

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 : **Occitanie (Midi-Pyrénées)** Département : **81**

Commune : **PUYLAURENS** 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 Tracer 2 lignes parallèles à 10 m l'une de l'autre et 1 ligne centrale à 5 m de chaque. Des enfants sont de chaque côté des lignes extérieures les uns derrière les autres.

Le défi L'enfant qui a le ballon court jusqu'à la ligne centrale en pas chassés - Là, il lance le ballon à l'enfant en face, en faisant 1 rebond. Celui-ci le rattrape et repart en pas chassés jusqu'à la ligne centrale - Il lance le ballon avec 1 rebond à l'enfant en face, etc...

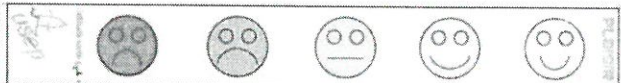
Matériel 1 craie pour tracer
3 lignes parallèles
1 ballon de basket

But courir, lancer, attraper (en prenant du plaisir)

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?

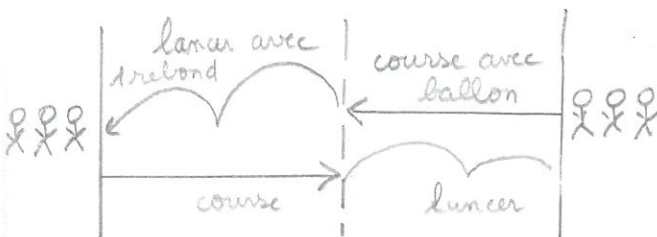
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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