

Jacques a dit ... de la motricité

Schéma corporel

Motricité globale

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 :
 - Mets-toi accroupi
 - Assieds-toi
 - Tourne sur toi-même
 - Allonge-toi
 - Mets-toi en boule
 - Bouge les bras
 - Marche à quatre pattes
 - Marche à reculons
 - Cours
- Inversez les rôles



Variantes

- A partir de 6 ans, faites apparaître les notions de droite/gauche. (Marche vers la droite / gauche)
- A partir de 6 ans, vous pouvez introduire 2 consignes en même temps, cela crée une position complexe.