

Nom: _____ Classe: _____

Quiz de la sécurité #1 – 5ieme

1. Est-ce qu'on bondit pendant qu'on fait les étirements?
 - a. Oui
 - b. Non

2. On tient les étirements pour...
 - a. 1-2 sec
 - b. 10-30 sec
 - c. 30-60 sec

3. Si on veut rester sauf...
 - a. On participe tous en même temps
 - b. On attend notre tour

4. Si on veut rester sauf...
 - a. On garde la distance entre nous et les autres
 - b. On reste très proche des autres

5. Si on veut rester sauf...
 - a. On joue avec une intensité haut toujours
 - b. On modifie notre intensité dépendant de la situation