








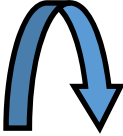


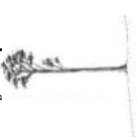














<p>A</p> <p>Rampe comme un serpent.</p> 	<p>B</p> <p>Déplace toi comme un éléphant lourd. POUM POUM</p> 	<p>C</p> <p>Saute comme un kangourou 10 fois.</p> 	<p>D</p> <p>Avance comme une araignée.</p> 	<p>E</p> <p>Avance en sautant comme un lapin. On appuie ses bras en avant et on pousse sur ses jambes.</p> 	<p>F</p> <p>Tiens toi debout sur une jambe comme un flamant rose. Compte jusqu'à 10.</p> 	<p>G</p> <p>Fais 5 saut sur une jambe en avançant.</p> 	<p>H</p> <p>Allonge toi par terre, sur le dos. Pédales très très vite avec tes jambes.</p> 	<p>I</p> <p>Fais la chauve-souris en courant partout sans rien toucher les bras écartés.</p> 
<p>J</p> <p>Tourne 5 fois sur toi-même.</p> 	<p>K</p> <p>Fais le pont et compte jusqu'à 5.</p> 	<p>L</p> <p>Cours sur place en touchant avec tes talons tes fesses 5 fois.</p> 	<p>M</p> <p>Reste droit comme un arbre en levant tes bras en l'air et compte jusqu'à 10.</p> 	<p>N</p> <p>Fais le boxeur avec tes bras sans toucher personne et compte jusqu'à 8.</p> 	<p>O</p> <p>Déplace toi comme un crabe sur le côté.</p> 	<p>P</p> <p>Recule en sautant 5 fois.</p> 	<p>Q</p> <p>Fais le héron en avançant et en sautant sur 1 jambe et en agitant les bras.</p> 	<p>R</p> <p>Roule par terre sur le côté en te déplaçant.</p> 
<p>S</p> <p>Marche 3 pas en arrière. Marche 3 pas en avant.</p> 	<p>T</p> <p>Saute en tournant 3 fois.</p> 	<p>U</p> <p>Avance à 4 pattes comme un chat et fais ta toilette avec ta patte.</p> 	<p>V</p> <p>Attrape tes jambes comme la photo et compte jusqu'à 6.</p>  <p>www.enmaternelle.fr</p>	<p>W</p> <p>Cours jusqu'aux toilettes et reviens 3 fois.</p> 	<p>X</p> <p>Saute en tournant 6 fois.</p> 	<p>Y</p> <p>Passes tes pieds par-dessus ta tête 4 fois.</p> 	<p>Z</p> <p>Sur une jambe, compte jusqu'à 10 comme la cigogne.</p> 