|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | **Education Physique et Sportive et activité physique à l’école**  **Recommandations et propositions à partir du 2 novembre** |
| **RAPPEL DES FONDAMENTAUX DU PROTOCOLE SANITAIRE** | | |
| * Maintenir la distanciation physique * Appliquer les gestes barrières (lavage des mains, port du masque\*, ventilation des locaux) * Limiter le brassage des élèves * Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels * Former, informer et communiquer   \*Pas obligatoire lorsqu’il est incompatible avec l’activité | | |
| **MESURES A APPLIQUER POUR LES ACTIVITES SPORTIVES (Repères pour l’organisation de l’EPS)** | | |
| * **Les élèves pourront continuer à utiliser les équipements sportifs extérieurs ainsi que les équipements sportifs couverts (gymnases), incluant les piscines.** * **Les professeurs sont compétents pour adapter leur organisation leur enseignement et leur projet pédagogique à ces conditions sanitaires.** * **La limitation du brassage entre groupes d’élèves est renforcée.** * **Le port du masque n’étant pas possible lors d’une activité physique, le strict respect de la distanciation physique doit alors être assuré. Les avis du Haut conseil de la santé publique prévoient une distanciation d’au moins deux mètres en cas d’activités sportives, règle que la pratique de certains sports ne permet pas.** * **Seuls les sports permettant de respecter cette distanciation peuvent être pratiqués. Les activités, les formes de pratique ou les organisations qui impliquent des contacts directs entre élèves sont proscrites.** * **Les élèves qui ne sont pas momentanément en activité physique (juges, observateurs, etc) doivent porter leur masque et respecter, dans la mesure du possible, la distance d’un mètre, définie pour les personnes en position statique.** * **S’il est recommandé de privilégier les activités extérieures, l’activité physique en gymnase reste possible.** * **Les activités aquatiques sont possibles et organisées dans le respect des protocoles sanitaires et de la réglementation applicable à chaque piscine.** * **L’utilisation du matériel partagé par les élèves d’une même classe ou d’un même groupe de classe est possible (raquettes, ballons, volants, …).** | | |

**L’EPS peut-être un bon point d’appui pour apprendre les gestes barrières et les règles de distanciation**

|  |
| --- |
| ***Champs d’apprentissage 4 :*** ***Collaborer ; coopérer, s’opposer (Cycle 1)*** ***Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel (cycles 2 et 3)*** |

