

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'IDENTITÉ de ta classe -- Niveau **CE1 / CE2**

Région : **OCCITANIE**

Département : **TARN**

Commune : **RIVIÈRES**

Association USEP : **Ecole de Rivières**

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : **ce.0810220z@ac-toulouse.fr**

Défi « récré athlé »

Descriptif ① monter sur le banc.

② sauter les haies.

③ sauter à pieds-joints.

④ slalomer.

⑤ sauter entre les plots.

⑥ courir le plus vite.

⑦ monter sur le banc.

Le défi

le défi c'est d'être rapide

Matériel 2 bancs, haies, 3 cerceaux, 11 plots

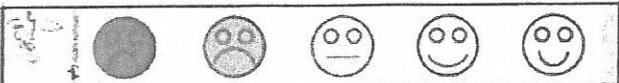
But

finir le plus vite possible.

Le 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

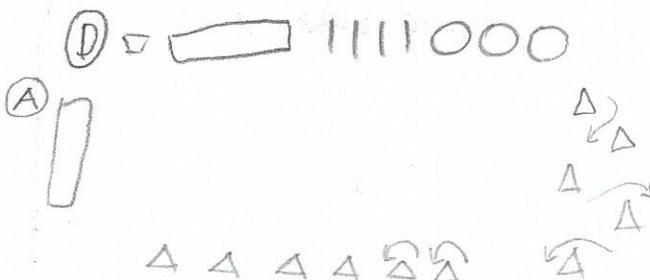
• Quel effort as-tu fourni ?

C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile



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