

BOUGEONS ENSEMBLE !

PS : Petite Section – MS : Moyenne Section – GS : Grande Section

Déplaçons des objets : Prolongement.



:

- Rassembler avec votre enfant, plusieurs peluches, doudous ou autres objets « non fragiles » (des jouets incassables, des paires de chaussettes enroulées en boule) dans un panier ou un sac (un pull en guise de sac) que vous laissez dans la chambre de votre enfant.

Pour les PS – MS - GS :

Variante 1 :

- **L'enfant doit transporter en marchant à l'aide d'un plateau un seul objet à la fois vers un autre endroit de la maison.**
- Quand le panier est vide, l'enfant doit ramener de la même façon chaque objet vers la chambre.

Variante 2 : Transporter uniquement les peluches.

- **L'enfant doit transporter en marchant au moins une peluche sur sa tête, sans les mains, sans la faire tomber au sol, vers un autre endroit de la maison.**
- L'enfant doit la ramener de la même façon vers la chambre.

Bouger son corps en rythme : Amusons-nous !

Apprendre une chorégraphie. Musique lente à plus rapide.

<https://safeYouTube.net/w/1U27>

1-Visionner la chorégraphie sans bouger (plusieurs fois).

2-Apprendre chaque mouvement de la chorégraphie sans musique.

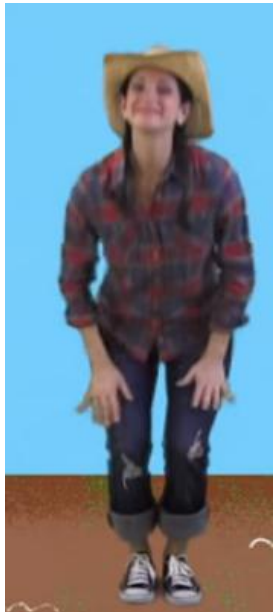
L'objectif étant que l'enfant puisse réaliser chaque mouvement à son rythme.

Démarche :

- a) Apprendre le 1^{er} mouvement : Bras tendus vers l'avant, fermer et ouvrir les poings (4 fois).



b) Apprendre le 2^{ème} mouvement : jambes pliées, mettre les mains sur les cuisses puis lever les bras. (Mouvement répété 2 fois)

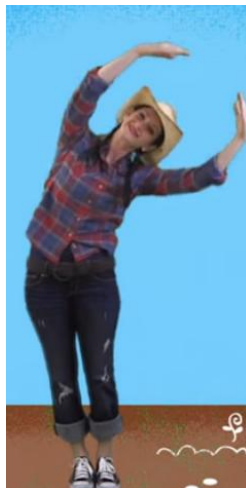
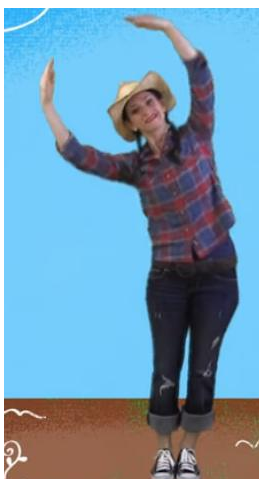


c) Enchaîner le 1^{er} et le 2^{ème} mouvement. Répéter plusieurs fois.

d) Apprendre le 3^{ème} mouvement : Bras tendus au dessus de la tête en position couronne



Se pencher vers la droite puis vers la gauche. (Mouvement répété 2 fois)



- e) Enchaîner le 1^{er} mouvement, le 2^{ème} mouvement et le 3^{ème} mouvement. Répéter plusieurs fois.
- f) Apprendre le 4^{ème} mouvement : marcher sur place en balançant les bras.



3-Enchaîner tous les mouvements de la chorégraphie sans la musique.

4-Enchaîner tous les mouvements de la chorégraphie avec la musique.

Difficulté : La musique va de plus en plus vite. Les mouvements sont donc réalisés de plus en plus rapidement.

Vous pouvez si vous voulez, **apprendre** ensuite **une nouvelle chorégraphie** à votre enfant :

Apprendre une chorégraphie. Plus de positions.

<https://safeYouTube.net/w/GV27>

BONNES VACANCES