

Un Nouveau jour pour une Nouvelle activité !



Nous voici aujourd'hui en route pour **le jour N°11** !!

Pour cette nouvelle journée, comme promis, voici un nouveau livret d'activité.

Alors les émotions, ça t'a plu ?? 😊 🤔 😂

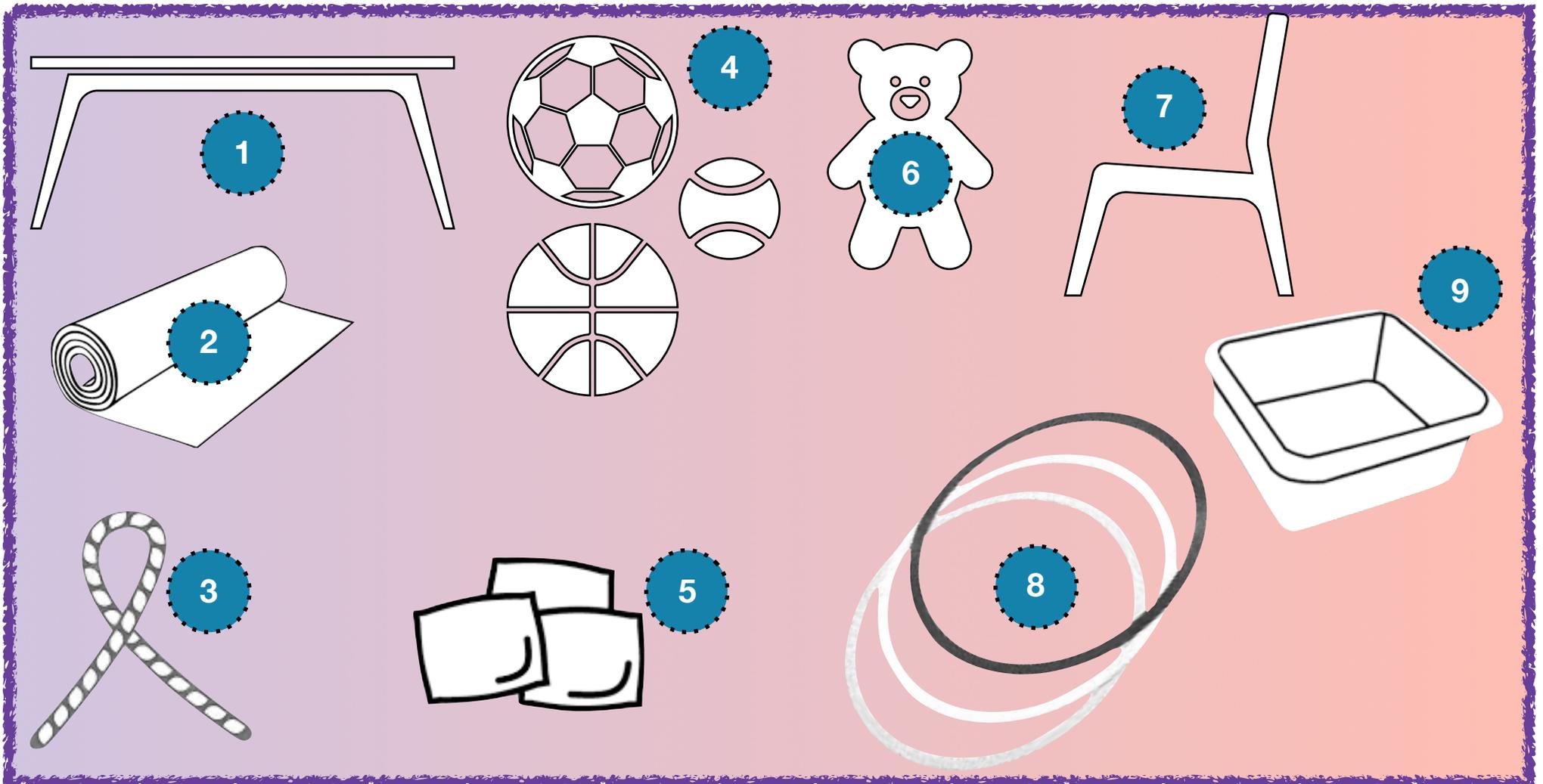
Chose promise, chose dûe : tu vas pouvoir découvrir **ta photo** et celle des autres enfants !!!
Aujourd'hui, on va bouger et on va éviter la lave. Tu es curieux ? **PRÊT, FEU, GO, PARTEZ !!**

Photos des activités :



PARCOURS MOTEUR

Aujourd'hui on va se dégourdir les jambes !! Il va te falloir quelques objets :



1

TABLE

2

TAPIS :

Yoga, salle de bain, entrée ...

