

PARCOURS DE L'AVENTURIER

Pour exercer la force de ses bras, sa coordination et sa souplesse

Créez un parcours au sol à l'aide de chaises, de table et de couvertures, de coussins, divers objets..

marcher autour des bouteilles



Sauter au dessus de chaque coussin



Grimper sur les chaises



Marcher sur une corde, ceinture, bande collante...



Ramper sous la table



Lancer des objets dans le panier

Balle, doudous, petits objets légers...



Pour terminer la séance un petit retour au calme

1. Demander à votre enfant ce qu'il vient de faire. Verbalisation des verbes d'action
—> **marcher/sauter/grimper/ramper/ lancer**
2. Appréciez avec lui l'écoute d'une musique calme.