




IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : lundi	4 mai	au vendredi	8 mai	2020
<input type="checkbox"/> 1-4P (4 à 8 ans)	<input type="checkbox"/> 5-8P (9 à 13 ans)	<input type="checkbox"/> 9-11S (13 à 15 ans)	<input checked="" type="checkbox"/> PLUS (tous âges)	

TITRE DE L'ACTIVITÉ : Equilibre

<p>Consigne / Descriptif :</p> <p>Voici quelques situations pour jouer autour de l'équilibre .</p> <p>Toutes ces situations se feront avec plus ou moins d'aide, de guidance selon l'enfant.</p>		
Construction d'une tour.	<p>Construire ensemble une tour (avec des gobelets en plastique, papiers toilette,...).</p> <p>Et s'amuser à la détruire avec les différentes parties du corps (pieds, mains, épaules,...).</p>	
Ballons de baudruche.	<p>1 : Assis ou allongé sur le dos, faire rebondir un ballon de baudruche sur les différentes parties du corps.</p> <p>2 : Essayer de faire rebondir (en guidance si besoin) le ballon le plus de fois possible sur les mains, les pieds.</p>	
Equilibre assis	<p>L'enfant est assis, on le pousse légèrement sur le côté pour créer un déséquilibre.</p> <p>Faire bien attention à ce qu'il ne bascule pas.</p>	

Déménageur.

A 4 pattes (l'adulte peut l'aider à tenir selon les capacités), l'enfant doit se déplacer avec un objet (livre, doudou,...) sur le dos.



Remarques :

Pour aller plus loin (références et liens) :