

RAPPEL DES FONDAMENTAUX DU PROTOCOLE SANITAIRE

- ❖ Maintenir la distanciation physique
- ❖ Appliquer les gestes barrière (lavage des mains, port du masque*, ventilation des locaux)
- ❖ Limiter le brassage des élèves
- ❖ Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels
- ❖ Former, informer et communiquer

*Pas obligatoire lorsqu'il est incompatible avec l'activité

MESURES A APPLIQUER POUR LES ACTIVITES SPORTIVES (Repères pour l'organisation de l'EPS)

- ❖ Les élèves pourront continuer à utiliser les équipements sportifs extérieurs ainsi que les équipements sportifs couverts (gymnases), incluant les piscines.
- ❖ Les professeurs sont compétents pour adapter leur organisation leur enseignement et leur projet pédagogique à ces conditions sanitaires.
- ❖ La limitation du brassage entre groupes d'élèves est renforcée.
- ❖ Le port du masque n'étant pas possible lors d'une activité physique, le strict respect de la distanciation physique doit alors être assuré. Les avis du Haut conseil de la santé publique prévoient une distanciation d'au moins deux mètres en cas d'activités sportives, règle que la pratique de certains sports ne permet pas.
- ❖ Seuls les sports permettant de respecter cette distanciation peuvent être pratiqués. Les activités, les formes de pratique ou les organisations qui impliquent des contacts directs entre élèves sont proscrites.
- ❖ Les élèves qui ne sont pas momentanément en activité physique (juges, observateurs, etc) doivent porter leur masque et respecter, dans la mesure du possible, la distance d'un mètre, définie pour les personnes en position statique.
- ❖ S'il est recommandé de privilégier les activités extérieures, l'activité physique en gymnase reste possible.
- ❖ Les activités aquatiques sont possibles et organisées dans le respect des protocoles sanitaires et de la réglementation applicable à chaque piscine.
- ❖ L'utilisation du matériel partagé par les élèves d'une même classe ou d'un même groupe de classe est possible (raquettes, ballons, volants, ...).

L'EPS peut être un bon point d'appui pour apprendre les gestes barrières et les règles de distanciation

Champ d'apprentissage 3 :

Communiquer avec les autres à travers des actions à visée expressive ou artistique (Cycle 1)

S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique (Cycles 2 et 3)

Voici quelques exemples de situations à proposer aux élèves.

Il conviendra d'adapter les situations aux mesures sanitaires et aux réalités de chaque école ou classe. Celles-ci sont proposées sur les fiches.

Danse de création





Les activités proposées par l'équipe EPS72 s'inscrivent dans le respect de ce protocole.

La présence de ce logo dans les situations suivantes incite à être vigilant à la distanciation de 2m.

Mise en danse

Objectifs des activités ritualisées de mise en danse : entrer dans l'activité, se concentrer.

Frotte, glisse, tourne

Dispositif : élèves debout en dispersion dans l'espace ou en cercle

Consigne :

Nous allons « jouer une petite comptine ».

Debout, sans se déplacer les pieds bien plantés :

- Frotte frotte les pieds
- Gliiiiisse le long des tibias
- Tourne tourne autour des genoux
- Gliiiiisse le long des cuisses
- Tape, tape les hanches
- Gliiiiisse jusqu'au cou
- Caresse caresse les joues

On monte les bras et on retourne en bas

Relances :

- Répéter plusieurs fois en boucle
- Se déplacer après chaque phrase
- Faire en miroir
- Faire de plus en plus vite

Je me douche

Dispositif : élèves debout en dispersion dans l'espace ou en cercle

Consigne :

Se frotter :

- les mains énergiquement et les poser sur le visage (chauffe le gant)
- frotter les mains et remonter le long du bras, la nuque et redescendre le long de l'autre bras
- se frotter le visage, le front, les contours du visage
- se frotter les épaules, les côtes, le ventre, le dos
- les cuisses, les genoux, les tibias, les chevilles

