

# AGIR ET DEVELOPPER SA MOTRICITÉ

(cycles 1 et 2)

## Les défis maison de l'USEP28



Observe bien les deux vidéos et essaient de reproduire ces mouvements.  
Tu peux les recommencer autant de fois que tu le souhaites et même en créer de nouveaux en t'inspirant des premiers parcours testés.  
Chaque situation peut être complexifiée pour des élèves plus âgés en laissant moins de temps, en donnant plus d'objets ou en augmentant les distances !

Chaque défi dure environ une minute et il ne faut pratiquement aucun matériel.

Première vidéo :

[https://www.youtube.com/watch?v=TdHFXXyH\\_zg](https://www.youtube.com/watch?v=TdHFXXyH_zg)

Seconde vidéo :

<https://www.youtube.com/watch?v=IUk5qdAF-JI>