

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-CE

Région : BOURGOGNE FRANCHE COMTE      Département : 89

Commune : MONT Saint SULPICE      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 » :

Slalome et lance !

### Descriptif

Par équipe slalome autour des plots et lance la balle dans un cerceau le plus loin possible, reviens en courant taper dans la main de ton coéquipier.

### Le défi

L'équipe gagnante est celle qui marque le plus de points.

### Matériel

plots  
cerceaux  
balle lestée

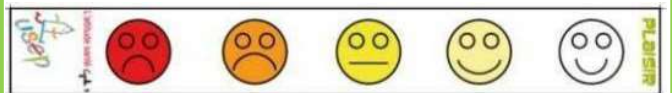
### But

marquer le plus de points

Le 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?

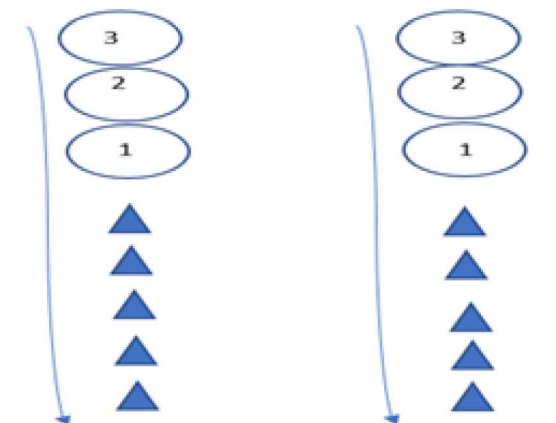
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

### Ton défi en images



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