

JEUDI 27 ET VENDREDI 28 JANVIER

Pour ces deux derniers jours de la semaine Olympique, je vous propose les activités suivantes :

1 - RENCONTRE AVEC UNE JEUNE SPORTIVE DEUX-SÉVRIENNE :

<https://laligue79.sharepoint.com/Documents%20partages/Forms/AllItems.aspx?id=%2FDocuments%20partages%2F050%5FUSEP%2FAnnée%20scolaire%2F2021%2D2022%2FRencontres%2FUnivers%27USEP%2FSemaine%20Olympique%20et%20Paralympique%2FVIDEO%20Lana%20Dubé%2FInterview%20Lana%20DUBE%2Emp4&parent=%2FDocuments%20partages%2F050%5FUSEP%2FAnnée%20scolaire%2F2021%2D2022%2FRencontres%2FUnivers%27USEP%2FSemaine%20Olympique%20et%20Paralympique%2FVIDEO%20Lana%20Dubé&p=true>

Visionner la vidéo une première fois.

En **discuter** avec l'enfant, ce qu'il a retenu, les questions éventuelles qu'il se pose.

Puis se poser les **questions** suivantes :

- De quelle ville Lana est-elle originaire ?
- Quel est le sport que pratique Lana ?
- A quel âge a-t-elle commencé ?
- Combien de temps par semaine Lana consacre-t-elle au sport ?
- Quel équipement sportif Lana porte-t-elle ?
- Quel numéro porte-t-elle ?

Regarder la vidéo une deuxième fois pour pouvoir répondre aux questions.

2 - ACTIVITÉ SPORTIVE :

Si la météo le permet, à l'extérieur, réaliser un **parcours sportif** avec trois pôles :

- Course
- Sauts
- Lancer

Par exemple : faire un sprint sur une ligne droite ; courir en suivant un chemin avec des obstacles, sauter par dessus ces obstacles ; sauter à cloche pieds jusqu'au point suivant ; lancer un objet dans une boîte (s'octroyer plusieurs essais).

A côté du départ, disposer une boîte avec des bouchons ou des cailloux pour compter les points : à chaque tour réalisé, prendre un bouchon pour marquer un point. Il faut marquer 5 points pour remporter l'épreuve d'athlétisme !

3 - LITTÉRATURE :

En classe, mardi matin, nous avons commencé la lecture **des aventures de Gafi aux jeux Olympiques**. Vous trouverez en pièce jointe le texte (en trois parties). Selon le niveau de votre enfant il peut :

- lire tout seul
- Lire tout seul mais avec l'adulte à côté pour les mots plus difficiles
- Lire tout seul mais en plusieurs fois
- Lire le début et l'adulte lit la fin
- Lire chacun son tour une phrase

puis il vous raconte et vous pose des questions sur ce qui l'interroge

4 - CULTURE ESPAGNOLE :

Pour finir la semaine, je vous propose de cuisiner avec votre enfant un **apéro espagnol** :
« ¡ vamos de tapas ! »

Recette 1 : tartines (*quantités à définir selon le nombre de convives*)

- faire griller des tartines de pain
- Les froter avec un peu d'ail et avec une tomate
- Verser dessus un filet d'huile d'olive
- Déposer dessus un morceau de jambon de campagne

Recette 2 : tortilla (*quantités à définir selon le nombre de convives*)

- Éplucher et couper des pommes de terre en dés
- Les faire cuire à la poêle avec beaucoup d'huile et un peu de beurre
- Saler et poivrer
- Dans un saladier, battre des oeufs
- Ajouter les pommes de terre cuites aux oeufs battus
- Huiler de nouveau généreusement la poêle
- Y déposer le contenu du saladier
- Lorsque la tortilla commence à cuire à coeur, la retourner sur une grande assiette et la faire glisser de nouveau dans la poêle pour cuire l'autre face
- Pour servir : couper en dés

« ¡ Buen provecho ! »