

*En cette période particulière, la reprise des activités physiques et sportives dans le cadre du cours d'EPS est soumise aux consignes officielles transmises par le gouvernement.*

*A partir de ces documents et des spécificités locales, le protocole suivant a été réalisé. Il a été écrit en concertation avec l'équipe EPS et le service infirmier du lycée, sous couvert du Chef d'établissement. Il a été transmis aux familles et aux élèves pour information.*

EPS AU LYCEE BEL AIR

Protocole post-confinement -JUIN 2020-

**Afin de privilégier au maximum les activités extérieures, deux espaces de travail ont été retenus pour pratiquer l'EPS :**

-Au sein du lycée (terrain de football + plateau extérieur + Piste)

-A l'extérieur (canal d'ILLE et RANCE)

-Il n'y aura pas d'accès aux vestiaires ni aux douches lors de la séance d'EPS.

-Afin de s'affranchir des vestiaires, il est demandé aux élèves de venir en tenue de sport dès le matin. Une « zone personnelle » pourra si besoin être attribuée à chaque élève sur le plateau sportif. Cet espace sera utilisé uniquement par un élève lors de la journée et sera à une distance d'au moins 1m des espaces voisins. Elle permettra à l'élève d'y laisser toutes ses affaires lors du temps de cours (sacs, téléphone, bouteille d'eau...).

-En cas d'utilisation de matériel sportif (plots...), la manipulation s'effectue uniquement par l'enseignant.

-Utilisation unique du matériel individuel et personnel (pas de prêt de matériel collectif, ni d'échange d'élève à élève)

-Pendant la séance, la distanciation doit être au **minimum d'1m50** lors des phases statiques sans effort physique, (explication, regroupement...), de **5m** lors de la marche rapide ou en position statique avec un effort important, ou de **10m** lors de la course. En dehors de ces temps effectués dans des zones matérialisées (permettant un respect des distances) l'élève devra porter un masque.

-Il est demandé à chaque élève de rapporter une bouteille d'eau ou une gourde nominative.

- Les élèves doivent garder leur masque dans toutes les situations où le respect des règles de distanciation risque de ne pas être assuré.

# I. Pratique au sein du lycée (terrain de football + plateau extérieur + Piste)

## AVANT LE COURS

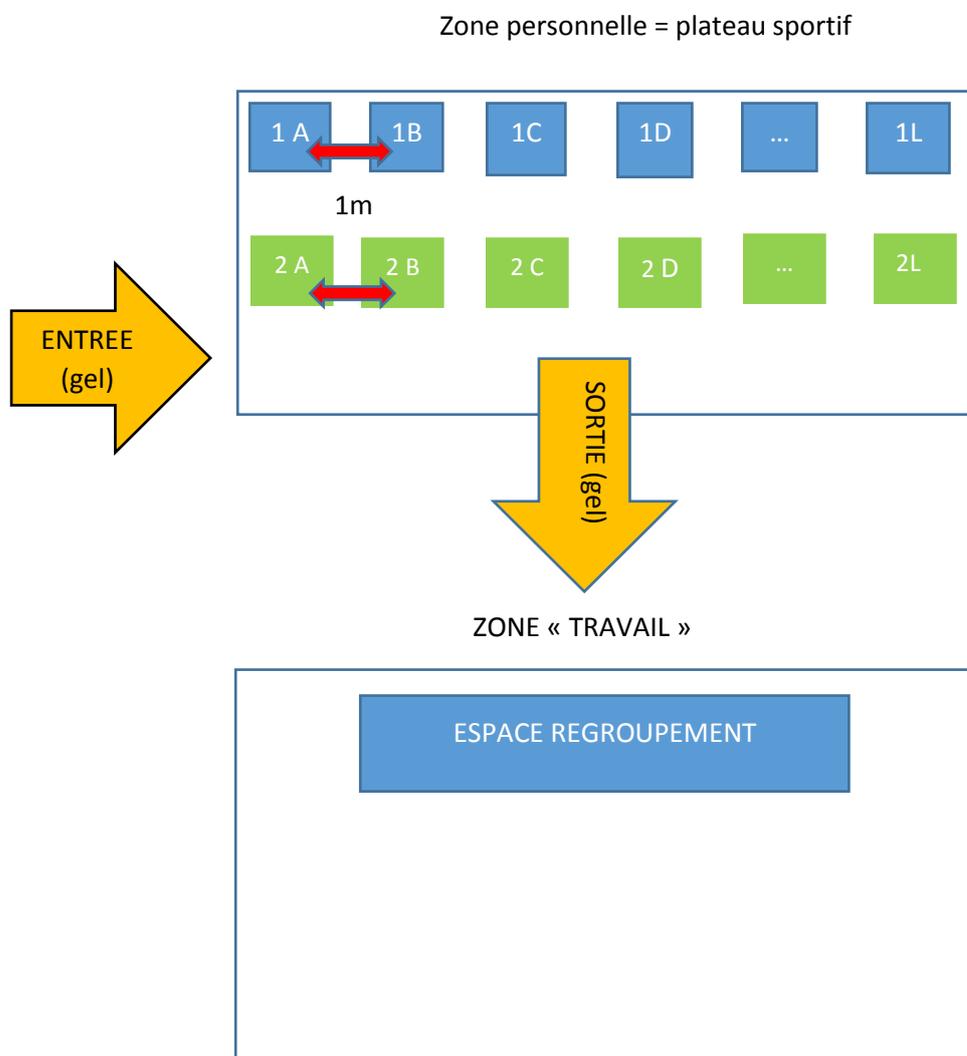
-Les élèves attendent sur la cour en portant un masque et en respectant les règles de distanciation. L'enseignant d'EPS vient les chercher sur la cour.

