

EDUCATION PHYSIQUE A LA MAISON

Fiche / Années 1-2

MIME DES SAISONS

Description

Chaque saison est mimée en fonction du cycle de la nature. Cette mise en mouvement permet de comprendre et de mémoriser les saisons.

Printemps:

Mains jointes devant la poitrine, doigts croisés. Les doigts se séparent et s'ouvrent comme une fleur (les talons de la main se touchent).

Eté:

Les deux mains et les bras s'élèvent vers le ciel et les mains forment une sphère (le soleil).

Automne:

Les mains redescendent et dessinent des zigzags dans l'air (feuilles qui tombent).

Hiver:

Les mains sont ouvertes devant le ventre, paumes vers le bas. Elles s'éloignent pour tracer une ligne horizontale (la neige = le repos de la nature).



Source : www.mobilsport.ch / illustration de Gaëlle Pecoraro

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