

Le toboggan

Schéma corporel

Motricité globale

AGE 5 ans +

3 minutes +

1

Matériels

- Des balles ou des paires de chaussettes.



Étapes

- L'enfant est allongé sur le dos.
- Il dépose la balle sur son torse.
- Il redresse son torse petit à petit. Il met ses coudes au sol puis tend ses bras afin de lever tout son corps. La balle va alors rouler jusqu'au sol.
- L'enfant recommence avec différentes balles.

