

## Corps Humain et santé : l'exercice physique



L'équipe de professeurs de seconde 3 a monté un projet autour du thème « Corps Humain et santé : l'exercice physique ».

Durant la semaine, votre enfant sera donc amené à découvrir comment pratiquer une activité physique tout en préservant sa santé. Pour cela des activités lui seront proposées en EPS et en SVT. Il rencontrera un médecin et assistera à l'entraînement d'un rugbyman blessé. En fin de semaine, il fera une initiation à l'aviron et participera à l'atelier « Danses du monde ».

		Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Matin	8h45	Appel en classe	Appel en classe	Appel en classe	Appel en classe
	9h00 à 11h45	<b>Travaux en ½ groupe :</b> <b>A.</b> Pratiquer une activité physique en préservant sa santé -les accidents musculo-articulaires les plus fréquents - fonctionnement du système musculo-articulaire -pratiquer une activité sportive dans de bonnes conditions de santé <b>B.</b> Calcul de la VMA en EPS	<b>Travaux en ½ groupe :</b> <b>A.</b> Calcul de la VO2 max <b>B.</b> Préparation d'un questionnaire pour la rencontre du mardi après-midi	Assister à l'entraînement d'un joueur blessé	AVIRON à la Nautique
	Salle	Labo 1 + Espaces Ext	Labo 1 & 2 <sup>nd</sup> e 3		
Après-midi	13h30	Appel en classe	Appel en classe	Appel en classe	Appel en classe
	13h45 À 16h30	<b>Travaux en ½ groupe :</b> <b>A.</b> Calcul de la VO2 max <b>B.</b> Préparation d'un questionnaire pour la rencontre du mardi après-midi	Intervention d'un médecin	AVIRON à la Nautique	Danses du monde
	Salle	Labos 1 & 2	Labo 1		Salle Polyvalente