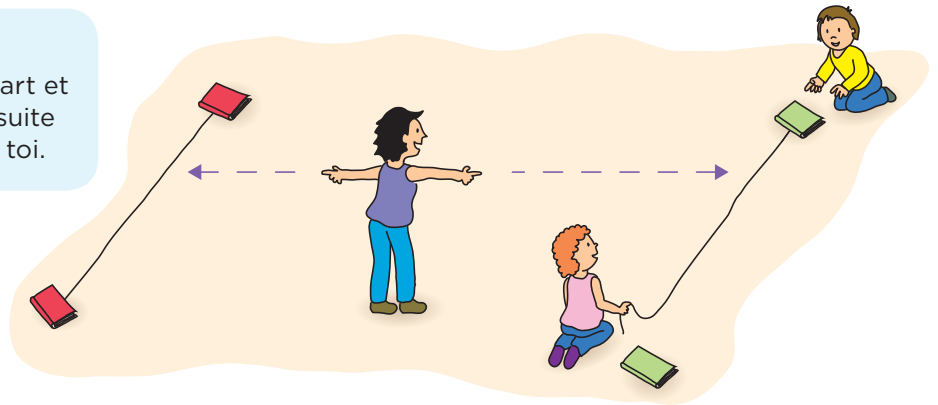


# La course en tapis volant

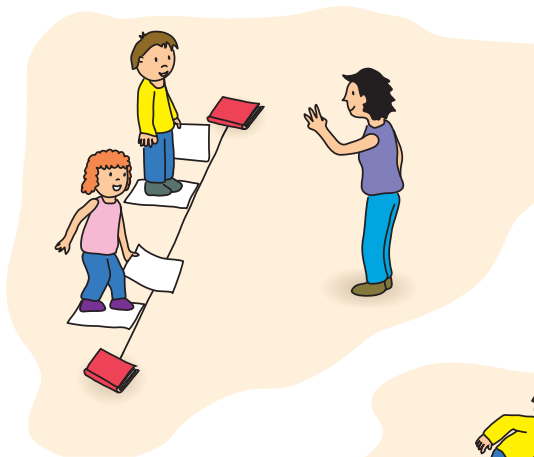
## MATÉRIEL

2 feuilles de papier par enfant (vieux journaux, circulaires ou papier de bricolage)

1. Demande à un adulte de déterminer une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Invite ensuite un ami à faire la course avec toi.



2. Mettez-vous debout sur une feuille à la ligne de départ. Gardez la 2<sup>e</sup> feuille dans vos mains. Quand l'adulte dit « Tapis volant ! », placez la 2<sup>e</sup> feuille devant vous et montez dessus.



3. Ramassez la feuille de derrière et placez-la devant en montant dessus. Répétez les mêmes mouvements pour avancer. Le premier qui se rend à la ligne d'arrivée gagne.



### Activité complémentaire

Faire les déplacements en équipe de deux. Un enfant ramasse la feuille de derrière et la place devant. L'autre enfant avance sur les feuilles.

### À retenir

Ce jeu aide votre enfant à suivre des consignes simples tout en s'amusant. Cette activité lui apprend aussi à coordonner ses mouvements et à garder son équilibre.