



PARTICIPEZ A UNE E-RENCONTRE

PRÉSENTATION

L'USEP (Union Sportive des écoles publiques) est la fédération sportive scolaire du premier degré.

Notre objectif est de former des citoyens sportifs et de dynamiser l'enseignement de l'EPS au travers de rencontres sportives rassemblant des classes ou des associations d'écoles. Ces rencontres, sur le temps scolaire ou hors-temps scolaire, permettent aux enfants de développer des compétences sportives et sociales.

Malheureusement, la fermeture des écoles et le confinement lié au Covid-19 ont stoppé toutes nos activités durant une période encore indéterminée. Les enfants ont toujours besoin de bouger et de garder du lien avec leurs camarades.

Reprenant une idée originale de l'USEP 66, l'**USEP 71** vous propose une autre forme de rencontre: **l'e-Rencontre, une rencontre virtuelle où chaque enfant va participer pour sa classe et son district.**

PRINCIPE

1/ Jusqu'au 20 avril, l'enseignant de la classe de votre enfant [s'inscrit à l'E-Rencontre Usep](#). Ce projet est ouvert à toutes les classes usépiennes ou non des écoles publiques de Saône et Loire.

2/ Au plus tard le 30 avril, votre enfant réalise pour le compte de sa classe et /ou de son secteur Usep une série de 4 défis sportifs, 1 défi artistique et 1 défi culturel. Vous, parents, vous validez les défis réalisés grâce au formulaire en ligne accessible à l'adresse : [formulaire réponse](#). **Nous vous faisons confiance pour la validation des résultats.** Grâce à sa participation, votre enfant peut contribuer à faire gagner une dotation en matériel sportif à son école ou son secteur.

3/ À compter du 4 mai, vous recevrez par mail une récompense numérique pour votre enfant et les résultats de l'e-Rencontre USEP.

Tous ces défis sont une occasion de pratiquer une activité physique. Mais ces défis constituent de **nouvelles activités** face auxquelles les élèves peuvent s'interroger. **Ne pas hésiter à les laisser expérimenter ces situations et recommencer plusieurs fois si nécessaire. Tout défi réalisé en respectant les consignes est validé.**



Attention : tous les défis proposés doivent être réalisés en respectant scrupuleusement les consignes sanitaires du gouvernement.

A VOS MARQUES, PRETS..... DEFIEZ-VOUS !

Cliquez sur le titre du défi pour trouver une illustration ou sur l'étoile pour voir une vidéo.

DÉFI N° 1 : [Le sporthographe](#)

But : Reproduire et enchaîner les exercices qui correspondent aux lettres de l'expression « DEFI USEP »

Matériel : Fiche de l'activité sporthographe

.....

DÉFI N° 2 : Basket – Le tir au panier

But : Lancer pour marquer des paniers.



Matériel : un panier, un ballon ou à défaut un seau ou un panier à linge et des chaussettes roulées en boules.

Variables :

- Maternelle: votre enfant effectue 10 lancers réussis dans un seau situé à une distance de 1,50m.
 - CP, CE1, CE2 : votre enfant effectue 15 lancers réussis dans un seau situé à une distance de 2m.
 - CM1 et CM2 : votre enfant effectue 15 lancers réussis dans un seau situé à une distance de 3m.
-

DÉFI N° 3 : Jeu traditionnel – Les déménageurs

But : Transporter des objets (un à un sur un plateau) en un temps donné.



Matériel : 2 caisses, plusieurs objets de différentes tailles et matières (non fragiles), un plateau (morceau de carton...), un chronomètre.

Variables :

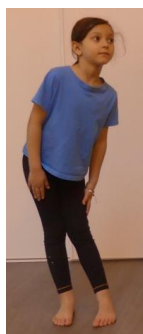
- Maternelle : parcours de 5m sans obstacle. 6 objets en 1 min.
 - CP, CE1, CE2 : parcours de 10m sans obstacle. 7 objets en 2 min.
 - CM1, CM2 : parcours de 10m avec un obstacle à sauter ou à éviter. 7 objets en 2 min.
-

Défi n°4 : Reproduire des postures corporelles

Ce défi se réalise en deux temps :

- **reproduire le plus fidèlement possible** les postures corporelles des photos ci-dessous et **les maintenir pendant 10 s.**
- **les enchaîner**, dans l'ordre que l'on veut (de mémoire pour les cycles 2 et 3)

L'entraînement et la répétition peuvent être nécessaires pour stabiliser ces positions.



Cette activité est l'occasion d'un moment de langage et d'observation précise des images.

Vous pourrez nous envoyer vos photos, si vous acceptez qu'elles soient diffusées (site d'école, site USEP, presse locale) à l'adresse suivante e.rencontre.usep71@gmail.com

.....

Défi n° 5 : L'épreuve culturelle pour les plus grands ! à partir du CE2 (répondre en famille)

Testez les connaissances de votre enfant (et les vôtres !) sur l'Olympisme grâce aux [jeux en ligne des Incollables](#)

Le défi est validé si le score obtenu est égal ou supérieur à 12/20. Rien ne vous empêche de rejouer plusieurs fois.

.....

Défi n°6 : Production artistique "1 dessin pour 1 merci"

Afin de saluer l'engagement de **tous les personnels au service des autres** et notamment les personnels soignants, nous invitons les enfants à produire un dessin, accompagné pour les plus grands d'un court texte ou d'un poème (3 lignes) ou toute autre idée. Nous nous engageons à diffuser les productions des enfants aux personnels concernés en local.

Vous photographierez la production et nous la transmettez à l'adresse suivante e.rencontre.usep71@gmail.com

A VOUS DE JOUER

Si vous rencontrez des difficultés ou avez des questions, des remarques, n'hésitez pas à nous joindre à l'adresse suivante e.rencontre.usep71@gmail.com

Et merci de votre participation !