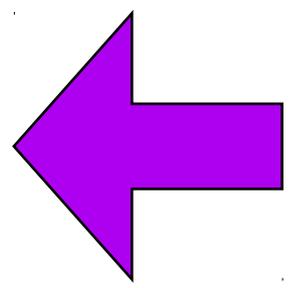


La respiration



Matériel :

- Chronomètre

Expérience :

- Pendant 1 mn, compte tes respirations.
- J'ai respiré fois. Une respiration c'est :
une et une.....
- Descends dans la cour et fais 2 fois le tour en courant.
- Que va-t-il se passer ?
- Pendant 1 mn, compte tes respirations.
- J'ai respiré fois
- Décris ce que tu as ressenti. Quelles différences y a-t-il
avec la première fois que tu as compté?
- Peux-tu expliquer pourquoi ?