

- ✚ **Pour apprendre à vivre ce confinement**
- ✚ **Pour consolider tes connaissances**
- ✚ **Pour continuer à apprendre et à réfléchir avec plaisir.**

Veiller à rester en forme

- Organiser ton temps, planifier tes activités
- Essayer de garder des bonnes habitudes : dormir suffisamment, prendre un petit déjeuner et manger équilibrer, faire de l'exercice et du sport quand c'est possible, en respectant les consignes dues au confinement.
- Faire des pauses et en profiter pour aérer la pièce où vous travaillez.
- Limiter le temps passé devant les écrans, y compris pour le travail scolaire.
- Prendre des nouvelles de vos amis (téléphone, réseaux sociaux) en respectant les règles de confinement

Organiser son temps, planifier ses activités

- Consulter régulièrement les consignes des professeurs dans l'ENT/Pronote pour vous organiser dans votre travail
- Essayer de consacrer au moins trois à quatre heures par jour grâce aux activités données par le professeur et réaliser avec soin ce qui est demandé..
- Établir un programme journalier et une planification sur la semaine.
- Conserver vos habitudes d'apprentissage : fiches de révision, cahiers de cours.

Utiliser toutes les ressources disponibles

- Utiliser les manuels habituels, en suivant la progression donnée par les professeurs.
- Continuer à lire et à écrire au moins une heure par jour.
- Tout est bon pour continuer : lire une recette de cuisine, jouer à un jeu de société, écrire une carte postale que tu posteras plus tard, faire la liste des courses, inventer une histoire...
- Découvrir la plateforme [Lumni](#) qui regroupe des ressources de plusieurs médias comme Arte, France Télévisions, Radio France, l'INA, etc.

Se cultiver, élargir ses connaissances

- Profiter du confinement pour faire des découvertes !
- Lire des romans, de la poésie, des BD.
- Visionner des documentaires, des films.
- Écouter des podcasts.
- Visiter (virtuellement) des musées comme Le Louvre ou le musée d'Orsay.
- Tous les programmes estampillés "Nation apprenante" ont été sélectionnés pour vous instruire et vous divertir. À consommer sans modérations en respectant les règles de confinement

Si je n'ai pas d'ordinateur et/ou pas d'internet Si je veux me cultiver avec la télé ou la radio

Des émissions en direct

france 4

France 4 propose depuis le 23 mars des cours donnés par des professeurs.



Du lundi au vendredi :

- ❖ 09h00 - 10h00 pour les CP - CE1 : 30 min de lecture - 30 min de maths
- ❖ 10h00 - 11h00 programmes ludo-éducatifs pour les pré-scolaires
- ❖ **13h30 - 14h00 « C'est toujours pas sorcier » notamment pour les 8-12 ans et nos collégiens**
- ❖ **14h00 - 15h00 pour les collégiens : 30 min de français - 30 min de maths**
- ❖ 15h00 - 16h00 pour les lycéens (notamment les premières et les terminales) : 1h de Français, Maths, Histoire-Géo, Anglais ou Sciences
- ❖ **16h00 - 16h50 « La maison Lumni » pour les 8-12 ans et plus spécifiquement pour les CM1 - CM2 et les 6^{èmes}**

Des émissions de radio



❖ Sur France inter, émission « Les P'tits Bateaux » le dimanche à 19h30 Jeunes (et moins jeunes !) peuvent poser toutes les questions possibles et imaginables au 01 56 40 43 57. Chaque dimanche, des spécialistes passionnés et passionnants y répondent.

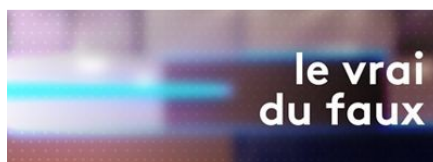
❖ France **franceinfo:** info propose plusieurs émissions :

1- L'émission « [France info junior](#) » du lundi au vendredi à 14h21 et 16h51



- 27/03 | [Tous à la maison ! Comment est né Astérix et comment vivent les virus ?](#)
- 26/03 | [Tous à la maison ! Il va y avoir du sport... même confinés !](#)
- 25/03 | [Tous à la maison ! Comment se passe l'école à domicile pour les enfants... et les parents ?](#)

2- L'émission « [Le vrai du faux](#) » du lundi au vendredi à 8h21, dans le 12-14 et dans le 17-20



Un rendez-vous d'actualité et de "fact-checking" qui passe au crible les petites et grandes approximations qui circulent sur les sites web et les réseaux sociaux.

