

Se
trémousser
et danser

Mettez vos chansons ou vidéos
préférées et amusez-vous à danser!

Vous aurez besoin

- De chansons ou de musique
- D'accessoires de danse (foulards, rubans, chapeaux, ...)

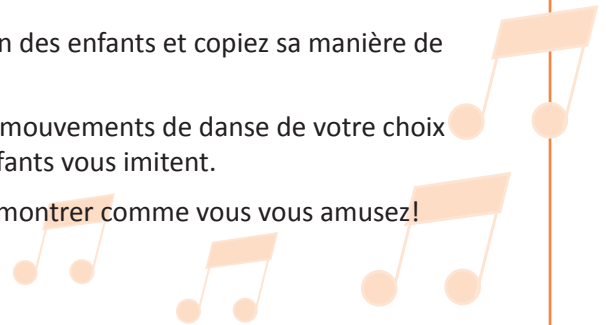


! Pourquoi cette activité est importante

- Danser ensemble fait sourire!
- Il a été démontré qu'être actif physiquement libère les sentiments de bien-être (« feel good »).
- L'imitation est un moyen essentiel d'apprentissage pour les jeunes enfants. Si vous montrez que vous vous amusez, ils sont plus susceptibles de participer et d'apprécier des activités comme la danse qui favorisent les sentiments de bien-être.

Jouer ensemble

- Trouvez les chansons ou les musiques préférées des enfants et demandez-leurs d'en choisir une pour danser.
- Inspirez-vous d'un des enfants et copiez sa manière de danser.
- Lancez quelques mouvements de danse de votre choix et voyez si les enfants vous imitent.
- Assurez-vous de montrer comme vous vous amusez!



La boîte des sentiments

Un jeu de lancer avec comme cibles des boîtes montrant différentes émotions

Vous aurez besoin

- De paniers ou de boîtes
- De papier et de stylos
- De balles



! Pourquoi cette activité est importante

- Cela améliorera la compréhension qu'on les enfants de leurs émotions et de leurs sentiments.
- Cela aide les enfants à reconnaître que tous les sentiments sont importants.



Jouer ensemble

- Récupérez trois paniers ou trois boîtes vides et posez-les sur le sol.
- Dessinez un visage heureux, un visage en colère et un visage triste à coller sur chaque panier.
- Utilisez une balle, une chaussette ou du papier froissé et jetez-le dans la boîte triste, puis encouragez les enfants à essayer.


Lançons ensemble la balle dans la boîte en colère.

Pouvez-vous la jeter dans la boîte heureuse?

- Vous pouvez choisir d'ajouter plus de paniers avec d'autres émotions.
- En jouant au jeu, pourquoi ne pas parler des moments où ils ont ressenti les différentes émotions?



Relax



Pourquoi cette activité est importante

- Des activités simples de pleine conscience aident à attirer l'attention des enfants sur le moment présent, ce qui crée un effet relaxant et apaisant. Encourager les enfants à utiliser ces activités peut les aider à faire face à des sentiments difficiles.

Trouvez le calme en pratiquant ensemble des activités de pleine conscience



Vous aurez besoin

- De ballons
- De bouteilles vides et de paillettes



Jouer ensemble

- **Repérage de nuages:** allongés à l'extérieur ou regardant par la fenêtre, repérez les nuages dans le ciel. Passez du temps à parler des différentes formes des nuages et voyez à quelle vitesse ils se déplacent dans le ciel.
- **Jeu de ballon:** gonflez les ballons et essayez de les garder en l'air en les tapotant doucement avec votre main - ne les laissez pas toucher le sol!
- **Bouteille à paillettes:** remplissez une bouteille vide d'eau et de paillettes - laissez les enfants secouer la bouteille et se concentrer sur les paillettes tourbillonnant dans l'eau.
- **Utilisations des sens:** réalisez d'autres activités axées sur l'utilisation des sens des enfants - vue, son, odorat et toucher - par exemple dessiner des formes dans un plateau de sable, parler de tout ce que l'on entend dehors, sentir les fleurs en se promenant...

