

DÉFI SPORTIF CLASSE

PRÉSENTATION DU DÉFI



CYCLE 3

ORGANISATION



Matériel : Libre.

Objectif : Créer collectivement un défi sportif classe. Partager cette ressource avec l'USEP 17 et les classes de ma poule.

Descriptif : Créer une fiche « Défi sportif classe »

LE DÉFI



Ce «défi sportif classe » va vous donner l'occasion d'imaginer un atelier sportif qui sera proposé et réalisé par les élèves des classes de votre poule.

Dans le même temps, vous allez aussi recevoir les défis des autres classes que vous pourrez réaliser à votre tour.

Ce défi sportif, auquel vous donnerez un nom, peut être une variante d'un des défis proposés par l'USEP ou une épreuve de votre choix.

Pour que ce défi classe soit bien compris par les autres élèves de votre poule, vous allez le décrire, l'expliquer le plus précisément possible à l'aide la fiche « Défi sportif classe ».

Une photo, un dessin, une vidéo sont des outils et une aide à la compréhension de votre atelier sportif, n'hésitez pas à les utiliser.

JE NOTE LE SCORE



J'envoie ma fiche « Défi sportif classe » par mail à l'USEP 17 et aux classes de ma poule. À réception de la fiche « Défi sportif classe », l'USEP 17 validera les points de ce défi pour la classe concernée.

POUR ALLER PLUS LOIN



> [À l'USEP, l'athlétisme ça se vit !](#)

> [La boîte à « défis créés »](#)

DÉFI SPORTIF CLASSE



NOM DU DÉFI : Le rapido de l'USEP 17

CYCLE 3

NOM DE L'ÉCOLE : École primaire Louis Pasteur

NOM ET PRÉNOM DE L'ENSEIGNANT(E) : Carole Samson

NOMBRE D'ÉLÈVES ET NIVEAU DE CLASSE : 28 élèves / CM1

NUMÉRO DE POULE : 12



DESCRIPTION DU DÉFI



VOIR SCHEMA EN PAGE 2

But : réaliser le parcours tracé à la craie en moins de 4 minutes

Objectif : enchaîner des courses et des sauts

Critères de réalisation :

Sur le tracé du U : courir en montant les genoux

Sur le tracé du S : sauter à cloche-pied

Sur le tracé du E : courir jambes tendues

Sur le tracé du P : sauter en pas chassés

Au signal, le 1er enfant démarre le parcours sur le tracé du U, le suivant commence lorsque le précédent est sur le E.

Celui qui chronomètre arrête le temps lorsque le dernier élève a franchi les plots de sortie.

Variables: Possibilité de construire plusieurs parcours

MATÉRIEL NÉCESSAIRE



4 craies (idéalement 1 bleue, 1 orange, 1 rouge, 1 verte) pour tracer le parcours, des plots pour marquer l'entrée et la sortie du parcours, un chronomètre, une règle de 1 mètre

COMMENT COMPTER LES POINTS ?



Moins de 4 minutes : 5 points

Moins de 3 minutes 30 : 10 points

Moins de 3 minutes : 15 points

DURÉE DU DÉFI



Temps maximum : 4 minutes