

# Titre: YOGA

CYCLE:

1RE

2E

3E

GROUPE: : PLUS DE DEUX (2) ÉLÈVES

MATÉRIEL: TERRAIN #1

SUIVRE LA SÉQUENCE DES MOUVEMENTS ET POSTURES.  
(IMAGES COLLÉES À LA FENÊTRE)



## BUT DU JEU

**Yoga** : Maintenir la posture entre 5 et 10 secondes avant de passer à l'image suivante.

## DISPOSITION



### Déroulement :

- ◆ Les élèves s'installent les uns à côté des autres et tentent de reproduire les postures qui sont affichées dans les fenêtres du côté.



### Variante :

- ◆ À tous moments, les élèves peuvent aller s'activer dans le terrain #2 (Queue de renard) et revenir à l'atelier de yoga.
- ◆ Les élèves peuvent même utiliser les postures de yoga comme une conséquence à leur défaite au jeu de queue de renard (terrain #2) avant de revenir affronter un autre adversaire.