3

CORDE :

À sauter, qui traîne dans le garage ou dans la cave ...

4

**BALLES
BALLONS :**

Tennis, basket, foot, hand, ...

5

**COUSSINS
OREILLERS**

6

PELUCHES

8

CERCEAUX

7

CHAISES :

De cuisine, de salle à manger, de bureau ...

9

**BASSINES
CAISSES**

EXPLICATIONS DU PARCOURS

Pourquoi faire ce **PARCOURS** ? Pour éviter la **LAVE** bien sûr ! Elle se trouve sur le **SOL** ! Durant tout le parcours, tu n'auras donc pas le droit de toucher directement le sol (de la maison ou du jardin si tu fais le parcours dehors). Avant de te lancer dans le parcours, il faut que tu installes tous les objets. Oui mais comment faire ? À quoi sert ci ou ça ?? Je vais te donner des pistes. Mais d'abord tu dois faire :



!! ATTENTION !!

AFIN D'ÉVITER DE RENDRE VISITE AUX INFIRMIÈRES ET AUX MÉDECINS DÉJÀ TRÈS OCCUPÉS EN CE MOMENT, VOICI QUELQUES MESURES DE SÉCURITÉS À PRENDRE :

- 1- **Évite les chaussettes** : tu risques de glisser !! Le mieux est de rester pieds-nus ou alors de mettre tes chaussons (s'ils sont fermés à l'arrière) ou tes chaussures.
- 2- **Demande à papa et maman de te surveiller** pour éviter de te blesser.
- 3- Dit à papa et maman qu'ils peuvent **adapter le circuits et les objets** utilisés en fonction de ton âge.

PISTES D'UTILISATION DES OBJETS

1 Avec la **TABLE**, tu peux imaginer passer sous un pont (la lave serait donc sur la table), ou alors marcher sur la table pour éviter la lave au sol.

2 Le **TAPIS** peut te servir pour faire des galipettes, roulades, ou même faire la roue si tu y arrives ! Tu peux aussi faire semblant de nager, ou encore ramper, ...

3 Tu peux mettre ta **CORDE** par terre en forme de serpent, de spirale, de courbe, de zigzag ... et marcher dessus en suivant le chemin. Tu peux aussi t'en servir de lasso pour attraper des objets.

4 Tu peux jongler avec les **BALLES** ou encore faire rebondir le ou les **BALLON(S)**. Si tu es très fort et que tu as un bon équilibre, tu peux essayer de tenir debout sur un ballon (avec l'aide de papa et maman bien sûr !). Tu peux aussi envoyer les balles pour détruire des pyramides ou pour toucher des cibles !

5 Les **OREILLERS** et **COUSSINS** peuvent te servir de chemin au dessus de la lave. Pour cela, il suffit de sauter sur l'un puis sur l'autre sans toucher le sol entre deux. *Il est intéressant de trouver différentes textures d'oreiller, surtout si votre enfant est pieds-nus.*

