




Semaine du 16 au 20 mars 2020

AUTRES DISCIPLINES	EPS 	Réalise en famille ton 1er « défi-Récré » au cours de ta semaine. L'USEP est à l'initiative de cette ressource avec comme référent sportif, un athlète français : Christophe Lemaître. Il est important que tu prennes conscience de la nécessité d'une pratique physique quotidienne même durant cette période sans précédent, « Au moins 60 min d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour ».
		<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; text-align: center;"> DÉFI-RÉCRÉ N°1  </div> <div style="padding: 5px;"> C'est le sprinter français Christophe Lemaître, médaillé olympique à Rio 2016 sur 200 m, qui lance le 1er "défi-récré" aux élèves de la classe. https://usep.org/index.php/2018/01/20/la-boite-a-defis-recre/ </div> </div>
		Tous les défis seront présentés de la même façon : une fiche sera annexée en PJ au mail envoyé.
		<p>Voici les différentes étapes auxquelles tu te devras te livrer :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- <i>Prends connaissance de la fiche Défi-Récré.</i> 2- <i>Mets en place le matériel nécessaire au défi ou adapte si besoin.</i> 3- <i>Invite ta famille et explicite-lui les consignes.</i> 4- <i>Chaque personne réalise le ou les défis.</i> 5- <i>Prends des notes et/ou une photo et/ou une vidéo (Tu as le droit d'être non reconnaissable pour ne pas divulguer ton identité, ta famille aussi !)</i> 6- <i>Remplis ta « Fiche bilan EFFORT » si tu peux l'imprimer ou utilise ton carnet de bord pour rédiger ce bilan.</i>
		<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="background-color: #cccccc; padding: 5px; text-align: center;"> DÉFI-FAMILLE  </div> <div style="padding: 5px;"> Seras-tu créatif avec ta famille pour inventer un nouveau défi ? Complète la fiche « Défi-Récré Famille » et envoie-la sur le mail de classe ! À vous de jouer ! Une fois toutes les fiches « Défi-Récré Famille » reçues, je vais vous proposer de vivre au quotidien ces défis ! Nous éditerons ensuite notre petit livret de classe !!! Bonne recherche </div> </div>

