



Les Webinaires EPS de l'Académie de Créteil

#4: spécial rentrée 2020

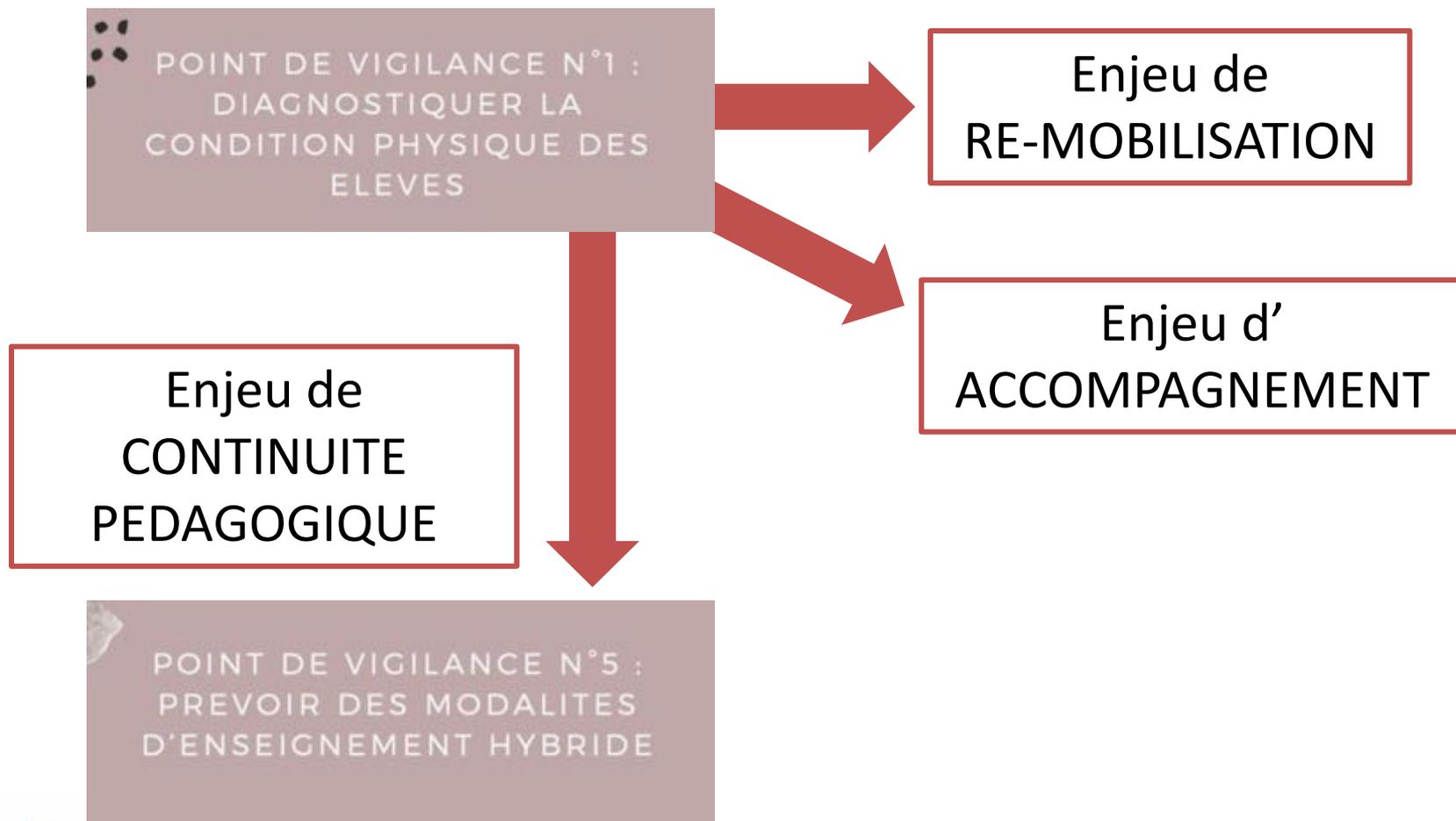
Points de vigilance 1 & 5
Aurélie FENRICH & Michaël FLEURY

Inspection Pédagogique Régionale EPS

Un contexte de rentrée inédit...



Un contexte de rentrée inédit...



Diagnostiquer la condition physique...

Des choix d'équipe au regard d'un contexte d'enseignement singulier...

Quelles modalités?

- Au sein de la séquence prévue par la programmation locale
- En organisant une « période tampon » priorisant le travail de la condition physique
- En remplaçant une séquence d'une APSA « non adaptable » au protocole sanitaire de rentrée

Quels outils?

- Questionnaire
- Parcours de réathlétisation (voir fiche académique)
- Carte d'identité athlétique
- Circuit training (ou autre ASDEP)
- Fiche de diagnostic personnel (pour pratiquer au-delà de la leçon)

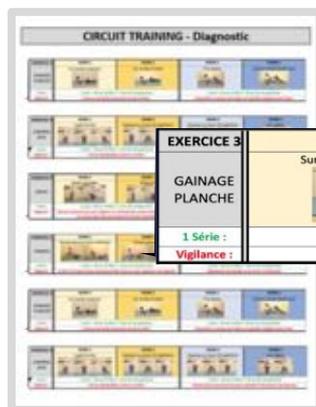
... pour servir les apprentissages

Quelles perspectives?

- Viser une **re-mobilisation progressive et sécuritaire** dans les apprentissages des APSA de la programmation annuelle
- Proposer un **dispositif d'accompagnement des élèves les plus en difficulté**
- Anticiper et assurer une continuité pédagogique** en cas d'enseignement en distanciel (partiel ou total)

Favoriser les apprentissages sur des temporalités différentes...

Une illustration en collège



EXERCICE 3	DEGRE 1	DEGRE 2	DEGRE 3	DEGRE 4
GAINAGE PLANCHE	Sur coudes et genoux	Sur coudes et pieds	Trois appuis	Surface instable (ballon dur)
1 Série : Vigilance :	1 série = 30 sec d'effort + 1min de récupération Creux et arrondis prononcés du dos à éviter		1 série = 30 sec d'effort + 30 sec de récupération Se grandir au niveau de la tête en la gardant alignée avec le dos	

Séquence de Gymnastique
(15' en fin d'échauffement)

Développer des ressources
pour construire la
compétence attendue

Repérer les élèves en grande
difficulté
(dispositif « remise en forme »)

Proposer un travail sécuritaire et
personnalisé « à la maison »
(travail distanciel)

Mesurer des progrès et susciter
l'intérêt autour de l'entretien de
la condition physique

Exercice	Pompes sur les genoux	Demi-squats jump	Mountain climber (une répétition = 1 jambe gauche puis une jambe droite)	Jumping jack
Travail	10 à 15 répétitions	10 à 15 répétitions	10 à 15 répétitions	10 à 15 répétitions
Récupération	Aucune	Aucune	Aucune	Aucune
Illustration				

Merci de votre attention

Les webinaires EPS de l'Académie de Créteil

Site académique EPS



<http://eps.ac-creteil.fr/>



@EpsCreteil