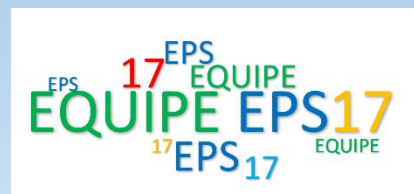




Une EPS, autrement ! plaisir de bouger et d'apprendre ensemble

18 janvier 2021



[Blog EPS17 « À terre, en mer »](#)

POUR L'ÉCOLE
DE LA CONFIANCE

Où peuvent se dérouler les séances d'EPS ?

Lieux de pratique



En maternelle : en extérieur et/ou à l'intérieur dans le respect des contraintes sanitaires.

En élémentaire: **UNIQUEMENT EN EXTERIEUR** au sein de l'école, en dehors de l'école notamment dans les établissements sportifs de plein air mis à disposition par les collectivités pour les scolaires*.

Tous les espaces « clos ET couverts » sont interdits pour la pratique des APS.

Déplacements



Pas de restriction à ce jour pour se rendre sur les lieux des activités autorisées dans le cadre du protocole sanitaire.

En fonction des situations, se rapprocher de l'IEN de circonscription pour avis.

Vestiaires



À éviter.

Demander aux familles que l'élève arrive en tenue le matin.

Fiches spécifiques Guide national: distanciation, désinfection, aération.

* Etablissements recevant du public ([ERP](#)) uniquement de types PA (Plein air).

Précautions pour la pratique en extérieur?

Activité physique



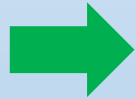
Expliquer en classe les objectifs, le déroulement, et rappeler rapidement les consignes principales en extérieur pour favoriser une **mise en activité rapide**. Limiter les temps d'inactivité, de consignes longues...

Equipement



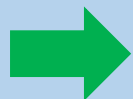
S'habiller en conséquence. Couvrir notamment les extrémités: bonnet, gants. Conseiller une tenue en **"pelures d'oignon"** : plusieurs couches superposées qui enferment l'air et garantissent une bonne isolation thermique. Par exemple:
- un sous-vêtement en fibres synthétiques pour absorber l'humidité et évacuer la transpiration ; un vêtement conservant la chaleur comme une polaire ; un vêtement imperméable. [Vestiaires – voir dipao 2](#).

Hydratation



Attention, on perd souvent la sensation de soif quand il fait froid. Pourtant, l'inspiration de l'air froid et le maintien de la température corporelle accélèrent la déshydratation. **Avant, après et pendant** l'effort physique, il est donc essentiel de s'hydrater ! Utilisation de gourde individuelle.

Ration calorique



Les pertes énergétiques sont plus importantes quand on fait du sport/EPS par de basses températures. **Les 3 repas + le gouter équilibrés** sont indispensables. Vous pouvez éventuellement demander aux élèves qui en auraient besoin des aliments qui apporteront une énergie précieuse lors de l'activité ou en fin d'activité: fruits secs, fruits....

QUOI? Quels types d'APSA?

Pas de contact.

Pas de situations collectives qui induiraient des rapprochements d'élèves sans masque à moins de 2 mètres.

Seule la pratique est autorisée EN EXTERIEUR

Activités de déplacement A PRIORISER/hiver

Activités de déplacement en milieux autorisés (orientation, roule et glisse, équitation, randonnée pédestre).



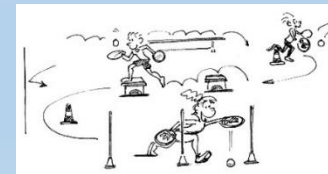
Course de durée

Activités/situations envisageables en fonction de la température extérieure

Circuits athlétiques type parcours de motricité, projeter, se projeter, se déplacer.



Situations de jeux collectifs adaptées.
Jeux de raquettes, jeux de renvoi.

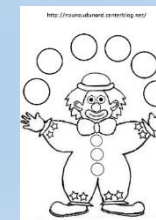


Situations envisageables pouvant s'intercaler, par courte durée, aux situations de déplacement

Pratiques corporelles de
bien-être/relaxation –



Situations d'expression sans
contact – Danse, cirque



GESTES BARRIERES

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver
très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**



**Saluer sans se serrer
la main, éviter
les embrassades**

Adaptations EPS =

Lavage des mains avant =
après la séances d'EPS ou
temps d'activité physique



Trousse Covid19 EPS
= Lingettes désinfectantes aux normes, gel ,
mouchoirs en papier, masques adultes, poubelles

Port du masque et distanciation physique au sein d'une classe/groupe en EPS

À l'école maternelle



Pas de port du masque.

