

LYCEE AUXERRE LA BROSSE VENOY 89

CONSIGNES liées à l'enseignement de l'EPS

Suite aux recommandations du Ministère des Sports, du Ministère de l'Education nationale et du Ministère de l'Agriculture.

Conditions d'accueil des élèves et étudiants en EPS au

LEGTA LA BROSSE à partir du 8 juin 2020:

Article 1 : Prise en charge des élèves et étudiants.

L'appel s'effectuera dans la classe. L'enseignant d'EPS prendra en charge les élèves dans leur classe.

Il est recommandé de pratiquer avec des groupes de 10 personnes ou de demi-classe sur un créneau horaire d'une heure en fin de demi-journée.

Article 2 : Utilisation des vestiaires et du gymnase.

Les vestiaires et le gymnase ne sont pas accessibles. Ce qui signifie que les élèves et étudiants devront être en tenue de sport dès le matin car il n'y aura pas de possibilité d'utiliser les vestiaires ni pour se changer, ni pour prendre une douche.

Article 3 : La tenue de sport.

La tenue de sport se compose d'une tenue adaptée à la météo puisque les activités autorisées pour la période du mois de juin sont des activités d'extérieurs : chaussures de sport lacées, un bas permettant des mouvements amples sans fermeture éclair et boutons, un coupe-vent imperméable, une casquette.

Une bouteille d'eau personnelle identifiable d'une capacité minimum de 500ml est demandée.

Article 4 : Gestes Barrières

Chaque élève et étudiant est tenu de respecter les gestes barrières :

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydroalcoolique ;
- Tousser dans son coude ou dans un mouchoir ;
- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter dans une poubelle à cet effet ;
- Eviter de se toucher le visage ;
- Saluer sans serrer les mains, ni embrassades ;
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc.) ;
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette...) est proscrit ;
- L'utilisation de matériels sportifs personnels est privilégiée, à défaut, le matériel sportif commun sera nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation ;
- Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie cependant dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

Une vigilance sera de mise sur le respect des consignes concernant les gestes barrières, les règles de distanciation entre les élèves lors de chaque atelier ou activité, lors des changements d'espaces de pratique, des départs d'activité, des déplacements des élèves pour y accéder.

Article 5 : Activités envisageables

Dans un souci de respecter les gestes barrières, voici la liste des activités envisageables en EPS au Lycée Agricole de La Brosse :

- Course individuelle, circuits athlétiques type parcours de motricité.
- Etirements et stretchings variés, préparation physique généralisée à tout le corps.
- Randonnée pédestre avec distanciation et gestes barrières stricts
- Course d'orientation avec des postes ou balises fixes sans manipulation de pince pour poinçonner (le poinçon est électronique, les cartes sont personnelles).
- VTT avec matériel personnel en circuit ou randonnée.
- Danse (sans passer par le sol, à distance, en extérieur), envisageable sur du flash mob assez énergique.
- Circuit training sans matériel, juste en poids de corps et sans déplacement, avec distanciation possible dans un espace extérieur.
- Step
- Yoga, relaxation
- Disque Golf.

Article 6 : Règles de distanciation

Les règles de distanciation physique (avis du 24 avril 2020 du Haut Conseil de la Santé Publique) sont les suivantes pour la pratique sportive :

Il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact :

- au-delà de 1 m quand activité sur place.
- de 10 m pour la pratique du vélo et de la course à pied.
- de 5 m pour la marche rapide.
- de 1,5 m en latéral entre deux personnes.
- pour les autres activités, prévoir un espace de 4 m² pour chaque participant.

Article 7 : Utilisation de matériel

Si l'élève ou l'étudiant doit utiliser du matériel sportif, ce matériel est désinfecté avant l'usage, attribué personnellement pour la séance sans échange avec une tierce personne et désinfecté après usage.

Article 8 : Objectifs de l'EPS pour la période juin-juillet 2020

Les activités choisies doivent permettre aux élèves de « se détendre » dans un contexte particulier, au travers de modalités de pratique individuelle, mais qui n'empêchent pas les challenges et les situations ludiques.

La reprise d'activité physique sera progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

Article 9 : Consignes de sécurité

-L'enseignant possédera une trousse de secours comportant masque, gants et gel hydro alcoolique en complément de la trousse de secours habituelle.

-Toute activité physique sera arrêtée devant l'apparition des signes d'alerte suivants avec consultation rapide d'un médecin :

- douleurs thoraciques (dans la poitrine) ;
- dyspnée : essoufflement anormal ;
- palpitations : sensation que votre cœur bat trop vite ou irrégulièrement ;
- variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort ;
- perte brutale du goût et/ou de l'odorat ;
- fatigue anormale ;

- température supérieure ou égale à 38° au repos à distance de l'activité ;
- reprise ou apparition d'une toux sèche.

Article 10 : Manquement aux règles

Tout élève qui ne respectera pas les consignes sera signalé à la CPE, à la proviseure adjointe et au chef d'établissement qui prendront les mesures nécessaires.

Les enseignants d'EPS

Caroline Lacrabe et Benoît Mazin

Le chef d'établissement

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS
LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



Éviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



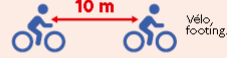
0 800 130 000 (appel gratuit)

WJ0194400126103 - 20 mars 2020

Coronavirus COVID-19

Les bons réflexes à adopter

Respecter les **règles de distanciation**



Vélo, footing...



Marche



Statique

Éviter tout **contact corporel**



Respecter les **règles barrières**



Se changer et se doucher à domicile



Renoncer (pour l'heure) aux **compétitions**

Commencer par des **activités extérieures**



Renoncer **aux manifestations** comme les fêtes et les assemblées générales



Limiter à **10 personnes maximum** les rassemblements



COMPLÉTER LA TROUSSE DE PREMIER SECOURS AVEC UN "KIT COVID 19" (masques, gel ou savon, gants jetables).



PAS DE PRATIQUE SPORTIVE SI ON EST MALADE et/ou si on présente des signes liés au covid-19

Regroupements ou croisements à MOINS DE 1,5 M



Plus que jamais, NE LAISSER AUCUN DÉCHET SUR LES SITES DE PRATIQUE.

