



# Continuité pédagogique & reprise en EPS post-confinement



Contexte	Public visé				Type d'activité privilégiée au regard des besoins des élèves					
	<input checked="" type="checkbox"/> Cycle 3	<input checked="" type="checkbox"/> Cycle 4	<input checked="" type="checkbox"/> Lycée		Fonctionnelle (coordination, agilité, souplesse) 		Physiologique (Cardio, dépense énergétique) 		Psycho-sociale (socialisation, détente) 	
	Lieu(x) de pratique				Effectif		Intervention			
	<input type="checkbox"/> Salle de sport	<input checked="" type="checkbox"/> Stade	<input checked="" type="checkbox"/> Gymnase ou Piscine	<input checked="" type="checkbox"/> Cour / Extérieur	Groupe de 15 élèves <i>Effectif lié à la proposition du collègue dans le respect des normes sanitaires en vigueur</i>		<input type="checkbox"/> Présentiel <i>Activité à réaliser en cours d'EPS</i> <input type="checkbox"/> Distanciel <i>Activité pouvant être réalisée à la maison</i> <input checked="" type="checkbox"/> Hybride <i>Activité pouvant être réalisée dans les deux contextes voire simultanément</i>			
Objectifs	Pour le collège					Pour le lycée				
	Objectifs Généraux (en lien avec les domaines du socle) priorisés					Objectifs Généraux priorisés				
	Développer sa motricité	S'approprier méthodes et outils	Partager règles, rôles, responsabilité	Entretenir sa santé	S'approprier une culture	Développer sa motricité	Se préparer, s'entraîner	Exercer sa responsabilité	Construire sa santé	Accéder au patrimoine culturel
<b>Attendus de Fin de Cycle (AFC) de Fin de Lycée (AFL) ou de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) ciblés</b> <b>AFC4 :</b> 1. Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique 2. Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse <b>AFL :</b> 1. S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées 2. Se préparer et s'engager, individuellement et collectivement pour s'exprimer devant un public et susciter des émotions <b>AFLCAP :</b> 1. S'engager devant des spectateurs ou des juges pour produire ou reproduire des formes corporelles maîtrisées au service d'une intention 2. Prévoir et mémoriser le déroulement des temps forts et des temps faibles de sa prestation pour la réaliser dans son intégralité en restant concentré <b>AFLBACPRO :</b> 1. Accomplir une prestation animée d'une intention dans la perspective d'être jugé et/ou apprécié 2. Se préparer et s'engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée										
Recommandations liées au contexte sanitaire	Préconisations d'ordre général				Organisation humaine et matérielle				Temporalité	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Les élèves viennent en tenue de sport dès le matin</li> <li>* L'accès aux vestiaires et aux douches est neutralisé</li> <li>* Autant que possible une désinfection des mains sera proposée avec du gel hydro-alcoolique en début de leçon</li> <li>* L'engagement restera modéré et contrôlé</li> <li>* Une vigilance permanente sera portée aux temps de regroupement (distanciation physique)</li> <li>* Aucun échange de matériel entre les élèves ne devra être réalisé tout au long de la leçon</li> <li>* Le port du masque n'est pas conseillé pendant la pratique et dès lors que la distanciation est maintenue</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>. 1 enseignant assure la leçon pour 15 élèves maximum</li> <li>. 1 ordinateur est installé pour permettre la visio-conférence</li> <li>. 1 enceinte pour mettre la musique</li> <li>. Des espaces de 5x5m matérialisés</li> <li>. Les élèves viennent avec leur smartphone</li> <li>. <b>Seront envoyés en amont à tous les élèves de la classe :</b>                -&gt; Le lien du glide « Mon entraînement à la maison »                -&gt; Un travail de visionnage et de choix d'une chorégraphie parmi celles proposées sur l'application                -&gt; Un lien de connexion de visio-conférence pour assister au cours             </li> </ul>				60	Minutes
									4	Leçon(s)
Forme de Pratique Scolaire (FPS) proposée	Rôles mobilisés et acquisitions prioritaires visées									
	Le danseur					Le spectateur				
