

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 : CE2-CM1**

**Région : Auvergne Rhône-Alpes Département : Loire 42**

**Commune : St Etienne**

**Association USEP : ASS La Veüe 2**

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi : [ce2jacquotlaveue@gmail.com](mailto:ce2jacquotlaveue@gmail.com)

## Défi « récré athlé » : Saut vortex

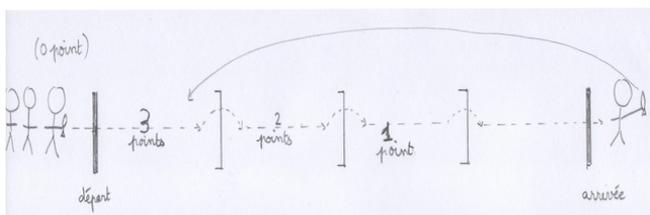
### Descriptif

Pendant 5 minutes, 2 équipes s'affrontent en relais sur 2 parcours constitués de 3 haies et d'une zone de tir de vortex.

### Le défi

Les 2 premiers de chaque équipe partent en même temps avec 1 vortex, sautent par-dessus les haies. Ils s'arrêtent dans la zone de tir, se retournent et lancent le vortex dans les zones délimitées par les haies. 1, 2 ou 3 points selon la zone d'atterrissage. Puis ils rapportent vite leur vortex aux suivants qui partent à leur tour.

### Ton défi en images



(dispositif en double, un pour chaque équipe)

### Matériel

6 haies - 2 vortex - bandes ou plots pour marquer le départ et les zones de tir - craies pour numérotter les zones.

### But

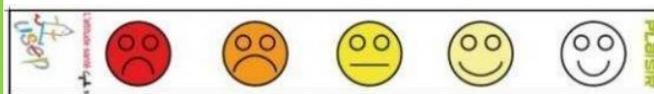
L'équipe qui a le plus de points a gagné.

**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

Envoie ton défi à : [defirecre@laligue-usep.org](mailto:defirecre@laligue-usep.org)