-Toujours en respectant les règles de distanciation, les élèves et l'enseignant rejoignent l'espace sportif du lycée.

-Un numéro d'emplacement est donné à l'entrée de la « zone personnelle». Au fur et à mesure de la journée les emplacements changent (1<sup>er</sup> groupe, 2<sup>ème</sup> groupe...).

-Un par un, les élèves rejoignent un emplacement en empruntant à chaque fois l'entrée (présence de gel fourni par l'établissement). Ils laissent toutes leurs affaires dans leur « zone personnelle » (sac, bouteille d'eau, téléphone...). Un par un, ils rejoignent la zone de travail en empruntant la sortie (présence de gel fourni par l'établissement). Le regroupement s'effectue dans la zone matérialisée en maintenant une distance minimale d'1m50.

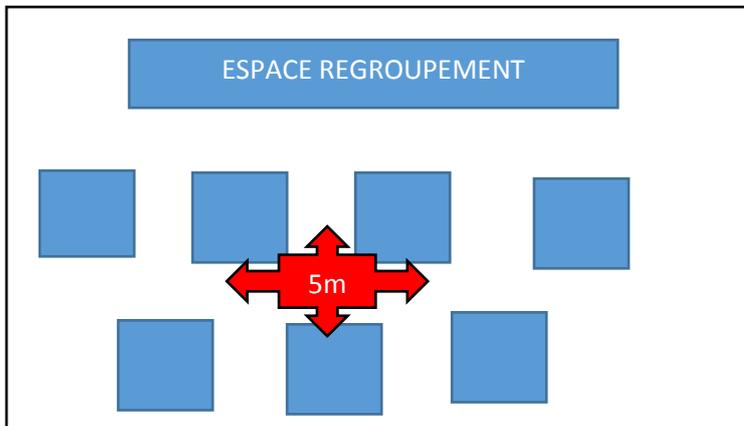
Ce sens de circulation sera valable durant toute la durée du cours (pauses rafraichissement...).



## PENDANT LE COURS

Les élèves doivent garder leur masque dans toutes les situations où le respect des règles de distanciation risque de ne pas être respecté.