Voici quelques exemples de situations à proposer aux élèves.  
Il conviendra d’adapter les situations aux mesures sanitaires et aux réalités de chaque école ou classe. Celles-ci sont proposées sur les fiches.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LE BERET** | | |
| **Distanciation pendant la pratique 2 m.**   * Les joueurs sont dans des cerceaux espacés d’au moins 2 m. | **Distanciation observateurs, juges 1 m.**   * Matérialiser un but par équipe * Si essoufflement, reprendre sa respiration avant de rejoindre sa place | |
|  |  | |
| Déroulement :  Le numéro appelé doit se rendre au plot de son équipe  Le premier arrivé marque 1 point  **Relances :**  1.Imposer le passage par une porte.  2. Ajouter une zone de passage à cloche-pieds, en pas chassés, à reculons, … | **Matériel :**   * Cerceaux, plots, cônes | ***Règles d’organisation***   * 1 seul coureur par équipe |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LE BERET-BALLON** | | |
| **Distanciation pendant la pratique 2 m.**   * Les joueurs sont dans des cerceaux espacés d’au moins 2 m. | **Distanciation observateurs, juges 1 m.**   * Matérialiser un but par équipe * Si essoufflement, reprendre sa respiration avant de rejoindre sa place | |
|  |  | |
| Déroulement :  Le numéro appelé doit se rendre au cerceau de son équipe et emmener le ballon dans le cerceau de son camp.  **Relances :**  1.Imposer le passage par une porte.  2. Ajouter une zone de slalom, …  3. Utiliser différents types de ballon (foot au pied, hand et basket en dribble, ultimate à lancer, …)  4. Viser une zone, une cible, un but, … | **Matériel :**   * Cerceaux, plots, cônes | ***Règles d’organisation***   * 1 seul coureur par équipe |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ABATTRE LES QUILLES** | | |
| **Distanciation pendant la pratique 2 m.**   * Les joueurs sont dans des cerceaux espacés d’au moins 2 m. | **Distanciation observateurs, juges 1 m.**   * Si essoufflement, reprendre sa respiration avant de rejoindre sa place | |
|  |  | |
| Déroulement :  Chaque joueur (ou un sur deux) à une balle. Au signal, il vise une quille de leur couleur pour la faire tomber.  Être la première équipe à avoir fait tomber toutes ses quilles.  A l’arrière, un ramasseur de balle renvoie les balles passées derrière la ligne.  Un joueur replace les quilles en fin de partie.  **Relances :**  1. Jouer sans faire rouler la balle.  2. Jouer au pied avec des balles, des ballons.  3. Utiliser différents types de ballon (foot au pied, hand et basket en dribble, ultimate à lancer, …).  4. Modifier la disposition des quilles.  5. Remplacer les quilles par des balles à faire rouler. | **Matériel :**   * Cerceaux, plots, cônes ou quilles | ***Règles d’organisation***   * 1 ramasseur de balle par équipe * Chacun reste dans son cerceau |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **RAMENER LE BALLON** | | |
| **Distanciation pendant la pratique 2 m.**   * Les joueurs sont autour du terrain espacés d’au moins 2 m. | **Distanciation observateurs, juges 1 m.**   * Si essoufflement, reprendre sa respiration avant de rejoindre sa place | |
| 2 m | 2 m | |
| Déroulement :  Au signal chaque joueur rejoint son cerceau. Le premier passeur fait le tour du cône et envoie la balle au second, …  Chaque joueur doit avoir eu le ballon.  Être la première équipe dont le capitaine ramène le ballon au cône en passant par le bord du terrain.  **Relances :**  1. Modifier la disposition des cerceaux. | **Matériel :**   * Cerceaux, plots, ballons | ***Règles d’organisation***   * 1 ramasseur de balle par équipe * Chacun reste dans son cerceau |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LA THÈQUE avec zones** | | |
| **Distanciation pendant la pratique 2 m.**   * Les joueurs sont espacés d’au moins 2 m. | **Distanciation observateurs, juges 1 m.**   * Si essoufflement, reprendre sa respiration avant de rejoindre sa place | |
| ***Zone 5***  ***Zone 4***  ***Zone 3***  ***Zone 2***  ***Zone 1***  **trimeur**  **Les lanceurs**  **Arrivée des lanceurs** |  | |
| Déroulement :  **Un lanceur** envoie la balle dans l’aire de jeu et se déplace autour du pentagone pour marquer un point.  Le lanceur doit, avant le signal STOP :   * soit avoir achevé un tour et donc marquer un point * soit être arrêté dans un cerceau (orange) et attendre le lancer suivant pour essayer de terminer son tour * il ne peut y avoir qu’un lanceur par cerceau * un lanceur ne peut doubler un autre lanceur positionné dans un cerceau * le lanceur court à l’extérieur du pentagone   **Les trimeurs** récupèrent la balle en restant chacun dans leur zone et la rapportent au trimeur de base, resté dans un cerceau (vert), en se faisant des passes. Dès la réception de la balle, le trimeur de base crie : « **STOP !**  **Les lanceurs** entre 2 cerceaux au signal STOP retournent à la queue du départ.  **Les trimeurs** ne peuvent pas courir avec la balle en main.  **Un trimeur** qui réceptionne à la volée la balle lancée, élimine **tous** les lanceurs en jeu. | **Matériel :**   * Cerceaux, plots, coupelles, balle | ***Règles d’organisation***   * 1 lanceur par cerceau * Dépassements interdits * Chacun reste dans sa zone |