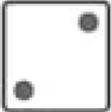
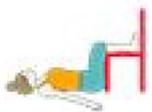
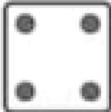
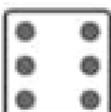


## LE JEU DE LA CHAISE ET DES BALLE CHAUSSETTES

Trouve une balle. Si tu n'en as pas, choisis quatre paires de chaussettes. Mets quatre chaussettes les unes sur les autres, plie les en deux, puis retournes-en la moitié d'une pour recouvrir les autres. Regarde avec tes parents si tu n'y arrives pas. Modèle avec tes mains le paquet obtenu pour lui donner une forme de balle. Recommence avec les quatre dernières chaussettes. Prépare 6 petits papiers numérotés de 1 à 6 ou prends un dé. Prends une chaise de cuisine, et mets-toi dans un espace libre de la maison avec un peu de place autour de toi. Eparpille à tes pieds les petits papiers face cachée. Tire un papier ou tire le dé. Mets cette feuille à côté. Pour chaque position, dix lancers de balle minimum doivent être effectués.

Lorsque tu tires le.....

	<p>Prends la position comme sur l'image et fait rouler une « balle chaussettes » sous ta chaise en la faisant passer d'une main à l'autre.</p>	
	<p>Prends la position comme sur l'image et fait rouler une « balle chaussettes » sur ton ventre et ta poitrine, en guise de massage pendant dix secondes.</p>	
	<p>Prends la position comme sur l'image et lance une balle chaussettes devant toi, en la faisant passer d'une main à l'autre.</p>	
	<p>Prends la position comme sur l'image et laisse glisser sur ton corps deux « balles chaussettes » l'une après l'autre, en les faisant partir d'en haut. Répète l'opération cinq fois de suite.</p>	
	<p>Prends la position comme sur l'image et fais rouler au sol, autour de ton pied, une « balle chaussettes ». Fais lui faire dix tours. Essaie de changer de jambe.</p>	
	<p>Prends la position comme sur l'image. Place la « balle chaussettes » sous ton menton et coince là : elle ne doit pas tomber. Si c'est impossible avec ta chaise, alors prends la position de ton choix ou inventes-en une autre.</p>	