

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 C2

Région : Grand Est

Département : Vosges

Commune : RAINVILLE

Association USEP : RER du Vair

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

Défi « récré athlé »

Zig-Zag

Descriptif

- Former 2 équipes.
- Chaque équipe se place en 2 lignes d'enfants placés face à face.

Le défi

- Se faire des passes avec 1 ballon pour le faire progresser du 1^{er} au dernier enfant, le plus vite possible et sans laisser tomber le ballon (sinon recommencer au 1^{er} enfant)

Matériel

- 2 ballons

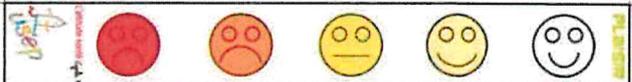
But

- se faire des passes avec précision

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?

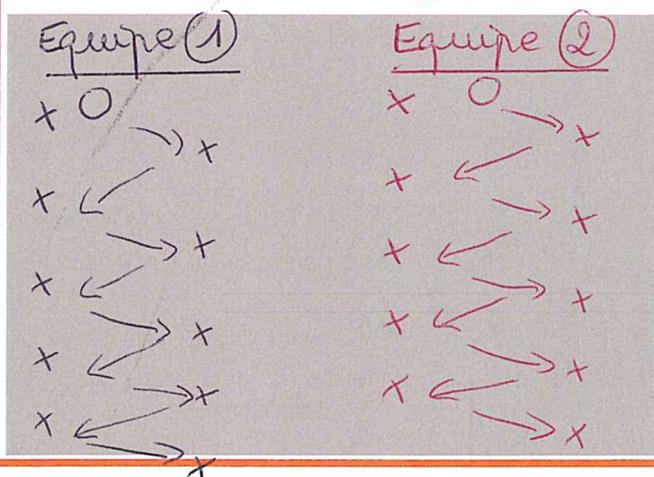
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images.



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