

Lille, le 13/11/2020

Les Inspecteurs d'Académie  
Inspecteurs Pédagogiques Régionaux

Rectorat

Inspection  
Pédagogique  
Régionale  
[Ce.ipreps@ac-lille.fr](mailto:Ce.ipreps@ac-lille.fr)

Secrétariat :  
03 20 15 65 23

Hôtel académique  
144 rue de Bavay  
BP 669 59033 LILLE Cedex

## Conseils disciplinaires en collège, lycée général et technologique

### Éducation Physique et Sportive

Comme l'a déjà montré l'expérience de la première période de confinement, permettre aux élèves de préserver une activité physique régulière est fondamental. En l'absence de pratiques dans le cadre associatif, l'engagement physique à l'École joue ici un rôle particulier pour le bien-être physique mais également mental et social des élèves.

Toutes les pratiques physiques, qu'elles soient obligatoires ou facultatives (Association Sportive Scolaire ou Section Sportive Scolaire) concourent à cet objectif.

Nous vous conseillons de prendre appui sur ce qui a déjà été développé au cours du premier confinement ainsi que sur la connaissance des élèves et de leur contexte de travail à domicile. En effet, cela conditionne l'usage de certains outils de communication utilisés pour assurer la continuité pédagogique. Il conviendra également d'accompagner les élèves dans l'utilisation et la prise en main régulière des outils dans le temps du présentiel.

Ce travail est à envisager de manière coordonnée au sein de l'équipe pédagogique de façon à optimiser les propositions des enseignants.

Un enseignement hybride nécessite d'accentuer le lien entre ce qui est réalisé au sein de l'établissement scolaire et ce qui est réalisé à la maison. A titre d'exemple, ce lien peut être explicité en début de séance ainsi qu'au moment du bilan.

Enfin, nous vous conseillons de consulter le site disciplinaire académique afin de pouvoir prendre connaissance de ressources ou d'informations dans l'espace dédié à la continuité pédagogique.

## Les objectifs d'un travail à distance

Ce travail à distance peut contribuer à deux types d'objectifs :

- Maintenir la continuité du lien établi avec les élèves
- Contribuer à la préservation d'une condition physique générale et au bien-être des élèves en proposant des activités et des conseils : notion d'habitus santé ; alternance entre travail intellectuel et activité physique
- Faciliter les apprentissages lors des séances en établissement :
  - Soit pour permettre aux élèves de se préparer à une séance à venir
  - Soit pour prolonger un travail déjà amorcé en classe ou encore stabiliser des apprentissages réalisés en classe
  - Soit investiguer de nouveaux champs de connaissances (secourisme)

## Une nécessité

En appui sur les procédures que vous avez mis en place lors du premier confinement, il convient de porter une vigilance permanente à la sécurité des élèves qui seraient amenés à pratiquer à la maison en autonomie.

Ainsi, nous vous conseillons de prendre appui sur des exercices, des postures, des repères qui ont déjà été construits en classe lors des leçons d'EPS.

Ainsi l'enjeu premier est bien de préserver la sécurité physique et affective de chacun.

## Quelques pistes et recommandations

Avant de proposer un travail à distance dans le cadre d'une hybridation, il convient de questionner ce qui peut faire l'objet d'un travail à distance et quel en est l'objectif (en référence aux trois objectifs présentés plus haut).

- Maintenir la continuité du lien établi avec les élèves

La préservation de ce lien est fondamentale pendant les semaines où les élèves sont en distanciel entre l'enseignant et les élèves mais également entre élèves.

Quelques exemples :

- Interpeller les élèves en distanciel par un message ou une question nécessitant une réponse de leur part

Lille, le 13/11/2020

Les Inspecteurs d'Académie  
Inspecteurs Pédagogiques Régionaux

- Proposer un espace d'échange ou donner aux élèves le moyen de communiquer avec l'enseignant si nécessaire
- Proposer aux élèves de déposer la preuve d'une activité physique de leur choix (photo, vidéo, paragraphe descriptif, présentation orale de l'activité réalisée)
- Contribuer à la préservation d'une condition physique générale et au bien-être

### Rectorat

Inspection  
Pédagogique  
Régionale  
[Ce.ipreps@ac-lille.fr](mailto:Ce.ipreps@ac-lille.fr)

Secrétariat :  
03 20 15 65 23

Hôtel académique  
144 rue de Bavay  
BP 669 59033 LILLE Cedex

L'alternance entre travail intellectuel et activité physique contribue à ce bien être. Il est recommandé de pratiquer une heure d'activité physique par jour et de pauses de 15 minutes d'activité physique en cas d'activité sédentaire prolongée est également nécessaire.

Pour concourir à cet objectif, il convient de permettre aux élèves de garder trace de ce que les élèves ont réalisé et de planifier leurs activités sur la semaine.

Quelques exemples :

- Exercices d'étirements et de mobilisation articulaire
- Exercices de respiration et de relaxation (ex : <http://eps.discipline.ac-lille.fr/numerique/videotheque/envie-de-te-relaxer-fais-une-pause>)
- Réalisation de chorégraphies avec un support vidéo
- Fiches de suivi des activités physiques menées durant la semaine (ex : <http://eps.discipline.ac-lille.fr/telechargement/2020-2021/cahier-dactivite-physique>)
- Réalisation d'entraînement de type préparation physique à la maison en utilisant un programme construit par l'enseignant ou par l'élève en partie

- Faciliter les apprentissages lors des leçons en établissement

Pour concourir à cet objectif, il peut être envisagé de permettre aux élèves de préparer une séquence ou de s'approprier en amont les règles ou les conditions de la forme de pratique prévue. Par ailleurs, le prolongement d'une leçon (au moyen de l'hybridation) peut engager les élèves dans des apprentissages plus durables et plus réfléchis.

Quelques exemples :

- Planifier une activité motrice à partir de l'analyse des résultats d'une séance précédente en prenant appui sur une fiche de réalisation (ex : 1/2 fond, multi-bond, course d'orientation)
- Répéter des gestes techniques sur la base d'une vidéo (ex : techniques d'assurage en escalade, jonglerie)
- Analyser sa prestation physique à partir d'une vidéo réalisée en classe pour progresser ou pour investir des rôles de juge ou de coach (danse, tennis de table)
- Préparer ou renseigner une fiche conseil ou un commentaire oral pour un camarade dans le cadre des apprentissages en lien avec l'activité de coach ou d'observateur
- Prendre connaissance et utiliser une fiche d'auto-positionnement pour permettre à l'élève de se situer et de définir sa répartition des points dans les AFL
- Approfondir les connaissances sur une activité en faisant un compte rendu (connaissances liées à l'entraînement dans le CA5 par exemple)
- Apprendre les gestes qui sauvent
- Poursuivre le travail de recherche engagé dans le cadre des EPI (santé-arts-langue-histoire...)
- Alimenter sa culture artistique
- Pour les élèves licenciés : investir le rôle de jeunes reporters pour raconter les rencontres et challenges à distance