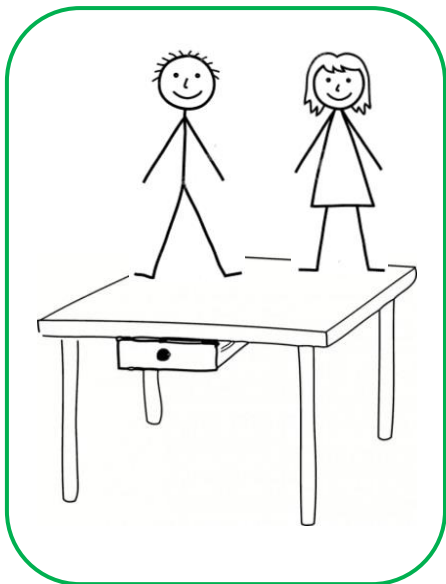


# Parcours moteurs

## Importance des règles de sécurité

- Attention à ne pas glisser : le mieux est de faire le parcours  pieds nus.
- restez à côté de votre enfant pour éviter qu'il ne se blesse en tombant ou en glissant et aussi pour l'encourager.
- ne proposez que des activités faciles et ne présentant pas de danger (pas de roulade à même le carrelage par exemple, pas d'équilibre sur une poutre improvisée trop haute ou trop étroite, pas d'édifice branlant à escalader...)
- Rappelez à votre enfant qu'une fois le parcours terminé, il est interdit de jouer avec les meubles. Vous pouvez utiliser ces étiquettes.



Pendant le parcours



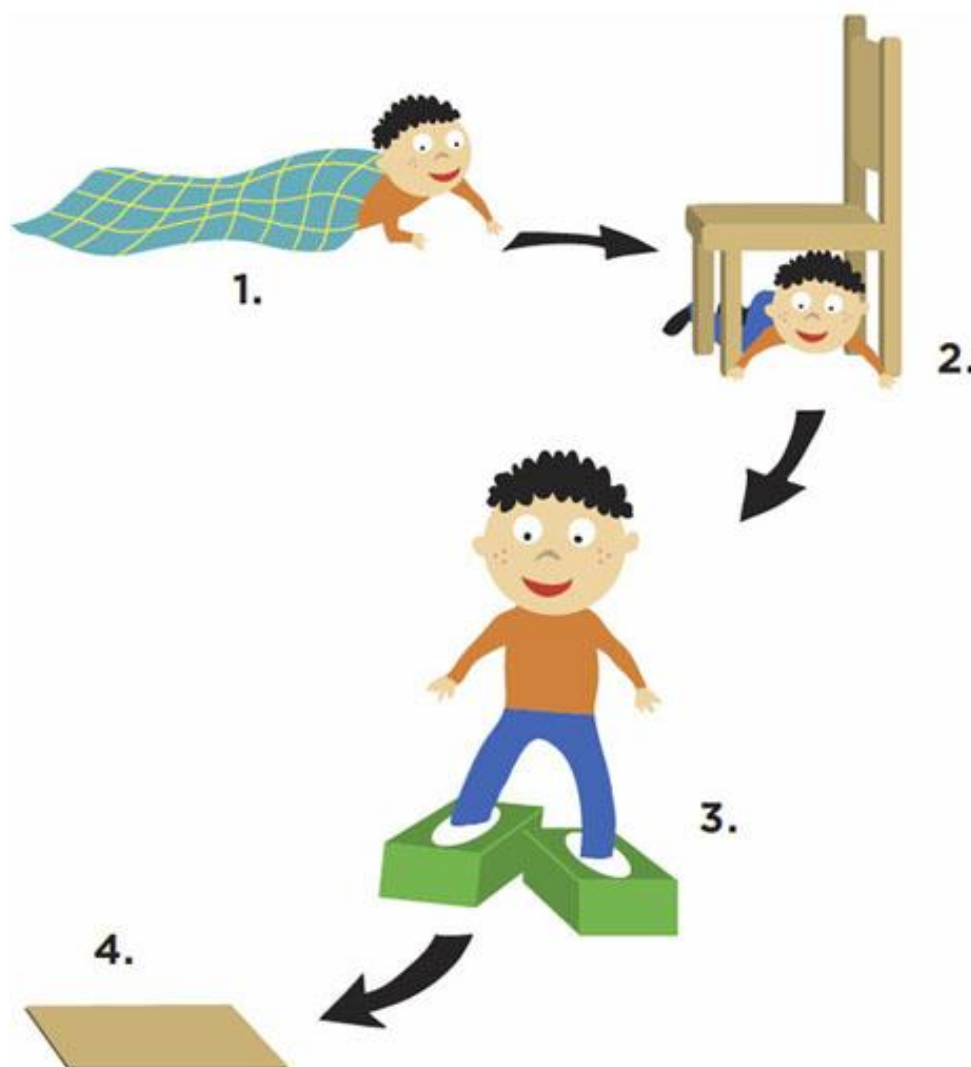
Quand le parcours est terminé

Et surtout amusez-vous avec votre enfant.

