

Jacques a dit ... coordonné

Motricité globale

Coordination

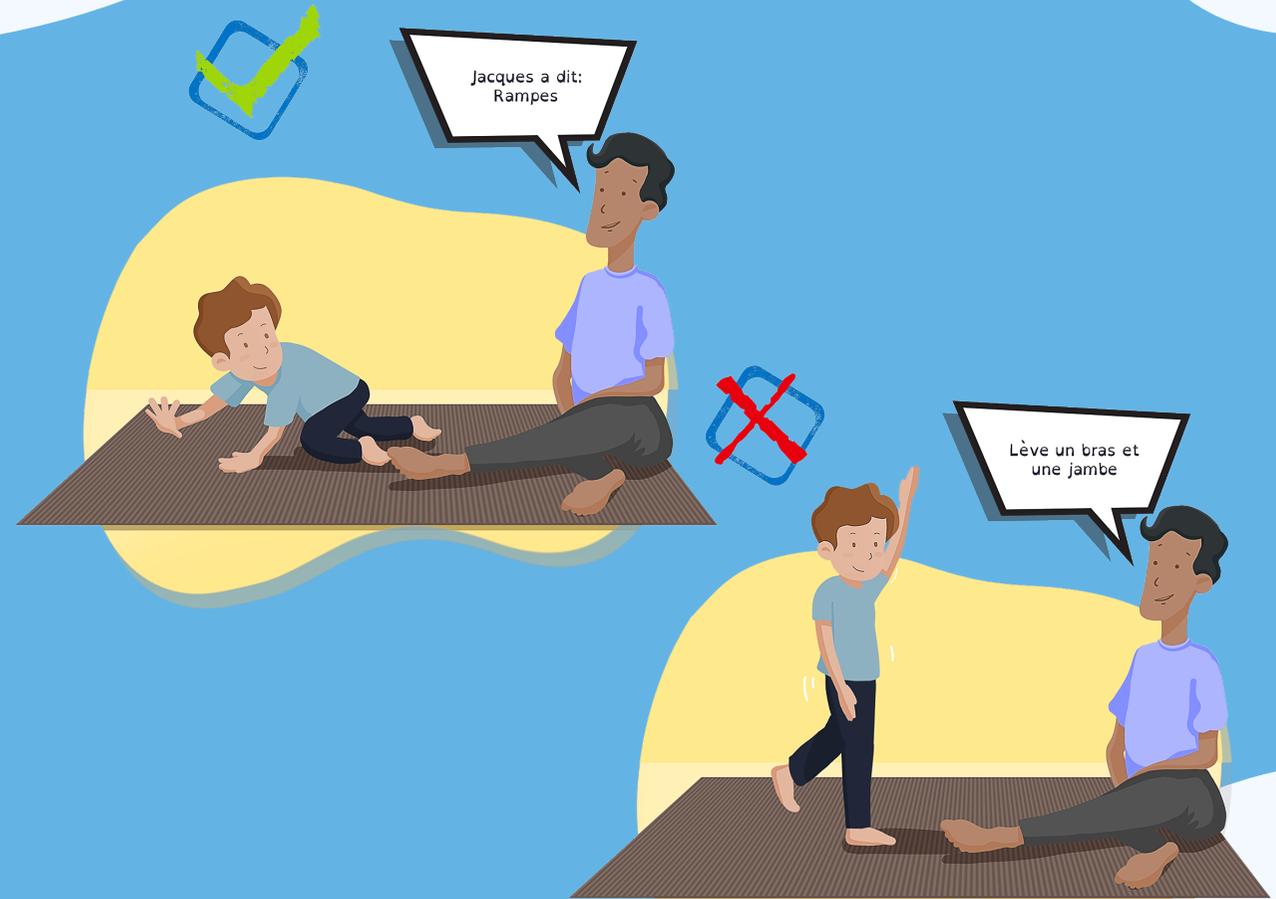
AGE 5 ans +

15 minutes

2 +

Étapes

- Donnez des consignes à votre enfant, en utilisant la formule : « Jacques a dit ... ».
- L'enfant « gagne » s'il réalise la consigne.
- Donnez une consigne à votre enfant sans dire la formule « Jacques a dit ».
- L'enfant « gagne » s'il ne suit pas la consigne.
- Quelques exemples :
 - Rampe
 - Fais des ronds avec tes bras
 - Lève un bras et une jambe
 - Tape du pied
 - Tape des mains
 - Fais des pas-chassés
 - Marche avec toujours le même pied devant
 - Lève un bras, puis l'autre
 - Fais un son et bouge une partie de ton corps
- Inversez les rôles.



Variantes

- A partir de 6 ans, faites apparaître les notions de droite/gauche.
 - Tape du pied gauche et de la main droite
 - Lève ton bras droit puis ton bras gauche
- A partir de 6 ans, vous pouvez introduire 2 consignes en même temps, cela crée une position complexe.