

IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : **lundi**

au **vendredi**

2020

☒ 1-4P (4 à 8 ans) ☐ 5-8P (9 à 13 ans) ☐ 9-11S (13 à 15 ans) ☐ PLUS (tous âges)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : Bouger comme les animaux avec un dé.

Activité créée par Alice Pagani

Consigne / Descriptif :

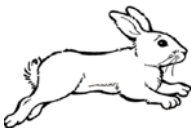
As-tu envie de bouger ? Voici un dé pour imiter les animaux.

1. Comment créer le dé

- Imprime le document en annexe avec le dé qui te convient.
- Découpe la forme du dé en suivant les contours.
- Plie le dé en suivant les lignes.
- Donne la forme à ton dé et colle toutes les faces du dé en mettant la colle sur les onglets 

2. Comment jouer :

- Trouve un espace assez grand pour jouer
- Lance le dé et imite l'animal qui est sur l'image.
- Durée du jeu : tu peux décider de faire un ou plusieurs aller/retour ou de compter par exemple jusqu'à 10 avant de lancer de nouveau le dé.

Quel animal ?	Comment ?						
MARCHER comme un canard 	S'accroupir et marcher en avant en restant petit : 						
REBONDIR comme un lapin 	Poser les mains au sol puis approcher les pieds et sauter : <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> https://evofitness.ch/fr/tutoriel-sauts-de-lapin/	1	2	3			
1	2	3					
							
SAUTER comme une grenouille 	S'accroupir et sauter : 						

AVANCER comme une araignée 	Avancer / reculer à 4 pattes sans poser les genoux au sol : 
RECULER comme un crabe 	Soulever le bassin et essayer de reculer en gardant cette position :  Si c'est trop difficile tu peux poser le bassin au sol.
RAMPER comme un crocodile 	A plat ventre, s'aider avec les bras et les jambes pour ramper comme un crocodile : 

Remarques :

En annexe tu trouves le dé à imprimer pour bouger comme les animaux. Si tu le souhaites, il y a aussi un dé en noir et blanc pour que tu puisses colorier les animaux.

Tu peux défier tes frères et sœurs ou tes parents... qui arrive le mieux à imiter les animaux ?

Est-ce que tu connais d'autres animaux ? Oui ? Alors bouge comme l'animal que tu aimerais imiter et laisse deviner à ta famille de quel animal il s'agit 😊. Si tu as envie, tu peux dessiner les animaux sur le dé qui est vide et créer un nouveau dé pour bouger !

Pour aller plus loin (références et liens) :