

# BOUGER À L'ÉCOLE – EN RÉCRÉ

## PROPOSITIONS D'ORGANISATION

dans le respect du [Protocole sanitaire \(3 mai 2020\)](#)



### À la maison :

- ✓ Revêtir une tenue adaptée pour « bouger à l'école » (sur les temps de récré / sur les temps d'EPS)
- ✓ Préparer son sac « récré / sport » (si idée retenue, définir « Pour quels niveaux de classe ? Quel contenu ? ... »)

Contenu potentiel du sac « récré / sport » :

Éléments peu encombrants /  
facile à transporter et à ranger /  
pour s'hydrater et jouer seul

1 gourde ou bouteille d'eau  
1 livre

1 chemise cartonnée avec feuille et crayon  
1 corde à sauter

1 petit jeu / « casse-tête »

...

Étiquette / Repère nominatif sur le sac  
ainsi que sur chaque élément qu'il contient  
(ex : Prénom / Nom / Classe)

Le sac de récré et les éléments qu'il contient  
sont manipulés uniquement  
par l'enfant qui en est propriétaire

### A l'école - avant le temps de récréation :

- ✓ Définir un ordre de passage pour :
  - le lavage des mains
  - l'entrée et la sortie des élèves

Donner des repères visuels  
pour le respect de la distanciation physique :  
Ex : « quand il/elle a franchi la porte, tu peux entrer/sortir »

- ✓ Sur la cour, rejoindre un plot de couleur – si sac de « récré / sport », le déposer à côté (cf. dessin ci-dessous)

## Pendant le temps de récréation :

Permettre aux élèves de se divertir / de bouger / de rêver / de s'exprimer ... en respectant les éléments du protocole sanitaire, n'est pas chose aisée ! Un sacré défi collectif à relever !

- ✓ En équipe, définir/délimiter des espaces d'actions, sur la cour.
- ✓ L'enseignant se déplace et porte attention au respect des règles sanitaires et des règles de sécurité.
- ✓ L'enseignant peut proposer/mener une activité physique collective, sans contact et sans matériel manipulé par les enfants (ex : comptine / mime / jeu de motricité ... - cf. [propositions de jeux par l'UGSEL 22](#)).

### Espace « CALME / REPOS »

Pas de contact physique

Pas de matériel de l'école - à usage collectif  
(ardoise, crayons, jeux de société ...)

Toujours au moins 1 m. entre 2 enfants

**Se reposer / Contempler / Rêver**

**Discuter** (à 2 / à plusieurs : en cercle)

**Lire** (*livre personnel*)

**Dessiner / Ecrire** (*matériel personnel*)

**Se relaxer**

(exercices de respiration/relaxation/gym douce)

...

### Espace « BOUGER »

Pas de contact physique

Pas de matériel de l'école - à usage collectif  
(ballons, roues, trottinettes ...)

Si matériel au sol  
pour repères / jeux de motricité  
(coupelles ; cerceaux ...) :  
manipulé uniquement par l'enseignant

Toujours au moins 1 m. entre 2 enfants

Si marche active : 5 m. entre 2 enfants

Si courses : 10 m. entre 2 enfants

**Comptines / Danses avec consignes**

*Ex : Jean Petit qui danse ; Savez-vous planter des choux ;  
J'ai un pied qui remue*

**Activités d'expression corporelle**

*Ex : jeu de mime ; danse ; jeu des statues*

**Jeux de motricité**

*Ex : marelle avec objet à lancer imaginaire /  
corde à sauter personnelle*

**Courses**

*Ex : défi contre le temps ou contre un adversaire  
en ligne droite (10 à 15 m à parcourir), avec  
matérialisation du départ et de l'arrivée (plots/lignes)*

*« aller » : course ;*

*« retour » : marche, à distance de la zone de course*

...

**Espace de dépôt des potentiels sacs « récré / sport »**

**1 plot de couleur par enfant – déposer le sac à côté de son plot**

(distance entre 2 plots : 1,50 m. à 2 m.)

