

# Éveil corporel

"JACQUES A DIT...BOUGER !"



## Déroulement :

- Libérez l'espace, et dites à votre enfant de se déplacer dans la pièce,
- Vous décidez QUAND et si vous dites « Jacques a dit », vous énoncez une action, le premier qui ne suit pas la consigne a perdu...
- Faites bouger votre enfant en jouant avec cette activité amusante et physique, qui ne nécessite pas de matériel...

## Actions possibles :

- Secouer le corps en sautant de haut en bas
- Tourner en rond
- Agitez vos bras au-dessus de la tête
- Marcher comme un ours sur les 4 pattes
- Marcher comme un crabe
- Sauter comme une grenouille
- Marchez sur vos genoux
- Et bien d'autres encore, laissez libre cours à votre imagination...