

Bouger plus à l'école enfantine – Jeux de rassemblement: Lancer le dé

Cet exercice propose de multiples tâches développant les schémas moteurs suivants: courir, sautiller, sauter, tourner, pousser, tirer, ramper et lancer.

Un enfant lance le dé et les camarades effectuent l'activité qui correspond au chiffre. Après chaque exercice, le dé est lancé par un autre enfant.



Activités hivernales:

- 1 = Luge: assis sur le sol, mimer une descente en luge.
- 2 = Slalom à ski: courir à travers des portes imaginaires.
- 3 = Traces: sautiller sur une jambe, deux jambes, en alternance.
- 4 = Ange des neiges: faire le pantin au sol et debout.
- 5 = Igloo: marcher à quatre pattes.
- 6 = Bataille de boules de neige: imiter le lancer de la balle.

Remarque: Former des sous-groupes si le nombre d'élèves est important (les pullovers rouges ensemble, etc.).

Matériel: Dés en mousse avec [images d'activités hivernales](#) (pdf)

Source: Vanessa Bieli, Anja Wili



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO