

Nouveaux protocoles de santé relatifs à l'éducation physique et à la santé

Idées pour la gestion

Veillez noter : Cette ressource est destinée à compléter les recommandations et les lignes directrices fournies par la santé publique. Si vous n'êtes pas sûr à propos d'une situation, veuillez contacter votre unité de santé publique pour obtenir des conseils spécifiques.

Dernière mise à jour : 10 août 2020



INTRODUCTION

Il va sans dire que l'automne 2020 sera bien différent en ce qui concerne la rentrée scolaire, cependant nous savons que le personnel enseignant mettra sur sa résilience et sa créativité pour en venir à bout. Vous avez les compétences, les capacités, et la détermination pour soutenir vos élèves – et vous soutenir mutuellement – alors même que nous trouvons notre voie en cette période incertaine. Force est d'admettre qu'il y aura des défis à affronter, mais nous sommes solidaires, et nous avons tous un rôle à jouer dans le processus, pour assurer que la réouverture des écoles se fait sous le signe de la sécurité. Les nouveaux protocoles vont certainement changer la prestation de l'éducation physique, cependant il y a des stratégies et des approches qui peuvent être mises en pratique pour favoriser un environnement d'apprentissage sécuritaire et positif. Pour leur part, les élèves vont rentrer à l'école en présentant une variété de niveaux de connaissance de la pandémie, et chacun l'aura vécue de sa propre façon.

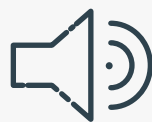
MOYENS DE SOUTENIR

Adapter le discours



Abordez la question de la pandémie avec eux d'une façon appropriée pour leur âge.

Espace sécurisé



Accordez aux élèves l'espace et le temps de discuter de leurs expériences, en groupe ou individuellement.

Écouter



Écoutez vos élèves et répondez aux questions qu'ils pourraient avoir.

EPS Canada s'est entretenu avec des experts et des organisations dans le but de dresser la liste suivante d'idées et d'astuces pour mieux aborder vos programmes d'éducation physique. Nous reconnaissons que chaque communauté scolaire a ses propres caractéristiques, et qu'il n'existe pas de formule parfaite pour orienter l'enseignement cet automne. En revanche, nous savons que les enseignantes et enseignants sont des personnes dévouées et compatissantes, qui trouveront **une façon de retirer le meilleur de la situation actuelle, en veillant toujours à la santé et au bien-être de leurs élèves.**

01

HABITUDES

Durant les premières semaines des cours, **il faut établir et renforcer des habitudes pour assurer que les élèves sont confortables et familiers avec les démarches à suivre pour veiller à la sécurité de tous.** Lors de discuter des habitudes et des protocoles de santé et d'hygiène, faites attention à aborder la conversation d'une manière positive et sensible. La première étape et la plus importante pour avoir une école sécuritaire et inclusive est d'assurer que les élèves se sentent confortables dans leur nouvel environnement d'apprentissage.

- Lors du premier jour des classes, **prenez en revue calmement toutes les habitudes et procédures d'hygiène auxquelles les élèves vont participer.** Indiquez clairement quand et où les processus se dérouleront, et expliquez les manières par lesquelles les élèves participent activement au processus.
- **Maintenez une attitude et un ton positifs** lors d'expliquer les habitudes aux élèves, et soulignez le point que nous travaillons en solidarité pour rester en bonne santé.
- Affichez des notes de rappel sur les murs de la salle de classe et dans les corridors pour **expliquer les démarches à suivre pour se laver les mains, porter un couvre-visage, et observer les consignes de distanciation physique.** Durant les premières semaines, rappelez fréquemment les règles aux élèves, et revenez-y au besoin.
- **Privilégiez le renforcement positif**, et félicitez les élèves lorsqu'ils adoptent les bonnes habitudes. Comme c'est le cas avec toutes les habitudes, il faut prévoir un certain délai avant que les élèves ne s'y accoutument et deviennent confortables. Un petit rappel ça et là est utile.

02

LAVAGE DES MAINS

- **Avant et après le cours d'éducation physique**, les élèves doivent se laver les mains à l'eau tiède et au savon, pour une période de 20 secondes au tout minimum.
- Si les élèves n'ont pas accès au savon et à l'eau, le gel désinfectant pour les mains est une alternative adéquate.

03

INSTALLATIONS

- Dans la mesure du possible, les cours d'éducation physique doivent se dérouler en plein air. Les activités à l'extérieur présentent le plus faible risque de transmission de la COVID-19. **Remarquons cependant que même à l'extérieur, il faut toujours respecter les consignes de distanciation physique.**
- Dans le cas où les cours d'éducation physique ne pourraient pas se dérouler à l'extérieur, examinez les espaces dans, en dehors de, et autour de votre communauté scolaire. Prenez note des salles de classe inoccupées, des dimensions du gymnase, des salles de mise en forme, des cafétérias, amphithéâtres, et/ou parcs.
- Une fois que vous aurez fait l'inventaire des options qui existent dans votre espace, **entretenez-vous avec l'administration scolaire pour dresser un plan pour la prestation de l'éducation physique dans chaque espace.** Voici quelques idées :
 - Peindre des lignes/cercles sur le sol/le gazon/l'asphalte pour aider les élèves à déterminer la distance physique appropriée
 - Déplacer les équipements dans des espaces plus spacieux (vélos intérieurs, tapis de yoga, cônes, cercles en polymère, etc.).
 - Créer des stations dans différents locaux de l'école, pour les heures de classe différentes, pour assurer que les modalités de nettoyage et de désinfection peuvent être appliquées dans chaque espace/pièce entre les différents groupes d'utilisateurs.
- Réfléchissez à la possibilité de travailler avec votre gouvernement municipal pour procurer un accès aux espaces publics tels que les centres communautaires, patinoires, courts de tennis, ou parcs. **Avant de quitter le terrain de l'école avec les élèves, ne manquez pas d'obtenir les autorisations qui s'imposent auprès de votre administration scolaire et des parents/tuteurs.**

- La programmation des cours sera sans doute plus complexe cette année, mais quand on y porte l'attention nécessaire, en consultation avec tous les membres du personnel, il est possible d'utiliser tous les espaces d'une manière optimale, tout au long de la journée. **Affectez les classes à différents locaux dans l'école** et prévoyez des mesures de nettoyage et de désinfection entre les différents groupes.
- Si vous enseignez l'éducation physique dans une salle de classe, faites preuve de créativité en ce qui concerne les types d'activités qui peuvent se faire dans l'espace alloué à chaque élève (par exemple, des activités de mouvement sur place, différents jeux de tir sur cible, des jeux de coopération sans contact physique, etc.).

04

VESTIAIRES

- Dans la mesure du possible, **il est conseillé de ne pas utiliser les vestiaires.**
- Entendu qu'il pourrait y avoir des circonstances où il faut avoir recours aux vestiaires, auquel cas il faut imposer des limites claires sur le nombre d'élèves qui fréquentent les vestiaires en même temps. Il faut que les règles de distanciation physique soient respectées en tout temps.
- Seulement une classe (groupe d'élèves) doit être dans les vestiaires en même temps. Cela peut supposer un processus de roulement, auquel cas il faut peut-être prévoir une plus longue pause ou transition entre les classes.
- Dans le vestiaire, pensez à ajouter des lignes de ruban adhésif ou des affiches sur les bancs ou sur le sol pour assurer que la distance de 2m entre élèves est respectée en tout temps.
- Il faut réduire au tout minimum les quantités d'affaires personnelles apportées dans le vestiaire. Chaque élève doit apporter les vêtements et les souliers nécessaires et une bouteille d'eau, point final.
- Ni les élèves ni le personnel enseignant ne devraient utiliser les douches.
- Fixez sur les portes d'entrée des affiches indiquant la capacité maximale de la pièce, et appliquez strictement ces limites.
- Les vestiaires doivent être nettoyés après chaque utilisation.

