



CONFINEMENT : COURS BABY ET EVEIL


A réaliser à la maison sous l'œil attentif d'un parent


1) Eveil moteur : (délimitation d'un départ et d'une arrivée)

Imitation des animaux le but étant de ne pas faire tomber l'objet (pour les plus petits le faire sans objet)

Sauter comme le  en bloquant un objet entre les jambes (exemple : une balle, un tube de dentifrice, une peluche.....)

Marcher comme l'  à quatre pattes jambes bien droites avec un objet sur le dos (exemple : peluche, une paire de chaussettes...)

Marcher comme une  se tenir bien droit avec un objet sur la tête (exemple : un rouleau de papier wc)

Courir comme un  bras tendus devant soi taper les genoux dans les mains

Sauter comme une  en lançant un objet et en le rattrapant (exemple, balle, chiffon, une paire de chaussettes, gant....)

2) Parcours (Ateliers)

A mettre au sol des journaux ou des livres : sauter sur les objets

exemple : 

B mettre sur le sol des peluches, des rouleaux papiers wc, des coussins puis passer au dessus

exemple : 

C passer sous une chaise

exemple : 

D slalomer entre les bouteilles

exemple : 

E lancer et rattraper une balle, une pomme, un rouleau de papier wc, une peluche en restant entre les cordes ou foulards ou écharpes tout en avançant.

exemple : 

F lancer dans une caisse, panier à linge des balles, des peluches, des chaussettes

exemple : 

3) Retour au Calme (petites comptines)

Dans mon poing fermé

Dans mon poing fermé (montrer le poing fermé)

Cinq doigts se sont cachés

Monsieur pouce es-tu là ? (S'adresser au poing fermé)

Toc, toc, toc, me voilà

Me voilà, me voilà, me voilà ! (faire sortir le pouce du poing)

Reprenre avec l'index, monsieur majeur, monsieur l'annulaire et monsieur l'auriculaire

Me voilà, me voilà, me voilà

Et voilà, et voilà et voilà mes cinq doigts

Ou

Chiffres en action

Un et deux, je cligne des yeux (indiquer du doigt les yeux, puis cligner des yeux)

Trois et quatre, à quatre pattes (se mettre à quatre pattes)

Cinq et six sur les fesses (s'asseoir)

Sept et huit, comme une huitre (S'allonger sur les jambes en courbant le dos)

Neuf et dix, en écrevisse (se laisser tomber sur le côté et se recroqueviller)

Onze et douze, faut plus qu'ça bouge (s'allonger sur le dos)