



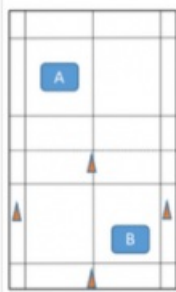
CHALLENGE UNSS: Semaine 3

publié le 11/12/2020

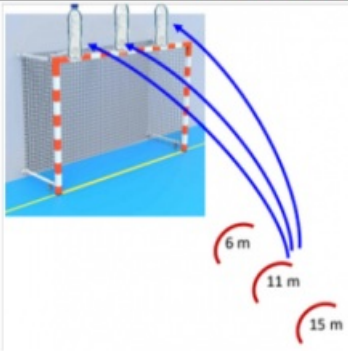
Et voilà les défis de la semaine 3.

Par équipe de 3

BADMINTON

Marquer le + de points sur 5 essais	
	<p>Dispositif : 2 raquettes 4 plots</p> <p>Descriptif :</p> <ul style="list-style-type: none">▶ A engage sur B. Après sa frappe B touche un plot avec sa raquette et ainsi de suite. L'échange se poursuit jusqu'à rupture de l'échange (volant au sol, dans le filet...). <p>Si pas d'échange ou plot non touché = pas de point marqué</p> <p>5 essais</p> <p>Interdit de toucher 2 fois de suite</p> <p>Plot du fond = 2 pts Autres plots = 1 pt</p>

ULTIMATE

Marquer le maximum de points en 5 lancers	
	<p>Dispositif : Un frisbee 2 plots posés sur un banc (pas sur un but)</p> <p>Descriptif :</p> <ul style="list-style-type: none">▶ 5 lancers chacun.▶ quand 1 plot tombe le joueur marque de 1 à 5 points▶ le joueur choisit sa distance de lancer▶ Distance – points: 5m = 1 point 8m = 3 points 11m = 5 points

A mardi pour les 6eme et jeudi pour les 5eme / 4ème !!!!