

<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1075>



# L'activité physique... en confinement...

- La Vie des Classes -



Date de mise en ligne : vendredi 15 mai 2020

---

Copyright © École Maternelle Jeanne Lecourt - Bléré (37) - Tous droits

réservés

---

Nous avons déjà proposé de créer au domicile un [parcours de motricité](#).

La dépense physique est importante pour le jeune enfant. Elle le sera d'autant plus en cette période de confinement si vous habitez en appartement . Il va être nécessaire de **prévoir des plages** comprenant des **exercices de relaxation et de décontraction** corporelle. Ils vont permettre à votre enfant de se calmer en cette période particulière et d'être disponible pour les apprentissages scolaires.

[ICI : --->](#)

<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L141xH100/apaiser-17dae07a-51610.jpg>

[[http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L400xH13/points\\_coule5730-4953f.jpg](http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L400xH13/points_coule5730-4953f.jpg)]

Voici un autre proposition qui reprend un jeu traditionnel un peu perdu de vue et qui a pourtant bien des atouts : **LA MARELLE**.

En effet, tout en jouant, l'enfant (et l'adulte aussi ! ) va développer ses capacités motrices.  
Alors, à vos craies...

- un documents pdf à adapter aux capacités de votre enfant (les grands frères / soeurs peuvent se joindre à vous ? )

<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L52xH52/pdf-39070.png> **la MARELLE - jouer en famille**

</doc7648|center>

- une chanson pour accompagner les gestes

- une vidéo d'introduction pour motiver les troupes...

- ET en CADEAU, une autre version de la chanson "Amarelinha - la marelle" interprétée par le magnifique duo Birds On A Wire.

\*\* \*\* \*\* \*\* \*\*

[<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L272xH400/leandre-mare8b69-7648a.jpg>]

[<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L400xH400/lenais-marel75fe-d9cce.jpg>]

[<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L400xH323/romane-marel5758-b9796.jpg>]

[<http://ec-jeanne-lecourt-blere.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/ec-jeanne-lecourt-blere/local/cache-vignettes/L400xH400/sarah-marell9a9f-28ffc.jpg>]