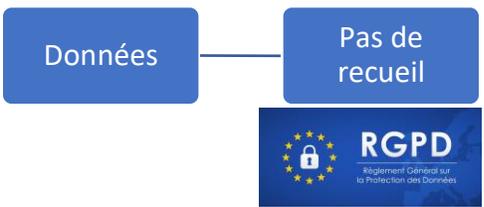


Le renforcement musculaire avec Streaks Workout	Objet(s) connecté(s) utilisé(s): Apple TV (Application: Streaks Workout)	CA Support: Divers (En exemple ici CA 3 / APSA: Gymnastique)
--	--	---

Description du contexte de l'établissement : Institution La Providence / Collège privé du centre ville de Strasbourg Classe de 4ème. Elèves dynamiques, responsables et motivés.	Compétences ou Attendus visés : S'échauffer avant un effort (Renforcement musculaire)
---	---

Description des activités demandées aux élèves :

- Réaliser le programme proposé sur l'écran via l'application Streaks Workout en veillant à la justesse des postures



Points de vigilances <ul style="list-style-type: none"> • Les données ne sont pas recueillies • Droit d'utiliser l'application en collectivité 	Niveau d'expertise requis
---	----------------------------------

Bilan de l'activité menée

- Proportion d'élèves qui ont participé aux activités demandées :
Groupe classe.
- Plus value apportée aux élèves :
De la motivation pour la musculation.
- Plus value apportée à l'enseignant :
La facilité pour concevoir des programmes de musculation variés et adaptés.
De la disponibilité pour donner des feedbacks individualisés.
- Commentaires :
Possibilité de lancer iTunes au préalable pour réaliser l'activité en musique.
Possibilité d'utiliser cette application sur un iPad ou un iPhone et de la recopier sur écran en Airplay via une Apple TV.
- Alternative:
Echauffement général avec « Just Dance », Etirements avec Gotta Joga