

Foulée blanche 2021 CYCLE 2

Ecole de : _____ Classe de Mme/M : _____ Niveau : _____

PREPARER LA GENERATION 2024, C'EST AUSSI PRENDRE SOIN DE SA SANTE : LA SANTE DEPEND DE SOI MAIS AUSSI DES AUTRES, ET DE SON ENVIRONNEMENT... ON FAIT UN POINT ?

-1- JE BOUGE, JE PRATIQUE UNE ACTIVITE PHYSIQUE :

a. Colorie les étiquettes qui montrent une activité physique :



Regarder la télévision



courir



Promener son chien



Lire



Danser



Ecouter de la musique



Jardiner

b. Entoure la bonne réponse

Pour la bonne santé d'un enfant, il est recommandé de pratiquer une activité physique intense d'au moins :

30 min par jour

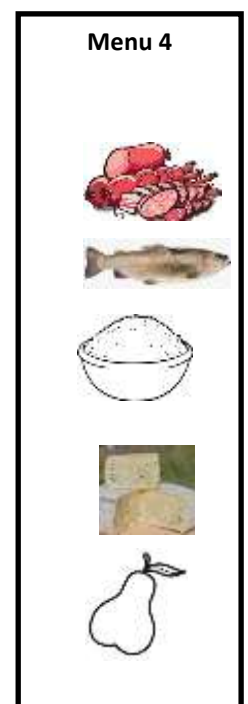
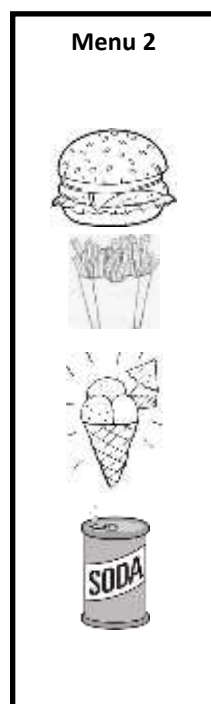
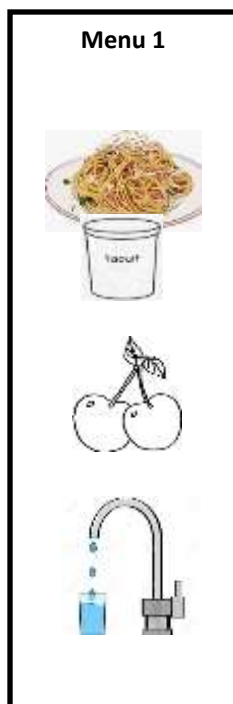
1h par jour

1h30 par jour

2h par jour

3h par jour

-2- JE MANGE BIEN :



Voici des exemples de déjeuner, entoure le repas le plus équilibré.