Puis se redresser doucement

Relances :

- Varier l'énergie en utilisant un autre verbe
Exemples : tapoter, caresser, effleurer...
- Se redresser doucement jusqu'à mi-hauteur et très vite jusqu'en haut
- Se replier doucement jusqu'à mi-hauteur puis tomber très vite

Les parties de mon corps

Dispositif : élèves assis en cercle

Consigne :

Réveiller toutes les parties du corps en les nommant

Relances :

- Varier les verbes d'action : masser, tapoter, effleurer, frotter

Un massage en comptine

Dispositif : ⚠ élèves debout en dispersion ou en cercle

Consigne : Lire la comptine

1-2-3-4 : Frotte, frotte les deux mains

1-2-3-4 : Frotte, frotte le premier bras (ou le bras gauche)

1-2-3-4 : Frotte, frotte le deuxième bras (ou le bras droit)

1-2-3-4 : Frotte, frotte la première jambe (ou la jambe gauche)

1-2-3-4 : Frotte, frotte la deuxième jambe (ou la jambe droite)

1-2-3-4 : Frappe, frappe le bas du dos

1-2-3-4 : Tape, tape sur les côtés

1-2-3-4 : Ha, ha, ha, ha

La petite tortue

Dispositif : ⚠ élèves en dispersion dans l'espace

Consigne :

Recroquevillé comme une tortue dans sa carapace :

-sortir une patte, la tête

-une patte avant et une arrière

-deux pattes avant

-deux pattes arrières

et se refermer

Relances : - Se déplacer au sol entre deux consignes ⚠
- Varier la vitesse

Le rêve de l'escargot

Dispositif : ⚠ élèves en dispersion dans l'espace ou en cercle

Consigne : Lire le poème

J'enroule mon dos, je suis un escargot

J'étire mes deux bras, je deviens un chat

Je creuse et j'arrondis mon dos, je suis un chameau

Je retourne mes orteils, je touche le soleil

Je reviens sur mes bras, je suis un boa

Sssssss...

J'enroule et je déroule mon dos, je redeviens un escargot

Le bonjour de danse

Dispositif : ⚠ élèves assis en dispersion dans l'espace

Consigne :

- Chacun dit à son tour son prénom en se levant

Relances : - Les élèves énoncent leur prénom en frappant dans leurs mains, en tapant d'un pied, de deux pieds. Exploration de toutes les parties corporelles
- Les élèves sont debout. Chacun dit à son tour son prénom en allant dans la maison (cerceau) placée au centre du cercle
-Les élèves se présentent après avoir fait un mouvement avec une partie de leur corps. Laisser libre ou imposer

Mon corps

Dispositif : ⚠ élèves assis disposés en cercle

Consigne : Montrer sa main et la poser sur une partie de son corps
«je montre ma main et je la pose sur ma tête, sur....»

Relances : - main droite, main gauche mais aussi autres parties du corps (coude, pied)

La poupée de chiffon

Dispositif : ⚠ élèves en dispersion dans l'espace ou en cercle

Consigne : Lire le poème

Je suis une poupée de chiffon

Je lâche ma tête

Mes bras sont lourds, très lourds, ma tête est lourde...

Mes épaules sont relâchées, mes bras balancent le long du corps

Je regarde mes pieds.

Mes mains, mes coudes sont détendus

Je ne cherche pas à toucher le sol avec mes mains

Mon corps est suspendu

Je m'accroupis en pliant les jambes.

Je redresse mon dos et ma tête (*respiration*)

Je regarde les autres.

Et voilà que la poupée en chiffon veut devenir une vraie poupée, bien solide !

Alors, je relâche à nouveau mon dos et ma tête,

Mes jambes grandissent, s'étirent !

Mon dos décide d'être aussi fort que mes jambes :

Il se déroule...

