

Un jour

UNE BONNE IDÉE

Alors, on joue ?

**JEU : PARCOURS MOTEUR****DUREE** : 30 min**MATERIEL** :

- Des draps
- De la corde ou une grosse ficelle
- De la craie
- Des petits objets à dissimuler sous les lits
- Des cerceaux
- Des tapis de différentes tailles
- Adaptez le parcours avec le matériel que vous avez à disposition

EXPLICATIONS :

- Préparez le parcours moteur avec votre enfant en lui expliquant les règles du jeu
- Disposez des chaises de différentes tailles sous lesquelles il pourra ramper ou les escalader
 - Disposez des tapis des petites serviettes au sol des cerceaux sur lesquels il pourra sauter
 - Dessinez au sol avec une craie des cercles et des croix pour que votre enfant puisse sauter dessus
- pourquoi pas une marelle !
- Disposez de petits objets sous son lit et votre enfant pourra ramper et les récupérer
- vous pouvez également mettre un drap sur des chaises pour faire un tunnel
- vous pouvez attacher des cordes entre les chaises pour que les enfants rampent en dessous.
- Veillez à rester à côté.

**POSITIONNEMENT CONSEILLE :**

Le parcours devra être adapté au niveau d 'habilité de votre enfant

Expliquez à votre enfant les dangers et interdits

Ce parcours peut se faire avec l'aide d'un adulte

Ne laissez pas votre enfant seul

ASTUCES

Ce parcours peut également se faire dans le jardin

Il peut aussi se faire avec un fond musical .

Les bassines ou autres grands contenants peuvent remplacer les cerceaux

Ce parcours aidera votre enfant à travailler son agilité et son équilibre

<https://m.youtube.com/watch?v=Pz7idCd6Zs0&feature=youtu.be>