

LA BOITE A ACTIVITES

Chers Parents,

Dans ce document, vous trouverez toutes sortes d'activités à faire avec vos enfants pour les occuper pendant que vous travaillez ou pour vous aider dans les tâches quotidiennes.

Ne vous mettez surtout pas la pression ! Si vous n'avez pas le matériel exact, faites preuve d'imagination pour permettre à vos enfants de continuer à apprendre de manière ludique. Nous vous proposons surtout ces idées pour éviter les écrans et à la passivité de vos enfants ! Le but n'étant pas de combler absolument chaque heure de la journée ou de « faire l'école » autant de temps que le temps que vos enfants passaient en classe avant la fermeture de l'école ... MISSION PRESQUE IMPOSSIBLE !

Gardez juste à l'esprit que jouer et faire des tâches du quotidien aide votre enfant à se concentrer sur une tâche, à persévérer, développe le langage s'il y a une interaction avec les autres membres de la famille (même dans sa langue maternelle). On a également parfois besoin de compter, de peser, de mesurer, de s'orienter dans la maison, et j'en passe. Bref, vous l'aurez compris **tout peut être sujet à un apprentissage.**

Pour vous aider, en plus du plan de travail, je vous ai préparé une boîte d'activités à piocher si vous en avez besoin ! Attention, une ou deux par jour, l'idée n'est pas de surcharger votre enfant, ni vous !

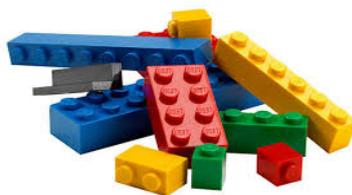
Vous pouvez les proposer à vos enfants (ou les laisser choisir) comme des missions.

Je suis bien évidemment preneuse de toutes les réussites de vos enfants par whatsapp ou par mail !

MISSIONS : Je construis et j'invente



Construire une cabane



Construire avec mes lego ou autre



Construire un château en gobelet

MISSIONS : J'aide papa et maman à la maison



Peler les légumes ou les fruits



Mettre la table

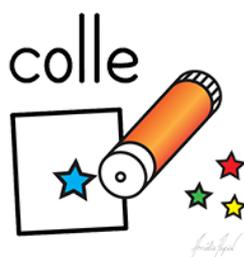


Nettoyer et essuyer la table

MISSIONS : Je bricole



Découper librement



Coller librement



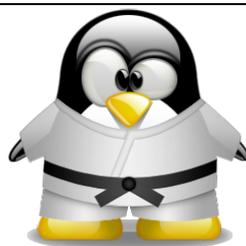
Pâte à modeler (libre ou avec modèle)

MISSIONS : Bouge un peu !



Danse DISCO FRAISE

<https://www.youtube.com/watch?v=qFecXG-LRWg>



Danse PINGOUIN
JUDOKA

https://www.youtube.com/watch?v=b_enhDdevYA



YOGA

AUTRES MISSIONS



Jouer à un jeu de société



Chanter une chanson apprise à l'école



Créer des rythmes en utilisant le corps

SALUT, LE SOLEIL !

Pour bien commencer la journée, on s'étire avec cette version allégée de la célèbre salutation au soleil.



1 Debout, les pieds joints, tu tends les bras jusqu'au ciel. Tes yeux se lèvent vers le soleil.

2 Tu baisses les bras devant toi et tu t'accroupis en posant les mains et les orteils bien à plat sur le sol. Tu redresses la tête et tu regardes devant toi.



3 Puis tu recules tes pieds vers l'arrière, jusqu'à ce que ton corps soit à l'horizontale, comme une planche.



4 En appui sur les mains et les orteils, tu redresses bien la tête et tu dégages tes épaules vers l'arrière. Tu inspires profondément.



5 Tu montes les fesses vers le haut, pour faire comme une montagne. La tête bien entre tes bras, ton dos s'étire...

6 D'un bond, tu ramènes tes pieds entre tes mains, les paumes toujours à plat au sol. Tu regardes devant toi.



7 Tu baisses la tête en soufflant. Puis, en inspirant doucement, tu te redresses lentement, comme une feuille qui se déplie. Tu termines en relevant ta tête.



8 Une fois debout, tu étires tes bras et ton corps vers le ciel. Tu sèves le soleil pour bien commencer la journée.

