

## Le défi APQ en récré



### FORMULAIRE

Avec ta classe, propose un **défi « récré APQ »** à d'autres enfants USEPiens qui, comme toi, sont attentifs à leur santé et « bougent » à la récré.

#### CARTE d'IDENTITE de ta classe — Niveau

Région :

Département :

Commune :

Association USEP :

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi :

#### Défi « récré APQ » :

Descriptif

Le défi

Ton défi en images

Envoie ton défi à :

[usep.val.doise@outlook.fr](mailto:usep.val.doise@outlook.fr)

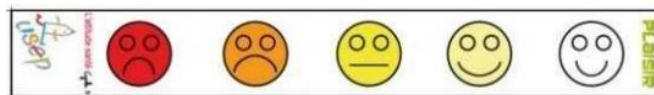
Matériel

But

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

USEP Val d'Oise

41 rue de Chars

95520 OSNY

01.30.38.67.84

[usep.val.doise@outlook.fr](mailto:usep.val.doise@outlook.fr)

[www.usep95.com/](http://www.usep95.com/)

Association régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901

SIRET N° 413 177 577 000 25 – Code APE 9312Z

Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré

LA LIGUE DE  
L'ENSEIGNEMENT  
FÉDÉRATION VAL D'OISE