Pas de distanciation requise au sein d'une même classe ou d'un même groupe.

À l'école élémentaire



Si l'élève est en activité physique, pas de port du masque et la distanciation physique à observer est de 2 mètres.

Si l'élève n'est pas en activité physique (position statique), le port du masque est requis et, dans la mesure du possible, le respect d'une distanciation physique d'un 1 mètre est à observer. Exemple: juge, observateurs, spectateurs...

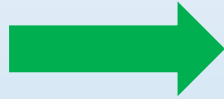
PE et intervenants agréés



Port du masque obligatoire. Respect de la distanciation physique d'un mètre avec les élèves. Exception si l'adulte est également en activité physique: pas de port du masque et distanciation physique de deux mètres.

Limitation du brassage des classes ou groupes d'élèves, notamment en EPS

A l'école maternelle
A l'école élémentaire



Distanciation d'au moins un mètre requise entre les élèves de classes ou groupe différents.

Vigilance lors de la circulation des classes ou groupes lors des déplacements pour se rendre sur les lieux de pratique physique et sportive. Respect strict des horaires pour éviter le croisement entre groupes d'élèves. Délimitation des espaces de pratiques par classe ou groupe.

Utilisation de matériel sportif en EPS

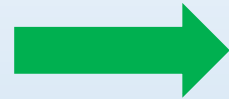
Raquettes, ballons....



Utilisation possible au sein d'une même classe ou groupe. Désinfection régulière, quotidienne ou isolement des objets pendant 24 heures avant une nouvelle utilisation.

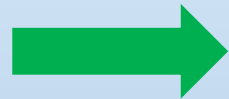
Comment adapter la séance aux règles sanitaires?

Espaces



Espace d'évolution délimité pour le groupe.
Zone d'attente pour les consignes avec marquage au sol (Croix à 2 mètres de distance).
Fil pour dépôt du masque avec épingle à linge personnelle.

Objets sportifs individuels



Le matériel sportif peut être personnel, apporté de l'extérieur (vélo ...): attention au stockage.
Désinfections systématiques après usage si changement de groupe (ex : balles de jonglages, ruban de GR...).
Vigilance utilisation matériel de protection/autonomie de l'élève (exemple Rollers).

Matériel sportif et de balisage



Local matériel non accessible aux élèves.
Balisage mis en place par l'adulte + désinfection.
Balisage installé pour la journée, pour les différents groupes

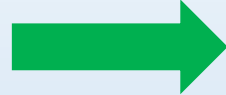
Trousse Covid19



Lingettes désinfectantes aux normes, gel , mouchoirs en papier, masques adultes, poubelles.

Avec qui ? Sous quelles conditions?

LE PE



Responsable de la classe ou du groupe et de la mise en œuvre de l'activité.

Les intervenants sportifs



Agréés.

Demande d'intervention faite et validée sur l'application 1D.

Respect des gestes barrières en vigueur et du protocole sanitaire EPS du 18 janvier 2021.

Interventions **EN EXTERIEUR** dans l'école, en dehors de l'école, notamment sur les infrastructures autorisées au regard des consignes sanitaires ([cf diapo n°2](#)).

OBJECTIFS

**3H d'EPS ET 30mn quotidiennes
d'activité physique**

- ➔ • Contribuer à l'épanouissement des élèves
- ➔ • Renforcer les qualités physiques
- ➔ • Fédérer le groupe et renforcer l'esprit d'équipe
- ➔ • Installer un habitus de pratique en poursuivant la pratique d'activités physiques et sportives

**EN EXTERIEUR en
période hivernale**

Dans le respect des consignes de sécurité*
Dans le respect des consignes sanitaires *

*1 –Plan vigipirate, niveau urgence attentat.

*2 –Décret Décret n° 2021-31 du 15 janvier 2021 qui modifie les décrets précédents: n° 2020-1262 du 16 octobre 2020 et n° 2020-1310 du 29 octobre 2020 et protocoles sanitaires (général et EPS de janvier 2021), FAQ.

L'EPS et bien-être de l'élève

viser ensemble des apprentissages

Favoriser des pratiques d'activités physiques dynamiques en extérieur afin de s'assurer du confort thermique des élèves.



Parcours éducatif de santé

Santé
environnementale

Favoriser le temps de pratique et permettre aux élèves de réaliser des efforts (vigilance distanciation physique) .



Santé physique

Proposer une progression et des critères de réussite précis pour que les élèves puissent constater leurs progrès.



