



20 minutes

accompagné

Éducation physique et sportive – Les Jeux olympiques

Produire sa performance maximale, mesurée à une échéance donnée. Réaliser une performance.

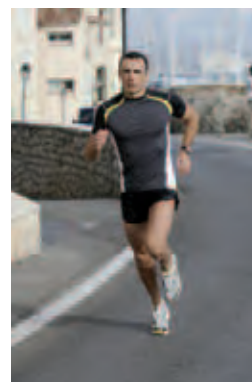
Activité 1 *J'entretiens mes acquis en endurance.*

Reprends les conseils donnés dans le recueil du module 1 en EPS.

N'oublie pas de t'échauffer.

Cours pendant 15 min environ.

Puis, **étire-toi**.



Je fais le bilan de la semaine

Indication pour l'accompagnateur

Engagez le dialogue avec l'élève.

Cette semaine, j'ai retenu...

Échange avec ton accompagnateur.

- Comment as-tu trouvé cette semaine ?
- As-tu le sentiment d'avoir réussi tes défis ?
- Te souviens-tu bien des notions étudiées pendant l'année ?

Reprends l'emploi du temps de début de semaine et **pointe**, avec l'aide de ton accompagnateur, les domaines où tu as encore du travail de révision à faire.

N'oublie pas aussi de réviser régulièrement les tables, les conjugaisons.