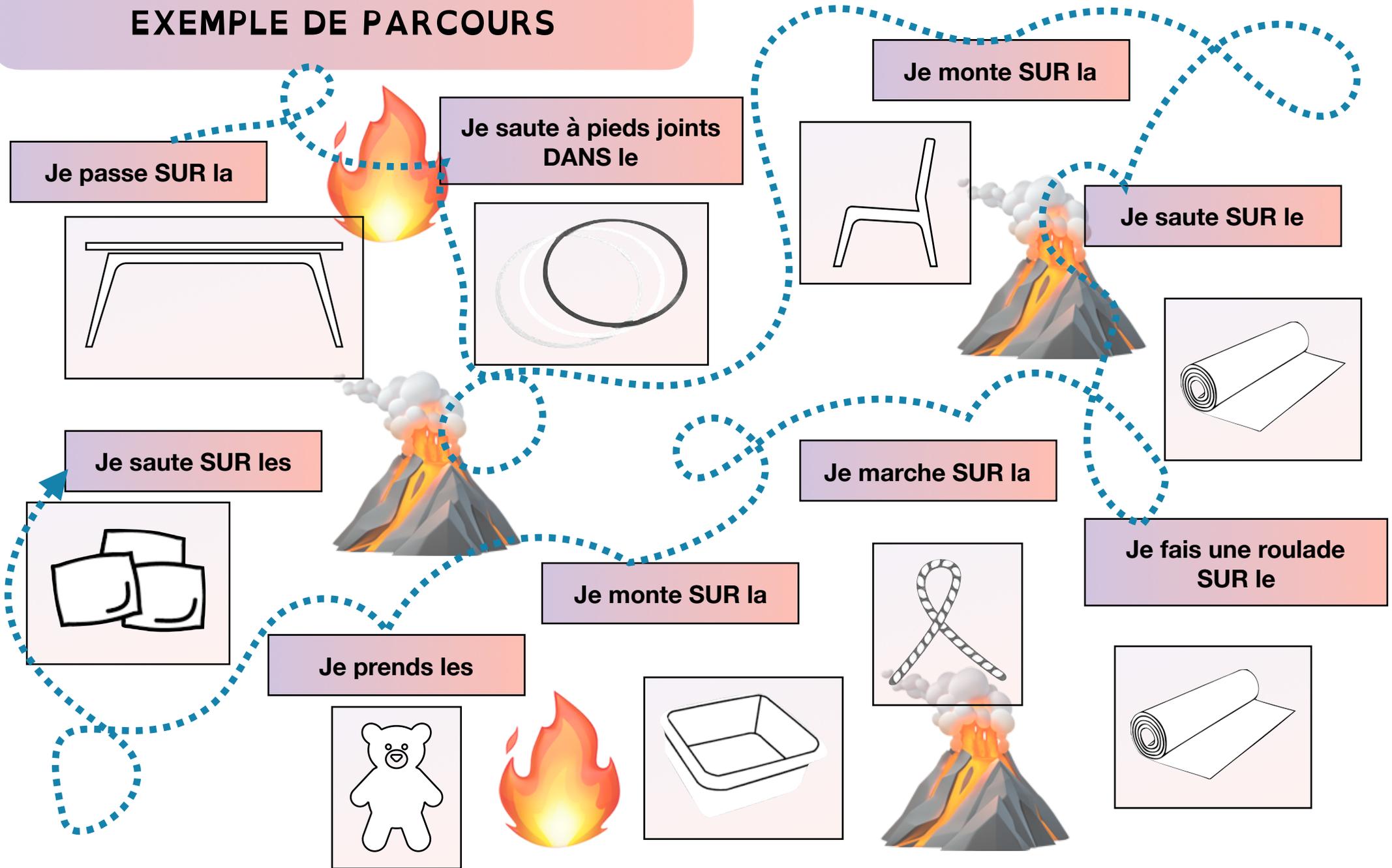
6 Les **PELUCHES** peuvent être des objets à récupérer au sol pendant que tu es debout sur une chaise, une table, un tabouret ...

7 Concernant les **CHAISES**, tu peux passer dessous ou monter dessus. Tu peux aussi passer de chaise en chaise en faisant attention de ne pas tomber.

