



UN JOUR, UNE ACTIVITE

Psychomotricité pour
Tintamarre (les Etoiles)

Jour 1 : Parcours moteur

- Développer les coordinations motrices globales.
- Sur le site, vous trouverez des exemples de parcours moteurs extérieur et intérieur (niveau 2).

Jour 2 : Dans le panier

- Favoriser la coordination oculo-manuelle.
- Un sac de course ou un carton serviront de panier. Des paires de chaussettes roulées en boule pourront servir de balles. A environ 1m, délimité l'endroit d'où votre enfant doit lancer. Si c'est trop facile ou trop dur vous pouvez avancer ou reculer la cible.



Jour 3 : Le contour de la main

- Développer la graphomotricité.
- Avec votre aide ou tout seul, votre enfant peut dessiner le contour de sa main. Puis il pourra « changer » son contour en animal qu'il pourra ensuite colorier s'il le souhaite et selon son niveau.



Jour 4 : Jacques a dit

- Soutenir l'établissement du Schéma Corporel
- Avec le jeu « Jacques a dit », citer plusieurs parties du corps que votre enfant doit toucher.

Jour 5 : Où est le trésor?

- Travailler les notions spatiales.
- Cacher un chocolat ou un bonbon. En fonction du niveau de votre enfant lui indiquer de différente façon.
- Niveau 1 : « Le chocolat est sous la chaise », Le bonbon est devant la télé », « le chocolat est derrière la porte ».
- Niveau 2 : Sous forme de parcours guider l'enfant à travers la pièce pour trouver le bonbon par exemple : « Passe au dessus de la chaise, passe devant le canapé, prend la tasse qui est à droite et regarde dessous ».