



SUIVEZ LE GUIDE!

Âge: dès 3 ans, adaptable selon l'âge

Durée: 40 min

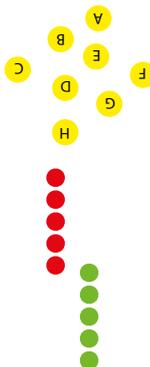
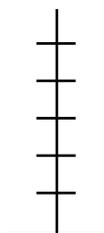
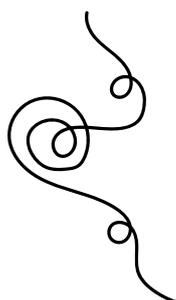
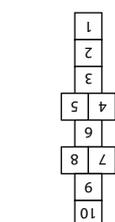
Matériel: • des craies

DÉROULEMENT

- Un parcours est créé dans toute la cour avec les craies
- L'animateur montre l'exemple en faisant une fois le parcours complet!
- Ensuite, les enfants démarrent le parcours chacun à leur tour. Laissez un exercice libre entre deux enfants (Par exemple : faire démarrer l'enfant suivant quand le premier de la file est à l'exercice 2).

DÉPART

- 1: Marelle
- 2: Sauter d'une empreinte à l'autre en respectant le sens des pieds
- 3: Suivre la ligne et les courbes tracées
- 4: Ronds verts: pieds écartés. Ronds rouges: pieds joints
- 5: Saut en longueur: l'enfant saute le plus loin possible
- 6: Saut de grenouille: pieds sur ronds orange et mains sur ronds bleus



ARRIVÉE

- 7: Faire deux fois le tour du grand huit
- 8: Marche de l'araignée en arrière : pieds et mains sur les lignes
- 9: Sauts pieds joints en suivant l'alphabet
- 10: Vert: cloche-pied sur pied gauche. Rouge: cloche-pied sur pied droit
- 11: Enchaîner trois tourbillons sur soi-même
- 12: Sprint jusqu'à l'arrivée



Animagique



www.animagique.be