- 30/03 | [Effets du confinement, arrêts de travail pour garde d'enfant... Nos réponses à vos questions sur le coronavirus](#)
- 27/03 | [Rendez-vous médical de longue date, déménagement... Nos réponses à vos questions sur les conséquences de l'épidémie de coronavirus](#)
- 26/03 | [Distributeurs de billets de La Poste, tests de dépistage sur les parkings, antihistaminiques... Nos réponses à vos questions](#)

Si j'ai une connexion internet

Des émissions en différé

- ❖ [Lumni](#), plateforme éducative de l'audiovisuel public pour tous.
- ❖ [Educ'Arte](#), plateforme éducative d'Arte accessible aux enseignants et à leurs classes.
- ❖ France Culture met à disposition une [sélection d'émissions](#) pour réviser sur les sites de France Culture et France Musique sous l'onglet "nation apprenante" et sur l'application de Radio France. Des dossiers thématiques et des ajouts de thème au fil des jours.



- ✓ Histoire contemporaine : 3 épisodes historiques de la seconde moitié du XXe siècle
- ✓ 8 grandes figures de l'histoire des sciences
- ✓ Histoire : 4 périodes de l'histoire de l'art en 4 tableaux majeurs
- ✓ Science : à la découverte des planètes
- ✓ SVT/Physique-Chimie : 8 émissions sur l'Histoire des Sciences
- ✓ SVT : 6 grandes figures de la science ou 6 émissions d'Histoire des Sciences
- ✓ Sciences : 7 émissions sur les Sciences de la vie et de la Terre



- ❖ France Musique offre également une [sélection d'émissions](#) pour réviser, en lien avec les programmes scolaires tels que :



- ✓ Des histoires de musique
- ✓ La place des femmes dans la musique classique aujourd'hui
- ✓ Réviser le bac musique 2020
- ✓ Musique classique : 10 petites choses que vous ne savez (peut-être pas) sur les grands compositeurs
- ✓ Le centenaire de la mort de Claude Debussy (2019)
- ✓ Toutes les thématiques dans le dossier "Comprendre le monde"



- ❖ L'application Radio France propose une rubrique « Nation apprenante » comprenant l'ensemble des contenus éducatifs de ses chaînes.



- ❖ Le site enseigner.tv5monde.com met à disposition plus de 900 fiches



pédagogiques pour l'enseignement du français langue étrangère à partir de vidéos tirées des programmes de TV5MONDE. D'autres ressources sur le site <https://apprendre.tv5monde.com/fr>

Presse écrite



- ❖ [Le Petit Quotidien](#) propose du lundi au vendredi, dès 08h00, en accès gratuit, un « podcast » sous la forme de 5 questions quiz *Les Incollables* (histoire, géographie, français, sciences, maths) et d'éléments d'explications pour apprendre en s'amusant pour les élèves du CP au CM1. Ces journaux version pdf sont également en accès gratuit.



- ❖ [Mon quotidien](#) propose en accès gratuit la version pdf du journal et chaque semaine, une nouvelle page culture/test dans laquelle un lecteur parle aux abonnés de son classique préféré (l'ouvrage et son auteur font l'objet d'une présentation).



- ❖ [L'ACTU](#) propose en accès gratuit la version pdf du journal pour les élèves de la 5e à la terminale, et des pages de d'ers "éducatives" mettant en avant une série, un film, un livre ayant pour intrigue principale un éclairage historique, littéraire ou scientifique.



- ❖ [PlayBac Presse](#) (le Petit Quotidien, Mon quotidien, L'ACTU, L'ÉCO) propose du lundi au vendredi une "leçon de dessin" de 2 à 5 minutes en vidéo.

