

## " Notice technique".

Voilà comment réaliser à moindre frais du matériel qui va vous permettre de concevoir les parcours ou autres activités.

1/ Les pas Japonais. Vous découpez de petits rectangles en carton de la taille du pied de votre enfant (en gros).

Si vous avez de la peinture à l'eau,  
faites les peindre par votre enfant.



**La poutre** : Vous découpez une bande de carton de 10 cm de large sur 2 à trois mètres si vous pouvez ( en collant des morceaux).



**Les quilles** : Vous prenez des bouteilles d'eau et vous les lestez avec un peu d'eau ou du sable ou de la terre.



**Les haies** : Vous prenez des bouteilles en plastique vous les lestez d'eau et vous posez dessus une latte en bois ou en carton. Si la haie est trop haute pour votre enfant coupez l'extrémité de la bouteille.



Grande haie



petite haie.

**Cerceau** : Vous découpez des ronds évidés en carton.



**Balles en chiffons** : Vous prenez des vieux tissus que vous nouez. Avec de vieux collants c'est encore mieux. Vous les remplissez de chiffons et vous les nouez.



**Slalom** : vous réalisez vos slaloms à l'aide de bouteilles en plastique lestées.



**Le palet :** Pour créer votre palet vous prenez une boîte de camembert. Vous la lestez avec du journal très serré. Au préalable vous pouvez la faire peindre par votre enfant à la peinture à l'eau ou décorer avec des dessins au feutre. Puis vous la scotchez pour ne pas qu'elle s'ouvre.



Voilà la position de la main pour le lancer.

