

#2

# ÉVEIL PSYCHOMOTEUR

## AISANCE CORPORELLE - ÉQUILIBRE

*D'autres variantes à ce jeu sont possibles comme « Jacques a dit » ou « le jeu de la statue. Ne pas oublier que c'est toujours dans le rythme qu'on lui donnera et le rituel qu'on en fera que l'enfant va s'adapter, apprécier le jeu, s'amuser. Amusez-vous bien !*

01 Être pieds-nus et habillé de vêtements confortables.

02 Ecouter les consignes

03 Commencer par la « marche avant », puis en fonction de l'âge de l'enfant, le parent peut proposer la « marche arrière » ou encore la course (tout dépendra de l'espace).

04 Le but : que l'enfant s'arrête à chaque fois qu'il entendra l'adulte « taper dans ses mains ».

05 Le parent donne le rythme qu'il souhaite (plutôt lent au démarrage du jeu). C'est lui qui va dire « stop » ou qui va « frapper dans ses mains » pour que l'enfant s'arrête.

06 Le parent peut varier la consigne : tenir en équilibre sur un pied (pas avant 3-4 ans) à chaque fois que l'enfant entend le mot « stop » ou lorsqu'il entend « les mains frapper ».

07 Toujours prendre en compte l'âge de l'enfant, ses envies, le plaisir qu'il trouvera dans le jeu...

24-48  
mois\*

\*Ce dispositif peut s'adapter aux enfants plus âgés jusqu'à 6/7 ans.



08 Le parent peut également donner comme consigne à l'enfant de sauter à chaque fois qu'il entend l'adulte « frapper dans ses mains ».

09 Ainsi de suite, l'adulte peut enchaîner différents rythmes avec le-s enfant-s.

10 Terminer par une phase de retour au calme où tout le monde s'assoit ; proposer de légers étirements et laisser venir les bâillements.

11 Se féliciter !

GROUPE DE : un enfant et plus pour un parent.

LIEU : séjour/grande chambre - pousser les meubles (attention aux angles).

TEMPS : Entre 30 minutes et 1 heure, explications comprises - hors installation/rangement.

MOMENT DE LA JOURNÉE : Matin ou Après-midi.

MATÉRIEL : Aucun - Variante avec sa propre voix.

TRAVAIL DE PRÉPARATION EN AMONT : Avoir une pièce dégagée pouvant se prêter à la marche, saut et à la course.