Mais il est encore bien lourd, mes bras sont encore tout mous

Et ma tête est en chiffon. (*Respiration*)

Mais mon bas du dos se replie

Mon milieu du dos se redresse

Mon haut du dos se déploie

Et ma tête se place tout en haut du cou

Mes yeux regardent la salle (*respiration*)

La poupée n'est plus de chiffon

Elle est bien solide, plantée sur ses jambes.

Entrée en danse

Objectifs : agir, expérimenter, chercher tous les possibles, foisonner ...

Dominante ESPACE

Les pays

<u>Exploration</u>	<p><u>Objectif</u> : ⚠ se déplacer dans l'espace de danse</p> <p><u>Dispositif</u> : musique peu marquée, espace séparé en deux parties</p> <p><u>Consigne</u> : Il y a un pays où l'on se déplace vers l'avant et l'autre vers l'arrière Changer de pays à volonté</p>
<u>Transformation</u>	<ul style="list-style-type: none">- Energie (utiliser des images pour susciter l'imaginaire) : lourd/ léger ; lent / rapide ; mou/relâché ; brûlant/gluant- Espace : au bord/au milieu, haut/bas- Temps : pressé/lent

Les traces

Objectif : ⚠ varier les trajectoires

Dispositif :

Exploration

- des tracés matérialisés au sol (formes géométriques, pointillés, courbes, lignes brisées...)

Consigne :

En dispersion, se déplacer dans l'espace en suivant les tracés

Transformation

- Changer de tracé au signal
- Varier les allures de marche
- Varier le niveau de déplacement (bas, milieu, haut)

Les flaques d'eau

Objectif : Imaginer des déplacements à l'aide d'un matériel – retrouver des déplacements dans sa mémoire corporelle

Dispositif : ⚠ cerceaux disposés dans la salle qui représentent des flaques d'eau

Exploration

Consigne :

- Se déplacer dans l'espace en évitant les flaques d'eau
- Se déplacer en jouant avec les flaques d'eau : les enjamber, les contourner, sauter à pieds-joints...

Transformation

- On enlève les cerceaux et on retrouve dans sa mémoire les mêmes gestes

Au pays des hommes et des animaux

<u>Exploration</u>	<p><u>Objectif</u> : <i>S'approprier un espace de danse</i></p> <p><u>Dispositif</u> : L'espace est divisé en deux zones délimitées</p> <p>Chaque zone représente un pays.</p> <p><u>Consigne</u> : </p> <p>- Sachant qu'au pays des hommes, on se déplace debout et qu'au pays des animaux, on se déplace au sol, trouver différentes façons de se déplacer dans ces deux pays</p> <p>Exemples : marcher (vers l'avant, l'arrière, sur le côté), se déplacer à quatre pattes, courir, se déplacer en appui sur les genoux, les fesses, glisser (vers l'avant, sur le côté), ramper (sur le ventre, sur le dos), sauter (sur un pied, les deux, d'un pied sur l'autre...), tourner (sur le dos, les genoux, tout le corps), sautiller, rouler (tonneau, roulades), tourner (sur une jambe, sur les deux)</p>
<u>Transformation</u>	<p>- Chaque enfant choisit une action pour chaque pays. Il l'exécute chaque fois qu'il passe dans le pays concerné. On ne doit pas s'arrêter à la frontière</p>

Les portes

<u>Exploration</u>	<p><u>Objectif</u> : <i>S'approprier un espace de danse</i></p> <p><u>Dispositif</u> : Matérialiser l'espace de danse par des plots.</p> <p>Les « portes » sont matérialisées par des cerceaux de couleurs différentes</p> <p><u>Consigne</u> : </p> <p>- On fait le tour de l'espace danse. Dans cet espace je suis danseur.</p> <p>En dehors de cet espace je suis assis et silencieux</p> <p>- J'entre par une porte de couleur, je traverse l'espace sans m'arrêter et je sors par une porte de la même couleur</p>
<u>Transformation</u>	<p>- Idem mais en ramassant un objet dans l'espace de danse et en le faisant danser</p> <p>- Idem mais en tournant autour de cet objet</p> <p>- Idem mais la couleur de la porte détermine le choix de l'objet (couleur identique)</p> <p>- Se répartir autour de l'espace danse pour se croiser, se rencontrer</p>

