

# LA RECETTE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

## Ingrédients

- × Imagination
- × Équilibre
- × Lancés
- × Écoute
- × Coopération
- × Fair-play
- × Sauts
- × Sports
- × Respect



## Préparation

1. Commencer par remplir un bol avec beaucoup d'imagination.
2. Ajouter une cuillère à soupe d'équilibre.
3. Lancer les notions de fair-play, d'écoute et de coopération.
4. Assaisonner avec le sport de votre choix.
5. En effectuant des sauts, mélanger le tout avec respect.
6. Laisser mijoter dans la salle de gym.
7. Vous obtenez l'éducation physique.



Consommer de l'éducation physique est BON pour la santé...

Elle a un rôle bénéfique sur la souplesse, les habiletés motrices, la force, l'agilité, la coordination, la confiance en soi, le bien-être psychologique...