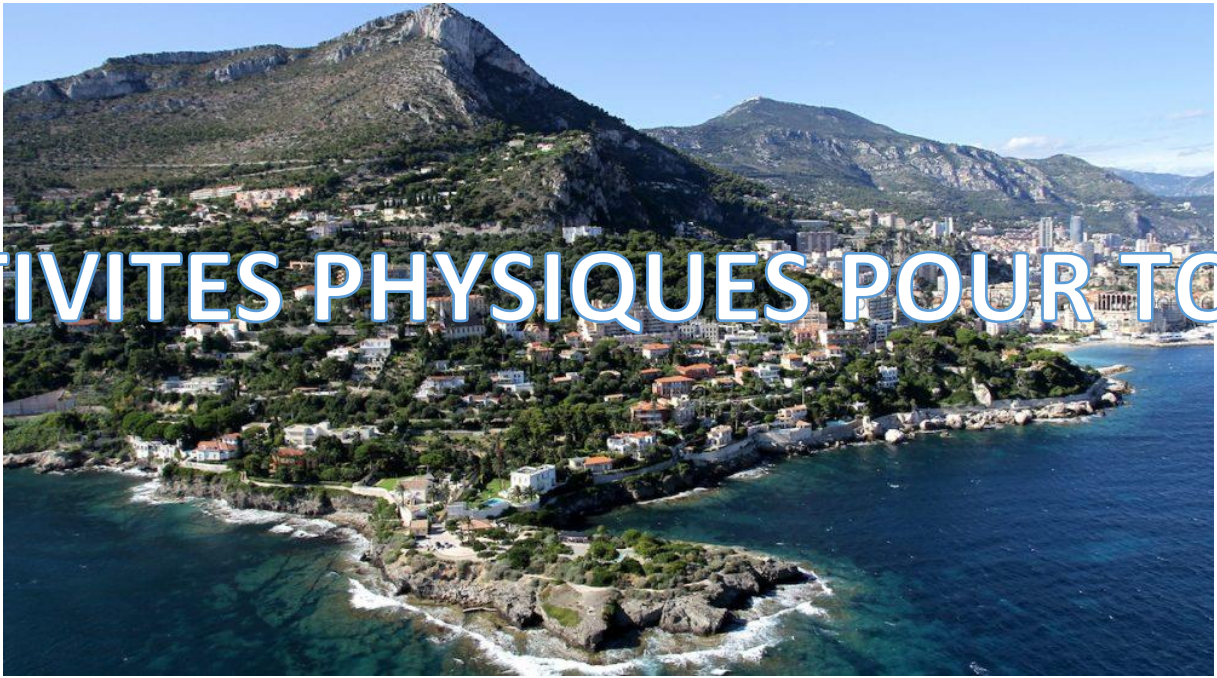
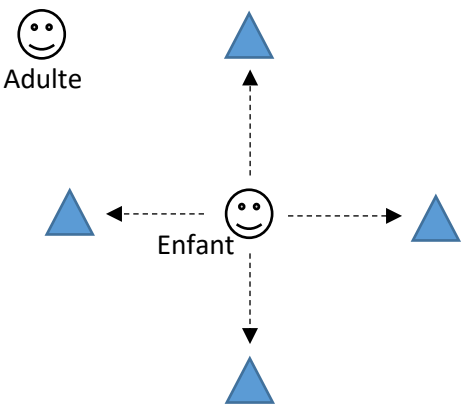


ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS



ENFANTS

 <p>Comment se déplacer :</p> <ul style="list-style-type: none">- pas chassé pour aller de droite à gauche- toujours le corps-regard droit devant même si déplacement en arrière	<h3>Carré magique</h3> <p>Matériel : 4 objets</p> <p>Descriptif : 1 objet pour délimiter le carré de jeu L'enfant au milieu de celui-ci</p> <p>Objectif de l'exercice : A l'indication de l'adulte, l'enfant doit se diriger, en adaptant son déplacement, à l'objet indiqué et revenir à la position initiale.</p> <p><u>Variantes :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Faire travailler la mémoire en donnant un ordre : devant-départ-gauche-départ etc. <p>Muscles sollicités : Travail de déplacement, travail cardiorespiratoire, l'ensemble du corps</p>
	<p>Nos conseils : Changer la position de départ (debout, à genou, assise, allongée...) Changer la façon d'indiquer la zone de déplacement (couleurs, forme etc.)</p>