**NOM\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_GR: \_\_\_\_\_\_**

**JEUX D'ÉDUCATION PHYSIQUE**

**À LA MAISON (PARTIE 2)**



Bonjour cher élève de l'école Henri-Beaulieu, j'espère que tu vas bien!

Voici des petits jeux d'éducation physique que tu peux faire à la maison.

**JEU 1 : JEU DES EMPREINTES**

**Étapes**

1- Dessine des empreintes de pieds et de mains sur plusieurs feuilles.

2- Dispose les feuilles au sol pour créer un parcours.

3- Saute sur les empreintes de pieds avec tes pieds et touche avec tes mains les empreintes de mains.

4- Pour une petite vidéo de cette activité, regarde sur YouTube à l’adresse suivante : <https://www.youtube.com/watch?v=ZpmCP8D3LAQ>

**JEU 2 : JEU DU PARCOURS**

**Étapes**

1- Avec une craie, dessine un parcours au sol à l’extérieur. (Choisir un endroit sécuritaire).

2- Dessine une case de départ, des cercles, des rectangles et des lignes en zigzag. Tu peux aussi inventer ce que tu veux.

3- Place-toi dans la case de départ, puis avance en marchant ou en sautant pour réaliser ton parcours.

4- Pour une petite vidéo de cette activité, regarde sur YouTube à l’adresse suivante : <https://www.youtube.com/watch?v=r9x9_bK459I>

**JEU 3 : JEU D’ADRESSE**

**Étapes**

1- Prendre des verres en plastique et une petite balle.

2- Viser les petits verres avec la balle.

**OU**

1- Construire une pyramide avec les verres.

2- Lancer la balle pour détruire la pyramide.

4- Pour une petite vidéo de cette activité, regarde sur YouTube à l’adresse suivante : <https://www.youtube.com/watch?v=J_3TozaQrrM>

Bravo, tu as terminé ton travail !

J'ai hâte de te voir!

À très bientôt !

Monsieur John