

Des parcours moteurs à la maison

Si vous avez la chance d'avoir un jardin, utilisez tous les éléments naturels pour constituer des obstacles, portique, balançoire, trampoline, bancs, chaises, arbres... Tout est bon !

Si vous êtes en appartement ou sans accès sur l'extérieur, définissez un lieu sur un temps donné qui sera consacré à ce parcours. Ce peut être un couloir, le séjour, la cuisine, une chambre... Utilisez ce que vous avez à disposition, là encore les chaises, canapé(s), des bouteilles au sol pour faire un slalom, un matelas pour faire des roulades... Voici des idées pour constituer un parcours à domicile et sinon, faites confiance à votre inventivité et à celles de vos enfants et n'hésitez pas à partager ces activités avec eux :

<https://apprendreaeducer.fr/comment-creeer-parcours-motricite-maison/>

<https://babymat.fr/blog/comment-creeer-un-parcours-de-motricite-maison/>

Et des idées de jeux d'extérieur à fabriquer en recyclant de vieux objets, si vous avez de quoi bricoler chez vous...

https://www.deco.fr/photos/diaporama-10-jeux-exterieur-fabriquer-soimeme-d_3968