

# Hamac

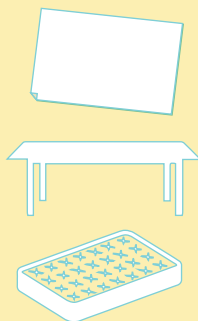
AGE 0 an + 10-45 minutes 2 +

Rassemblement corporel

Schéma corporel

## Matériels

- Un grand drap
- Une table
- En option : un matelas



## Étapes

- Attachez un drap avec un noeud solide autour d'une table.
- Installez l'enfant dedans, s'il est trop petit pour le faire lui-même.
- Laissez l'enfant monter dedans et profitez de cette situation de suspension.



## Variantes

- A partir de 4-5 ans, selon son caractère, l'enfant peut jouer à sortir du drap pour se laisser tomber. Installez alors un tapis épais ou un matelas en dessous afin qu'il s'amuse de ses chutes, sans se faire mal.