

# LES STATIONS D'HUMEUR

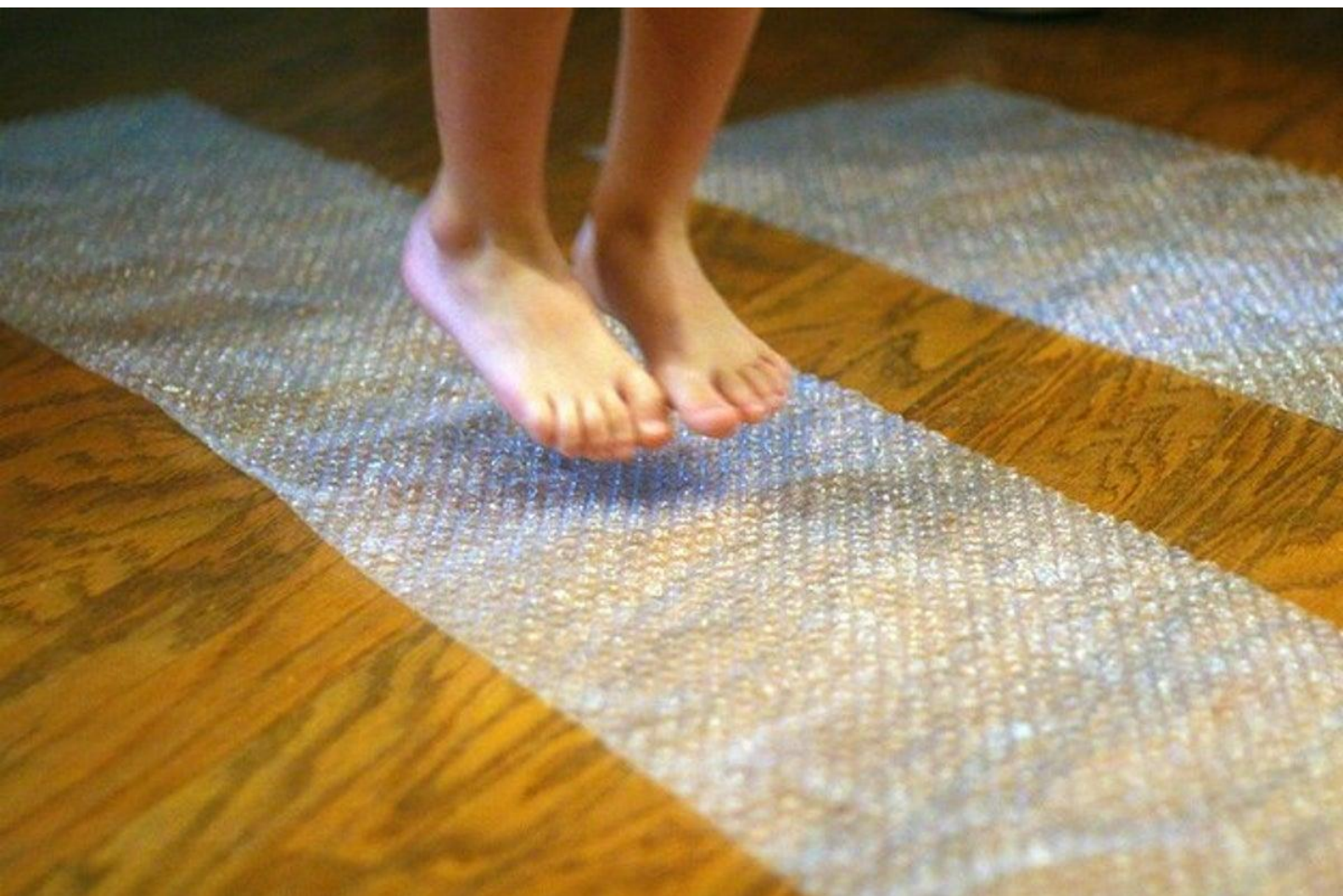


1. **Station pour donner des coups de pied** – détenir un grand bac contenant de nombreux ballons de soccer qui peuvent être frappés dans un filet. Il n'est pas nécessaire d'avoir un gardien de but, car l'objectif est de botter le plus d'énergie possible !
2. **Station pour piétiner** – étendre de longs morceaux de papier bulle pour que les enfants puissent les piétiner.
3. **Station pour crier** – fournir des microphones-jouet avec lesquels les enfants peuvent crier. Il est recommandé d'installer cette station le plus loin possible des fenêtres de la salle de classe.
4. **Station pour lancer des objets** – procurer un grand bac rempli de balles de tennis. Les enfants pourront les lancer contre le mur de l'école.
5. **Station pour courir** – placer des seaux d'eau aux extrémités opposées d'une surface relative à cette station. Au point de départ, les enfants devront remplir d'eau des verres en plastique. Ensuite, ils devront courir jusqu'au point d'arrivée et verser dans le seau situé à cet endroit, la quantité d'eau qui reste dans leur verre.
6. **Stations pour sauter** – disposer une rangée de cerceaux consécutifs, en prenant soin de laisser une courte distance entre chacun. Par la suite, les enfants devront sauter d'un cerceau à l'autre.

# Station pour donner des coups de pied



# Station pour piétiner





# Station pour crier



# Station pour lancer des objets





# Station pour courir





# Station pour sauter

