

Parcours de l'otarie I

Régulation tonique

Coordination

AGE 4 ans + 10 minutes 1 +

Matériels

- Des ballons (boudruche, petite balle, foot...)
- 1 foulard (symboliser le départ)
- 1 caisse ou boîte en carton



Étapes

- Installez le foulard en cercle, mettez les balles à l'intérieur, c'est le point de départ.
- Installez la caisse deux mètres plus loin.
- Au point de départ l'enfant coince une balle sous son aisselle.
- Il se déplace jusqu'au point d'arrivée.
- Il fait tomber le ballon dans la caisse.
- Il recommence avec les autres ballons.

- Si le ballon tombe il faut recommencer au départ.



Variante

- Si vous avez le matériel en double, vous pouvez faire un concours, celui qui finit en premier gagne.