

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-CM1

Région : Auvergne Rhône-Alpes Département : Loire 42

Commune : St Etienne

Association USEP : ASS La Veüe 2

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : ce2jacquotlaveue@gmail.com

Défi « récré athlé » : Saut vortex

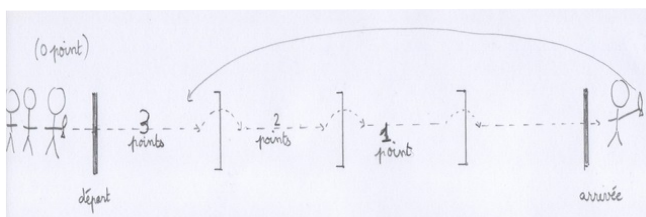
Descriptif

Pendant 5 minutes, 2 équipes s'affrontent en relais sur 2 parcours constitués de 3 haies et d'une zone de tir de vortex.

Le défi

Les 2 premiers de chaque équipe partent en même temps avec 1 vortex, sautent par-dessus les haies. Ils s'arrêtent dans la zone de tir, se retournent et lancent le vortex dans les zones délimitées par les haies. 1, 2 ou 3 points selon la zone d'atterrissage. Puis ils rapportent vite leur vortex aux suivants qui partent à leur tour.

Ton défi en images



(dispositif en double, un pour chaque équipe)

Matériel

6 haies - 2 vortex - bandes ou plots pour marquer le départ et les zones de tir - craies pour numéroter les zones.

But

L'équipe qui a le plus de points a gagné.

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@laligue-usep.org