



## Deuxième E-rencontre USEP 35



### Rencontre Cycle 2 et 3

#### Une rencontre USEP de classes à distance :

L'USEP (Union sportive de l'école primaire) est la fédération sportive scolaire de votre enfant. Notre objectif est de former des citoyens sportifs en complémentarité de l'enseignement de l'EPS. Pour cela, nous organisons chaque année des rencontres sportives pour vos enfants.

Pendant le confinement, l'USEP 35 vous propose une autre forme de rencontre virtuelle : la E-Rencontre. Après la première E-rencontre d'avril, voici la E-rencontre n°2.

**Celle-ci est ouverte aux classes de cycle 2 et cycle 3.**

#### Principe :

1/ L'enseignant inscrit sa classe à la e-rencontre USEP 35 avant le dimanche 3 mai au soir, par le biais du formulaire suivant en précisant le nom de son école, son nom, le niveau de sa classe, et le nombre d'élèves.

#### [Formulaire d'inscription enseignant](#)

2 / Votre enfant réalise pour le compte de sa classe une série de 5 défis sportifs entre le lundi 4 mai et le dimanche 10 mai. (DAQ- défis d'activité quotidiens réalisés par le comité départemental USEP d'Essonne)

3/ Vous indiquez ses performances grâce au formulaire en ligne (en bas de cette page). Votre enfant peut ainsi contribuer à faire progresser le score collectif.

#### [Formulaire d'enregistrement des résultats enfants](#)

4/ A partir du 11 mai, l'enseignant de la classe reçoit le résultat de la E-rencontre

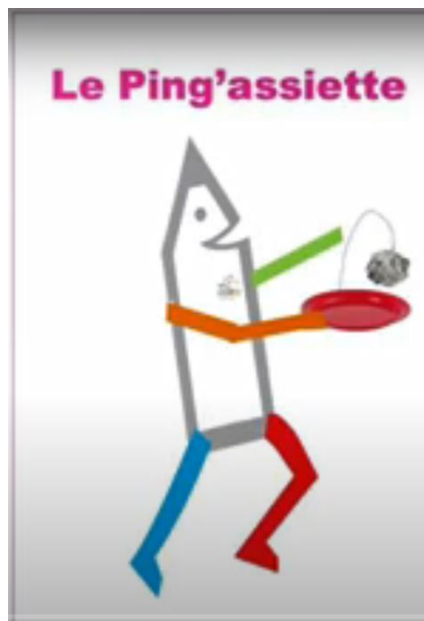
Attention : tous les défis proposés doivent être réalisés en respectant scrupuleusement les consignes sanitaires du gouvernement, ainsi qu'en respectant les règles du défi.

L'objectif est d'atteindre le score le plus élevé possible dans chaque classe de manière à avoir un score cumulé sur l'ensemble du département le plus haut possible. C'est le nombre de points total obtenu par l'ensemble des participants qui sera rendu public sur le site de l'USEP 35 et sur la page Facebook USEP 35.

**A vous de jouer !**

L'ensemble des défis proposés dans le cadre de cette €-rencontre sont issus des Défis d'Activité Quotidien, réalisés par le comité départemental USEP d'Essonne, et présentés sous la forme de vidéos DAQ, [en ligne sur leur site internet](#) . Nous tenons à remercier l'USEP 91 pour ce travail que nous utilisons aujourd'hui dans le cadre de la deuxième €-rencontre USEP 35. Chaque défi sera présenté ci-dessous en version écrite, ainsi qu'avec le lien de la vidéo.

## *Défi n 1 : le défi Ping assiette.*



Objectif: Réaliser en 30 secondes le plus grand nombre de jongles.

Matériel : Une assiette, une feuille de papier.

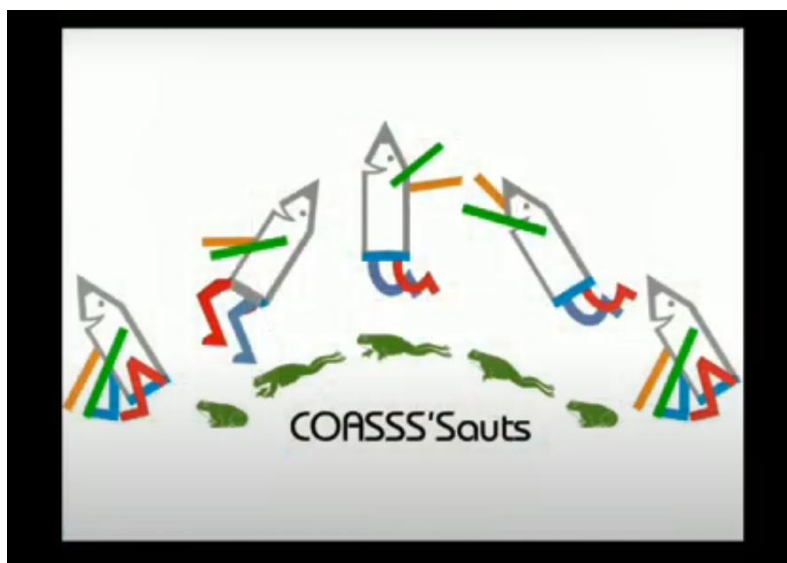
Entraînez-vous et ne gardez que votre meilleur score !

## Exemple en vidéo – DAQ n°2

Score : le nombre de dribbles réalisés.

*Votre enfant obtient ainsi son résultat n°1.*

## Défi n°2 : le triple saut de grenouille.



Objectif: Réaliser en 3 sauts la distance la plus longue possible.

