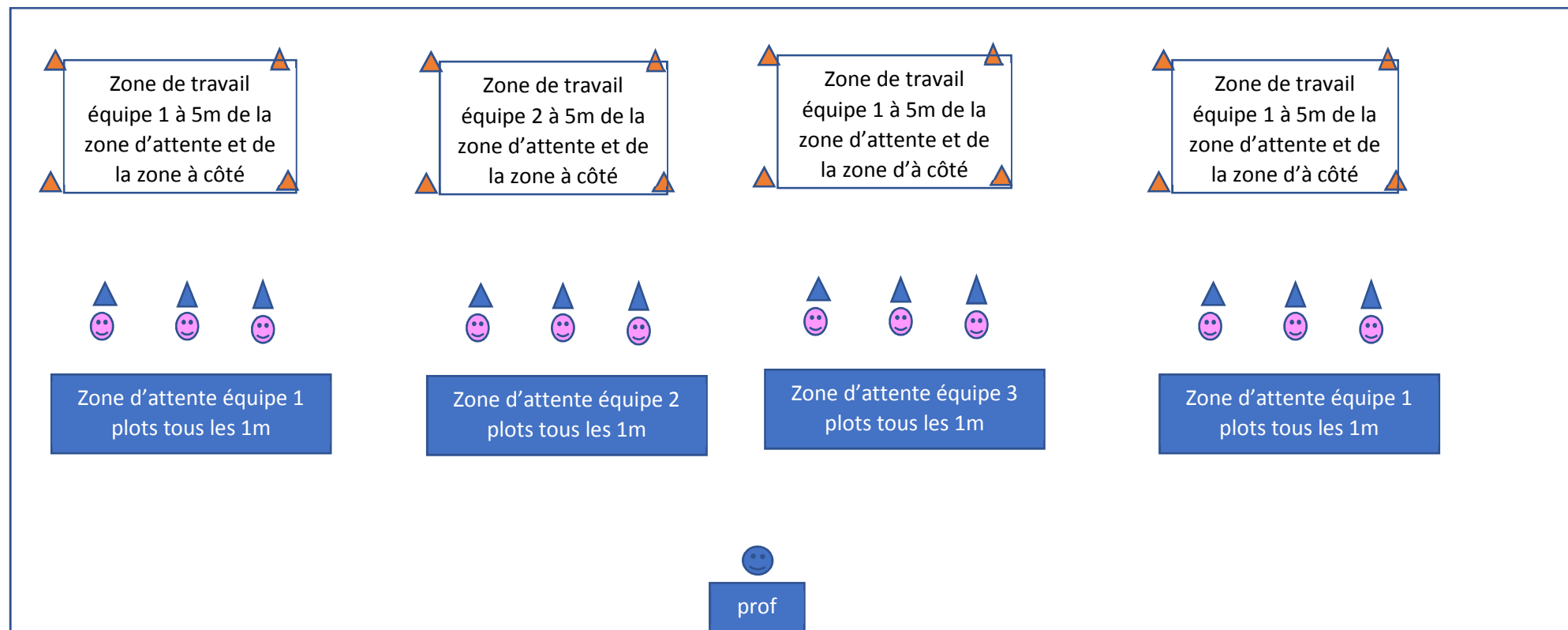
Propositions d'une EPS en salle en cas de repli

Cycle 3	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
AFC 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 - Etre 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)
Pratiques proposées	A partir de vidéos, mesurer classer et représenter des performances	Powerpoint et test de connaissances du savoir-nager Quizz en course d'orientation (à faire)	A partir de vidéos, repérer les procédés de composition... et exprimer son ressenti – Repérer les différents types de danse : similitudes et différences	Prélever des statistiques de matchs et analyser les résultats	Concevoir un échauffement Relaxation : exercices de respiration Quizz sport / santé (padlet)

Cycle 4	CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5
AFC 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)
Pratiques proposées	A partir de données théoriques et pratique construire une séance d'entraînement personnalisée (échauffement, entraînement, récupération)	5^{ème} : une carte personnelle par élève, travail sur l'orientation de la carte (carte papier jetée, plastifiée désinfectée) Quizz course d'orientation (à faire)	A partir de vidéos (liens ci-dessous), repérer les procédés de composition... et exprimer son ressenti	Powerpoint et vidéos arbitrage : hand, tennis de table, futsal, volley	Relaxation : exercices de respiration Quizz sport / santé (cf padlet)

