2e ANNÉE DU PRIMAIRE

Semaine du 13 avril 2020

Lave tes mains et active-toi

Consignes à l'élève

- D'abord, tu réfléchiras à ta façon de te laver les mains. Selon toi, comment te débrouilles-tu en matière d'hygiène des mains?
- Ensuite, tu expérimenteras une activité physique, le Tabata.
- En t'inspirant des mouvements du Tabata, tu inventeras une routine avec un membre de ta famille.
- Consulte ce document pour effectuer les activités.

Matériel requis

- Aucun.

Information à l'intention des parents

À propos de l'activité

Votre enfant s'exercera à :

- Se questionner relativement au lavage des mains dans le contexte actuel;
- Expérimenter une activité physique, le Tabata (un type d'entrainement);
- Inventer une routine avec l'accompagnement d'un membre de sa famille.

Vous pourriez :

- Rappeler à votre enfant la consigne sanitaire pour tous qui consiste à se laver les mains souvent à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes;
- Faire l'activité de Tabata avec lui.