

Entre nous deux

AGE 5 ans +

5 minutes +

2

Régulation tonique

Coordination

Matériels

- Un feutre
- Une table
- 4 chaises
- 2 foulards



Étapes

- Placez un foulard comme point de départ, l'autre comme point d'arrivée.
- Entre les deux, doit se trouver deux chaises collées, l'une à côté de l'autre.
- Puis, deux chaises l'une à côté de l'autre, légèrement espacées, et la table.
- Au point de départ, mettez-vous l'un à côté de l'autre.
- Placez le feutre entre les deux paumes, celle de votre main et celle de l'enfant, il ne doit pas tomber.
- Marchez.
- Asseyez-vous sur les deux premières chaises et relevez-vous.
- Passez entre les deux chaises suivantes puis passez sous la table.
- Allez jusqu'au point d'arrivée.
- Revenez au point de départ en marchant.



Conseils

- Faites des mouvements lents.
- Soyez très à l'écoute de l'autre.