

Semaine 01: 06 au 09 avril 2021

Troisièmes 3: Horaires des visios : le liens vers le « salon » webconférence vous sera envoyé par mail... Vous le copiez, le collez dans la barre d'adresse d'un navigateur(firefox, chrome, safari...) et vous pourrez participer au cours...

Créneau horaire	Lundi férié/ cours annulés	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h50 à 9h30				Mathématiques / Mr DUBOST	
9h30 à 10h30					
10h30 à 11h30	Français/ Mr BALTZER	Mathématiques / Mr DUBOST début à 11h !!!		Français/ Mr BALTZER	
11h30 à 12h10		Mathématiques / Mr DUBOST			Mr CHARPIGNON SVT
12h30 à 13h30					
13h30 à 14h30	Latin / Mr STANKIEWICZ				HG / Mme HEMAR
14h30 à 15h30	SVT/ Mr CHARPIGNON (fin à 15h10)	Espagnol / Mme ZANNIN		Anglais/ Mme SAMAIN	
15h30 à 16h10 ou 16h30	Mathématiques / Mr DUBOST (15h30 à 16h10)				
16h30 à 17h30	Italien				

SVT :

Cette semaine : 1 h de cours le vendredi et 1h de travail personnel.

Heure de cours en ligne :

RDV le vendredi à 11h30 sur webconférence pour le cours en ligne sur le chapitre le bon fonctionnement du système nerveux.

Lien pour la visio :

<https://ent.iledefrance.fr/webconference/rooms/50cbf7ef-24f9-4afb-b10e-2d8b6a2413ee/join>

A faire avant jeudi...

1- Prendre les titres du cours :

Chapitre 2 : Sauvegarder un bon fonctionnement du système nerveux... 1- Comment notre mode de vie peut-il influencer le fonctionnement du système nerveux?

A- Quel est l'effet du manque de sommeil?

2- Faire l'activité 03-01

Dans le diaporama du cours figurent les corrections mais nous verrons ça vendredi.

3- Prendre le cours correspondant(p4) et bien le digérer pour la suite...

→ Pour le vendredi de la rentrée des vacances :

4- Prendre les titres du cours :

B- Quel est l'effet des drogues/ substances psycho-actives?

5- Fiche d'activité à faire 04-01 effets des dorgues sur l'organisme.

6- Prendre le cours correspondant(p4) et bien le digérer pour la suite...

Rendez vous vendredi....

Posez des questions si des points ne sont pas clairs.

mcharpignon@gmail.com

Physique-Chimie :

Bonjour ,

Pour la séance en distanciel de vendredi prochain

Pas de visio, mais un travail à rédiger, scanner en pdf et envoyer par mail (lgirard501@gmail.com) avec nom, prénom, classe en sujet du mail, au plus tard vendredi 9/04 à 18h : **lire les documents et répondre aux questions des activités 1 et 2 pages 358, 359 du manuel.**

Pour scanner votre travail en pdf, vous pouvez utiliser une appli gratuite comme "Clear Scanner"

Mr GIRARD

EPS :

Document 1 : Fiche d'activité EPS 3°3

Le travail est à effectuer sur les 2 semaines qui encadrent les vacances.

A- Construire et faire des séances d'exercices sous forme d'interval-training :

-1 séance pendant la semaine du 05/04 au 09/04 et 2 séances pendant la semaine du 26/04 au 30/04.

Les consignes figurent dans le classeur Excel d'accompagnement : Onglet « INTERVAL TRAINING 20-10 ».

Chaque séance comportera au moins 3 séquences de 5', on peut répéter une même séquence ou réaliser à chaque fois une séquence différente.

B- Effectuer d'ici le 30/04, soit sur une période de 4 semaines 10 test de Ruffier. Vous reporterez le détail du test dans le classeur Excel d'accompagnement : Onglet « TEST DE RUFFIER »

Le travail sera consigné dans le classeur Excel qui devra être retourné en pièce jointe à :

pepslem@free.fr au plus tard le 03/05/21.

Vous pouvez me joindre à cette même adresse si vous avez des questions.

Toutes les explications nécessaires sont disponibles sur mon site à l'adresse suivante :

<http://pepslem.wifeo.com/activite-cofinement-3.php>

« Copier coller » le lien dans votre navigateur.

Le lien est aussi disponible sur le cahier de texte électronique.

Pour créer une séquence de travail en interval training :

-On liste d'abord tous les exercices que l'on connaît, 10 exercices différents pour une séquence de 5'

-On reporte un exercice par case.

-Veillez à alterner les zones du corps qui sont sollicitées (Haut, bas, ensemble du corps)

-Commencer par les exercices les moins fatigants.

-On peut ensuite **répéter** une même séquence en prenant **un repos de 1 à 2 minutes**, on peut faire succéder des **séquences différentes** toujours en prenant un temps de repos entre chaque. **Toutes** les possibilités sont possibles et on peut construire ainsi une séance de travail qui peut aller **jusqu'à 30'** en fonction de son état de forme.