Dominante TEMPS

L'horloge

Objectif : produire et utiliser des repères temporels pour danser

Dispositif : sans musique

Exploration

Consigne :

Se déplacer dans une alternance régulière des bras et des jambes au rythme d'un métronome

- Varier la mesure

- Varier les positions :

- ✓ En statique : couché sur le dos, à genoux
- ✓ En déplacement

Transformation

Les statues

Exploration

Objectif : maîtriser son équilibre

Dispositif : claves, tambourin...

Consigne : ⚠

Se déplacer dans l'espace de danse et, au signal, s'immobiliser comme une statue (insister sur l'immobilité et le regard)

Transformation

- Varier le temps de l'immobilisation
- Varier le nombre d'appuis au sol
- Varier les hauteurs d'immobilisation

Les puces

Objectif : être attentif au signal sonore – trouver différentes formes d'immobilité

Dispositif : ⚠ en dispersion dans la salle

Exploration

Consigne :

Au son rapide du tambourin, se déplacer de manière dynamique dans la salle

Au coup sec du tambourin, s'immobiliser une première fois

Au second coup sec du tambourin, enchaîner une autre immobilité...

Transformation

Varier les hauteurs des immobilités

Les robots

Exploration

Objectif : percevoir et utiliser des repères temporels (rythme) pour danser – accepter de danser lentement sur une musique rythmée

Dispositif : musique rythmée

Consigne : ⚠

Bouger, se déplacer de manière saccadée comme un robot.

Au signal de l'enseignant, le robot se dérègle : il s'affole ou redevient humain (gestes fluides)

Transformation

Proposer des supports musicaux différents

Dominante RELATION AUX AUTRES

Le chef des marionnettes

<u>Exploration</u>	<p><i><u>Objectif</u> : ouvrir son regard aux autres - reproduire le mouvement d'un pair</i></p> <p><u>Dispositif</u> : un chef et le groupe d'enfants</p> <p><u>Consigne</u> : Obéir au chef en bougeant la même partie du corps que le chef. Faire le même mouvement</p>
<u>Transformation</u>	<ul style="list-style-type: none"> - En miroir - En déplacement : le chef se déplace et s'arrête. Le groupe reproduit les mêmes mouvements et les mêmes arrêts.

Le meneur

Objectif : ouvrir son champ visuel pour reproduire le mouvement d'un pair

Dispositif : déplacement libre

Exploration

Consigne :

Quand le meneur s'arrête (insister sur la nécessité de s'arrêter lentement en variant les immobilités), les autres s'arrêtent dans la même posture (insister sur la nécessité d'être attentif et d'ouvrir son champ visuel)

Transformation

- S'arrêter dans la même direction
- Nommer plusieurs meneurs, les danseurs en choisissent un sans le formuler

La locomotive

Objectif : savoir observer pour reproduire

Dispositif : Pas de musique, élèves en dispersion

Exploration

Consigne :

Au signal, se déplacer en se suivant
A second signal, le premier s'immobilise dans une position
Le second prend la même position ...

Transformation

- Varier les hauteurs d'immobilisation

Les foulards se rencontrent

<u>Exploration</u>	<p><i><u>Objectif</u> : Apprendre à se différencier et à se repérer dans un groupe</i></p> <p><u>Dispositif</u> : </p> <p>Groupe 1 : foulards rouges Groupe 2 : foulards jaunes Groupe 3 : foulards verts</p> <p><u>Consigne</u> : On se déplace dans tout l'espace, à l'arrêt de la musique, les foulards de la même couleur se retrouvent pour danser sur un espace commun.</p>
<u>Transformation</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Multiplier les couleurs. - Utiliser des objets différents pour remplacer les couleurs. - Composer : Danser sur 2 musiques différentes. <p>Musique alerte : promenade des foulards / arrêt de la musique / rencontre des foulards</p> <ul style="list-style-type: none"> - Varier les formes de regroupement : hauteur, formes des immobilité, relations, forme de déplacement