Cacher et chercher

Jouez à cache-cache avec un jouet favori ou avec un nounours

Vous aurez besoin

- D'un ours en peluche ou de jouets



! Pourquoi cette activité est importante

- L'écoute et le suivi des instructions sont des compétences clés pour devenir un communicateur efficace.
- Le cache-cache offre aux enfants de nombreuses occasions d'écouter attentivement, de suivre et de donner des instructions.



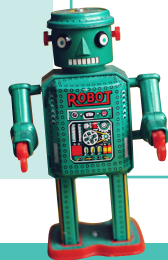
Jouer ensemble

- Demandez aux enfants de choisir un jouet ou un nounours à cacher.
- Expliquez que vous allez jouer à cache-cache ensemble et que cela signifie que le jouet est mis dans une cachette et qu'il faudra le trouver.
- Mettez tous vos mains sur vos yeux et dites aux enfants d'attendre jusqu'à ce qu'ils entendent «Je suis prêt!» pour ouvrir les yeux.
- Lorsque les enfants cherchent le jouet ou le nounours caché, vous pouvez les aider en disant par exemple...

Où est-il? ... Vous êtes à proximité !

Oui, vous l'avez trouvé! Il était bien sous le coussin.

- Au prochain tour, les enfants pourraient cacher le jouet ou le nounours et c'est vous qui devrez le trouver.



Le sac à histoires

! Pourquoi cette activité est importante

- Un sac à histoires rend la lecture plus amusante et mémorable et aide à stimuler le développement du langage.

Remplissez un sac avec des accessoires liés à l'histoire préférée des enfants



Vous aurez besoin

- Du (Des) livre (s) préféré (s) des enfants et des accessoires appropriés
- D'un sac, d'une boîte ou d'un panier



Jouer ensemble

- Choisissez ensemble le ou les livres pour le(s)quel(s) vous voulez créer le sac à histoires.
- Regardez les images incluses dans le livre pour décider quels accessoires vous allez ajouter à votre sac à histoires.
- Partez à la chasse dans la classe / l'école / la maison pour trouver les accessoires et les rassembler dans votre sac, boîte ou panier.
- Utilisez les accessoires pour raconter l'histoire et jouer des sections de l'histoire.
- Vous pouvez discuter avec les enfants de leur partie préférée d'histoire et leur poser des questions sur les personnages et l'intrigue.

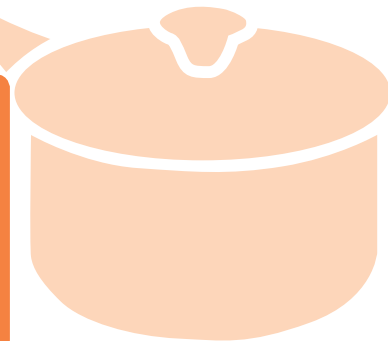


Le groupe de cuisine

Trouvez beaucoup de casseroles et de poêles à cogner!

Vous aurez besoin

- De pots, de casseroles et de boîtes
- De cuillères (en métal, en bois, grandes et petites)
- D'un fouet, d'un presse-purée, de brosses, ...



! Pourquoi cette activité est importante

- L'exploration des sons encourage l'écoute active, ce qui contribue au développement de la communication de l'enfant.
- Jouer avec les sons de la bouche fait travailler les muscles buccaux des enfants, ce qui contribue au développement de leur parole.



Jouer ensemble

- Choisissez ensemble les éléments que vous allez utiliser comme instruments.
- Prenez une cuillère et montrez aux enfants, à titre d'exemple, comment faire, puis laissez-leur le temps de créer des sons avec les différents objets.

Hou la la! C'est un coup vraiment fort!

Comment pouvons-nous cogner doucement la casserole avec la petite cuillère?

