

IMAGINEZ VOTRE DEFI RECRE



À l'USEP, l'athlé ça se vie!



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 : Bourgogne franche Comté ▼ Département : DOUBS +

Commune : Besançon Association USEP : _____

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : Usep25@orange.fr

Défi « récré athlé » Roule ma boule

Descriptif

- 1 joueur qui fait rouler la boule et 1 autre qui la récupère avant le cône

Le défi

- Réussir à récupérer la boule avant une ligne ou un cône

Matériel

1 ballon ou 1 balle de tennis, un cône, 1

But

Rattraper la boule qui roule avant la ligne ou le cône

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?

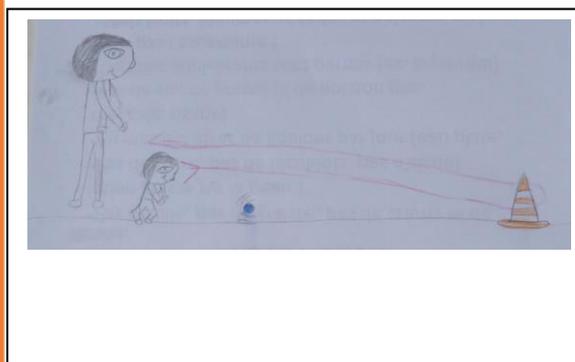
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images.



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