LE VA'A

DÉCOUVRIR UNE PRATIQUE SPORTIVE LOCALE ET UN MOYEN DE TRANSPORT ANCESTRAL.

Va'a :
Manutea Teniarahi
remporte la coupe
de Nouvelle- Calédonie

Sources : NC SPORTS

EPS
HISTOIRE
SCIENCES

LE VA'A

DÉCOUVRIR UNE PRATIQUE SPORTIVE LOCALE ET UN MOYEN DE TRANSPORT ANCESTRAL

Entre nous - Le document est un fil d'actualité sur un site Internet dédié au sport. Il évoque le résultat d'un championnat de va'a, un sport traditionnel d'Océanie. A travers l'étude de ce document notre objectif est de sensibiliser les élèves à une pratique sportive locale originale.

Entrée dans l'activité santé

Pieds nus ou en chaussettes, se tenir debout les pieds écartés largeur du bassin, les bras détendus le long du corps. Fermer les yeux. Se concentrer sur la plante des pieds. Sentir le sol, sentir les pieds en appui sur le sol. Déplacer le poids du corps un peu plus sur la jambe droite sans bouger les pieds. Sentir que le pied droit est davantage appuyé dans le sol que le pied gauche. Même chose avec la jambe gauche.
Ouvrir les yeux. Se pencher en avant en écartant les bras comme pour faire l'avion. Bien sentir la jambe qui repose sur le sol. Tout en restant sur une jambe, bouger un bras, puis l'autre, puis les deux ensembles : de bas en haut sur les côtés, en tournant comme une hélice. Recommencer l'exercice sur l'autre jambe, puis en fermant les yeux … mais c'est plus difficile.

L'activité de découverte

Le va'a

Observation et étude du document

- Identifier la nature et la provenance du document. (Photo extraite d'un article visible sur le Net).
- Décrire la scène représentée (Description détaillée et technique de l'embarcation comme de la manière de la faire avancer et de la diriger).
- Rechercher sur le Net l'intégralité de l'information sur le site Nc-sport.com et l'adresse.

Une activité complémentaire

- TIC : Recherche sur le net d'autres informations sur cet événement pour croiser les sources.
- Participer à la Journée internationale du sport et de l'activité physique.

Pour aller plus loin

Consulter le site de l'ASS-NC.

Message pour les élèves

Pratiquer une activité physique adaptée à soi et de façon régulière est favorable à la santé. Il existe une grande diversité d'activités sportives selon les environnements et les cultures.

Rapport à soi
Rapport aux autres
Rapport à l'environnement

DOMAINES
1 2 **3** 4 5

Tous droits réservés Gouvernement de la Nouvelle-Calédonie