

L'école en mouvement – Améliorer l'habileté (jeu de doigts): Combinaison de chiffres

Un doigt, un chiffre et beaucoup de concentration: les enfants doivent réunir les doigts selon les combinaisons citées durant cet exercice.

Placez vos mains sur vos cuisses. Numérotez vos doigts d'un à dix, en partant de la droite (petit doigt de la main droite) vers la gauche (petit doigt de la main gauche).

Le meneur de jeu cite deux chiffres ou un nombre à deux chiffres (trois et sept ou seulement 37). Réunissez les doigts indiqués aussi vite que possible.

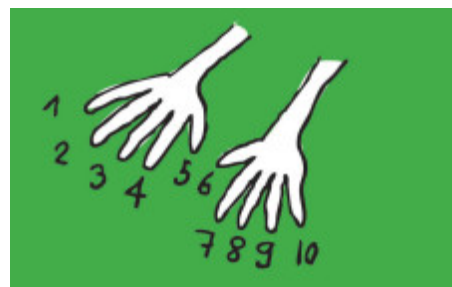


Illustration: Lukas Zbinden

Variantes

- A deux: attribuez le premier chiffre à un doigt de l'élève A, le second chiffre à un doigt de l'élève B.
- Le meneur de jeu écrit une combinaison de chiffres au tableau (3-3-1-7-8). Levez brièvement les doigts correspondants.

Conseil: Pour simplifier, écrivez les chiffres sur vos doigts.

Matériel: Craie

Degré scolaire	3e à 11e années HarmoS
Forme sociale	Toute la classe, par deux
Période	Début de leçon, pause en mouvement
Durée	5 minutes
Intensité	Faible
Lieu	Salle de classe (au pupitre)
Espace nécessaire	Réduit

Source: [«l'école bouge» – Module «Récupération»](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO