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 CM2

Région : **Département :**

Commune : TOURS **Association USEP :**

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

Défi « récré athlé » :

Descriptif

1. réaliser un slalom
2. rouler le plus lentement possible
3. faire le tour complet du cerceau en passant au plus près.
4. rouler entre 2 cordes
5. ne transporter un objet
6. rouler sur une planche (un obstacle)

⇒ 6 points par parcours réalisé sans poser pied à terre.

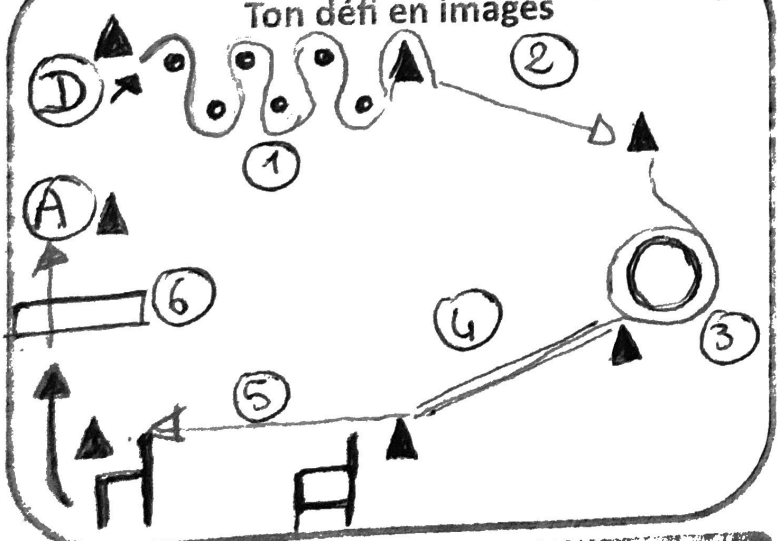
⇒ 3 points par parcours réalisé en posant le pied à terre.

Le défi

Matériel - 1 cerceau 1 planche
7 grands plots
6 petits plots
2 cordes
2 chaises ou tabourets
2 boites / des balles d

But Réaliser un parcours tenn sans poser pied à terre.

Ton défi en images

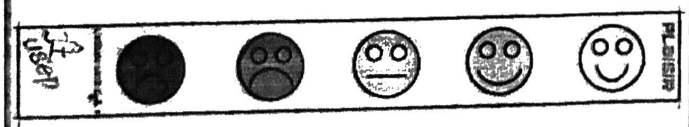


Envoie ton défi à : defirecre@laligue-usep.org

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