

## SPORT HA FAMILH/SPORT ET FAMILLE

Voici un petit jeu que je vous propose de faire en famille.

Prenez un dé sur lequel vous collerez des vignettes de couleurs différentes (bleu/**glas** rouge/**ruz** jaune/**melen** vert/**gwer** blanc/**gwenn** noir/du) ou bien prenez des perles (6 couleurs différentes) que vous glisserez dans une chaussette.

Chacun son tour, on lance le dé (ou tire une perle). On nomme la couleur à voix haute. Il faut ensuite réaliser une des actions suivantes en fonction de la couleur obtenue.

Si je fais **BLEU**, je saute 10 fois sur place.

Si je fais **ROUGE**, je monte mes genoux, chacun leur tour, le plus haut possible, en comptant jusqu'à 10.

Si je fais **JAUNE**, je rampe du salon jusqu'à ma chambre.

Si je fais **VERT**, je saute comme une grenouille 10 fois.

Si je fais **BLANC**, je fais le pont (mains et pieds par terre, jambes tendues et j'arrondis mon dos), en comptant jusqu'à 10.

Si je fais **NOIR**, je m'assois par terre « en petit indien » (en tailleur), je compte jusqu'à 10 sans bouger.



**Sport en famille**