



## « Les défis sportifs du lundi et du jeudi »

### Le défi n°3 du lundi 06 avril : « Le chrono-bowling »



**Matériel nécessaire :** 1 paire de chaussettes roulée en boule, quatre « quilles » (quilles, bouteilles plastiques vides, briques de lait vides...) et un objet pour matérialiser la zone de lancer.

**Déroulement du défi :** Sur un temps donné, lance la paire de chaussettes le plus de fois possible pour faire tomber un maximum de quilles, à chaque lancer.

⚠ Va remettre les quilles en place et récupère ta paire de chaussettes le plus vite possible entre chaque lancer pour réaliser la meilleure performance au défi. Comptabilise le nombre de quilles tombées lors de ton défi (tu peux te faire aider).

Niveaux de classe		Distance (zone de lancer/quilles)	Temps du défi
<b>PS</b>	Tu peux te faire aider pour remettre les quilles en place	1 mètre	1 minute
<b>MS/GS</b>		1,5 mètre	1 minute 30 secondes
<b>CP/CE1</b>		2 mètres	2 minutes 30 secondes
<b>CE2</b>		3 mètres	3 minutes
<b>CM1/CM2</b>		5 mètres	5 minutes
<b>Et pour les plus grands (enfants, adultes)</b>		5 mètres	5 minutes

Avant de réaliser le défi, tu peux t'entraîner pour nous envoyer ton meilleur résultat.

**Tu pourras partager, si tu le souhaites, le résultat de ton défi (jusqu'au 08 avril 20h00) en complétant le questionnaire accessible sur le lien suivant :** <https://w3.ac-rouen.fr/enquetetab/index.php/925796/lang-fr>

Pour toute question ou information complémentaire : [cpdeps76@ac-rouen.fr](mailto:cpdeps76@ac-rouen.fr) et/ou [usep76@ac-rouen.fr](mailto:usep76@ac-rouen.fr).

**Le défi n°4 te sera proposé le jeudi 09 avril 2020**