

Le nom du « défi-récré » : La course de parcours

Descriptif

Marcher sur le trait puis sauter à pieds joints dans le cerceau et sauter par-dessus les plots, puis on court jusqu'à la ligne d'arrivée.

Un arbitre surveille les carrés.

Le défi

faire la course sur le parcours un contre un.

L'arbitre change de rôle après chaque parcours.

Matériel

4 cerceaux ou tracé au sol

4 plots ou tracé au sol

1 craie

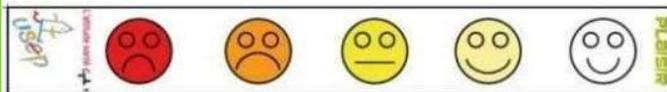
But

Être le premier à franchir la ligne d'arrivée.

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.

