

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 ^{CP}

Région : Bourgogne Franche Comté

Département : 89

Commune : MIGENNES

Association USEP : Ecole Paul Verlaine CP

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

Défi « récré athlé » :

défi des jumeaux

Descriptif

Deux équipes de 2 joueurs qui se donnent la main.

Le défi

Sans se lâcher la main, sauter à pieds joints dans les grands cercles (à 2 dans le même rond) et à cloche pied (chacun dans son cercle) dans les petits cercles, puis slalomer pour retourner au point de départ les premiers sans se lâcher la main.

Matériel

craie pour tracer les ronds au sol et la ligne de départ + 4 plots

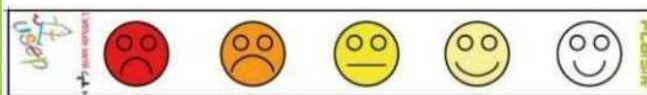
But

Ne pas se lâcher la main et être le premier.

Le 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?

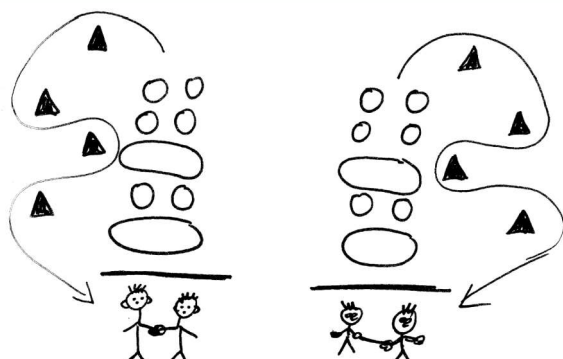
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



Envoie ton défi à : defirecre@laligue-usep.org