



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 CE2

Région : CENTRE VAL DE LOIRE

Département : LOIR-ET-CHER

Commune : St Sulpice-de-Pommeray

Association USEP : St Sulpice-de-Pommeray

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

Défi « récré athlé »

Descriptif

C'est un jeu de relais. On dispose 4 cerceaux au départ. Il y a 6 cartes "défi" à côté du départ et une balle. 5 mètres plus loin mettre le tapis en croix.

Le défi

Tirer une carte "défi", la lire, se saisir de la balle, mettre un pied dans chaque cerceau, sprinter en respectant la carte défi, aller au centre de la croix, faire 0-1 0-2 0-3 0-4 Revenir en courant pour donner la balle au prochain coureur. Vous pouvez vous chronométrer !

Matériel

4 cerceaux - 1 balle - des craies (ou un tapis en croix) - 6 cartes-défi (à pieds-joints, à cloche-pied...) - un chronomètre

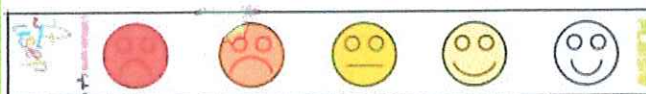
But

Faire le parcours le plus rapidement possible en respectant les règles

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

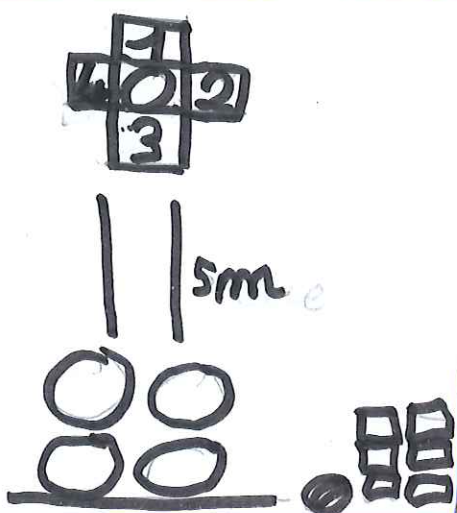
- Quel effort as-tu fourni?

C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile



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