


# Calendrier d'éducation physique M à 3

Semaine du 11 mai

Lundi – 11 mai	Mardi – 12 mai	Mercredi – 13 mai	Jeudi – 14 mai	Vendredi – 15 mai
Allez en bicyclette en famille (30 à 60 minutes)	Défis de ballon	Jouez à tag!	Créez une danse!	Entraînement super héros
				
Se promener en bicyclette c'est une des façons les plus simples à rester actif. Sortez dehors et jouissez du beau temps!	Jouer avec un ballon vous aide à pratiquer les habiletés motrices frapper et attraper. Vous pouvez jouer seul ou avec votre famille. Faites des passes ou jonglez seule!	Ce jeu simple encourage les déplacements de toutes sortes! Ça vous permet une compréhension de l'espace, de la latéralité, de la perception et c'est amusant!	Nous vous lançons le défi de créer une petite danse et si vous voulez, de nous l'envoyer par courriel ou dans Teams! Envoyez votre danse à votre enseignant d'éducation physique... M. Christian ou M. Michel.	Faites un entraînement de super héros! Celui de Hulk et de Flash!!!
	Visitez notre site web et faites l'activité « <a href="#">Défis de ballon</a> ».		Ressource : <a href="#">Vidéo-conseil : comment créer ta propre chorégraphie</a>	Visitez notre site web et faites l'activité de « <a href="#">Hulk</a> » et « <a href="#">Flash</a> »