


CONFINEMENT : COURS BABY ET EVEIL


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


L'éveil moteur et le retour au calme sont identiques à la semaine dernière, ils changeront la semaine prochaine.


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 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 Slalomer en rampant autour de coussins peluches ou bouteilles d'eau

exemple : 

B mettre sur le sol des rouleaux papier wc, sauter au-dessus, si trop facile en remettre 1 par dessus

exemple : 

C passer par-dessus et sur une chaise, ramper sous la première chaise, puis passer sur la chaise ainsi de suite

exemple : 

D slalomer en avant puis en arrière mettre des bouteilles, des rouleaux de papier wc

exemple : 

E Marcher avec un objet en équilibre : d'abord avec l'objet dans une main, puis avec l'objet sur la tête

exemple :

Délimiter une zone puis mettre le rouleau de papier wc dans chaque main (1^{er} passage) puis sur la tête(2^{ème} passage)

F Sur une ficelle, écharpe ou rallonge électrique, marcher 1 pied devant l'autre bras sur le côté

Exemple : 

G Sur une ficelle, écharpe ou rallonge électrique, mettre des livres ouverts par-dessus. L'enfant marche 1 pied devant l'autre bras tendus sur le côté et passe l'obstacle (livre) en mettant toujours les pieds sur la rallonge, ficelle ou rallonge

Exemple : 

3) Retour au Calme

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 les cligner)

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 (Tendre vers l'avant en recourbant 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)