

Fiche 7

Viens prendre une marche



But:

- Se déplacer sur le sentier tout en imitant des animaux.



Groupes d'âge:

- Tous les âges



Déroulement:

- L'animateur nomme un animal à imiter à haute voix. Celui-ci fait ensuite une démonstration de la marche à l'image de l'animal. Les participants font de même en usant de leur propre créativité pour imiter l'animal.

Quelques exemples :

- Singe: Balancez les bras et arquez les jambes
 - Lion: montrez vos doigts griffus et bombez le torse
 - Cheval: hochez la tête et au galop
 - Crocodile: bras tendus en avant qui s'ouvrent et se ferment comme une mâchoire
 - Les participants peuvent aussi suggérer des animaux et créer des déplacements
-
- **Suggestions d'animaux :**
Pingouin, héron, girafe, panda, babouin, marmotte, dauphin, Bernard l'ermite, boa, chameau, autruche, papillon, écureuil, lion, hibou, scarabée, lama, zèbre, koala, fourmi, souris, taupe, raton-laveur, grenouille, biche, escargot, phoque, tortue, chien de traîneau, étoile de mer, caméléon, loutre, paon, kangourou, mouton, canard, bison, dinosaure, tatou, poule, hyène, faucon, anaconda, scorpion, coccinelle, têtard, saumon, mille-pattes, hippocampe, libellule, tapir, poisson, -clown, raton laveur, pic vert, poulpe, lapin, dindon, paresseux, éléphant, moustique, crabe, papillon, chauve-souris, piranha, poisson-chat, limace, pieuvre, pigeon, araignée, chat, tigre, singe, etc.



Variante:

- **Utilisez des sports pour remplacer les animaux :**
Planche à voile, rugby, boxe, tennis de table, lancer de disque, parachutisme, gymnastique, plongée sous-marine, curling, badminton, aviron, triathlon, spéléologie, foot, basket, natation, taekwondo, volley-ball, lancer du marteau, saut en longueur, saut en hauteur, 110 mètres haies, hockey, frisbee, marche rapide, etc.

