

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 CE-CM

Région : Grand Est ▼ Département : VOSGES

Commune : La Neuveville sous Châtenois Association USEP : Crunchis

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

ce.0880638@ac-nancy-metz.fr

Défi « récré athlé »

Course de relais avec parcours

Descriptif

Par équipes de 5 ou 6.
Effectuer le slalom, sauts alternés dans cerceaux. Puis prendre un foulard et le poser dans une case au choix (jeu du morpion).
Retour sur le côté par une course rapide.

Le défi

Etre l'équipe qui est la plus rapide pour effectuer le relais et qui a gagné au jeu du morpion.

Matériel

Des plots, 16 cerceaux, 12 foulards de 2 couleurs différentes, 2 témoins, 2 caisses.

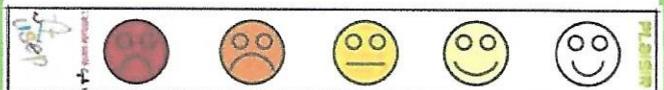
But

Réaliser un parcours en course de relais et réfléchir au jeu.

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?

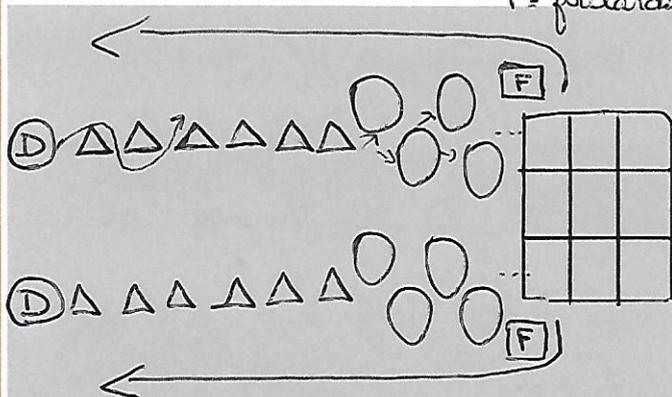
c'est facile

ça commence à être dur

c'est dur

c'est très difficile

Ton défi en images. D = départ
F = foulards



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