### Exemples de configurations spatiales:

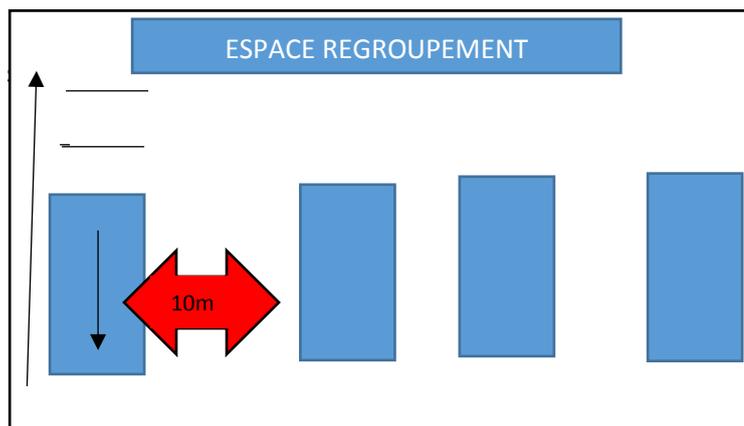


#### **FORMAT « ZONES INDIVIDUELLES »**

Chaque élève travaille dans sa zone. Celle-ci est espacée de 5m (en tous sens) des zones voisines.

*Ex d'activités : Renforcement musculaire, cross-fit*

A l'intérieur, lors de la pratique physique, l'élève peut enlever son masque en respectant les gestes appropriés



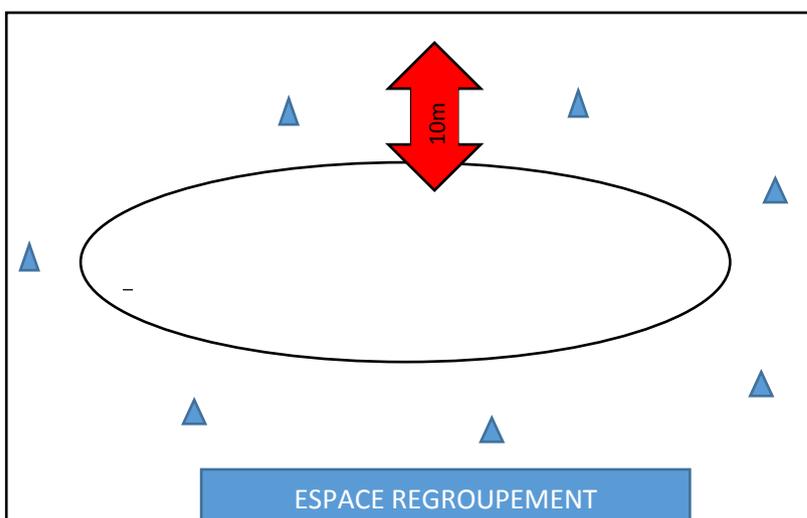
#### **FORMAT « ATELIERS »**

Les élèves travaillent par ateliers (3 au maximum) dans une zone matérialisée

*Ex d'activités : Motricité, coordination, renforcement musculaire sur le bas du corps*

L'élève réalise l'exercice puis revient par le côté défini au préalable.

Il attend en maintenant un espace minimal d'1m50 avec le précédent. Lorsqu'il n'y a personne sur l'atelier, le suivant peut s'engager



#### **FORMAT « COURSE ou marche »**

Deux couloirs matérialisés espacés de 10m

-Le petit matériel (plots) est installé et manipulé uniquement par l'enseignant

-Lors des pauses, si besoin, les élèves rejoignent leurs zones personnelles en respectant les sens de circulation

### **APRES LE COURS**

-Les élèves repassent dans leurs « zone personnelle » récupérer leurs affaires en respectant les sens de circulation et la désinfection des mains à l'aide du gel fourni par l'établissement.

-En fin de journée, le petit matériel est rangé par l'enseignant après s'être désinfecté les mains. Il est stocké à l'extérieur jusqu'à la prochaine utilisation le lendemain.

## **II. Pratique sur le canal d'ILLE et RANCE**

La prise en main des élèves sur la cour reste la même.

Le canal situé à côté du lycée peut être utilisé pour des activités de marche. Son utilisation nécessite un déplacement. Celui-ci s'effectue avec l'enseignant.

Tous ces espaces étant partagés avec le reste de la population, la distanciation sociale n'est pas à tout moment garantie. Ainsi, le port du masque est obligatoire pour les élèves et l'enseignant durant toute la durée de la sortie