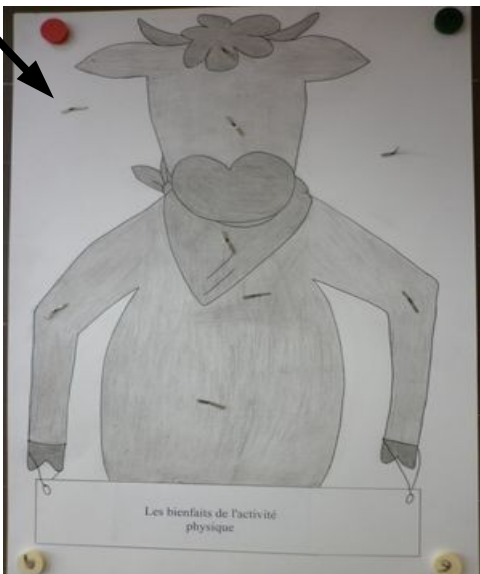


« Ça roule à Aye » 4ème activité

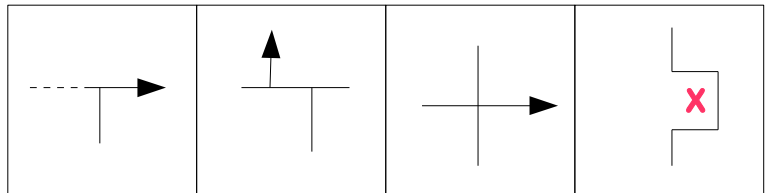
Pour cette 4ème activité de « sport-nature », les enfants ont sillonné les rues de Aye, en vélo ou en trottinette, à la recherche d'indices.

Le but : compléter le dessin de Capucine en replaçant les morceaux de dessins trouvés, au bon endroit. Chaque dessin représentait un organe ou une partie du corps pour lequel le sport est bénéfique.



Pour les aider à trouver les morceaux d'indices et s'orienter dans le village, les enfants disposaient d'un roadbook.

Le roadbook indiquait le chemin à suivre à chaque intersection de rue.



...



Les élèves lisaient le roadbook à tour de rôle. Aucun n'a éprouvé de difficulté à s'orienter dans le village, bien connu de tous.



A chaque dessin trouvé, Catherine expliquait aux sportifs en herbe, les bienfaits de l'activité physique sur le corps.

En effet, la pratique d'une activité physique agit sur :

- la circulation
 - la concentration
 - la qualité du sommeil
 - le moral et le bien-être général
 - la perte de poids
 - les muscles et les os
 - les défenses de l'organisme
- ... et permet de se faire de nouveaux amis !



L'activité physique apporte de nombreux bienfaits à notre corps !



De retour en classe, les enfants ont replacé les différentes parties du corps sur le schéma de Capucine.

Marcher, jouer, nettoyer, faire du vélo, ... l'important c'est de **BOUGER** minimum 1 heure par jour !