



Classe sport

ENERGIE, CORPS ET PRATIQUES SPORTIVES

CYCLES 2 ET 3

THÉMATIQUES :

- Valeurs du sport
- Equilibre alimentaire
- Chasse au trésor
- Jeux de plein air
- Randonnée / vélo

ENERGIE, CORPS ET PRATIQUES SPORTIVES

Un séjour dynamique où le sport tient une place prépondérante. Mais c'est aussi l'opportunité pour avoir un regard sur sa propre alimentation, comprendre le fonctionnement corporel, découvrir les sports d'ailleurs. **Les activités physiques seront privilégiées par le jeu, l'expérimentation.** Sans oublier les valeurs du fair-play qui sont un des principes de la vie collective.

L'alimentation



Randonnée



Jeu de Kubb



CONTACT:

Les Grands Moulins
5 rue Jean Jaurès
18310 GRACAY
02 48 51 29 96

fol18@les-grands-moulins.fr

PLANNING A TITRE D'EXEMPLE MODULABLE SUR 3 JOURS

Arrivée. Installation sur le centre, visite des lieux et des alentours. BD citoyenne.	Les activités physiques. Les valeurs du sport.	L'équilibre alimentaire. Le jeu du kubb.	Les leviers. La force musculaire.	Rangement. Evaluation avec le jeu énergic' poursuite. Bilan.
Chasse au trésor.	Sortie vélo ou randonnée.	La Crosse québécoise et des jeux collectifs.	Découverte de jeux du monde.	Départ.

Options : séance sur le dopage, calculer son indice de masse corporelle