

A quoi ça sert de faire du sport ?



Tout au long de l'année les enfants et les adultes pratiquent des activités sportives.

En cette période de confinement tout le monde recherche des solutions pour entretenir sa forme par des activités physiques adaptées.

Cette vidéo de 2 minutes permet de découvrir pourquoi faire du sport est essentiel pour bien grandir... mais également pour s'amuser !

A partir de cette vidéo que vous pouvez visionner plusieurs fois, n'hésitez pas à échanger entre enfants et avec les adultes.

Pour visionner la vidéo :

↪ <https://www.1jour1actu.com/info-animee/a-quoi-ca-sert-de-faire-du-sport>