Les chutes

Objectif : explorer l'espace vertical notamment le sol

Dispositif : musiques lentes puis rapides

Exploration

Consigne : 

Se déplacer et, au signal, se laisser tomber au sol

Trouver une manière de se relever

- Se laisser tomber d'un « bloc »

- Se laisser glisser au sol

Transformation

- Tomber après un saut

- Se relever en plusieurs temps, lentement, rapidement

La rencontre

Objectif : ouvrir son regard vers l'autre – être attentif à l'autre

Dispositif :  2 groupes positionnés face à face

Exploration

Consigne :

- Aller l'un vers l'autre en marchant

- S'arrêter à plus de 2 m, faire une gestuelle

- Et se séparer avec une énergie différente

Transformation

- Le bonjour des yeux : se regarder lors de la traversée, accrocher vos yeux, se dire bonjour avec les yeux. Se quitter des yeux d'un mouvement de tête et repartir

Les foulards

Objectif : apprendre à placer son regard (regard pointé)

Dispositif : X foulards de X couleurs différentes accrochés à des hauteurs différentes (bas, niveau des yeux, en hauteur, au plafond...) répartis autour de l'espace de danse

Exploration

Consigne : 

Se déplacer dans l'espace de danse et au signal s'immobiliser et pointer son regard vers un foulard accroché sans le quitter des yeux.

On se déplace jusqu'à ce foulard. On se retourne et on en choisit un autre.

- Compter 5 secondes dans sa tête avant de repartir dans l'espace

- Nombre de foulards

Transformation

- Positionnement des foulards

- Remplacer le foulard par un danseur qui se déplace

La danse de la main

Objectif : mobiliser tout le corps et prendre conscience du regard (regard tracé)

Dispositif : Une balle par élève

Exploration

Consigne : 

La balle, tenue dans la main, se promène partout dans l'espace et le regard la suit (la main et le regard vont entraîner le corps)

La main va partout : en bas, en haut, devant, loin devant, derrière ...

Lorsque la main s'arrête, le corps devient statue

- La main peut ralentir / accélérer

Transformation

- Explorer différentes hauteurs (bas-moyen-haut)

- Sans objet : imaginer suivre une coccinelle posée sur la main, un moustique ...

Montre-moi ...

Objectif : mobiliser tout le corps – mobiliser d'autres parties du corps que celles habituellement proposées

Dispositif : En dispersion, élèves immobiles

Exploration

Consigne :

Déterminer un endroit de la salle (porte bleue, sol, armoire ...)

A chaque coup de tambourin, utiliser une partie de son corps pour montrer la direction indiquée

Varié les parties du corps utilisées

Transformation

- Introduire un déplacement entre chaque immobilité



La feuille de papier

Exploration

Objectif : Inciter à utiliser des parties du corps souvent délaissées en immobilisant celles que l'enfant privilégie spontanément

Dispositif : une feuille de papier

Consigne : 

Se déplacer en portant une feuille de papier posée :

- sur sa tête

- sur son épaule

- sous les bras

- sur le dos

- entre ses genoux...

Ne pas la faire tomber

Transformation

- Varier le format de la feuille

- Varier les hauteurs de déplacement

Trame de variance

L'enseignant peut s'appuyer sur les différentes entrées didactiques proposées ci-dessous pour permettre aux enfants d'enrichir leur capital moteur

