



EDUCATION PHYSIQUE A LA MAISON

Fiche / Années 1-2

JE SENS LES PINCETTES

Description

Cette activité permet un retour au calme et développe la perception tactile et la connaissance du schéma corporel.

- Votre enfant est couché sur le dos ou sur le ventre les yeux fermés.
- Vous fixez 3 pincettes sur ses habits.
- Votre enfant doit nommer les parties du corps sur lesquelles il y a des pincettes, si possible sans ouvrir les yeux

Variante pour les 2H

1. L'enfant doit nommer les parties du corps dans l'ordre dans lesquelles les pincettes ont été placées.
2. Vous placez plusieurs pincettes au même endroit et votre enfant devra dire combien de pincettes il a senti et où elles se trouvent.



Illustration de Gaelle Pecoraro pour www.mobilesport.ch

Chers parents, n'hésitez pas à bouger avec votre enfant ! C'est bon pour le moral et cela renforce le système immunitaire
