

Rentrée 2020 : EPS à distance



Chers élèves ;

Avec les problématiques du coronavirus, les professeurs d'EPS ont mis en place une série de cours en vidéo, à visionner chez vous pour continuer votre activité sportive.

Pour faire l'exercice , c'est très simple, suit la démarche suivante :

-Prépare toi un espace de travail : un cercle de 2m de diamètre environ, équipe-toi d'une gourde ou d'une bouteille d'eau et n'oublie pas tes chaussures ! 

-Connecte toi avec ton compte Pronote



et regarde dans ta Messagerie



-Prépare un téléphone/caméra pour te filmer ou demande à quelqu'un de le faire 

-Regarde la vidéo et fait la même chose que sur l'écran en suivant les conseils et en te filmant !

-Ta séance doit normalement se composer :

-d'un échauffement

-d'un défi

-d'un travail foncier/ d'endurance

Pour envoyer ta vidéo, tu dois suivre la démarche suivante:

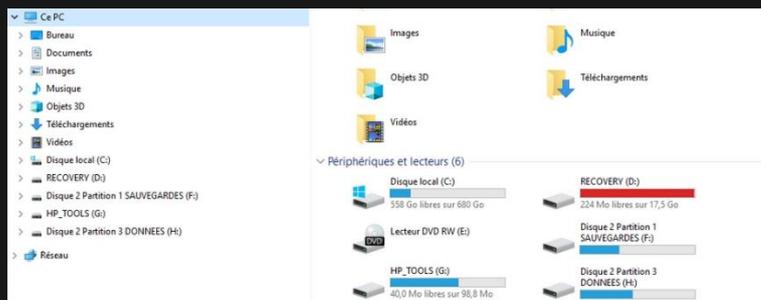
-Vient au collège avec une clé usb (sur laquelle tu as transféré ta vidéo) ou vient avec ton téléphone et ton câble d'alimentation (pour le charger).

-Connecte toi au CDI au dossier correspondant à ta classe



-Crée un dossier à ton nom : Clique droit Nouveau -> Dossier -> et Renomme-le avec ton Nom et Prénom

-Connecte ton téléphone ou ta clé usb à l'ordinateur :



-Transfère ta vidéo de ton support (clé usb/ téléphone) dans **TON dossier** que tu viens de créer : clique droit, copier , puis clique droit dans le dossier à TON NOM : clique droit -> coller

-Et voilà, c'est terminé, tu pourras désormais répéter cette étape à chaque nouvelle vidéo (une par semaine).

Bonne Séance !