Continuité pédagogique & reprise en EPS post-confinement

C.O

Contexte

Public visé			Type d'activité privilégiée au regard des besoins des élèves		
☒ Cycle 3	☒ Cycle 4	☒ Lycée	Fonctionnelle (coordination, agilité, souplesse) ★☆☆	Physiologique (cardio, dépense énergétique) ★☆☆	Psycho-sociale (socialisation, détente) ★☆☆

Lieu(x) de pratique				Effectif	Intervention
☐ Salle de sport	☒ Stade	☒ Gymnase	☒ Cour / Extérieur	Groupe de 10 à 15 Élèves *Effectif lié à la proposition du collègue dans le respect des normes sanitaires en vigueur*	☒ Présentiel *Activité à réaliser en cours d'EPS* ☐ Distanciel *Activité pouvant être réalisée à la maison* ☐ Hybride *Activité pouvant être réalisée dans les deux contextes voire simultanément*

Objectifs

Pour le collège Objectifs Généraux (en lien avec les domaines du socle) priorisés					Pour le lycée 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

Attendus de Fin de Cycle (AFC) de Fin de Lycée (AFL) ou de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) ciblés

Cycle 3 :
- AFC 1 Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels en milieu naturel aménagé ou artificiel.
- D 5 : Situer et se situer dans l'espace.
- D3 : la formation de la personne et du citoyen : faire preuve de réflexion et de discernement.

Cycle 4 :
- AFC 1 Réaliser seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels en milieu naturel aménagé ou artificiel
- AFC 4 Respecter et faire respecter les règles de sécurité.
- D 5 : Situer et se situer dans l'espace.
- D3 : la formation de la personne et du citoyen : Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de vie collective, s'engager et prendre des initiatives.

Cycle 3 et cycle 4 : D2 : s'approprier par la pratique des méthodes et outils pour apprendre.

Lycée :
- AFL1 pour l'orienteur : lecture/analyse du milieu
- AFL2 : S'entrainer
- AFL 3 : Coopérer pour maîtriser (travail en partenariat) et accepter les conditions de fonctionnement
- AFL prioritaires sélectionnés : Répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions/ S'entraider pour donner confiance/ (…) utiliser les principes mécaniques d'une motricité efficace/ Choisir, mettre en œuvre et réguler un projet de déplacement

Recommandations liées au contexte sanitaire

Préconisations d'ordre général	Organisation humaine et matérielle	Temporalité	
* Les élèves viennent en tenue de sport dès le matin et leur bouteille d'eau, leurs sacs sont posés dans un espace matérialisé * L'accès aux vestiaires et aux douches est neutralisé * Autant que possible une désinfection des mains sera proposée avec du gel hydroalcoolique en début de leçon * L'engagement restera modéré et contrôlé * Une vigilance permanente sera portée aux temps de regroupement (distanciation physique) * Aucun échange de matériel entre les élèves ne devra être réalisé tout au long de la leçon * Le port du masque n'est pas conseillé pendant la pratique et dès lors que la distanciation est maintenue	1 à 2 professeurs Elève en binôme mais 5 m entre les deux. Groupe de 2 fois 5 élèves. 2 zones d'évolutions respectant les distanciations recommandées. Matériel : Piquet ou grands plots *9 ou 12 suivant le niveau travaillé. Carte « d'itinéraire » au petit format pour enlever la contrainte de plier la carte. 1 carte plastifiée par élève qui sera à mettre dans une bannette pour désinfection après utilisation. Des bannettes pour les cartes à nettoyer.	30	Minutes
		1 à 3 leçons	Leçon(s)

Forme de Pratique Scolaire (FPS) proposée

Rôles mobilisés et acquisitions prioritaires visées		
Rôle 1	**Rôle 2**	**Rôle 3**
Orienteur coureur et orienteur stratège.	Coach/ Juge.	

La proposition s'inscrit dans un objectif de reprise tout en permettant de travailler sur l'AFC et l'AFL affiliés à l'activité Course d'orientation. Elle permet une pratique scolaire qui servira à une meilleure compréhension pour une pratique plus globale de la course d'orientation.
Cette proposition peut se décliner à tout niveau de la scolarité.

