

Bouge comme les animaux !

Règles du jeu

Tire un dé qui t'indiquera l'animal que tu vas imiter

Exemple : 2 = tortue

Suis les indications dessous.

Exemple : tire encore le dé, si tu obtiens 2, tu dois bouger très lentement à 4 pattes pendant 20 seconde (2 X 10).



2

Avance très lentement à quatre pattes pendant

X 10 secondes



1

Bouge très lentement
pendant
 $\diamond \diamond \diamond$ X 10 secondes

2



3

Lève les bras en l'air et
baisse-les 2 X $\diamond \diamond \diamond$ fois



4

Fléchis les genoux en
avançant la jambe droite
puis gauche 2 X $\diamond \diamond \diamond$ fois

5



6



Saute sur place
 $\diamond \diamond \diamond + \diamond \diamond \diamond$ fois

Cours en faisant 10 X
 $\diamond \diamond \diamond$ très petits pas