## Faire des parcours en intérieur

### Exemple de parcours

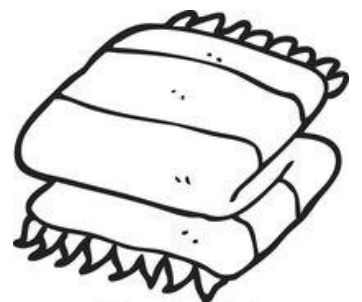
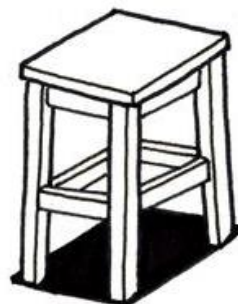
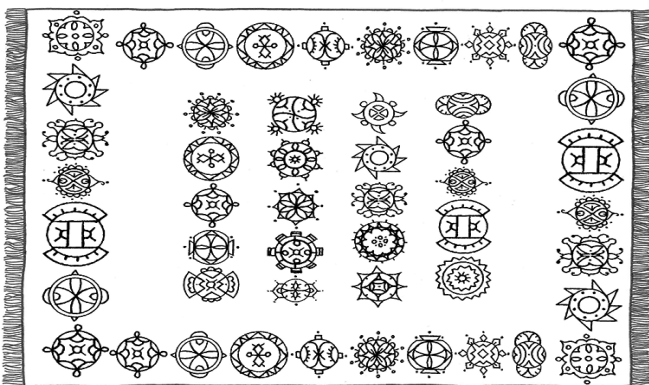
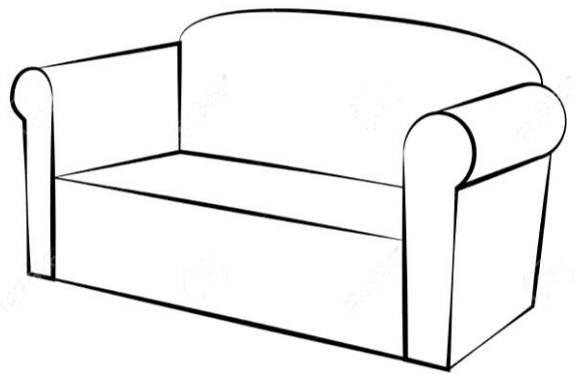
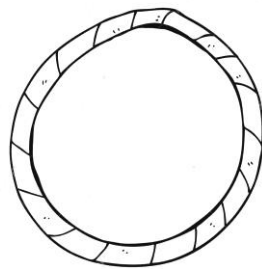
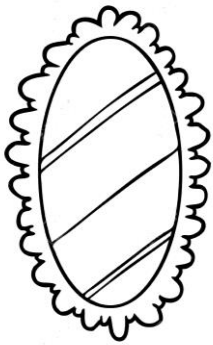
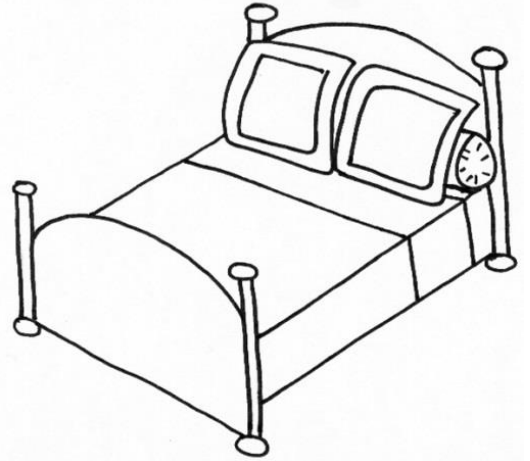
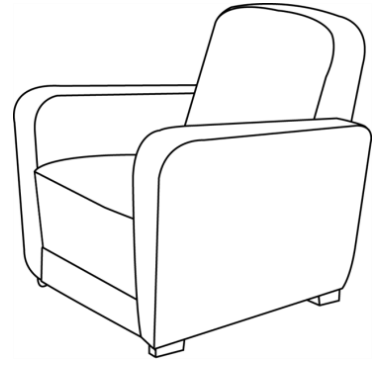
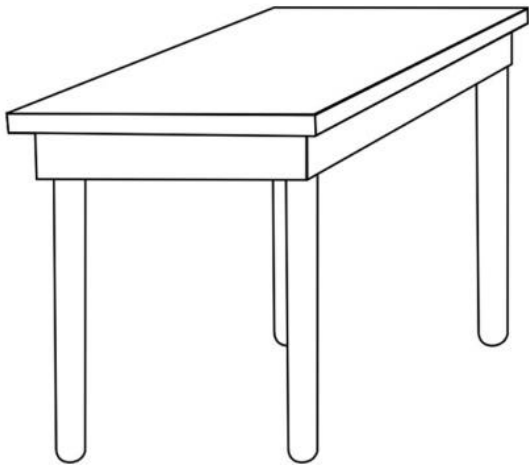
Placer au sol une couverture, une chaise, deux boîtes de mouchoirs et un morceau de carton. Le parcours consiste à passer sous la couverture (1), sous la chaise (2), puis à chausser les boîtes de mouchoirs (3) pour se rendre au morceau de carton (4).



