

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 GS-CP

Région : Centre Val de Loire

Département : Loir et Cher

Commune : Mur de Sologne

Association USEP : USEP Mur de Sologne

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : ec-paul-besnard-a-mur-de-sologne@ac-orleans-tours.fr

Défi « récré athlé »

Descriptif

- Sauter par-dessus les traits de l'échelle
- Enchaîner les rebonds dans les 2 croix: 0-1-0-2-0-3-0-4 dans la 1ère croix puis directement 0-1-0-2-0-3-0-4 dans la 2ème croix

Le défi

Aller le plus vite possible sans se tromper

Matériel

- des craies

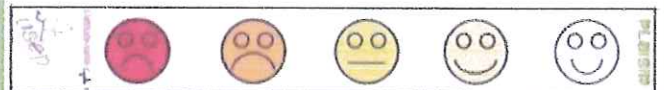
But

Courir/sauter

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?

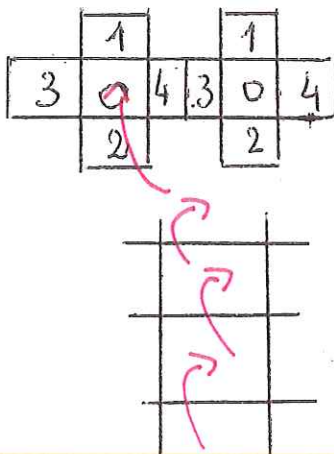
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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