

Marcher sur la pointe des pieds

Matériel :

Aucun

Présentation :

- Expliquez à l'enfant ce que vous allez faire (marcher en silence)
- Prenez un temps pour écouter le silence
- Soulevez doucement votre pied
- Reposer la pointe à un pas devant vous
- Balancez le poids de votre corps sur le pied avant et soulevez le pied arrière
- Reposez la pointe à un pas devant vous
- Faites ainsi plusieurs pas, en prenant soin d'écouter le silence
- Proposez à l'enfant de faire l'exercice à son tour

But :

- apprentissage du silence
- respect des autres
- coordination des mouvements
- équilibre

Contrôle de l'erreur :

Le bruit du pied

Age :

2 ans