

Un maître mot : #RestezChezVous.

Pour autant, la pratique physique demeure indispensable à la santé en cette période de confinement. Et malgré le report des jeux olympiques de Tokyo, les valeurs olympiques restent fondamentales : respect, effort et solidarité. Tout comme les enjeux du dispositif de Labellisation Génération 2024 apparaissent comme prépondérants afin de mieux nous adapter à ce contexte inédit : pratique physique, santé, citoyenneté.

Pour cela, nous avons souhaité vous présenter (et/ou vous rappeler) **quelques supports de pratique sportive et culturelle** variés selon l'âge, à aborder seul ou à plusieurs (confinés !), souvent construits sur le principe de 30' d'activité/jour (tout en rappelant les préconisations de prudence édictées par [EPS- Lettre 2 des IPR EPS](#)), ainsi que des jeux réalisables en famille... :

- **Au plan des recommandations institutionnelles :**

- Bougez chez vous: <http://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/actualites/article/avec-le-ministere-des-sports-faire-du-sport-chez-soi-c-est-facile>
- Faire du sport à la maison en ligne: <http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/appsportliste.pdf>

- **A explorer en amont de l'activité et/ou pour se positionner, programmer... voir se nourrir, avec des ressources et des outils :**

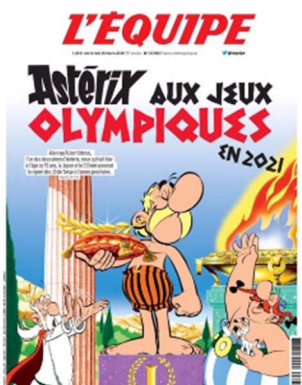
<https://www.mangerbouger.fr/> recommande une activité physique journalière pour le bien-être et la santé.

- Que veut dire bouger <https://www.mangerbouger.fr/Bouger-plus/Que-veut-dire-bouger>
- Test de niveau d'activité physique : <https://www.mangerbouger.fr/Bouger-plus/Vos-outils/Test-de-niveau-d-activite-physique>
- Planificateur d'activités physiques : <https://www.mangerbouger.fr/Bouger-plus/Vos-outils/Planificateur-d-activites-physiques>

- **Pour faire et/ou pratiquer selon les besoins et envies :**

- La page « continuité pédagogique en EPS » publiée sur Eduscol : <https://eduscol.education.fr/cid150548/continuite-pedagogique-en-education-physique-et-sportive.html>
 - Pour tous, des parcours et applications : *Mon entraînement à la maison* par l'académie de Créteil : <http://eps.ac-creteil.fr/>
 - Des suggestions pratico-pratiques privilégiant le "home-made", des carnets de suivi... : <http://eps.ac-dijon.fr/spip.php?article452>
 - des progressions hebdomadaires illustrées par des exercices en vidéo proposés par les enseignants, la fabrication de balles de jonglage et une initiation à l'activité...: <https://ent2d.ac-bordeaux.fr/disciplines/eps/category/ressources-pour-lenseignant/continuite-pedagogique/>
 - Le carnet de bord élaboré par une équipe d'Aix Marseille avec des postures simples de yoga (en fichier joint, carnet *bord aixmars*)
 - des fiches accessibles sous forme de padlet et téléchargeables sur le téléphone via un QR code de l'académie de Nancy: http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps/site/dossiers/dossier.php?val=457_continuite-pedagogique-eps
 - le quizz "Bouge ta santé" et les vidéos YouTube en danse et cirque publiées à Strasbourg: <https://www.ac-strasbourg.fr/pedagogie/eps/ressources-pedagogiques/continuite-pedagogique-en-eps/engager-les-eleves-dans-un-developpement-des-competences-liees-aux-differents-roles-que-leleve-investit-en-eps/>
 - l'approche par compétences issue de Toulouse: <https://disciplines.ac-toulouse.fr/education-physique-et-sportive/continuite-pedagogique/continuite-pedagogique>
 - Une initiation handisport, des activités physiques de tous ordres (pratiques urbaines) et des "trucs" pour les accompagner (équipement sportif fait maison) : <https://www.sikana.tv/fr/sport>
 - Une application pratique dédiée au téléphone à Grenoble : <https://e0kmo.glideapp.io/>

