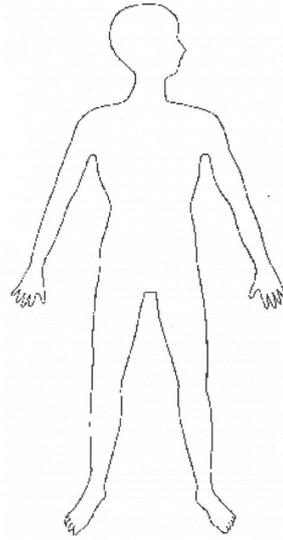


## 6<sup>E</sup> et 6I Continuité Pédagogique EPS

- 1) Place les articulations suivantes sur le dessin : cou, épaule, coude, poignet, bassin, genoux, cheville.
- 2) Indique où se trouve le cœur sur le dessin.



Cours 5min sans t'arrêter pour t'échauffer.

3) Que ressents-tu ?

4) Propose 5 exercices de gammes pour finir l'échauffement et réalise-les.

Fais 5 sprints.

5) Que ressents-tu ?