IMAGINAIRE REGARD	LE CORPS	<p>Actions : marcher, courir, sauter, glisser, chuter, étirer, descendre au sol ...</p> <p>Postures – attitudes ...</p> <p>Travail de différentes parties du corps : isolation, dissociation, ...</p> <p>Respiration, souffle</p>	
	L'ESPACE	<p><i>Occuper l'espace = dispersion / exploration du sol / espace vertical / création de lignes / travailler dans des zones / aborder l'espace scénique</i></p>	
		<p>Des niveaux : haut – moyen – bas – vertical –horizontal ...</p> <p>Des directions : avant – arrière – latéral – en diagonale ...</p> <p>Des trajectoires : en courbe – en zig-zag ...</p> <p>Des distances : proche – loin ...</p>	
		LE TEMPS	<p>Des propositions de supports sonores : La musique – des bruitages – le silence – des voix – s'accompagner avec la voix ou des objets sonores ...</p> <p>Des repères temporels : le début et la fin – les temps forts – les refrains – les silences – les phrases – la pulsation – les rythmes</p>
		L'ENERGIE	<p>Nuancer, contraster :</p> <p>de doux à fort – léger à lourd – raide à élastique – fluide à saccadé – continu à discontinu ...</p>
	LA RELATION AUX AUTRES	<p><i>Les réponses sont d'abord recherchées individuellement. Laisser aussi l'occasion d'imiter (danser à côté) Peu à peu des interactions se mettent en place jusqu'à danser avec.</i></p>	
<p><i>Faire ensemble :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - à 2, à plusieurs, tous ensemble... - répéter, faire en canon, à l'unisson, en relais, en opposition ... <p><i>Varié les formations :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - face à face, en ligne, en cercle, en colonne, en tunnel, en dispersion, en grappe ... <p><i>Entrer en contact :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - par le regard 			



Vers la construction d'une phrase dansée...

Proposition 1

Objectif : Créer un module chorégraphique

Inducteur : albums, poèmes, chansons, photos ; œuvres d'art, thèmes (La différence, la peur, ...)

Déroulé :

Mettre les élèves par groupes de 4 pour :

1) Faire un brainstorming à partir de questions à se poser face à l'inducteur choisi :

- Quels verbes d'action je peux associer à ce que j'entends ou à ce que je vois ?
- Quelles formes géométriques ? Quels mouvements ? je vois
- Quelles émotions je ressens ?
- Quelles énergies cela me donne envie de donner ?
- A quels lieux cela vous fait-il penser ?

2) Se mettre d'accord sur un mot pour chaque question posée.

Par exemple : Tordre son corps – Ligne verticale – Tristesse – Fondre – Bord de mer

3) Consigne :

- Trouver un mouvement pour chaque mot sélectionné
- Choisir un point de départ et un point d'arrivée dans l'espace
- Enchaîner les mouvements sélectionnés entre ces deux points

4) Répéter son enchaînement, s'entraîner

5) Présenter son module aux autres groupes

6) Sur une musique, tous les groupes dansent en même temps

On peut imaginer un démarrage décalé des groupes, des groupes qui s'immobilisent et qui repartent, une répétition de la phrase dansée, une reproduction de la phrase d'un autre groupe...

Activité présentée sur le site de NUMERIDANSE : **Cabane de la danse ARCOSM**



« Dans la Cabane de Camille et Thomas, tu dances et tu fais des percussions avec ton corps ! Il faut donc que tu coordonnes tes mouvements avec le rythme que tu crées. Avant de danser, fais un peu de place autour de toi, monte le son et tiens-toi prêt. Il suffit de suivre les consignes que te donnent les chorégraphes. Invite tes amis à danser avec toi ! »

