



PIPSa

Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé



Yogi Mouv : Le Loto

2015 - fiche modifiée le 28 novembre 2017

Un jeu de loto pour se familiariser avec les postures de yoga.

Support	Jeu de table
Âge du public	A partir de 4 ans
Thèmes associés à cet outil	Activité physique, Corps, Compétences psychosociales
Obtention	Acquisition
Participants	De 2 à 14
Prix	45,00 €



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- 7 planches avec 6 postures sur chaque planche (sans le nom des postures inscrit)
Les postures sont classées par famille : Famille des équilibres ; Famille des détentes ; Famille des enroulements ; Famille des torsions ; Famille des ouvertures ; Famille des appuis ; Famille des redressements
- Un jeu de 42 cartes représentant les postures sur les planches, avec les noms d'inscrits

Pour une utilisation comme outil pédagogique, voir pages 4 et 5 du [Guide Yogi Mouv](#)

[Vidéo](#) de présentation.

[Règles du jeu](#)

Concept :

Une planche pour deux personnes. But du jeu : terminer sa planche en premier, c'est-à-dire avoir reposé sur les 6 postures un doublon (présent dans les 42 cartes).

Chaque fois qu'un joueur tire une carte, il la regarde, ne la montre pas et réalise la posture sur le tapis. Les autres joueurs regardent si elle est sur leur planche, si oui, ils donnent son nom pour la gagner (avec des plus jeunes, dire que l'on a la carte pourra suffire).

Objectifs

- Développer le sens de l'observation
- Renforcer la connaissance du corps propre et celui d'autrui
- Améliorer l'équilibre et la concentration

Bon à savoir

Ce jeu complète le [Jeu Yogi Mouv](#).

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Yogi Mouv
196, boulevard de la Bayounette
83640 - Plan d'Aups sainte Baume
France
+33 (0)6 35 38 78 75 - YogiMouv2015@gmail.com
<http://www.yogimouv.fr>

L'avis de PIPSa

Appréciation globale :

Cet outil, facile d'appropriation et d'animation, propose l'apprentissage de postures de yoga. Ce faisant, il permet d'apprendre aux enfants la conscience de soi à travers le corps et la respiration. Cette approche pertinente dans un monde où tout va (trop) vite, permet de proposer en classe des pauses de calme et de centration. L'activité fait le lien avec les programmes scolaires. Un plus : il propose une approche non genrée du corps et de l'activité physique.

Le jeu (principe du loto) ne nécessite pas de compétences particulières et peut se jouer avec un adulte non initié au yoga. En ce sens, il est ouvert à tous et participe à la réduction des inégalités sociales de santé. L'apprentissage se fait par observation et répétition ; ce qui pourrait toutefois lasser rapidement certains enfants.

Le matériel de jeu est durable, mais le coût élevé pourrait constituer un frein à son acquisition.

Pour avoir une idée concrète du mode d'emploi, [cliquez ici](#).

Objectifs :

- Se familiariser avec le langage et les postures de yoga
- Apprendre à les réaliser

Public cible :

A partir de 5 ans – jusqu'à 10 ans

Utilisation conseillée :

Pour aller plus loin : solliciter le vécu des enfants par rapport à leur corps, leur respiration.

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★
Attractif ★★★★★
Interactif ★★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

Temps de préparation :



Points forts :

Facile à mettre en œuvre, innovant (amener le yoga par le jeu).

Points d'attention :

Installer un cadre de bienveillance.

Sujets abordés :

Corps, respiration.

Complémentarité :

[Yogi Mouv](#) + [100 jeux avec Namasté](#).

Date de l'avis : 07 novembre 2017

L'avis des utilisateurs

Le loto, un outil pour utilisateurs avertis ★★★★★

publié le 22 janvier 2018 à 10h59 par Visiteur

Si le jeu de plateau Yogi Mouv s'adresse à un large public car il utilise le yoga et des mini-jeux, son extension du Loto s'adresse à un public averti et pratiquant. En effet, il est centré uniquement sur les postures. C'est pourquoi il s'intègre parfaitement dans un cours de yoga mais peu au sein d'une approche thérapeutique ou pédagogique.

Jeu ludique et adaptable ★★★★★

publié le 09 décembre 2017 à 14h57 par Visiteur

- il est modulable à souhait ce qui en fait un outil sur mesure pour chaque public ;
- nul besoin d'être professeur de yoga pour corriger les postures simples;
- plaisant et agréable à utiliser ;
- permet de travailler notamment le schéma corporel mais aussi la motricité fine;
- réclamé par les patients car très ludique.

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614055/yogi-mouv-le-loto.html?export>

26-04-2024 08:17