

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 : Centre 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 » :

*Le parcours du bétet*

### Descriptif

*départ en courant, contourner un plat  
sauter une haie prendre une  
balle et la déposer dans un sac.*

### Le défi

*Lors qu'un joueur a mis la  
balle dans le sac, il ne doit pas  
se faire toucher.*

### Matériel

*6 plats, 2 barres, une craie, 1 sac,  
une balle.*

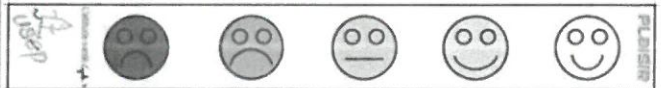
### But

*Réaliser un parcours avec une balle.*

**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?

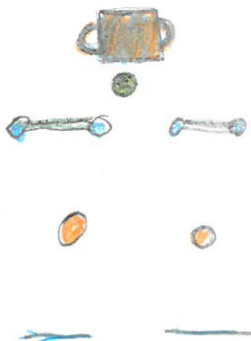
C'est facile

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)