Rencontre E-Défis 2020-21  
*« Sport-Santé pour tous »*

L’USEP Isère reste dynamique et innove afin de continuer la vie sportive et associative sur le département, malgré le contexte sanitaire qui perturbe le fonctionnement des associations USEP. Les associations qui fonctionnent aussi sur le Hors Temps Scolaires sont directement impactées.

**Objectifs**

* Continuer la pratique du sport en dehors de l’école
* Accompagner les associations sportives USEP dynamiques en Hors Temps Scolaire
* Partager des défis sportifs avec d’autres familles

**Principes généraux**

* S’appuyer sur l’USEP départementale pour la coordination des E-Défis
* Accompagner les associations sportives USEP dynamique en Hors Temps Scolaire
* Toutes les activités peuvent se dérouler à domicile, seul ou en famille.

**Le E-Défi, c’est quoi ?**

* Pour participer au « E-Défi USEP 38 » il suffit de poster sa vidéo sur la plateforme mis à disposition par le comité départemental.
* Il y a 5 types de défi à relever pour s’engager dans le jeu :
  + **3 défis sportifs USEP,** pour continuer la pratique sportive à distance
  + **1 défi sportif LIBRE,** pour travailler l’imagination tout en faisant du sport
  + **1 défi ARTISTIQUE,** pour amener les adhérents à la réflexion : *L’USEP c’est…*
* Une seule plateforme de partage des données, contrôlée par l’USEP 38. **Un drive qui sera communiqué aux responsables des associations locales qui s’engagent.**
* Toutes les associations engagées dans le projet se verront offrir un kit Sport/Santé.

**Comment faire pour participer à ce projet ?**

1. Demande de [participation en ligne](https://isere.comite.usep.org/e-defi-2020/) à faire jusqu’au **vendredi 20 novembre 2020**
2. Votre association doit être [affiliée à l’USEP 38](https://isere.comite.usep.org/wp-content/uploads/sites/95/2020/09/Dossier-Affiliation-USEP38-Saison-2020.2021.pdf) pour l’année 2020/2021.
3. Les participants doivent avoir une licence USEP en cours de validité.
4. Le responsable de l’association reçoit le lien pour accéder au Drive de son association.
5. A partir du **lundi 23 novembre, et jusqu’au mercredi 16 décembre 2020**, les 5 défis commencent.
6. Le responsable de l’association partage alors le lien Drive aux adhérents participants.

**L’USEP départementale s’engage à :**

* Coordonner le projet à distance en créant la plateforme d’échange.
* Garder contact avec les associations.
* Proposer 3 défis sportifs.
* Offrir un kit Sport/Santé aux associations engagées.

**L’association participante s’engage à :**

* S’affilier à l’USEP 38.
* Licencier tous(tes) les participant(e)s
* Partager le Drive à ses adhérents
* Contribuer au drive pour faire vivre la rencontre connectée.
* Respecter le droit à l’image des participants.

**Contact pour accompagner ce projet départemental**

* Pascal Lacroix – Délégué départemental USEP38

*06 25 41 90 16*

[placroix@laligue38.org](mailto:placroix@laligue38.org)

**Pour aller plus loin…**

Toujours dans le but de vous accompagner le plus possible, le comité départemental propose l’organisation ci-dessous afin de faire vivre une expérience unique à vos adhérents.



**3 DEFIS SPORTIFS** – Pour continuer la pratique sportive à distance

**Présentation des 3 défis sportifs USEP** *(cliquer sur le nom de l’atelier pour découvrir les règles)*

[](https://isere.comite.usep.org/wp-content/uploads/sites/95/2020/11/21.-defi-C3-deplacement-menu.pdf)

[](https://isere.comite.usep.org/wp-content/uploads/sites/95/2020/11/21.-defi-C2-deplacement-pas-japonais.pdf)

[](https://isere.comite.usep.org/wp-content/uploads/sites/95/2020/11/33.-defi-C2-performance-sauter-a-lelastique.pdf)

**Echéancier**

*Le lien pour accéder au drive est envoyé par l’USEP 38 aux associations participantes.*

*Elles font suivre ce lien aux adhérents participants à la « E-Rencontre ».*









**1 DEFI LIBRE** – Pour travailler l’imagination tout en faisant du sport

**Organisation générale**

* Proposer un défi sportif, libre, en utilisant présentant les 4 éléments suivant :
  + Le but : ce que je dois atteindre.
  + La consigne : ce que je dois faire.
  + Les règles : ce que je dois respecter pour que l’atelier fonctionne
  + Le matériel : ce dont j’ai besoin pour mettre en place le jeu.
* Faire une vidéo dans laquelle le défi est relevé.
* Ceci va permettre à tout le monde de découvrir plein de défis et de les réaliser.

**Echéancier**

*Le lien pour accéder au drive est envoyé par l’USEP 38 aux associations participantes.*

*Elles font suivre ce lien aux adhérents participants à la « E-Rencontre ».*



**Organisation générale**

* Amener les adhérents à réfléchir sur la question : *« L’USEP c’est… »*
* Produire un dessin en art plastique en faisant apparaître ce début de phrase et y installer sa réponse à l’écrit et en expression libre.
  + Par exemple : « L’USEP c’est…PRENDRE DU PLAISIR ». Je dois faire un dessin qui fait apparaître ces termes à l’écrit et sous la forme artistique que j’imagine au travers ces mots.
* Toutes les productions seront publiées sur le [Facebook officiel](https://www.facebook.com/usep38/) de l’USEP 38.
* Il est possible de consulter toutes productions de votre association dans le drive du défi artistique.
* Enregistrer votre document en le nommant : **Prénom – Nom de l’association - Age**

**Echéancier**

*Le lien pour accéder au drive est envoyé par l’USEP 38 aux associations participantes.*

*Elles font suivre ce lien aux adhérents participants à la « E-Rencontre ».*

**1 DEFI ARTISTIQUE** – Produire une œuvre répondant à une réflexion

**IMPORTANT :**

Tous les licenciés, enfants et adultes, des associations USEP locales peuvent participer.

En publiant dans le Drive, merci de nommer votre production (vidéos, photos) de la manière suivante : **Prénom – Nom de l’association - Age**