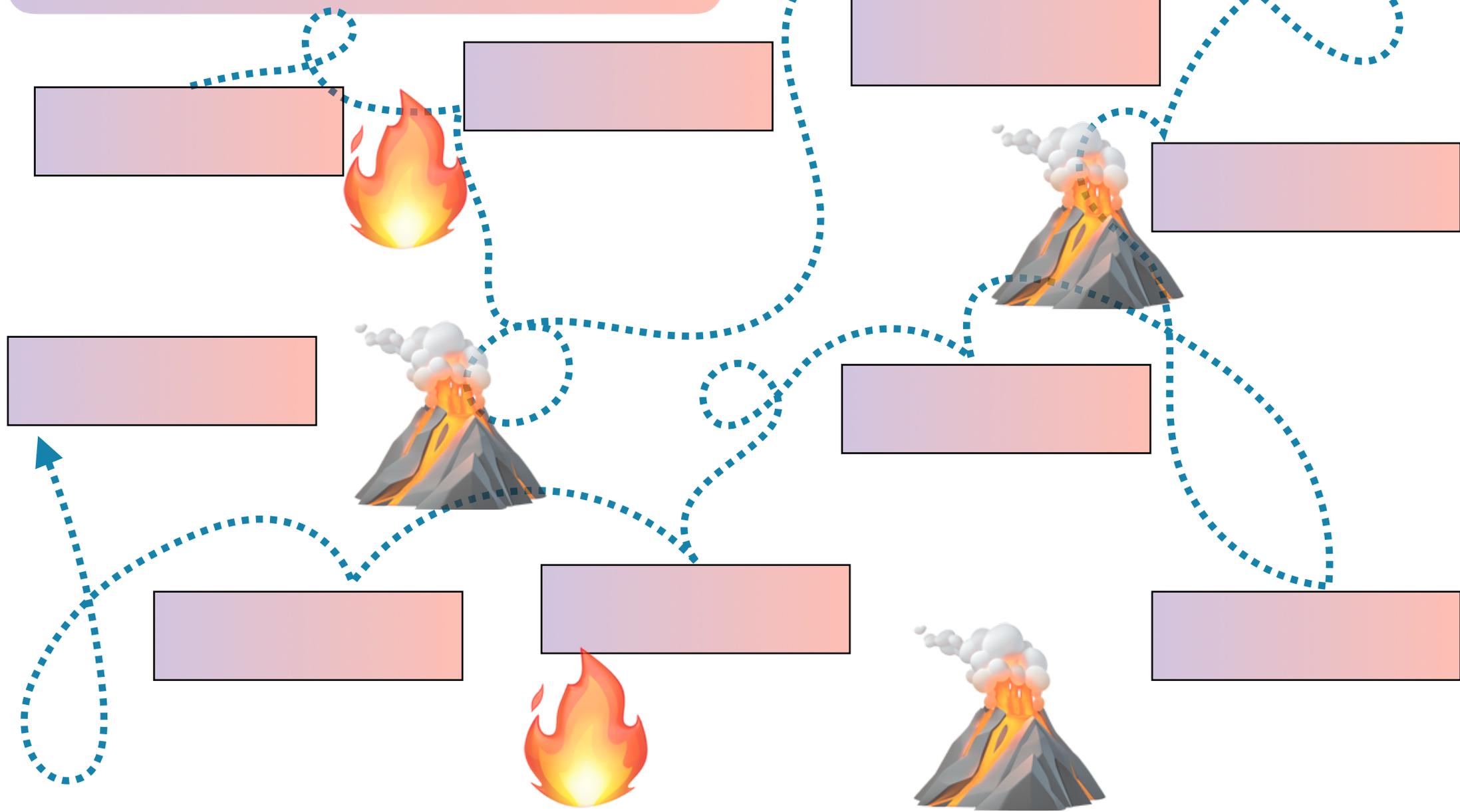
8 Utiliser des **CERCEAUX** peut être l'occasion d'apprendre le hula hoop ! Sinon, si tu es moins téméraire, tu peux sauter dans les cerceaux sans les déplacer pour ne pas tomber dans la lave. Tu peux également les lancer autour d'une cible ou t'en servir comme une cible dans laquelle il faut que tu lances une balle, un ballon ou doudou.

9 Si tu les mets à l'envers, les **BASSINES** peuvent te servir comme tour d'observation pour voir où est la lave ! Tu peux aussi les mettre à l'endroit pour sauter dans chacune (avec l'aide de papa et maman bien sûr!)