- Vous pouvez lancer un jeu « imite-moi » dans lequel vous frappez plusieurs fois une casserole, puis les enfants copient. « 1, 2, 3 bang, bang, bang. Vous y allez maintenant ... 1, 2, 3 bang, bang, bang. »
- Vous pouvez également essayer de créer d'autres sons avec vos dents, vos lèvres et votre langue au lieu des objets. « Quel bruit pouvez-vous faire avec vos lèvres? »

Nos amis

Parlez de nos amis et de ce qui les rend spéciaux

Vous aurez besoin

- De photographies des amis des enfants



! Pourquoi cette activité est importante

- Discuter ensemble aide les enfants à apprendre que les conversations sont une chose amusante à faire! Développer ce sentiment de plaisir autour des conversations les aide à les initier et à y participer également, ce qui est une grande compétence pour la construction d'amitiés.
- Parler des amis et pourquoi ils sont spéciaux aide votre enfant à acquérir une compréhension des mots de vocabulaire utiles pour décrire les choses et les gens.



Jouer ensemble

- Montrez aux enfants les photos que vous avez choisies et demandez-leur d'en indiquer une en particulier pour commencer à parler.

Où se trouve....?

Prenez la photo de....

- Parlez de l'ami sur la photo, y compris son nom et certaines des choses qui ont été faites ensemble.

Tu te souviens quand nous sommes allés au parc?

Quand... est venu à la fête, n'était-ce pas amusant?

- Vous pouvez imprimer des photos d'amis et les mettre dans un panier spécial ou une boîte pour encourager plus de discussions à leur sujet.



Le pique-nique de Mr Ours

! Pourquoi cette activité est importante

- Le jeu imaginaire est une excellente pratique pour la vraie vie. Grâce à un pique-nique avec des ours en peluche, les enfants acquièrent des compétences qui favorisent des amitiés positives telles que le partage, le lancement d'activités et la conversation.

C'est le moment pour pique-niquer avec les nounours et les jouets des enfants.



Vous aurez besoin

- De jouets et/ou d'ours en peluche
- De tapis et de couverts
- Du pique-nique (composé de vraie ou de fausse nourriture)



Jouer ensemble

- Choisissez ensemble les nounours et les jouets qui viennent au pique-nique. Pensez à l'endroit où vous aurez votre pique-nique et aménagez le tapis. Vous pouvez également créer des invitations pour les nounours et les jouets.
- Aidez les enfants à organiser les nounours / jouets autour du tapis.
Tu t'assois là Ted à côté de ma poupée. C'est un pique-nique spécial entre amis et vous pouvez tous venir.
- Planifiez ensemble la nourriture que vous aurez pour votre pique-nique.
Je sais que vous aimez les sandwiches au fromage, alors allons-nous en avoir? Que pensez-vous que Ted aime manger?
- Aidez les enfants à répartir la nourriture sur la vaisselle et les assiettes à emporter sur le tapis.
- Profitez de votre pique-nique ensemble.
Qu'est-ce que votre poupée aimerait manger en premier? Teddy, pouvez-vous passer les chips?

Le temps d'une histoire

C'est le moment de partager des histoires à propos de l'amitié.

! Pourquoi cette activité est importante

- La lecture de livres sur les amis aide les enfants à se faire une idée de ce qu'est être un ami, de ce que cela vous fait ressentir et du genre de choses que vous pouvez faire avec un ami.



Jouer ensemble

- Soit collectez vos propres livres sur l'amitié, soit choisissez ceux que vous aimeriez lire en ligne.
- Trouvez un endroit où vous pouvez vous mettre à l'aise pour regarder les livres ensemble.
- Commencez par parlez de ce qui se passe sur les images en les pointant du doigt.
- Répétez les mots du livre qui sont liés à l'amitié, par ex. aimer, jouer, gentil, rire, heureux, soigner, manquer, ...

Regardez, ses amis lui manquent. Pouvez-vous les voir jouer ensemble?