Consignes :
Au top de départ, « l'orienteur » réaliser le circuit indiqué sur la « petite carte » le plus vite possible sans se tromper. CF illustration.
L'orienteur doit passer au travers de la zone de piquets en fonction du tracé établi sur sa carte. L'exercice peut se faire en marchant, en trottinant ou en courant. Tout dépend du niveau de formation envisagé. L'épreuve peut être chronométrée ou non. Elle peut être réalisée en défi ou non. Toutefois veiller à ce que tous les élèves aient testé le rôle de coach et le rôle d'orienteur avant de les mettre en défi.

Conseils donnés à l'orienteur : à chaque changement de direction, je tourne autour de ma carte.

Un partenaire sur le côté donne des indications en cas d'erreur. Si l'orienteur se trompe, son camarade le fait repartir du dernier poste réussi. Le partenaire est sur le côté du carré à distance sanitaire réglementaire pour donner les conseils. Il coach oralement son partenaire orienteur. Il « juge » également si l'exercice est réussi.

Chaque binôme passera dans le rôle d'orienteur et dans le rôle de coach/juge. Chacun aura sa carte. Une fois le parcours réalisé et le rôle de coach fait, les cartes seront à déposer dans une bannette pour désinfection. Un nouveau circuit leur sera alors transmis avec des précisions sur le temps et la vitesse de réalisations attendus. Les rotations des élèves seront précisées par l'enseignant et fonction des règles sanitaires à respecter. Par exemple : le coach va se placer au départ et l'orienteur après son arrivée fait le tour de la zone de travail pour se placer en tant que coach. Ainsi les élèves ne se croisent pas.

Les élèves en attentes pour passer sur le circuit seront placés dans un cerceau. Chaque cerceau respectera les distances sanitaires recommandées.

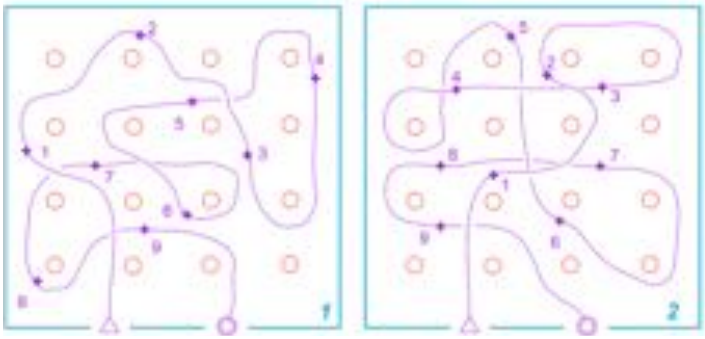
<u>Enjeux de la forme de pratique scolaire proposée :</u>
Notions abordées :
Orienter sa carte, la réorienter à chaque changement de direction / sélectionner et anticiper les éléments (piquets) à suivre / suivre son avancée avec son pouce. Relation carte/ terrain. Automatisation des gestes et « de l'orientation/réorientation ».
Attitude visée : se montrer réflexif, anticiper la prise d'information, accepter la collaboration pour progresser.

Objectifs :
- Comprendre que c'est l'orienteur qui tourne autour de la carte et pas l'inverse.
- Comprendre la notion de « Plié, Orienté, « Pouce » = POP », surtout l'action de s'orienter et de suivre avec son pouce.
- C'est l'action de « cheminement » qui est travaillée.

Aménagements possibles :
- Possibilité de challenge au temps,
- Possibilité de challenge en confrontation (départ de deux élèves sur deux zones d'évolutions différentes mais avec la même carte) le 1er ayant terminé sans se tromper à gagner,
- Possibilité de travail sans temps précis.
- Variable énergétique : exercice pouvant être fait en marchant ou en trottinant ou en courant.

La situation est évolutive et permet d'être travaillé de la 6ème à la terminale. La différenciation se fait sur le nombre de poste, la difficulté du parcours et le temps accordé à la situation.

Liens utiles, illustrations, annexes



Exemple de carte pour cette activité.

Merci à **Flandrin Gautier** pour le partage de ses connaissances et l'utilisation de ses cartes.