

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 CE-CM

Région : Grand Est ▼ Département : VOSGES

Commune : La Neuveville sous Châtenois Association USEP : Crunchis

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

ce.0880638@ac-nancy-metz.fr

## Défi « récré athlé »

Course de relais avec parcours

### Descriptif

Par équipes de 5 ou 6.  
Effectuer le slalom, sauts alternés dans cerceaux. Puis prendre un foulard et le poser dans une case au choix (jeu du morpion).  
Retour sur le côté par une course rapide.

### Le défi

Etre l'équipe qui est la plus rapide pour effectuer le relais et qui a gagné au jeu du morpion.

### Matériel

Des plots, 16 cerceaux, 12 foulards de 2 couleurs différentes, 2 témoins, 2 caisses.

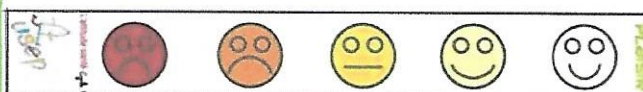
### But

Réaliser un parcours en course de relais et réfléchir au jeu.

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?

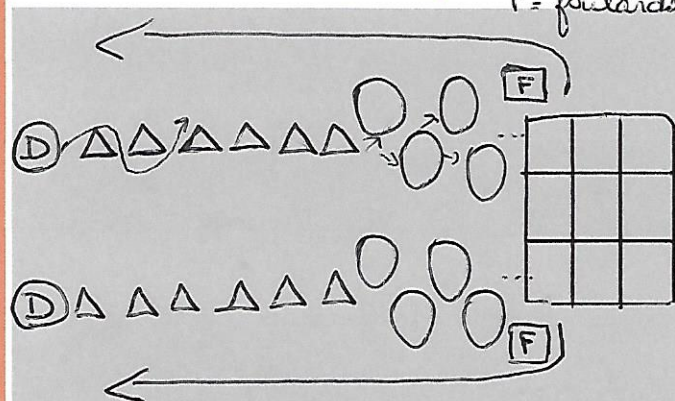
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images. D = départ  
F = foulards



Envoie ton défi à : [defirecre.usep@gmail.com](mailto:defirecre.usep@gmail.com)