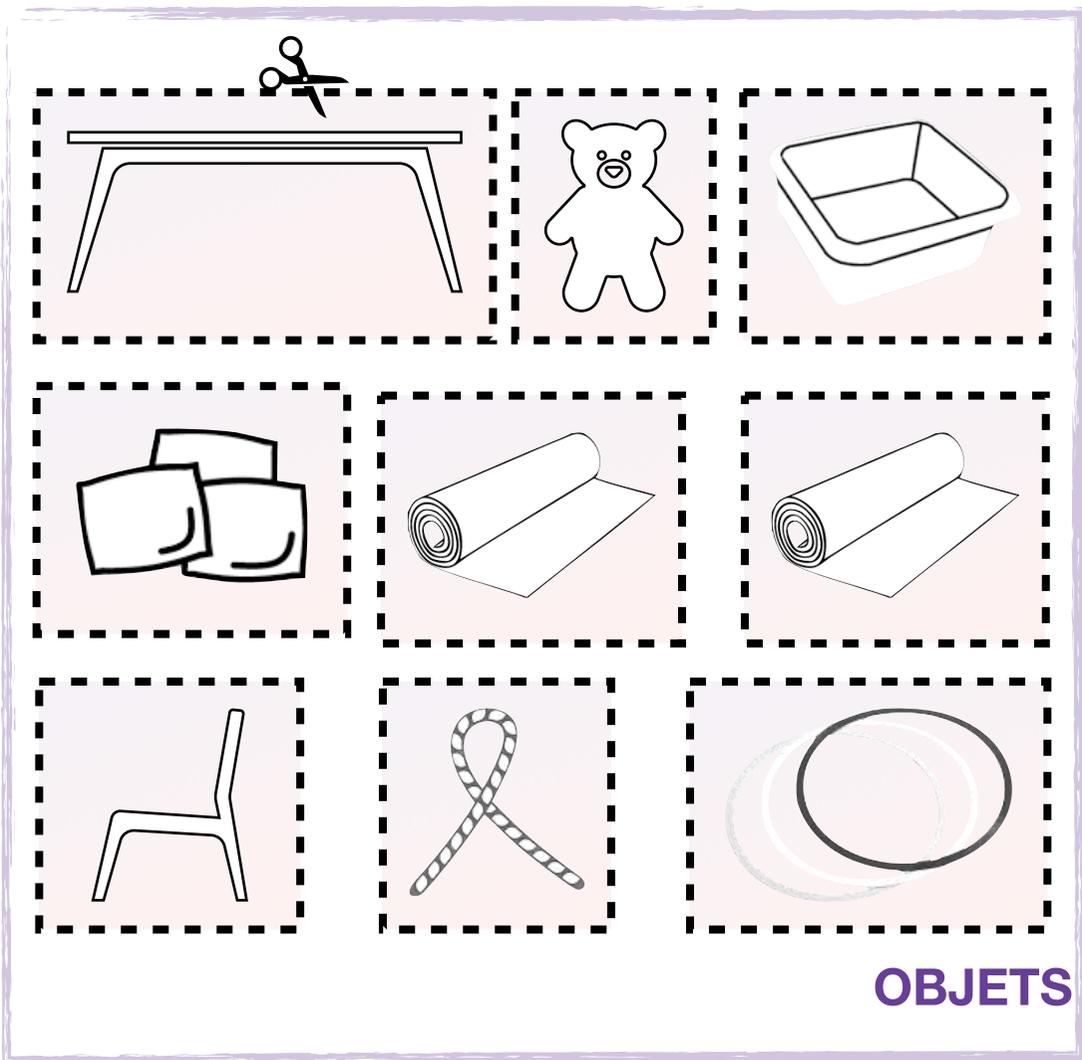
EXEMPLE DE PARCOURS



CRÉE TON PARCOURS



ASTUCE : Tu peux découper les étiquettes pour compléter **TON** parcours. Tu peux aussi en inventer d'autres ! **N'HÉSITE PAS À M'ENVOYER UNE 📧 DE TON PARCOURS !**



QUI SUIS-JE ?

Après avoir bien rigolé en évitant la lave, voici un jeu où tu vas pouvoir rester assis, et papa et maman aussi ! **N'OUBLIE PAS À M'ENVOYER UNE 📧 DE TON ACTIVITÉ !**

1- Les joueurs choisissent un personnage réel ou fictif.

2- Écris le nom du personnage que tu as choisi sur un post-it sans le montrer ni le dire à tes adversaires.

3- Colle le post-it sur le front de ton ou tes adversaire(s). Il(s) fait(ont) la même chose pour toi.

4- À tour de rôle, posez-vous des questions auxquelles on ne répondra que par « **OUI** » ou « **NON** ».

5- Retrouve le nom écrit sur le post-it collé sur **TON** front !

On espère que ça t'as pluuum !!

À Demain, 10h

Bon courage à tous pour cette période !

Léa et Élodie