

#9

FICHE PRATIQUE
ATELIER POUR ENFANT

BALLE ANTI-STRESS ET DE JONGLAGE



- 01 Découper un carré de cellophane 30x30cm. Le placer devant soi.
- 02 Y verser de la farine (approximativement 150g selon la taille de la balle souhaitée.)
- 03 Pincez les quatre bords et les joindre (comme sur la photo) et faire en sorte qu'il y ait le moins d'air possible. Tournez et appuyez sur le petit paquet.
- 04 Prenez un premier ballon de baudruche, découpez l'extrémité et enveloppez le paquet de farine par le dessus. Reproduire la même opération avec le deuxième ballon en passant le côté non recouvert en premier. Vous pouvez recommencer l'opération une troisième fois afin de consolider la balle.
- 05 Votre balle est prête ! Attention, il ne s'agit pas d'une balle de tir mais bien d'une balle anti-stress et de jonglage !

- **Réalisation** d'une balle, développement de la motricité fine.

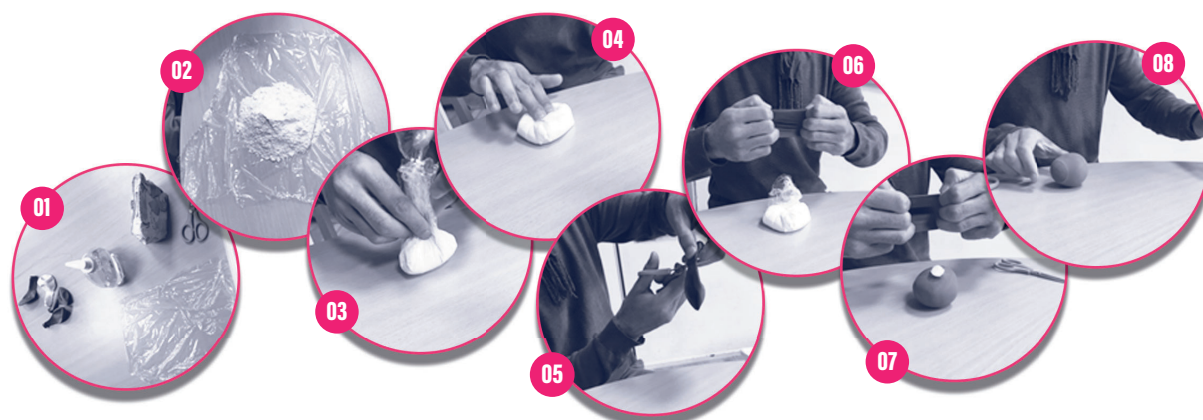
- **Découverte** d'une matière « malléable et déstressante.»

- **Premiers pas** vers un atelier de jonglage.

5-10
ans

MATÉRIEL : Un carré de cellophane 30x30cm, farine,
2 à 3 ballons de baudruche par balle, ciseaux

EXEMPLE



Mairie d'Orsay - Service Périscolaire
Direction enfance, familles et solidarités

Fiche élaborée par Yohann CAPITANT DE LA VILLEBONNE,
animateur en élémentaire du Guichet

contact@mairie-orsay.fr | www.mairie-orsay.fr



@ORSAY NOTRE VILLE

ORSAY CONNECT
L'APPLI