

Préscolaire et 1er cycle

Différentes idées d'activités

- Favoriser des comptines ou des danses avec de grands mouvements;
- Intégrer des mouvements globaux lorsque vous racontez une histoire;
- Période dirigée : faire faire des mouvements;
- Inviter les élèves à une séance de yoga;
- La routine de l'astronaute;
- Explorer les textures : peinture digitale, bacs sensoriels;
- Demander aux élèves d'adopter la position du sphinx lors des causeries;
- Inviter les élèves à faire des déplacements spéciaux: crabe, phoque, ...;
- Souffler les 10 bougies;
- Pic et Sam ont la bougeotte;
- Appuyer le pouce contre l'index de chaque main pour former des anneaux croiser les anneaux et tirer fort.