05

ÉQUIPEMENTS

- L'idéal serait de **ne pas utiliser d'équipement du tout; cela représente le plus faible risque de transmission.**
- Lorsque les équipements sont utilisés, il faut prévoir un « kit » individuel pour chaque élève qui participe à l'activité. En d'autres mots, chaque élève devrait avoir son propre sac de pois, corde à sauter, hula-hoop, balle de tennis, raquette de badminton, etc., ceci pour **assurer que les élèves ne se partagent pas les équipements.**
- Les équipements de mise en forme qui n'exigent pas un contact avec les mains, tels que **les parcours d'agilité en échelle, les cônes, les haies, et les marqueurs de sol, sont convenables pour les activités d'échauffement et de mise en forme individuelle,** pourvu que les consignes de distanciation physique soient observées tout au long de l'activité.
- Pour les activités d'envoyer/réceptionner, **réduisez au minimum les contacts entre les équipements et les mains.** À titre d'exemple, si c'est les pieds, ou une raquette ou un bâton qui entrent en contact avec le ballon/la rondelle/le volant, cela poserait un plus faible risque pour les élèves et les enseignants.
- L'ensemble des **équipements devrait être nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation.** Entretenez-vous avec votre administration scolaire afin de procurer les produits de nettoyage convenables et adéquats pour chacun des locaux où se dérouleront les cours d'éducation physique.
- Si vous enseignez plusieurs cours d'éducation physique au cours de la journée, **utilisez des équipements différents pour chaque classe.** Ça pourrait être plus facile de choisir une compétence/une activité/un sport différent pour chaque groupe, ceci pour réduire les recoupements entre groupes d'élèves et équipements.
- Une fois que les élèves auront fini d'utiliser un équipement, il faut placer celui-ci dans un bac ou dans un espace désigné pour le nettoyage et la désinfection.

06

NETTOYAGE ET DÉSINFECTION

- Tous les équipements et toutes les surfaces doivent être nettoyés et désinfectés après chaque utilisation.
- Installez des stations de nettoyage et de désinfection, incluant les affiches qui s'imposent, de telle sorte que les élèves voient et savent où il faut entreposer leur équipement après l'utilisation. Rappelez régulièrement ces procédures aux élèves.
- Travaillez avec l'administration scolaire pour **définir les produits et les protocoles de nettoyage**. Ne manquez pas de prendre en compte les types de matériaux et de surfaces (bois, plastique, tissu, métal, etc.)

07

MASQUES/COUVRE-VISAGES

- Tel que conseillé plus haut, les cours d'éducation physique doivent se tenir à l'extérieur dans la mesure du possible.
- **Les masques ou les couvre-visages doivent se porter** lorsque la distanciation physique est impossible, tant à l'extérieur qu'à l'intérieur.
- Le port d'un masque ou d'un couvre-visage est **déconseillé** lors des activités cardiovasculaires ou d'endurance intenses. Planifiez votre activité en conséquence, pour assurer que les activités intenses se déroulent uniquement dans des espaces où le port d'un masque ne serait pas nécessaire.
- Si les élèves doivent porter un masque ou un couvre-visage dans leur espace d'éducation physique, **optez pour des activités moins intenses pour réduire au minimum les risques sur le plan de la santé.**

AUTRES RESSOURCES

- Lignes directrices provinciales et territoriales pour le retour à l'école : <https://eps-canada.ca/activez/retour-lecole-eps/lignes-directrices-provinciales-et-territoriales-pour-le-retour-lecole>
- Recommandations des organismes nationaux de sport ¹ : <https://eps-canada.ca/activez/retour-lecole-eps/recommandations-des-organismes-nationaux-de-sport>
- Le sport c'est pour la vie : <https://sportpurlavie.ca>
- Actif pour la vie : <https://activeforlife.com/fr/>
- Santé Canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/etre-actif/votre-sante-activite-physique.html>
- Participation: <https://www.participaction.com/fr-ca>
- Agence de la santé publique du Canada – enfants et jeunes : shorturl.at/ijmu6
- Augmenter les jeux à l'extérieur pour les jeunes apprenants et dans les garderies dans le contexte de la COVID-19 : <https://www.lawson.ca/op-elcc-covid19.pdf>
- Lignes directrices pour le retour à l'école, de l'hôpital Sick Kids à Toronto : shorturl.at/CPTW8
- Ressources COVID de SHAPE America : <https://www.shapeamerica.org/covid19-resources.aspx>

¹ Remarque : ces recommandations n'adoptent pas une perspective pédagogique, cependant il y a des observations utiles et pertinentes sur l'organisation et la gestion sécuritaires de différentes activités sportives.



CONTACTEZ-NOUS



www.eps-canada.ca



info@eps-canada.ca



EPS Canada, 2451 Riverside Dr., Ottawa, ON K1H 7X7

Avec respect et en toute reconnaissance que l'emplacement du bureau national d'EPS Canada est situé sur les terres non cédées traditionnelles du peuple Algonquin Anishnaabeg.