

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 Ce1 ce2

Région : Centre

Département : Loir et Cher

Commune : Mur-de-Sologne

Association USEP :

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

Défi « récré athlé »

Descriptif

Départ en prenant un peu d'élan.
Se déplacer le plus vite possible, pied gauche dans le cerceau jaune, pied droit dans le cerceau rouge : G G D D G D D G
Défi par équipes de 5 ou 6 élèves
Temps pour chaque équipe : 1min30s

Le défi

Réaliser des records de vitesse avec des rebonds cloche pied dans les cerceaux.

Chaque élève de l'équipe qui réussit remporte 1 point. L'équipe qui gagne est celle qui a le plus de point à la fin du temps.

Matériel

Des cerceaux de deux couleurs différentes : rouges et jaunes.

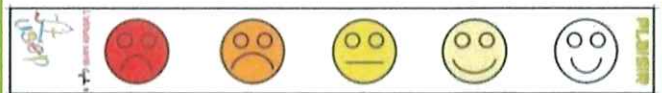
But

Sauter le plus vite 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?

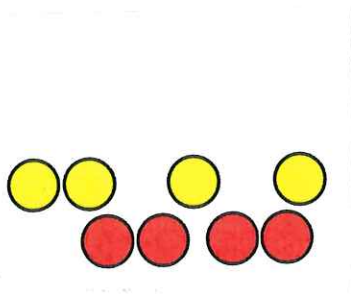
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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