

SEANCE EVEIL SAMEDI 18 AVRIL

MISE EN TRAIN

Sur la musique "le rigolo", on s'éclate en famille !! on se chatouille, on se fait des grimaces, je ne vous en dis pas plus, action!

ATELIER JEU DE L'OIE

Imprimer la fiche ci jointe. si pas possible d'imprimer, reproduire les cases avec juste un chiffre à l'intérieur et suivre les indications sur votre écran.

Prévoir donc un pion pour chaque participant et un dé.

C'est parti !!

REMONTÉE D'ÉNERGIE

Prévoir un drap et si possible au moins 3 participants. (Ou un drap petite taille si vous n'êtes que 2)

Depart accroupi, tenir le drap. le drap est la mer, on lui fait faire des petites vagues en s'agitant doucement. Ne sentez vous pas cet air marin qui arrive ? oh la la la mer s'agite, on se met debout et on agite très très fort, les vagues sont énormes!!!

On peut tourner en marchant, en courant (doucement ds le salon qd même 😊)

On peut rajouter des poissons ds la mer (peluches), des bulles (ballons de baudruche ou petites balles) et les faire sauter dans les vagues.....

Terminer par retour de la mer calme.

RETOUR AU CALME

S'installer dans un endroit très calme et devenez une grenouille....(suivez les indications...)