- Des propositions spécifiques aux écoles :
 - Un programme de la maternelle au cycle 3 des CPD EPS de l'Isère et le CRUSEP : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/>
 - Activités familiales de la part des CPD 07 : <http://www.ac-grenoble.fr/portail-pedagogique07/>
 - Sous M@gistère par l'académie de Paris : <https://portaillecole.scola.ac-paris.fr/coronavirus/>
 - L'appui de la revue EPS : https://www.revue-eps.com/fr/a-la-maison-l-eps-c-est-la-classe_000186.html
 -
- **Pour compléter les connaissances :**
 - L'anatomie 3D : <https://www.youtube.com/user/Anatomie3DLyon>
 - A l'adresse des plus grands, diverses connaissances liées à l'humain : <https://www.reseau-canope.fr/corpus/videos.php>
 - Pour le parcours santé de votre établissement, une ressource proposée par la MGEN avec l'application Fil Good : <https://france.filgoodhealth.com/fr/actualit%C3%A9s>
- **Au plan culturel,**
 - Dans le domaine de l'Education aux médias et à l'information (EMI), la « Semaine de la presse et des médias à la maison » (SPMM). Plus que la temporalité de l'information (du 23 au 28 mars), les outils proposés pour continuer les apprentissages dans ce domaine et pourvoir, surtout en ce moment, à la construction d'un esprit critique. En collaboration avec le réseau des correspondants de l'EMI, la DAAC met d'ores et déjà en ligne une liste de propositions dans ce domaine : elles sont ciblées, simples d'utilisation et adaptées à tous les niveaux.
 - Lien vers la page de la DAAC/EMI : http://www.ac-grenoble.fr/arts-culture/?page_id=1237
 - Lien vers la page DAAC/EMI/SPMM : http://www.ac-grenoble.fr/arts-culture/?page_id=10495
- **Le réseau social Twitter** sur lequel vous pouvez :
 - Suivre l'actualité de notre dispositif Génération 2024 qui relaie chaque jour des suggestions de pratiques sportives, artistiques, culturelles : <https://twitter.com/Generation2024G>
 - Trouver des points d'appui pédagogiques liés au contexte actuel avec https://twitter.com/gourmaud_jamy et sa rubrique #ConfinementJour3, par exemple
 - Vous informer sur l'histoire des jeux (jeux de quilles, émigrette...) publiée par le domaine de Vizille <https://twitter.com/DomaineVizille>
- **Une approche de la culture olympique :**
 - Découvrir ou redécouvrir les jeux olympiques de Grenoble en 1968 au travers du web document interactif réalisé à l'occasion des 50 ans en appui sur l'exposition du Musée Dauphinois, "Grenoble 1968, les jeux olympiques qui ont changé l'Isère" : <http://jo1968.clic-et-clap.fr/>
 - La page web Génération 2024 de notre académie sur laquelle vous retrouverez l'ensemble des ressources dédiées au dispositif et les liens vers les partenaires de l'olympisme : <http://www.ac-grenoble.fr/cid134982/labellisation-generation-2024.html>



Parce que cette période doit aussi s'appuyer sur l'optimisme et le dynamisme, nous n'oublions pas l'humour, permettez-nous de rendre un dernier hommage au dessinateur A. Uderzo, avec la Une du journal l'Equipe publiée lors de son décès, annonçant le report des prochains jeux "Olympix et paralympix" ;-) de Tokyo : l'illustration symbolique du lien entre olympisme et culture pour toute une génération.

Tout en rappelant les gestes-barrière sous forme chorégraphique <https://www.youtube.com/watch?v=KSa3qA15-M4>, nous souhaitons à tous de bouger-santé.

Régine Battois, IPR EPS, référente Génération 2024