

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'IDENTITÉ de ta classe - Niveau **CE1 / CE2**

Région : **OCCITANIE**

Département : **TARN**

Commune : **RIVIÈRES**

Association USEP : **École de Rivières**

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

Défi « récré athlé » La course des Guépards

- Descriptif**
- ① sauter des haies
 - ② sauter des petites haies
 - ③ sauter dans les cerceaux
 - ④ courir
 - ⑤ slalomer entre les plots
 - ⑥ courir
 - ⑦ passer le baton au copain

Le défi

→ Savoir sauter et slalomer et courir.

Matériel 1 baton - 3 cerceaux

2 petites haies

2 grandes haies

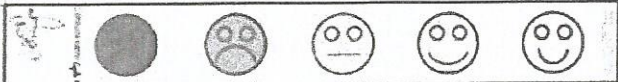
But

Finir le parcours 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



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