



VOYAGE COSMIQUE (DANS TA CHAMBRE)

Pour voyager, il te faut :

- 3 mètres de grosse ficelle ou de cordelette
- du Scotch



Avant de partir en voyage

Sur le sol de ta chambre, installe un petit chemin avec la ficelle. Tu peux faire des zigzags ou une grosse boucle. Fixe la ficelle sur le sol avec quelques morceaux de Scotch.

Ton voyage commence

Mets-toi pieds nus ou en chaussettes et marche sur la ficelle, d'un bout à l'autre. Tu dois toujours sentir la ficelle sous tes pieds.

Un peu plus difficile...

Refais le même parcours, mais, cette fois, en fermant les yeux. Ce sont tes pieds qui te guident : en suivant la ficelle, ils te disent où aller !

Encore plus difficile!

Ferme encore les yeux et avance cette fois sur la pointe des pieds. Tu peux aussi essayer avec un petit doudou posé sur ta tête. Attention, il ne doit pas tomber !