ANNEXE 1 : Jeux de l'oie sportif ou monopeps ou koh-lanteps

Exemple d'organisation

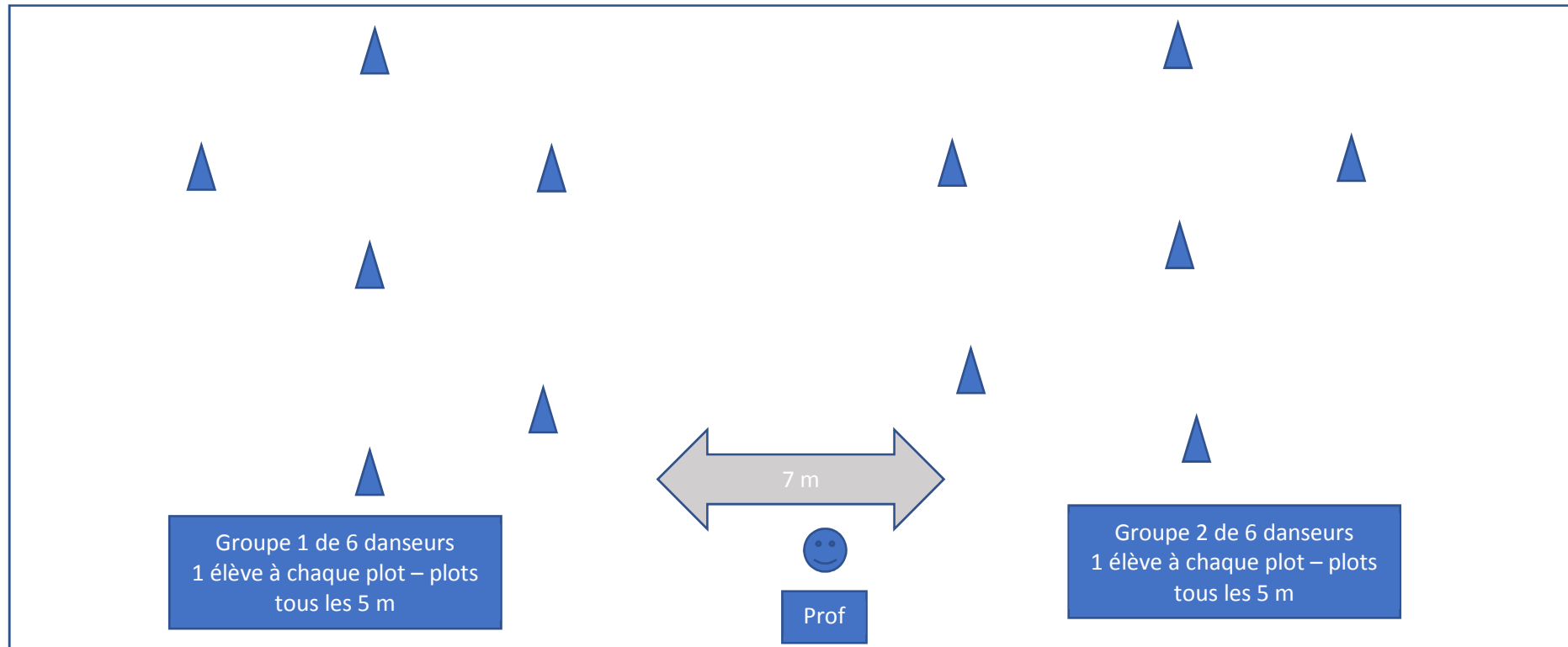


Chaque équipe a 3 joueurs J1 (plot 1), J2 (plot 2), J3 (plot 3)

Pour le monopeps et jeu de l'oie sportif : l'enseignant lance le 2 pour les joueurs 1 des 3 équipes et leur annonce la case et donc l'exercice à réaliser (il différencie si besoin en fonction des élèves). Les joueurs 1 se présentent dans la zone de travail puis reviennent à leur plot d'attente. L'enseignant lance le dé pour les joueurs 2...

ANNEXE 2 : danse

Exemple d'organisation



Construire une chorégraphie en groupe en restant à son plot. Chaque élève propose un geste (guidé par l'enseignant) et des choix de procédés de composition (sans déplacement) : un geste du bas vers le haut ou du haut vers le bas ; un geste avec la tête ; un geste lent, en cascade,...

Chaque groupe présente à l'autre groupe en restant à son plot et réalise un retour oral guidé par l'enseignant.