

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 : Nouvelle Aquitaine

Département : Lot et Garonne

Commune : SEYCHES

Association USEP : de Seyches

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

Défi « récré athlé » :

Mémo-Plots

Descriptif

- 1 arbitre et 4 joueurs au 4 coins de la zone.
- Disposer les 16 plots numérotés en cachant une des 4 couleurs dessous. Pour chaque couleur, les 4 numéros lui sont associés.

Le défi

- L'arbitre annonce un plot (n° et couleur) et les 4 joueurs cherchent le plot correspondant. Par exemple, l'arbitre dit : « 2 bleu ».
- Les 4 joueurs soulèvent les plots pour trouver le plot « 2 bleu ».
- Celui ou celle qui trouve en premier

Matériel

- 16 grands plots numérotés: 4 numéro 1; 4 numéro 2; 4 numéro 3 et 4 numéro 4.
- Papiers de couleur cachés sous les plots. 4x bleu, 4x vert, 4x rouge, 4x jaune.

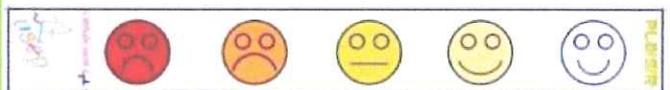
But

Retrouver le plot (couleur et numéro) annoncé par l'arbitre 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

Joueur 1

Ton défi en images

J2



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

Arbitre

J3

J4