Matériel : Un mètre (dans l'idéal 5m) pour mesurer

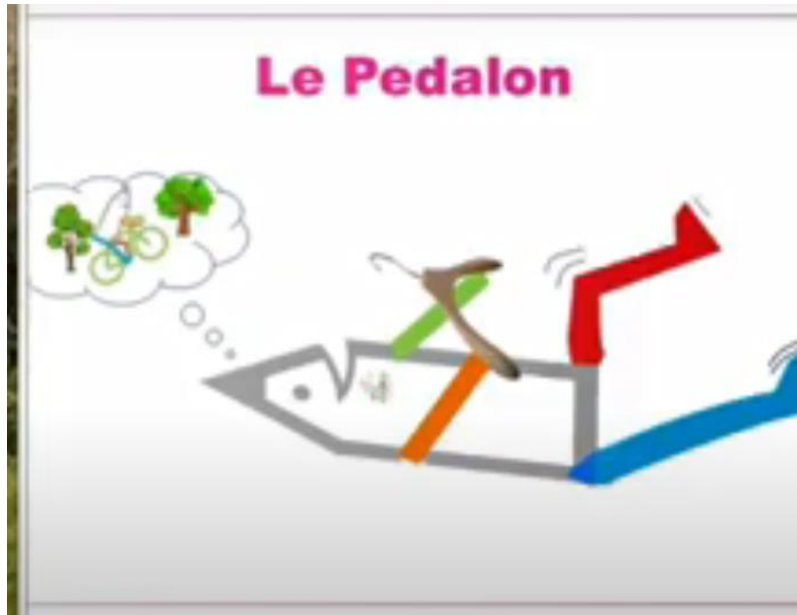
Entraînez-vous et ne gardez que votre meilleur score !

### Exemple en vidéo – DAQ n°5

Score : la distance atteinte en 3 sauts lors du meilleur essai (résultat compris entre 0 et 5). Pour enregistrer votre score dans le formulaire, notez-le sous sa forme décimale (1m50 = 1.5).

*Votre enfant obtient ainsi son résultat n°2.*

## Défi n°3 : Le Pédalon



*Objectif : réaliser en 30 secondes le plus grand nombre de tours de pédale virtuels.*

*Matériel : un cintre pour faire le guidon.*

## Exemple en vidéo – DAQ n°8

Score : le nombre de tours de pédale virtuels réalisés en 30 secondes.

*Votre enfant obtient ainsi son résultat n°3*

## Défi n°4 : Jeu d'osselets



*Objectif : réaliser en 30 secondes le plus grand nombre de lancers réussis.*

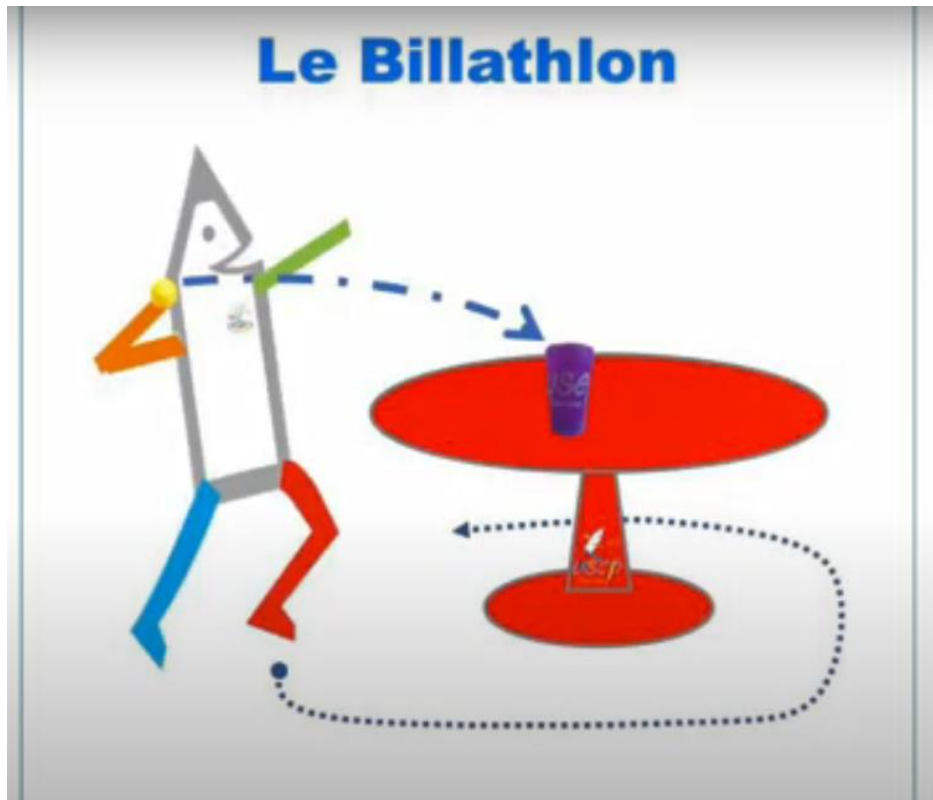
*Matériel : Pour ceux qui ont des osselets, vous pouvez jouer avec des vrais osselets. Sinon des cailloux font très bien l'affaire. Si pas de cailloux, des boules de papier aluminium font l'affaire.*

## Exemple en vidéo – DAQ n°21

Score : Le nombre de lancers réussis.

*Votre enfant obtient ainsi son résultat n°4*

## Défi n°5 : Le Billathlon



*Objectif : Réaliser le plus de lancer + tour de la table en 1 minute.*

Matériel : une table, une bille ou boule de papier aluminium, un gobelet (de préférence de type éco-cup).

### Exemple en vidéo – DAQ n°3

Score : le nombre de lancers réussis en 1 minute (après chaque lancer, faire le tour de la table).

*Votre enfant obtient ainsi son résultat n°5*