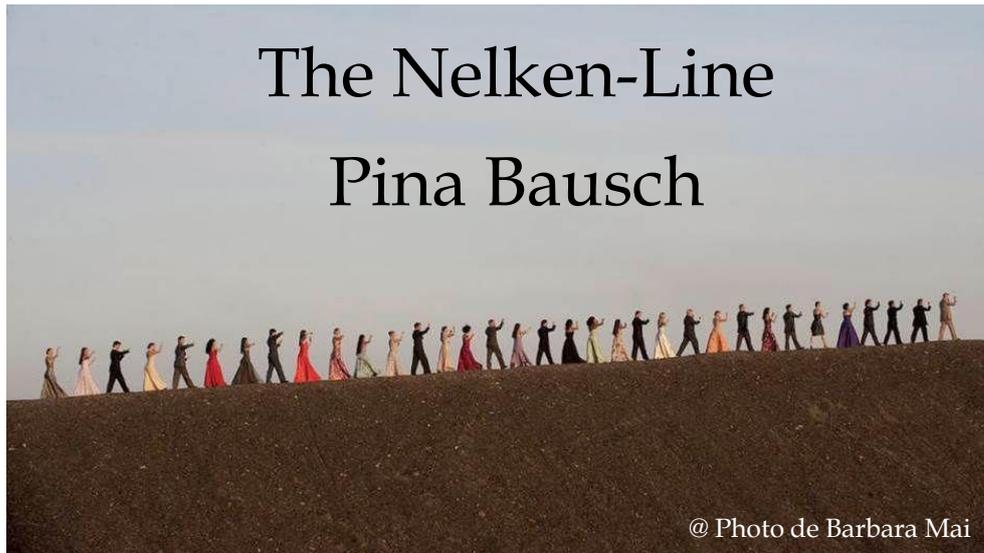
Objectif : Créer un module chorégraphique

Inducteur : une phrase dansée proposée en vidéo par des danseurs professionnels

Déroulé :

- 1) Les élèves regardent la vidéo pour en comprendre le principe
- 2) Les élèves s'entraînent et reproduisent la phrase proposée par les danseurs
- 3) Consigne :
 - Mettre les élèves par groupes de 4
 - Chaque élève imagine un son corporel et y associe un mouvement simple
 - Chaque élève l'apprend à ses camarades du groupe
 - Les élèves enchaînent les 4 mouvements appris
 - Ils choisissent un point de départ et un point d'arrivée dans l'espace
 - Ils enchaînent les mouvements sélectionnés entre ces deux points
- 4) Répéter son enchaînement, s'entraîner
- 5) Présenter son module aux autres groupes

Défi danse



Nous vous proposons de réaliser un défi danse avec vos élèves à partir d'un extrait de Nelken-Line de la chorégraphe allemande Pina Bausch.

Pour cela, nous vous proposons des ressources afin de vous accompagner :

[Un tutoriel](#) en anglais de la phrase dansée présenté par une danseuse de sa compagnie à télécharger « [ici](#) » ;

Une fiche conseils pour réaliser ce défi (ci-après) ;

La musique originale à télécharger « [ici](#) » ;

Des pistes d'activités à réaliser autour de ce défi (ci-après).

Dès que vous serez prêts, nous vous invitons à réaliser une captation vidéo (L'équipe de circonscription pourra vous y aider si besoin) et nous l'envoyer afin que nous le partageons.

« Dansez sinon nous sommes perdus ! »

P. Bausch



Fiche conseils



P
R
O
G
R
E
S
S
I
V
E

- ✓ Visionner plusieurs fois la vidéo tutoriel.
- ✓ Isoler et décomposer les 4 mouvements.
- ✓ Travailler les mouvements en statique, revenir à la vidéo dès que nécessaire, insister sur la précision des mouvements.
- ✓ Écouter la musique et scander le rythme ensemble en tapant dans les mains.
- ✓ Avec la musique, se déplacer sur ce rythme en partant tous du même pied
- ✓ (Attention : 1 pas tous les 2 temps).
- ✓ Se déplacer en rythme et scander les temps en tapant dans les mains.
- ✓ Introduire les gestes progressivement, en respectant toujours le rythme des pas et des gestes.
- ✓ Effectuer la chorégraphie en boucle.
- ✓ Réfléchir à une mise en scène. Pour cela on peut faire varier :
Les déplacements/ les lieux (Ex : suivre les lignes tracées de la cour, suivre le sens de circulation établi dans l'école, établir un parcours adapté aux nouvelles conditions...)

En petits groupes/ tous ensemble/en arrivée progressive de chacun/en canon... en respectant les règles de distanciation.
- ✓ Faire des captations vidéo en cours de travail pour permettre l'amélioration
- ✓ Réaliser une captation vidéo finale et nous l'envoyer (de préférence MPeg 4) nous contacter avant si besoin.

