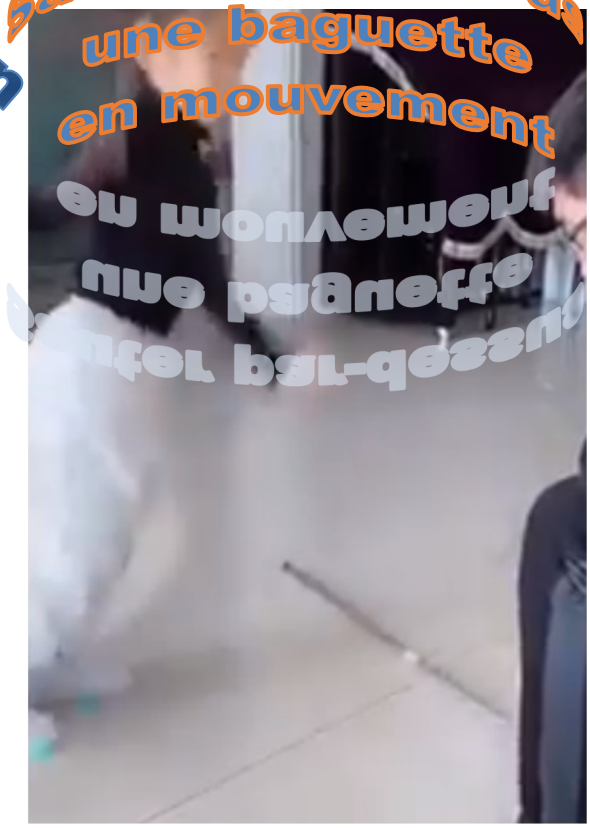
EPS à la maison de la maternelle … au CM2

Voici quelques exercices sous forme de jeux avec du matériel simple : peluches, balles, ballons, objets de récupération…qui reprennent les objectifs des enseignants lors de la préparation d'une séance de motricité.

Sauter, courir, se déplacer de différentes façons, mobiliser son corps de différentes manières, augmenter ses capacités de déplacements, affiner ses gestes …etc…

Faire rouler un ballon depuis ses pieds et l'attraper.

Sauter par-dessus une baguette en mouvement



Saisir un doudou avec ses pieds, le poser dans la caisse au-dessus de sa tête.

Attraper une balle qui roule sous un pot.

Coller des objets légers sur de l'adhésif en hauteur.

Déplacer seul ou à 2 un objet d'un endroit à l'autre.

Faire rouler une balle dans un trou avec un maillet fait maison.

Rattraper des balles lâchées sur un plan incliné avec un seau