

<http://ec-bray-en-val-bray-st-aignan.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article220>

# 26.défi du 13/05/20 : le yoga du rire

- Continuité pédagogique - PS-MS - Les défis de T'CHOUPI -



Date de mise en ligne : mercredi 13 mai 2020

---

Copyright © Ecole primaire de Bray-en-Val à BRAY ST AIGNAN - Tous

droits réservés

---

Bonjour

Aujourd'hui je te propose de découvrir une activité qui fait du bien : le yoga du rire.

D'abord en regardant une petite vidéo

<https://youtu.be/UNRMBxsXmDE>

Puis en faisant un jeu avec des cartes

Règle du jeu

Imprime, découpe et mélange les cartes ( si tu ne peux pas imprimer les cartes demande à un adulte de recopier ce qui est écrit sur un morceau de papier ou de cartonnnette). Placez-les au centre de la table. Chaque joueur en tire une à tour de rôle et fais le rire demandé .Les cartes sont mélangées de nouveau à la fin et le jeu recommence.

Tout le monde est gagnant car le rire est excellent pour le moral et la santé.