

"Vous terminez le parcours et je récupère la boîte de maïs pour préparer le déjeuner!"



Parcours de motricité de Géraldine

Eh oui, ce n'est pas parce que vous êtes dans une maison que votre enfant on ne peut faire du sport !

Attention : pensez à accompagner votre enfant pour prévenir de ses possibles chutes ! (Ce parcours est à destination des enfants qui marchent)

Pour cela il suffit de faire un tour dans vos placards. Nous y avons de nombreux trésors insoupçonnés...

Matériel

- grosses boîtes de conserves (il suffit de les aligner pour faire une « poutre »)
- 1 bannette à linge ou bassine (on peut les mettre dans les deux sens : soit l'enfant enjambe le rebord et passe dedans, soit vous la mettez à l'envers et l'enfant grimpe dessus)
- 1 édredon (il pourra passer à califourchon dessus par exemple)
- des coussins
- 1 marche-pied (il pourra monter dessus et sauter pour en redescendre)
- carré(s) de papier au sol (de couleur si vous avez, ce serait encore mieux !) : vous pouvez lui proposer de mettre un pied sur chaque feuille alternativement. Si la feuille est plus grande, il peut y sauter à pieds joints. Pensez à tenir la feuille avec du scotch pour éviter de glisser.
- 1 chaise (soit il passe dessous, soit il monte dessus)
- 1 baignoire bébé...

Déroulement

Pensez à dégager l'espace, en poussant quelques meubles au besoin (table, chaises...)!

Une fois le matériel réuni, installez le parcours en alternant les obstacles, pour que l'enfant monte, enjambe, saute, passe dedans, dessous, passe à cheval...

Et hop, c'est parti !



**VOUS POUVEZ AUSSI UTILISER DES CERCEAUX
OU DES TAPIS DE GYM SI VOUS EN AVEZ...**