

## SPORT et COULEURS

Voici un petit jeu que je vous propose de faire en famille.  
Je l'adapte pour qu'il soit réalisable avec le matériel de la maison :  
Prenez 1 dé sur lequel vous collez des vignettes de couleurs différentes  
(bleu/rouge/jaune/vert/blanc/rose) ou bien prenez des perles  
(6 couleurs différentes) que vous glissez dans une chaussette.



Le premier joueur lance le dé (ou tire une perle). Il nomme la couleur à voix haute.

Ensuite il faut réaliser une des actions suivantes en fonction de la couleur obtenue :

Si je fais **BLEU** : j'essaie de tenir en équilibre sur un pied

Si je fais **ROUGE** : je saute sur place

Si je fais **JAUNE** : je saute à cloche pied

Si je fais **VERT** : je danse une minute sur une musique

Si je fais **BLANC** : je reste sans bouger, je fais la statue.

Si je fais **ROSE** : je m'assois par terre, je tends mes jambes et j'essaie d'attraper mes pieds

### Variante pour un autre jour :

Si je fais **BLEU** : je danse sur une musique en bougeant les hanches (les fesses) de droite à gauche et en utilisant mes bras

Si je fais **ROUGE** : je monte mes genoux le plus haut possible chacun à son tour

Si je fais **JAUNE** : je rampe de la cuisine jusqu'à ma chambre (à adapter en fonction de votre maison !!)

Si je fais **VERT** : je saute comme une grenouille

Si je fais **BLANC** : je marche comme un canard en faisant le tour de la table de la cuisine / salle à manger

Si je fais **ROSE** : je m'assois en tailleur (comme un indien) et j'essaie sans forcer de poser ma tête au sol ou sur mes pieds.

Bon amusement à tous !