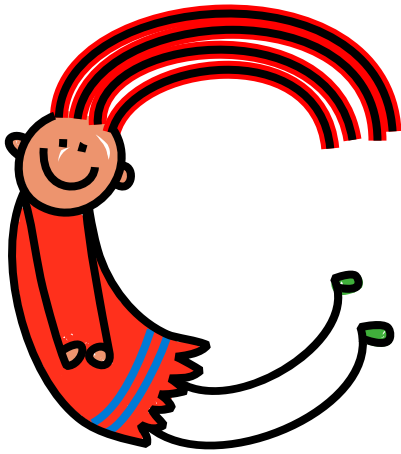


Bougez

Gardez les enfants actifs pendant un temps d'attente



On fait comme si

Faites semblant que votre corps est mou comme une poupée de chiffon. Puis soyez raide comme un robot.



C'est le moment de jouer

Les jeux de mains, de doigts, et les comptines font bouger les mains.



Lancez des défis

Lancez-vous des défis : « Tiens-toi sur un pied pendant que je compte jusqu'à 10. »



Faites-vous des câlins

Parfois, se prendre dans les bras est la meilleure des activités physiques.

English Title: Things to Do While You're Waiting: Get Physical



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>