-Pour continuer le travail sur la fréquence cardiaque, à la fin de chaque séquence prendre son pouls (sur 15") et noter sa fréquence cardiaque.

Vous constaterez ainsi qu'il y a des séquences qui seront moins fatigantes que d'autres.

-Si vous ne connaissez pas le nom d'un exercice vous pouvez "coller" une illustration, voir la page "exemple 20-10"

-Il n'est pas **nécessaire d'imprimer**, vous pouvez remplir directement la feuille sur votre ordinateur et l'enregistrer.

-Il faut d'abord créer sa ou ses séquences (onglet : 20-10) et ensuite créer sa séance (onglet : MA SEANCE)

Vous pouvez dupliquer les feuilles autant de fois que vous voulez en fonction de vos besoins.

-Ne pas hésiter à interrompre la séance en cas d'essoufflement marqué, pour les élèves asthmatiques ne travaillez pas seul et pensez à votre ventoline le cas échéant.

Mathématiques :

Mathématiques - M. Dubost

monsieurdebost@gmail.com

Fonctionnement :

Rendez-vous sur la classe virtuelle de l'ENT via le lien suivant :

<https://ent.iledefrance.fr/webconference/rooms/a811f5a4-7bcc-478d-904f-0f66b23a93f2/join>

Séances :

le mardi 06 avril de **11h00** à 12h10 (durée plus longue qu'initialement prévue pour mise en place et à cause du lundi férié)

le jeudi 08 avril de 8h50 à 9h30

(vacances)

le lundi 26 avril de 15h30 à 16h10

le mardi 27 avril de 11h30 à 12h10

le jeudi 29 avril de 8h50 à 9h30

La durée de ces séances est adaptée, par conséquent la présence en ligne des élèves est attendue sur ces plages horaires. Le travail personnel pourra lui dépasser ce temps, en amont ou en aval de la séance.

Les instructions de la séance seront données dans la partie "discussion publique" de l'application WebConference. Il pourra s'agir de liens pointant vers des vidéos d'explication, d'exercices ou de documents. D'autre part, des documents seront projetés sur l'application et commentés en direct, notamment pour répondre aux questions.

Toutes ces informations seront reprises ensuite (en fin de journée au plus tard) sur le cahier de textes disponible sur l'ENT, accompagnées des documents correspondants (photos, captures d'écran, etc.)

De même, les exercices à faire ou à terminer seront indiqués à la fois dans la discussion et sur le cahier de textes.

à prévoir : un **Devoir à la Maison** est prévu. Son énoncé sera mis à disposition en fin de semaine, mais il sera accessible sur le cahier de textes de la classe avec la séance du jeudi 08 avril.

Il sera à rendre, sous format papier (copie double, comme d'habitude), le lundi 03 mai, à la reprise prévue des cours au collège. Dans le cas où les établissements resteraient fermés, nous adapterons la méthode de rendu en passant par le "casier" numérique.

Histoire Géographie :

Attention, à la rentrée : brevet blanc

Pour la semaine de la rentrée, vous avez des exercices à faire à propos du chapitre 9 et nous les corrigerons par conséquent à la rentrée.

Technologie :

je demande aux élèves, pour la semaine à venir, de continuer leur parcours PIX et de m'envoyer leur certificabilité pour ceux qui ne l'ont pas encore fait.

Mme BENOIT DE COIGNAC

Espagnol :

Du travail a été donné à faire pour le 6 avril, le voici en pièce jointe à télécharger :

<http://svtcharpi.free.fr/Devoirs/Semaine01/EspPour6 avril.pdf>

Italien :

Pour l'italien, d'une manière permanente:

- 1) les cours sont donnés sur la plateforme du CNED, à [CETTE](#) adresse.
- 2) Le travail fait et à faire est écrit sur le Cahier de textes d'italien, dont voici le [LIEN](#).

Je prendrai les élèves aujourd'hui(Mardi 6 avril) en visio (ils sont prévenus par WA et cahier de textes) et vendredi ils auront un DST (annoncé aujourd'hui) à faire et envoyer par mail de 14h30 à 16h00, dernier délai impératif d'envoi.

<https://college.cned.fr/cv/285512/381>

<https://3eh4-italiano-202021.blogspot.com/>

Anglais :

Bonjour,

je proposerai des exercices d'entraînement par écrit (essais et exercices de grammaire par mail envoyés aux élèves)

Merci de leur communiquer ce mail: Sandrinesamain@aol.com.

Je vais également leur envoyer un mot avec le contenu des exercices à faire.

je propose un cours en zoom pour une heure le **jeudi de 14h30 à 15h30 (horaire à confirmer...)**. Je donnerai le lien aux élèves.

Mme SAMAIN.

Musique :

En musique nous ne ferons pas de cours en visio , car notre activité collective ne restitue pas une bonne qualité sonore .

Pour ce qui est du reste , on passera par le cahier de texte de la vie scolaire , si besoin .

Mme MIROUZE.