



Pendant les vacances de printemps, et à l'occasion du "21ème Lieu d'art et de culture", l'académie de Nancy-Metz lance l'opération « **Vacances Apprenantes** ». Du lundi au vendredi, prenez le temps d'explorer la page du jour, et de créer ensemble, en famille à la maison. Vous pouvez ensuite partager vos réalisations sur les réseaux sociaux #21LAC ou par mail à [ce.21emeLAC@ac-nancy-metz.fr](mailto:ce.21emeLAC@ac-nancy-metz.fr)



## A toi de créer

Choisis une musique. Chaque participant invente sa danse de mains. Attention, tu dois rester assis sur ta chaise ! Pense à partager une photo ou une courte vidéo\* ([ce.21emeLAC@ac-nancy-metz.fr](mailto:ce.21emeLAC@ac-nancy-metz.fr))

- Tes mains peuvent reprendre les gestes que tu connais : saisir un objet, frapper dans les mains, se frotter les mains, écrire sur un clavier, pétrir de la pâte à pain, jouer un instrument...
- Tes mains peuvent reprendre le langage des signes et en inventer de nouveaux.
- Tes mains peuvent mimer ou dessiner dans l'espace.
- Pense à faire danser tes doigts : tapoter, sauter, sursauter, s'emmêler...
- Tu peux varier le rythme (rapide, lent, déchainé, calme...), l'amplitude de tes gestes (tout petit, minuscule, grand, gigantesque...).
- Tu peux explorer l'espace de ta table, en faire le tour, la traverser, promener ou faire courir tes doigts...
- Peut se jouer avec les pieds seulement, les jambes, la tête...

\* si tu veux partager une vidéo, crée ton bruitage pour respecter les droits de la musique.

## Pars à la découverte



LE P'TIT BAL, 1993, Philippe Decouflé Dans un champ d'herbes folles, sous un ciel blanc-gris, Philippe Decouflé et Pascale Houbin, accompagnés à l'accordéon, signent (parlent le langage des sourds) à leur façon "C'était bien", la chanson de Bourvil. Au langage des sourds se superpose toute une série d'interventions loufoques entre bande dessinée et rébus fantaisiste...  
<https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/le-ptit-bal?s>

LA RUÉE VERS L'OR, 1925, Charlie Chaplin Alaska, 1898. C'est la ruée vers l'or dans les montagnes enneigées du Grand Nord. Charlot fait partie des pionniers. Animé d'un esprit bien peu mercantile, il se retrouve très vite en décalage avec les autres prospecteurs venus chercher fortune. Il est bien plus intéressé par la fortune du cœur et son Graal bientôt symbolisé par Georgia. Le génie du cinéaste et son sens du gag font merveille lors de l'inoubliable danse des petits pains, véritable moment de magie du septième art.

<https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/la-ruée-vers-lor>



**Zoom sur...**

A l'école, l'éducation physique et sportive (E.P.S.) contribue à s'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain. Rachel Contal, professeur d'éducation physique et sportive au collège La Plante Gribé à Pagny sur Moselle vous propose de continuer à danser : un échauffement à faire en famille, et...vous donne envie de réaliser une chorégraphie.

[http://www4.ac-nancy-](http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps/site/artpublic/bibliotheque/File/continuete_pedagogique/coll_la_plante_gribe/Danse_complet.pdf)

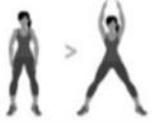
[metz.fr/eps/site/artpublic/bibliotheque/File/continuete\\_pedagogique/coll\\_la\\_plante\\_gribe/Danse\\_complet.pdf](http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps/site/artpublic/bibliotheque/File/continuete_pedagogique/coll_la_plante_gribe/Danse_complet.pdf)

**Bouge !**

Renforcement musculaire et vocabulaire : comment fortifier son corps et réviser l'alphabet ? La réponse en suivant les liens ci-dessous, pour les petits et pour les grands.

A	B	C
<p>Debout, jambes un peu écartées, fais semblant de t'asseoir 10 fois de suite (= squats)</p> 	<p>Fais semblant de boxer pendant 10 sec</p> 	<p>Rampe comme un crocodile</p> 

**A** : sauter trois fois en écartant les jambes et levant les bras




Cycle 2 : [L'alphabet sportif](#)

Cycle 3 : [abc](#)

[http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps57/IMG/pdf/eps\\_renforcement\\_musculaire\\_et\\_vocabulaire\\_cycle\\_2\\_1\\_.pdf](http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps57/IMG/pdf/eps_renforcement_musculaire_et_vocabulaire_cycle_2_1_.pdf)

<http://www4.ac-nancy-metz.fr/eps57/IMG/pdf/abc.pdf>

Et pour les grands : Work of the day (WOD) – 12 exercices de musculation

[https://culture.ac-nancy-metz.fr/wp-content/uploads/continuete\\_v3.pdf](https://culture.ac-nancy-metz.fr/wp-content/uploads/continuete_v3.pdf)

## Et pour les + petits

### Jeu défi avec l'AGEEM : S'orienter

*Possibilité d'adapter l'activité en jouant avec les sujets de Pâques.*

<https://delecolealamaison.ageem.org/defi-12/>

Dans cette activité, les enfants vont apprendre à mieux se repérer dans l'espace, en variant les façons de se déplacer et enrichir leur vocabulaire en verbalisant.

**CACHE-CACHE** : Pour les petits, les activités de cache-cache sont aussi l'occasion de prendre confiance et de développer leur capacité de symbolisation : l'objet « disparu » peut désormais rester présent dans la pensée et cela permet de supporter l'absence et donc la séparation, sereinement.

Il exerce sa mémoire et sa concentration, apprend à ne pas obtenir tout, tout de suite.

**PARLER** avec l'enfant pour lui permettre d'apprendre à mieux s'exprimer et enrichir son vocabulaire. S'il ne sait pas comment vous expliquer la direction à prendre, faites-lui des propositions :

« Comment je me déplace dans le couloir, tout droit, je tourne ...? Par où dois-je passer dans la cuisine ? ... ».

Il devra répondre en reprenant une des deux propositions.

Faites-lui préciser les directions et les lieux en utilisant les mots précis : sur / sous, devant / derrière, dans, à côté / près de, à gauche / à droite, au-dessus / au-dessous, à l'intérieur / à l'extérieur... (exemple : « J'ai trouvé mon doudou, il est sous le placard de la chambre »).

**REPRÉSENTER L'ESPACE** : Pour les plus grands, faites-lui choisir un parcours qu'il a aimé réaliser ou faire réaliser et demandez-lui de le dessiner. Faites lui dire le nom des espaces, les directions prises, les actions réalisées.

Et quand on a joué avec son doudou, on peut jouer aussi au vrai jeu de cache-cache.

### Activité: Origamis de Pâques

## Activités et bricolages en origami :



Vous trouverez sur le site « tête à modeler » un ensemble de fiches, de vidéos explicatives sur cette activité utilisant l'art du pliage:

**l'origami.**

L'origami permet de créer et bricoler de façon économique puisque vous pouvez utiliser du papier de récupération.

A vos plis !

<https://www.teteamodeler.com/dossier/paques/origami-paques.asp>