

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 CP

Région : AUVERGNE - RHÔNE - ALPES Département :

Commune : SAINT - ETIENNE

Association USEP : ASS La Vie 2

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : *maitresse.gonzalez@gmail.com*

Défi « récré athlé » : LE JEU DU RELAIS CERCEAU

Descriptif

- Faire 4 équipes (pour une classe)
 - Donner le départ
- La première équipe qui a fini a gagné.

Le défi

Mettre un pied dans chaque cerceau (en alternant), courir faire le tour du plot, mettre un pied dans chaque cerceau (en alternant), passer le témoin à celui de derrière

Matériel

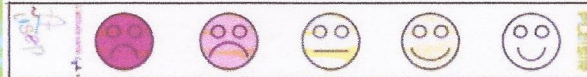
- 4 cerceaux ou les dessiner à la craie
- 1 plot
- 1 témoin

But Alternier chaque pied dans chaque cerceau, courir vite et l'équipe qui a fini en premier a gagné.

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 ?

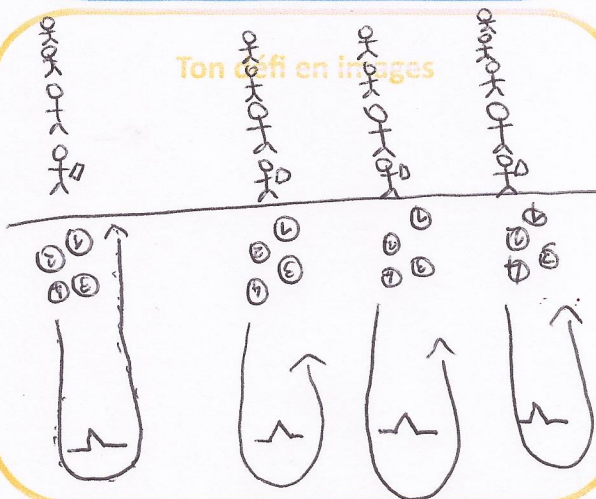
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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