

Bonjour les copains,

J'espère que vous allez bien ainsi que votre famille. En tout cas, vous me manquez beaucoup. Je me doute bien qu'en cette période de confinement vous avez envie de bouger mais que ce n'est pas toujours évident. Je vous ai préparé quelques activités à faire à la maison avec un peu d'aide de papa et/ou maman. Vous êtes prêts? C'est parti..

- Ateliers : sauter

° Sac à sauter :

Prends un sac de course réutilisable (assez solide). Mets toi dedans, tiens toi aux poignées. Saute d'un point A à un point B.



° Sauter sur des empreintes en respectant le sens :

Imprime les empreintes de pieds (voir annexe) ou réalise les tiennes sur des feuilles. Quand c'est fait, colle les sur le sol pour éviter de glisser avec des buddies ou du papier collant.

Saute de feuille en feuille en respectant le sens des pieds.



° Sauter sur des empreintes de pieds et de mains :

Imprime les empreintes de pieds et de mains (voir annexe) ou réalise les tiennes sur des feuilles. Quand c'est fait, colle les sur le sol pour éviter de glisser avec des buddies ou du papier collant.

Saute de feuille en feuille en respectant la positions des pieds et des mains.



- Ateliers : lancer

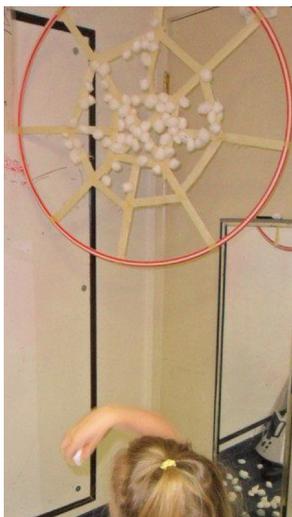
° Chamboule-tout :

A l'aide de 3 balles, fais tomber des boîtes de conserve empilées (voir la photo)
Pour ajouter de la difficulté mets-toi de plus en plus loin pour lancer.



° La toile d'araignée :

Avec du gros scotch confectionne avec papa et maman une toile d'araignée.
Ensuite fais quelques boules avec des mouchoirs, du papier toilette ou même des boules de coton, et lance les sur la toile d'araignée.



° Oeufs de Pâques :

Tu as des balles de couleurs ? C'est parfait, vas vite les chercher!
Madame la poule a besoin de ton aide, lance les oeufs de différentes couleurs dans les bons paniers.



- Ateliers : équilibre

° Les échasses :

Avec 2 grosses boîtes de conserve et de la corde, il y a moyen de t'en fabriquer (voir photo). S'il fait beau, vas dehors et fais toi un chemin avec un craie. Ensuite chausse tes échasses et suis ton chemin. S'il ne fait pas beau, tu peux le faire dans la maison et t'entraîner à marcher avec. Attention de ne pas tomber!



° Promenons-nous... :

S'il fait beau : demande à papa ou maman de tracer des courbes, des lignes verticales et horizontales, des chemins différents.. Pour les M2/M3, tu peux essayer de le faire toi-même. Marche en équilibre sur la ligne sans mettre un pied sur le côté.

S'il ne fait pas beau : fais la même chose mais avec du scotch sur le sol.



- Travaillons avec nos pieds :

° Assieds toi sur une chaise et mets devant toi une boîte remplie de balles. Uniquement à l'aide de tes pieds, déplace les dans une autre boîte qui se trouve juste à côté.



° Prends 2 petites bouteilles d'eau et attache une corde entre elles. Sur la corde, pose des rubans de couleurs. A l'aide de tes pieds, attrape les rubans et dépose les dans la bonne maison des couleurs.

Pour les accueil/M1 on travaille avec 2 couleurs. Pour les M2/M3 on peut aller jusqu'à 4 couleurs.



° Place 4 gobelets en plastique retournés sur le sol et va te mettre plus loin. Avec un ballon, tire en direction des gobelets pour les faire tomber.



- Jouons avec un dé :

° Les animaux :

Demande à papa ou maman de confectionner le dé avec les animaux (voir annexe). Ensuite lance-le! Tu vois l'animal qui est sur la face au-dessus? Déplace toi comme lui.

