



Pieds nus dans la nature, c'est le pied !

Proposer à l'enfant un parcours sensoriel pied nu dans la nature !

Sentir les feuilles sous ses pieds, l'herbe, l'eau froide et même la boue. C'est froid, c'est mou, c'est doux mais surtout quel plaisir !

Cette activité toute simple lui permet de se connecter à la nature, de découvrir des sensations, notamment le sens du toucher et de prendre conscience de son corps. Il pourra aussi travailler son équilibre et développer sa curiosité. Cette activité permet aussi de développer le langage en verbalisant sur ce qu'il ressent ou observe.



En savoir plus : <https://activeforlife.com/fr/libérons-nos-pieds/>