	Réaliser une chorégraphie collective synchronisée destinée à être vue					Apprécier une prestation sur un support vidéo pour se l'approprier				
<p><b>Objectifs :</b> Mettre l'accent sur les dimensions fonctionnelle et sociale de l'activité pour favoriser un engagement dans l'effort et contribuer à une remise en forme physique progressive. Dans ce contexte sanitaire contraignant, l'activité Zumba est propice à une <b>intervention hybride</b> permettant de recréer du lien social dans la classe au service du bien-être psychologique de chacun. Ainsi, tous les élèves pourront réaliser la séance même temps, en présentiel et en distanciel, grâce à l'utilisation d'une application de visio-conférence qui permettra aux élèves connectés chez eux de participer également à la leçon.</p> <p><b>Organisation :</b> Les élèves se répartissent dans les zones de 5x5m matérialisées avec leur partenaire dans la zone à proximité, chacun avec son smartphone qu'il ne doit échanger ou prêter en aucun cas.</p> <p>Dans le mail envoyé en amont du cours, l'enseignant aura présenté aux élèves l'objectif de travail de la 1<sup>ère</sup> leçon : apprendre et réaliser en groupe la chorégraphie du flash mob proposée dans l'appli, et le fait d'avoir choisi cette chanson pour rendre hommage aux personnels soignants mobilisés durant le confinement. Il leur aura demandé de se mettre d'accord par groupe de 2, et de se centrer essentiellement sur un couplet ou un refrain, repérer les mouvements, avec pour consigne de les apprendre à son partenaire le jour de la leçon et de rajouter un changement.</p> <p>Après un échauffement guidé par l'enseignant, que tous les élèves, en présentiel comme en distanciel, suivent en même temps, l'enseignant visionne avec les élèves la chorégraphie qu'ils vont travailler en commentant quand arrivent les couplets et les refrains, quels mouvements reviennent régulièrement correspondant aux paroles de la chanson... Les élèves par 2 (dans leurs espaces de 5x5m respectifs à proximité) ont pour consignes de se montrer les mouvements qu'ils ont reconnus, puis quel changement ils proposent. Ils doivent ensuite réaliser au moins 1 couplet + 1 refrain de façon synchronisée, possible en miroir. Les élèves peuvent à tout moment revoir la chorégraphie, que ce soit chez eux ou en présentiel, grâce à l'application installée sur leur smartphone (pas d'échanges)</p> <p>Pour les élèves en distanciel, la consigne sera de décortiquer la chorégraphie grâce à la vidéo pour proposer un changement. Pour ceux qui le souhaitent, ils auront la possibilité de montrer à leurs camarades ce qu'ils ont fait chez eux, par le biais de l'application de visio-conférence.</p> <p>Enfin, l'enseignant réalise avec tous les élèves la chorégraphie dans son intégralité, avec la musique, à la façon d'un flash mob. Chacun peut alors apporter son changement personnel. Si les conditions le permettent, il serait intéressant de filmer le flash mob pour que les élèves puissent voir la réalisation collective de la classe.</p> <p>Il est possible, pour les leçons suivantes, d'envisager une forme de travail similaire avec une autre chorégraphie, au choix parmi celles proposées. Tous les élèves ne sont pas obligés de travailler la même en même temps. En fin de leçon, il est intéressant de refaire les chorégraphies apprises lors des leçons précédentes pour les réviser, et constituer un panel de chorégraphie varié pour la classe. Un élève qui le souhaite peut alors être leader du groupe sur tout ou partie d'une chorégraphie.</p> <p><b>Consignes et dispositifs :</b> doublettes affinitaires. Les doublettes qui travaillent ensuite sur la même chorégraphie peuvent se regarder et s'entraîner réaliser la chorégraphie travaillée de façon synchronisée et en miroir.</p>										
<b>Aménagements possibles :</b> Tous les pas peuvent se réaliser au sol, sans impulsion, pour les élèves qui auraient des problèmes de genoux ou en surpoids.										
Liens utiles, illustrations, annexes	Lien pour télécharger les documents « Mon entraînement à la maison » : <a href="http://eps.ac-creteil.fr/spip.php?article1163">http://eps.ac-creteil.fr/spip.php?article1163</a>									