

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 CM1-CM2

Région : Val de Loire

Département : Indre et Loire

Commune : Veigné

Association USEP : Indre et Loire

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : [ec-les-gues-veigne@ac-orleans-tours.fr](mailto:ec-les-gues-veigne@ac-orleans-tours.fr)

## Défi « récré athlé » : *Speed ball*

### Descriptif

- départ sur échasses, se diriger vers la balle située dans un cerceau et revenir au point de départ.

### Le défi

- éloigner la zone de la balle.  
- sans les échasses, réaliser le parcours en courant

### Matériel

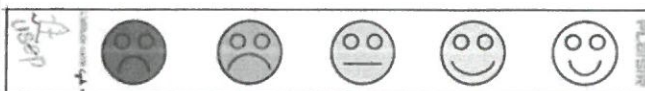
2 ballons, 4 cerceaux, 2 paire d'échasses

But effectuer un aller-retour le plus rapidement possible

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

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?

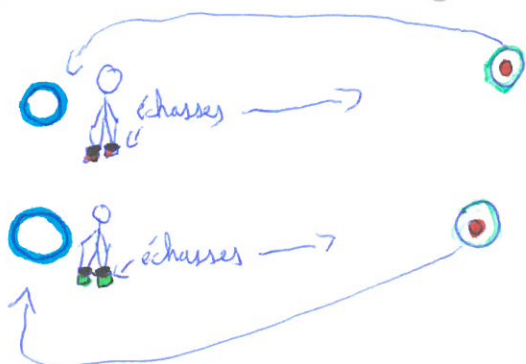
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

### Ton défi en images



Envoie ton défi à : [defirecre@laligue-usep.org](mailto:defirecre@laligue-usep.org)