














## L'alphabet du sport

L'enseignant choisit un thème, les élèves énoncent des mots. Les activités seront déterminées par la première lettre de chaque mot.

Alphabet sportif cycles 1 et 2												
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>	<b>I</b>	<b>J</b>	<b>K</b>	<b>L</b>	<b>M</b>
Sauter à cloche pied 5s	Faire le moulin avec les mains 5s	Faire 3 flexions	Ecarter et resserrer les bras 3 fois	Sauter comme le kangourou 5 sauts	Statue bras écartés 5s	Rester sur la pointe des pieds 5s	Sautiller en tournant sur soi-même	Faire 3 cloche-pied pied D et 3 pied G	Faire 5 mouvements de brasse avec les bras	Imiter l'oiseau qui vole avec les bras	Imiter la grenouille Qui saute 3 fois	Rester en équilibre sur 1 pied 5s
												
<b>N</b>	<b>O</b>	<b>P</b>	<b>Q</b>	<b>R</b>	<b>S</b>	<b>T</b>	<b>U</b>	<b>V</b>	<b>W</b>	<b>X</b>	<b>Y</b>	<b>Z</b>
Sautiller sur soi-même jambes écartées 5s	Tourner sur soi-même comme une toupie 3 tours	Faire de grands cercles bras tendus	Marcher en canard 5s	Sauter 5 fois en levant les genoux	Courir 10s en levant les genoux	Courir en faisant l'avion 5s	Marcher comme un robot 5s	Tourner en sautant à cloche pied	Garder les mains en l'air 5s	Faire des pas chassés comme le crabe 5s	Faire semblant de nager le crawl 5s	Marcher au ralenti sur place 5s
