

2S2C - Pistes d'activités en matière sportive

Objectifs

- La remise en forme physique et psychologique et le lien avec l'éducation à la santé après une période de confinement ;
- L'enrichissement de la motricité et la reconquête d'une pratique corporelle et sensorielle ;
- La poursuite du travail engagé lors du confinement en non présentiel : apprendre à s'entraîner, construire des repères, préparer la rentrée prochaine;
- Le respect de la doctrine sanitaire au service de l'intérêt général (respect de règles communes pour tous) ;
- L'ouverture à d'autres activités sportives pour enrichir sa culture sportive.

Orientations

- Adapter les pratiques physiques et sportives, voire en créer de nouvelles qui respectent les consignes sanitaires, notamment celles des gestes barrières nécessaires.
- Privilégier autant que possible les pratiques extérieures, en étant vigilant sur la distance 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, et des passages aux vestiaires. Si la pratique se déroule en gymnase, il conviendra d'assurer une distance importante entre les différents espaces de pratique et de systématiser les gestes barrières pour les élèves ainsi que le nettoyage du matériel entre chaque utilisation ;
- Éviter les sports collectifs et favoriser les activités individuelles, qui n'empêchent pas les challenges et les situations ludiques : course individuelle ou parcours de motricité, préparation physique généralisée, randonnée pédestre, etc. ;
- Choisir des activités pour se « détendre » dans un contexte particulier, au travers de pratique individuelle, arts du cirque, danse, yoga, étirements et stretchings, relaxation, etc.

De nombreuses ressources pourront être également être consultées

USEP, les ressources : <https://usep.org/index.php/ressources-pedagogiques/>

UNSS, Génération responsable : <https://unss.org/les-6-roles-des-jeunes-officiels/>

Ministère des sports : <http://www.semcsports.gouv.fr/ethique-et-valeurs/>

JOP2024 : <https://www.paris2024.org/fr/les-jeux-olympiques-et-paralympiques/>