

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

Région : Occitanie

Département : Haute Garonne

Commune : TOULOUSE

Association USEP : Ecole Jean Macé

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

Défi « récré athlé » :

Parcours CP2

Descriptif

Effectuer un parcours mêlant des courses, des pas chassés, une marelle et des sauts.

Le défi

Départ au coup de sifflet, passage par la marelle, slalom : éviter les plots en effectuant des pas chassés, demi tour, au retour sauter des haies de plus en plus hautes et courir jusqu'à la ligne.

Matériel

plots, bandes haies

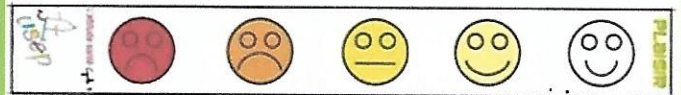
But

Réaliser 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?

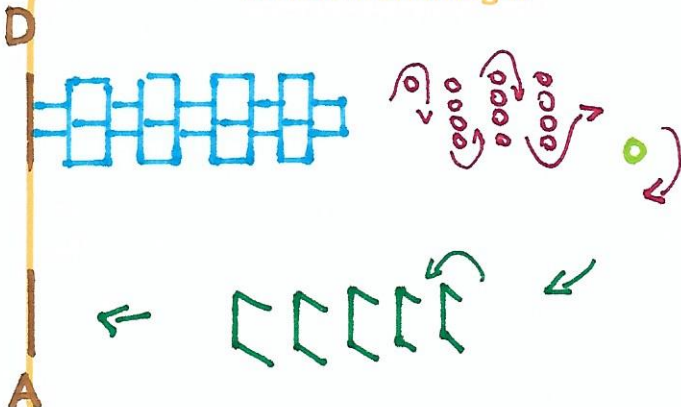
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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