Santé mentale

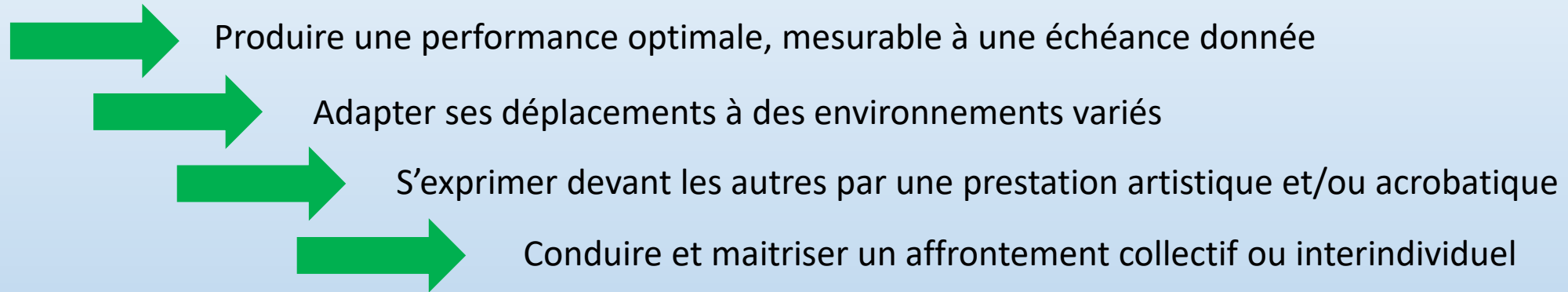
Proposer des projets collectifs.



Santé sociale

Parcours éducatif citoyen

Faire un choix d'APSA ou de situations dans le respect des règles sanitaires et des lieux autorisés, des conditions climatiques



Choisir des activités permettant aux élèves de « se dépenser » pour ne pas subir les conditions météorologiques tout en recherchant aussi à « se détendre » dans ce contexte particulier, au travers de modalités de pratique individuelle, mais qui n'empêchent pas les challenges et les situations ludiques ;

Favoriser les activités ou les situations permettant la distanciation de 2 mètres.

[Exemples:](#)
[activités-](#)
[diapo n°4](#)

30 mn d'APS par jour

**Présentation
Ressources**



[BLOG EPS 17, rubrique 30mn d'activité physique quotidienne](#)
[Appel à manifestation d'intérêt pour 30mn d'APQ à l'école](#)

**Des récréations
actives**



Tracés au sol spécifique à l'activité physique.

Espace de la cour réservé à la récréation active: les élèves choisissent d'être en activité physique avec un contrat individuel « au moins une récréation active par jour ou demi-journée ou... ».
Mise à disposition de matériel sportif par groupe ou classe.

**L'association
sportive USEP**



[« Les défis récré »](#)

[Prêt de matériel sportif aux associations USEP](#)

Des propositions à venir de l'[USEP 17](#)

Ressources

[Blog EPS17 « À terre, en mer », entre autre:](#)

- rubrique « Une EPS autrement! »
 - [Jeu de balle retour à l'école](#)
 - [Pratiques corporelle de bien-être et éducation par le corps à l'empathie](#)
 - [Outil C1, agir ensemble AGEEM](#)
 - [Des défi pour la récréation](#)
 - [Jeux de cour](#)
- rubrique « [30 mn d'activité physique quotidienne](#) »
- rubrique « [Continuité pédagogique](#) »
- rubrique « [Le savoir rouler, Roller et patinage](#) »

Eduscol

- [Cycle1](#)
- [Cycle 2](#)
- [Cycle 3](#)

USEP 17



Ressources nationales USEP

Accompagnement

Conseillers pédagogiques en EPS

USEP 17

SOURCES

- [Décret n° 2021-31 du 15 janvier 2021](#) qui modifie les décrets précédents:
 - [Décret n° 2020-1262 du 16 octobre 2020](#)
 - [Décret n° 2020-1310 du 29 octobre 2020](#)
- [Protocoles sanitaires:](#)
 - guide relatif au fonctionnement des écoles et établissements scolaires dans le contexte COVID19 de Novembre 2020
 - [Fiche repères pour l'organisation de l'EPS en contexte COVID 19 de janvier 2020](#)
 - [FAQ MENJS concernant le protocole sanitaire en vigueur.](#)
- [Plan vigipirate](#), niveau urgence attentat
- [Application des décisions sanitaires pour le sport -16 janvier 2021](#)