



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 Ce1

Région :

Département : Loire

Commune : Saint Etienne

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 » :

"Visez, Lancez !"

Descriptif

Trois équipes s'affrontent pour effectuer un lancer précis dans la zone qui vaut le plus de points. (4 zones matérialisées par les cerceaux pour chaque équipe)

Le défi

Le 1er élève de chaque équipe part, marche sur les baguettes court jusqu'au plot et lance son objet dans 1 zone passe le relais. Qd tout le monde est passé on compte les pts de chaque objet présent dans les zones de pts. + 3 pts pour l'équipe qui termine son relai en 1er, 2 pts pour la 2è, 1pt pour la 3è

Matériel

- 12 cerceaux
- 24 objets à lancer
- 3 plots pour indiquer la zone de lancer
- 3 plots pour indiquer le départ de la course

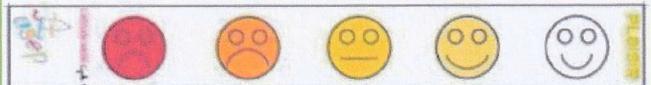
But

Lancer de manière précise l'objet

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?

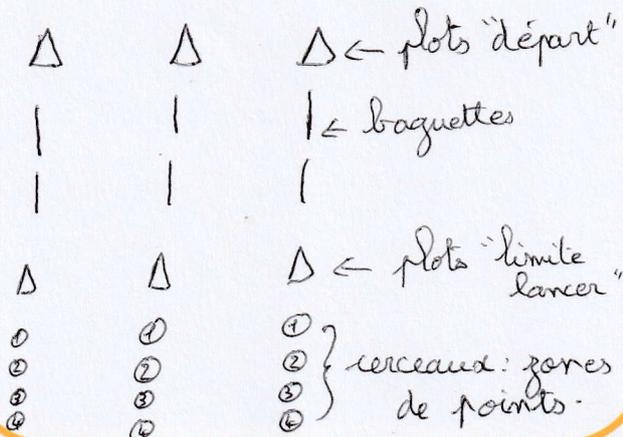
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

Ton défi en images



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