

# UN CORRIDOR POUR BOUGER

## MATÉRIEL



Du ruban adhésif pour les surfaces

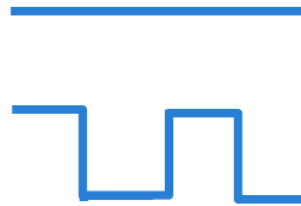
## ÉTAPES À SUIVRE

**1.**

Dans un corridor ou sur une surface dégagée, coller des lignes...

**2.**

L'enfant marche d'un bout à l'autre !



En 1<sup>er</sup> : l'enfant marche sur les lignes.

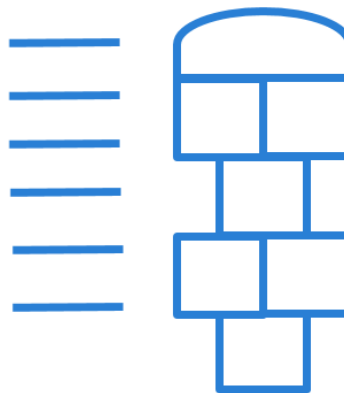
**POUR GRADUER LE NIVEAU DE DIFFICULTÉ  
ET RENDRE L'ACTIVITÉ PLUS AMUSANTE**

En 2<sup>e</sup> : l'enfant marche talon-orteils!

En 3<sup>e</sup> : il marche de reculons.

**3.**

L'enfant saute d'un bout à l'autre !



En 1<sup>er</sup> : l'enfant saute sur les lignes ou dans les cases.

**POUR GRADUER LE NIVEAU DE DIFFICULTÉ  
ET RENDRE L'ACTIVITÉ PLUS AMUSANTE**

En 2<sup>e</sup> : L'enfant peut réaliser les sauts en faisant  
le kangourou ou la grenouille de la Marche des animaux 1 et 2 !

**AMUSEZ-VOUS BIEN !**

# UN CORRIDOR POUR BOUGER

## IMPORTANT

- La supervision d'un adulte est requise pour cette activité, particulièrement, lors du déplacement de l'enfant à reculons pour prévenir les risques de blessure.
- L'enfant peut placer ses bras à la hauteur de ses épaules pour l'aider à garder équilibre ou encore prendre appui contre un mur.
- Pour aider votre enfant à comprendre les consignes, donnez-lui l'exemple en effectuant le parcours.
- Pour le ruban, choisissez-en un qui se retire facilement sans risque de laisser des résidus de colle sur votre plancher comme celui utilisé lors de la peinture.

## VARIANTES

- Ajouter un ou des obstacle(s) sur le parcours pour que l'enfant le ou les contourne(nt) ou enjambent.
- Demander à l'enfant d'augmenter graduellement sa vitesse.

## LES HABILITÉS TRAVAILLÉES :

Cognitif	• L'enfant qui se concentre sur la tâche et met en application les consignes.
Langagier	• L'enfant qui écoute et comprend les consignes.
Motricité globale	• L'enfant qui marche, qui saute et se déplace en gardant son équilibre.

## AMUSEZ-VOUS BIEN !



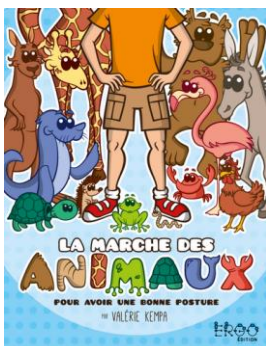
Valérie,  
Ergothérapeute

Caroline,  
Éducatrice

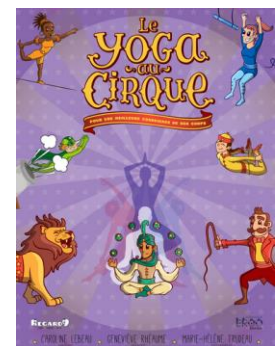


Pour trouver d'autres activités stimulantes :  
Consultez le site [www.regard9.ca](http://www.regard9.ca) et sa section gratuité !

## LES PERSONNAGES PROVIENNENT DES LIVRES :



La Collection ERGO édition de Regard9 rend l'ergothérapie accessible à tous, afin de favoriser le développement, l'autonomie et l'estime de soi des enfants.



Les auteures : Valérie Kempa (ergothérapeute), Marie-Hélène Trudeau (ergothérapeute), Geneviève Rhéaume (éducatrice) et Caroline Lebeau (éducatrice).