

Bonjour à toutes et à tous,

Tout d'abord nous tenons à saluer la réactivité, la créativité et l'engagement dont vous avez su faire preuve pour produire des ressources à destination des élèves dans ce contexte inédit de confinement. Vos propositions sont les bienvenues et nous continuerons à alimenter le site EPS de vos illustrations dans l'espace ressources à des fins de mutualisation.

La prolongation annoncée de la durée du confinement par le premier ministre, nous engage à réinterroger la continuité des enseignements. Cette réflexion doit ainsi porter sur différents principes qui émanent pour certains du document Eduscol : **Continuité pédagogique en éducation physique et sportive**

<https://eduscol.education.fr/cid150548/continuite-pedagogique-en-education-physique-et-sportive.html>

**1. La nécessité pour les élèves de poursuivre un temps d'activité physique dans la semaine pour s'adapter à un quotidien qui s'annonce beaucoup plus sédentaire que la normale et contribuer ainsi au maintien d'une santé et d'un bien-être autant physique que psychologique**

La durée du confinement et l'évolution des restrictions impactent les risques de prise de poids liée à la sédentarité et les risques de mal être psychologique (stress, anxiété...) dus :

- A la sur information qui circule sur les réseaux sociaux,
- A la réduction voire l'absence de relations sociales,
- A la difficulté que certains de nos élèves rencontrent dans l'organisation du travail à distance,
- Au confinement

Ce que vous avez pu proposer la première semaine n'est peut-être plus adapté à l'évolution de la réglementation sanitaire (ex footing de plus de 2kms ...). Par conséquent nous vous recommandons de dater (semaine 1 du ... au...) vos propositions en les adaptant à ces évolutions.

Concernant le mal être psychologique, nous vous engageons à proposer à vos élèves des activités qui permettent de diminuer le stress et d'augmenter les capacités à se concentrer, à s'apaiser. Vous trouverez sur le site une proposition d'une de nos formatrices neurosciences. Le groupe de futurs formateurs Yoga est actuellement au travail sur une proposition de salutations au soleil, que nous déposerons également sur le site EPS académique.

**2. La nécessité de rester en contact avec les élèves, notamment ceux qui sont le plus en difficulté, alors même que tous n'ont pas une connexion internet et/ou qu'il n'y a qu'un ordinateur pour une famille ayant plusieurs enfants**

Nous nous encourageons à demander à vos élèves un retour hebdomadaire via un livret ou un carnet de suivi. L'idée n'est pas tant de contrôler le travail effectué, mais d'avoir connaissance des difficultés rencontrées pour apporter des remédiations, ainsi que porter un regard bienveillant sur l'engagement de vos élèves.

Nous vous engageons à proposer différentes modalités de communication : ordinateur, tablette, smartphone et support papier pour les plus éloignés de ces équipements. Vous trouverez une illustration numérisée proposée par un collectif d'enseignants sur le site.

**3. La nécessité de garantir la sécurité des élèves pratiquants**

**Pratiquer sous la responsabilité des adultes**, en respectant scrupuleusement les consignes de sécurité et en évitant toute situation d'accident qui pourrait entraîner un recours aux services d'urgence.

A l'identique des situations proposées en cours d'EPS, les objectifs poursuivis doivent être précisés et **des niveaux différents doivent être proposés**. Des indicateurs, adaptés à l'âge des enfants, doivent leur permettre **d'adapter les paramètres à leur propre niveau de ressources**. Les consignes doivent être suffisamment claires pour être comprises par les élèves et/ou leurs parents. Enfin, quelques points de vigilance sur les situations proposées qui doivent prévoir **un engagement raisonné**. Les défis et les challenges, s'ils sont intéressants pour maintenir la motivation, **ne doivent pas conduire à des intensités non adaptées**.

Au regard des propositions faites sur des parcours de renforcement musculaire et en particulier, concernant le travail de renforcement des muscles abdominaux, **des précautions s'imposent sur « les Crunchs »**. Ces exercices peuvent avoir des effets néfastes s'ils ne sont pas réalisés dans le respect de l'anatomie (tensions importantes sur les vertèbres cervicales, pousser les viscères vers le bas, exercer une tension sur le plancher pelvien). Nous vous invitons à consulter et à partager avec vos élèves les préconisations données sur le lien suivant :

[https://www.youtube.com/watch?v=BHtYWmLZb\\_w&vl=fr](https://www.youtube.com/watch?v=BHtYWmLZb_w&vl=fr)

#### 4. La nécessité de proposer des formes scolaires de pratique qui engagent les élèves dans la durée

**Varié les activités et les contenus proposés** : éviter de ne proposer que des séances de type « circuit training » axées sur la dimension « entretien physique » mais proposer d'autres types de contenus et d'activités dans la séance (activités circassiennes de jonglage et d'équilibre sans matériel, exercice de yoga, activités de raquette aménagées, sauts à la corde). Il importe de faire preuve d'inventivité pour assurer une variété des expériences physiques et corporelles.

**Conserver une dimension ludique**. Il s'agit d'éviter la monotonie des séances par la variété des contenus et des conditions de pratique (pratiquer avec un parent, en musique).

**Préparer le retour en l'anticipant** : le collège de Créon propose à ses élèves d'apprendre une chorégraphie qui sera restituée le jour de la reprise, sous forme de flash mob avec tous les acteurs de l'établissement.

**Partager la pratique** avec d'autres personnes dans le même lieu de confinement pour conserver un lien social et/ou intergénérationnel. Certains d'entre vous nous ont fait partager des remerciements de parents :

Collège La Garosse St André de Cubzac Florent Brun : « ...*Nous avons déjà reçu des messages d'élèves ou de parents qui, intéressés par l'idée de pratiquer avec leurs enfants, se challengent pour avancer dans la programmation de leur séance et la validation des niveaux ensemble...peut être que cette période de confinement va effectivement permettre de retisser les liens parents-enfants, en tout cas je trouve ça beau que le sport en soit un des vecteurs !* »

Collège F. Mitterrand Pessac Isabelle Ringard : « ...Une maman m'a remercié mardi en me disant qu'elle avait fait le cours avec sa fille. »

#### 5. La question de l'évaluation

Concernant les classes à examen et en particulier les classes de terminales, nous vous rappelons que deux épreuves suffisent pour valider le contrôle en cours de formation en EPS.

Concernant le contrôle continu, les recommandations portent à veiller à ne pas être trop ambitieux, et à ne pas transférer à la formation à distance ce qu'il est déjà difficile de mettre en œuvre en classe.

Les priorités aujourd'hui sont de maintenir le lien avec les élèves et leur engagement sur la durée, veiller à la continuité pour les élèves les plus fragiles, donner aux élèves un plan de travail réaliste sur une semaine avec des temps de travail variés, proposer des contenus pédagogiques de qualité.

Prenez soin de vous et des vôtres

L'inspection pédagogique régionale d'EPS