Exemple : si tu tombes sur la grenouille, tu dois sauter comme elle.



° Le chat :

Demande à papa ou maman de confectionner le dé avec les animaux (voir annexe). Lance-le! Tu vois où se trouve le chat par rapport à l'objet? Alors vas te mettre comme le chat par rapport à un objet.

Pour les M2/M3, verbalise ta position, explique oralement.

Exemple : je suis devant la boîte.

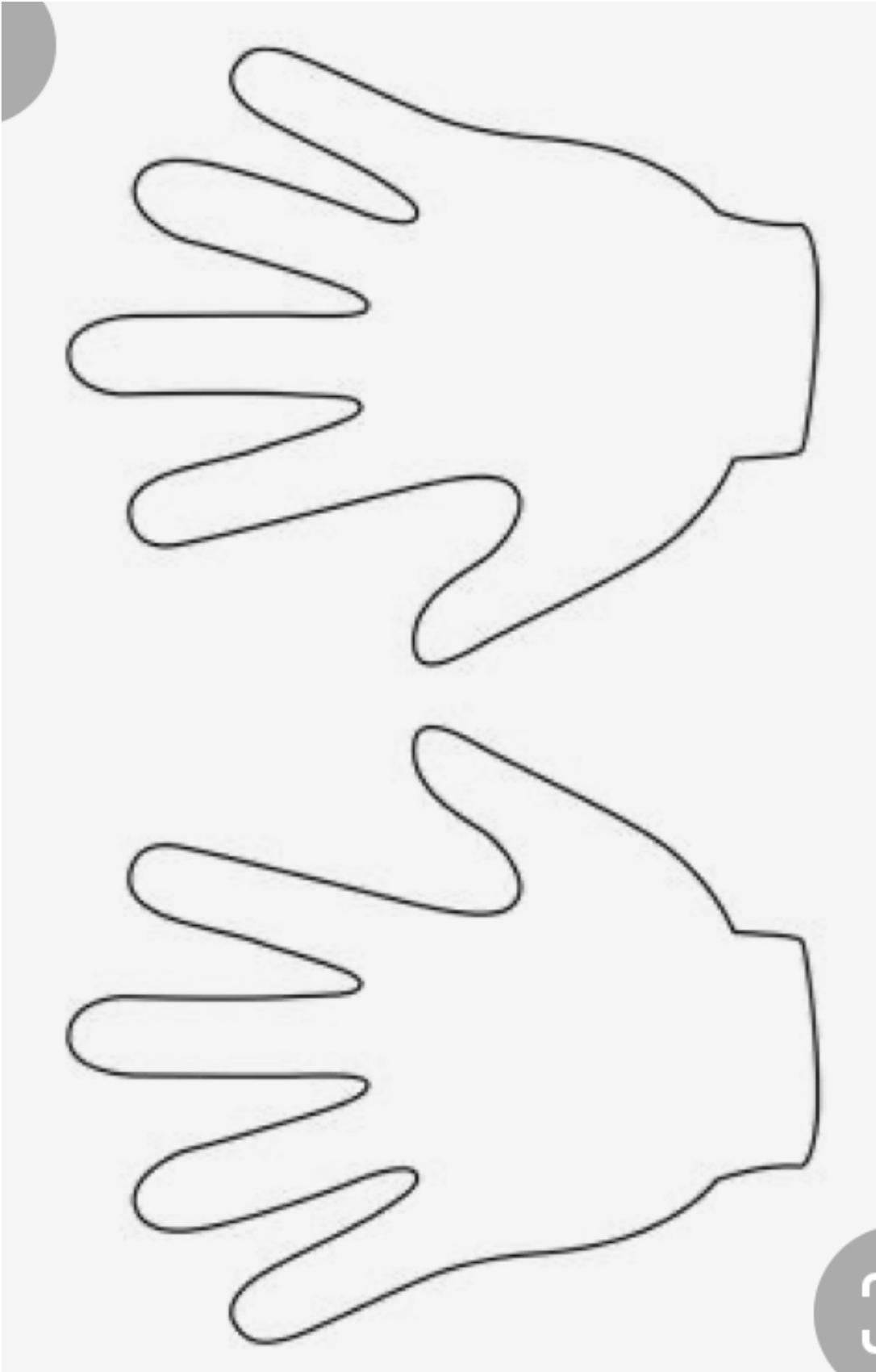


J'espère qu'avec ces quelques activités tu vas pouvoir t'amuser et bouger un peu. N'hésite pas à faire des photos et à les poster sur la page Facebook de l'école. Je te fais de gros bisous et on se voit très vite.