« Dansez sinon nous sommes perdus ! »

P. Bausch



Pistes d'activités

Vous trouverez ci-dessous des propositions d'activités en lien avec le défi proposé :

En anglais :

- ✓ Travail autour des saisons, des chiffres

En Histoire des arts :

- ✓ Lire une courte biographie de Pina Bausch

https://fr.wikipedia.org/wiki/Pina_Bausch ; <https://www.danseaujourd'hui.fr/artiste/pina-bausch/> ;
<https://www.artwiki.fr/wakka.php?wiki=PinaBausch>

- ✓ Visionner le teaser du spectacle « Nelken »

<https://vimeo.com/340153745>

- ✓ Visionner diverses réalisations de « Nelken Line »

<https://www.youtube.com/watch?v=XTGdeGY2YRU> ; https://www.youtube.com/watch?v=Hyn8LObW_0o ;
<https://www.youtube.com/watch?v=H7wT90jc5E0> ; <https://vimeo.com/266452424>

- ✓ Visionner des extraits d'autres spectacles de la chorégraphe

<https://www.youtube.com/watch?v=mBJv1S5xYT4> ; <https://www.youtube.com/watch?v=alggQNGQuw4> ;
<https://www.youtube.com/watch?v=4e3U0fBwJO> ; <https://www.youtube.com/watch?v=CNuQVS7q7-A> ;
<https://www.youtube.com/watch?v=R6yxDuhomEM>

- ✓ Lire une courte biographie de Louis Armstrong

https://fr.vikidia.org/wiki/Louis_Armstrong

- ✓ Écouter d'autres morceaux de Louis Armstrong

<https://www.youtube.com/watch?v=CWzrABouyeE> ; <https://www.youtube.com/watch?v=wyLjbMBpGDA>

Arts visuels :

- ✓ Réaliser un flipbook de la chorégraphie

<https://www.cynthiadorrmeyer.com/post/comment-r%C3%A9aliser-un-flip-book>

- ✓ Produire une œuvre plastique sur les saisons en y associant la photo d'un geste

Ces liens ont vocation à être utilisés en classe et non diffusés aux familles.

« Dansez sinon nous sommes perdus ! »

P. Bausch



Ressources en ligne pour aller plus loin...

- [Numéridanse](#) :



Rappel des gestes barrières...



✓ **À L'ENTRÉE DE LA SALLE, JE ME NETTOIE LES MAINS (EAU + SAVON OU GEL HYDROALCOOLIQUE), JE PORTE LE MASQUE.**



✓ **JE POSE MES AFFAIRES À DISTANCE DE CELLES DES AUTRES PRATIQUANTS.**



✓ **JE ME NETTOIE LES MAINS ENTRE CHAQUE ESSAI OU LONGUEUR, AU GEL HYDROALCOOLIQUE OU À L'EAU + SAVON.**



✓ **PIEDS NUS INTERDITS DANS LA SALLE, SUR LES TAPIS, AU PIED DES VOIES - PORT DU TEE-SHIRT OBLIGATOIRE.**



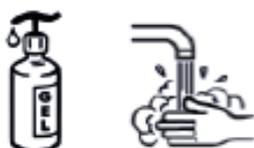
✓ **PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE QUAND JE NE GRIMPE PAS.**



✓ **J'ÉVITE LES ÉCHANGES DE MATÉRIEL PERSONNEL ENTRE GRIMPEURS.**



✓ **JE ME SERS D'UN MATÉRIEL COLLECTIF (CORDES, DÉGAINES) : UN PEU DE GEL HYDROALCOOLIQUE OU LAVAGE DES MAINS AVANT ET APRÈS UTILISATION, ET PAS DE CORDE ENTRE LES DENTS POUR MOUSQUETONNER.**



✓ **JE ME NETTOIE LES MAINS AVANT DE QUITTER LA SALLE.**