

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 Tous

Région : **Grand Est** Département : **88**

Commune : **Damblain** Association USEP : **Vittel**

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

ecoledamblain@orange.fr

Défi « récré athlé »

Le défi coloré

Descriptif

Les élèves découvrent une carte "défi" réalisée à partir de 4 couleurs. Ils doivent ensuite mémoriser et reproduire la suite de couleurs en sautant dans les carrés colorés tracés au sol. Chaque joueur choisit son défi de départ (de 3 à 12 couleurs) et peut relever un nouveau défi s'il réussit.

Le défi

Mémorise la suite des couleurs indiquée sur la carte "défi" et reproduis-là en sautant à pieds joints sur les carrés dessinés au sol.

Matériel

Craie, cartes de quatre couleurs (rouge, bleu, jaune et vert).
Cartes "défi".

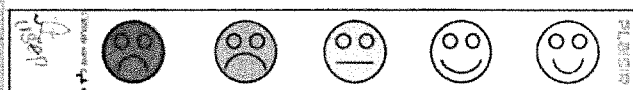
But

Sauter à pieds joints après avoir mémorisé la suite demandée sur la carte "défi".

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?

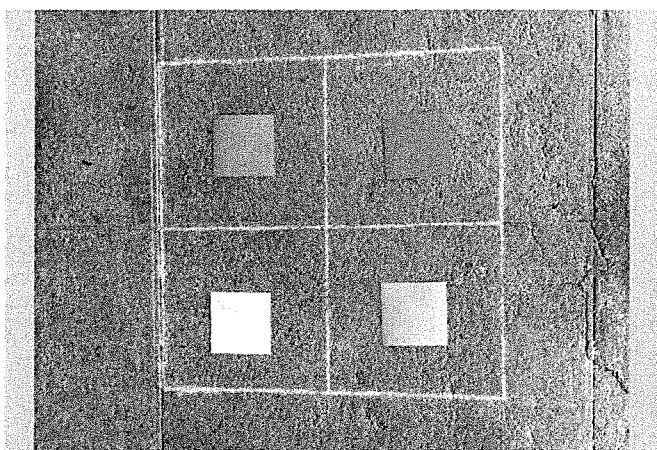
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images.



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