Madame Mathilde

Annexe

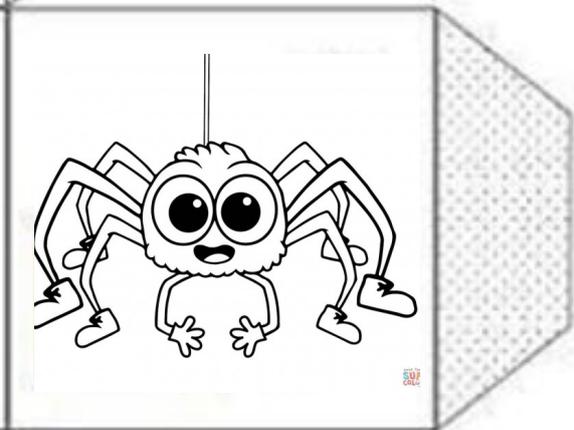
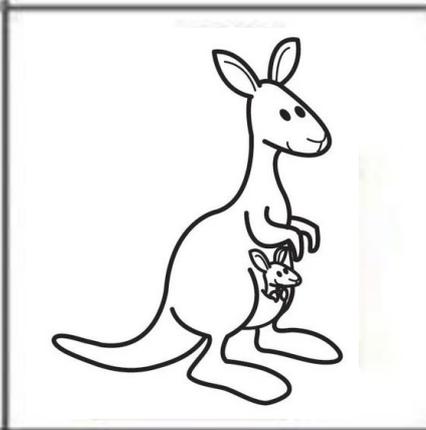
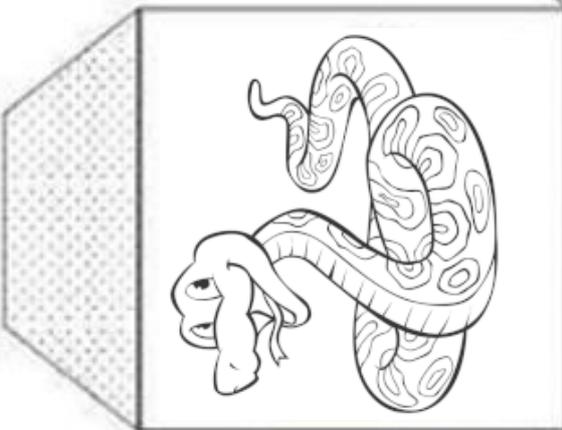
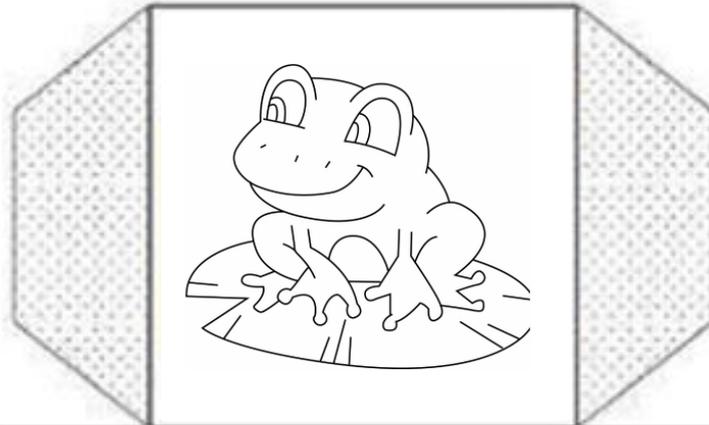
° Empreinte des mains :



° Empreinte des pieds :



° Dé des animaux :



° Dé du chat :

