

Bouger, oui, mais pourquoi ?

Comment permettre à son enfant de faire des activités motrices à l'intérieur ?

Lorsque vous faites des activités physiques avec lui (parcours de motricité avec les meubles de la maison par exemple), votre tout-petit est content de s'amuser avec vous et il apprend que c'est agréable de faire de l'exercice. Votre enfant fait davantage confiance à ses capacités physiques et il s'ouvre à de nouvelles activités.

QUELQUES IDÉES D'ACTIVITÉS POUR FAIRE BOUGER NOS ENFANTS



1. Le jeu des quilles :

Trouver des éléments colorés à mettre dans ou sur les bouteilles afin que l'enfant puisse viser et nommer la couleur.



2. Les parcours de motricité :

Quelques belles idées en photos...

...pour inspirer les petits et les grands !

