

<https://spdc.circo.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article325>



Des activités EPS et des situations pour "bouger" à la maison

- Continuité Pédagogique 1er degré -



Publication date: lundi 30 mars 2020

Copyright © Circonscription de Saint Pierre de Chandieu - Tous droits

réservés

Des activités EPS et des situations pour "bouger" à la maison

Des propositions d'activités EPS à réaliser en extérieur ou dans la maison (CPD EPS - DSDEN 69). Veiller à respecter les consignes de sécurité mentionnées en préambule. Cf. Documents ci-dessous.

Pour le maintien d'une activité physique en appartement également, vous pouvez consulter le site de Grenoble, <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/>

Avec quelques recommandations :

- Activités pour le **cycle 1** : Déplacement d'Adrien, privilégier les pieds nus pour éviter les glissades ou utiliser un marquage au sol dans lequel l'enfant devra placer son pied.
- Activités pour le **cycle 2** : Ne pas lutter à la maison pour éviter de se faire mal ou de générer des tensions. Proscrire le jeu de l'escrime car risques de blessure au doigt et de choc à la tête.
- Activités pour le **cycle 3** : attention aux activités d'acrosport ; les portés dos sont à éviter. Les jeux de l'oie sont accessibles, dès le cycle 2.

Le site EPS 69 est toujours accessible <http://www2.ac-lyon.fr/etab/ien/rhone/eps/>