

Avec ta classe, propose un « Défi récré athlé » à d'autres enfants USEPiens qui, comme toi, sont attentifs à leur santé et « bougent » à la récré. Pour t'aider, l'athlétisme c'est courir - sauter - lancer !

CARTE d'IDENTITE de ta classe — Niveau **Cycle 3**

Région : Bourgogne franche Comté Département : NIEVRE

Commune : Clamecy Association USEP : AS USEP Clamecy Claude

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi :

0580226F@ac-dijon.fr

Défi « récré athlé » : Attrape moi si tu peux

Descriptif

L1 piste de 20 m composée de plusieurs couloirs, au départ un marquage est fait à 1m, 2m, 3m, 4m.

Le signal de départ sera visuel, un enfant se place sur la ligne d'arrivée, les bras écartés, il donne le signal en faisant claquer ses mains au-dessus de sa tête (si possible en 3 temps)

Le défi

Chaque poursuivant choisit le nombre de points qu'il veut tenter de marquer (1, 2, 3 ou 4) et demande au poursuivi de se placer sur la ligne correspondante (à 1m pour 1 point, 2m pour 2 points...)

Le défi sera de gagner le plus de points possibles et 2 courses.

Si le défi n'est pas remporté par le poursuivant, les points iront au poursuivi.

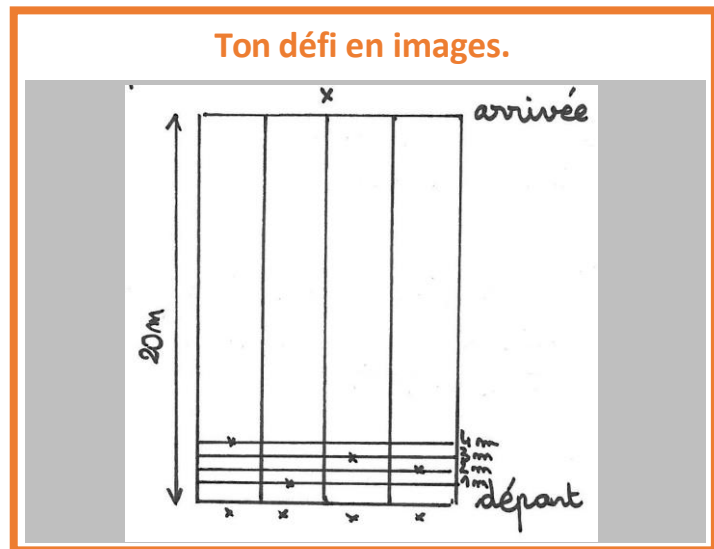
Matériel

Une craie et des foulards

But

Courir le plus vite possible afin d'attraper le foulard d'un camarade.

Ce cadre **vert** est réservé aux enfants USEPiens qui testeront ton défi.



Envoie ton défi à : defirecre.usep@gmail.com

Teste ce défi proposé par une autre classe puis dis ce que tu ressens. Entoure tes réponses.

• As-tu pris du plaisir à tester ce jeu ?

• Combien de temps as-tu « bougé » ?

30'' à 1 min

1 à 2 min

2 à 5 min

5 à 10 min

• Quel effort as-tu fourni?

c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile