

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

Cycle 3

Région : Bourgogne franche Comté

Département :

58

Commune : La Machine

Association USEP :

ASCEP La Machine

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi :
0580132D@ac-dijon.fr

Défi « récré athlé »

Descriptif

Faire le slalom, sauter les haies, passer le témoin à une personne au bout du parcours.

Le défi

2 parcours en parallèle
L'équipe qui finit le parcours la première a gagné.

Matériel

un cerceau, 5 barres, 8 plots

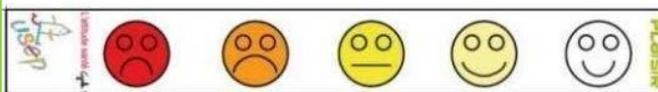
But

Aller plus vite que l'équipe adverse

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?

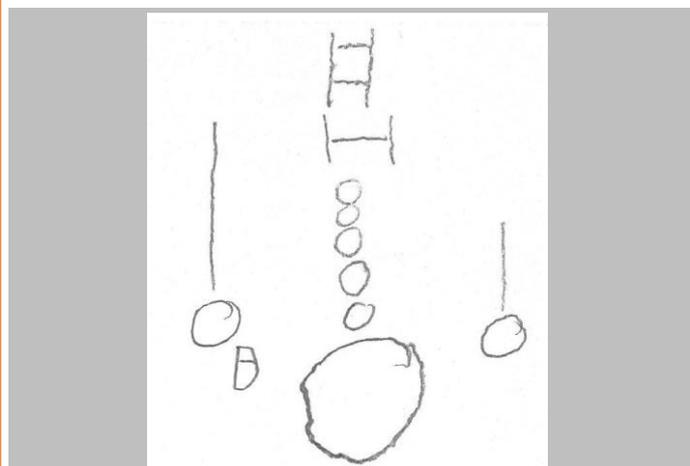
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images.



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