### Construire son parcours en image

Page suivante, des images de matériel (meubles, couverture, tapis, cerceau...) que l'on peut trouver dans les maisons. Vous pouvez découper chaque dessin afin d'aider votre enfant à construire son parcours. Dans un premier temps, il peut choisir les éléments de son parcours et les mettre dans l'ordre qu'il souhaite en image. Ensuite il construit son parcours dans la maison.

Ou bien, vous lui proposez les étiquettes, une à une et l'enfant construit le parcours en même temps.

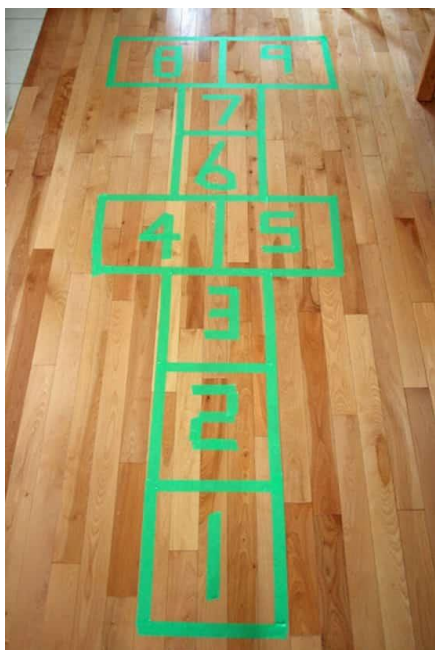


## Avec du ruban adhésif



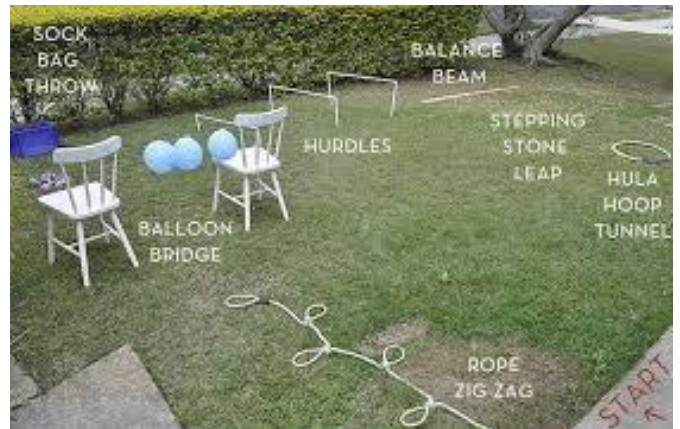
Avec du ruban adhésif qu'on utilise pour faire de la peinture (il se décolle plus aisément), on trace neuf formes sur le plancher en alternant les carrés et les triangles. Ensuite, à tour de rôle, on demande à chacun des enfants de poser un pied ou une main sur une forme spécifique. Le jeu continue jusqu'à ce qu'un des enfants tombe. Selon l'âge, on peut rendre le jeu plus compliqué en spécifiant la gauche ou la droite, ou en ajoutant des formes.

## Autres idées



## Faire des parcours en extérieur

De la même façon, vous pouvez réaliser des parcours dans votre cour ou votre jardin. Laissez parler votre imagination.



## Dessiner au sol avec de la craie



## Autres matériels à utiliser aussi bien en intérieur qu'en extérieur