- Demandez aux enfants des phrases simples à partir des images vues dans les livres et donnez-leurs du temps pour réfléchir et répondre.
« Où sont ses amis? » « À quel jeu joue-t-elle avec ses amis? »

Vous aurez besoin

- De livres qui parlent de l'amitié comme « Les bons amis » de Paul François ; « L'arbre de l'amitié » de Kit Chase, « Les amis d'Elmer » de David McKee ou encore « Arc-en-ciel, le plus beau poisson des océans » de Marcus Pfister ; ...



La course d'obstacles

Faites votre propre parcours d'obstacles avec les enfants en utilisant les choses que vous avez autour de vous

Vous aurez besoin

- De coussins, de chaises, de couvertures, de tout mobilier de jardin ou de jouets que vous pourriez avoir (des cerceaux, des quilles, des balles, ...)



Jouer ensemble

! Pourquoi cette activité est importante

- Vous travaillez ensemble sur un problème qui aidera à l'avenir les enfants à résoudre les problèmes de manière indépendante. Vous modélisez également la persévérance: si vous continuez à essayer le parcours d'obstacles, vous finirez par arriver au bout.
- Peut-être qu'une partie de la course d'obstacles risque de ne pas tenir et vous devrez essayer une configuration différente. Les enfants apprennent alors qu'il existe différentes solutions aux problèmes.

- Parlez de ce qu'est une course d'obstacles et de ce que vous devez faire pour en créer une.

Nous devons d'abord disposer les choses dans la pièce / dans la cour, puis nous devons sauter, grimper et courir jusqu'au bout.

- Rassemblez l'équipement et créez le parcours ensemble.

*Pouvons-nous mettre cette chaise ici?
Que mettrons-nous ici, la couverture ou le coussin?*

- Montrez aux enfants ce qu'il faut faire en commençant vous-même! Parlez de ce que vous faites pendant que vous franchissez le parcours d'obstacles. Lorsque les enfants essayeront, aidez-le avec des instructions

Rampez sous la couverture, courez autour de la chaise....

Toutes les
couleurs de
l'arc-en-ciel

Trier les objets selon les différentes couleurs de l'arc-en-ciel



Vous aurez besoin

- D'un grand panier à jouets, des vêtements, des nounours (tout ce qui est composé d'une couleur principale)
- De papiers colorés

! Pourquoi cette activité est importante

- Le tri est une compétence importante pour la résolution de problèmes qui aide les enfants à comprendre comment faire correspondre les choses qui suivent un schéma similaire. Cette activité donne également aux enfants la chance de développer leurs compétences en reconnaissance des couleurs et contribue également au rangement!



Jouer ensemble

- Apportez le panier et renversez tous les objets devant les enfants
- Parlez des choses que vous avez et en particulier de la couleur qu'elles ont.
- Étalez différents morceaux de papier de couleur sur le sol et montrez aux enfants où iront les objets. «J'ai votre pull bleu... Mettons-le sur le papier bleu.»
- Après avoir montré quelques exemples, donnez aux enfants la possibilité de choisir et de trier.

Pouvez-vous trouver toutes les choses roses? Quoi d'autre est jaune?

- Continuez jusqu'à ce que vous ayez trié tous les objets sur les papiers de couleur qui correspondent.

Qu'est ce
qui est
parti ?

Essayez de mémoriser
les objets et remarquez
ce qui est parti

Vous aurez besoin

- D'un plateau
- D'un essuie
- De trois objets (par exemple, un jouet, une cuillère, un chapeau)



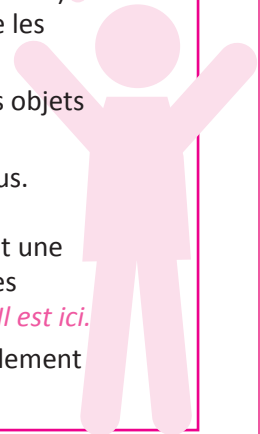
! Pourquoi cette
activité est
importante

- Le développement des compétences de mémorisation aide les enfants à stocker et à récupérer les nouvelles informations qu'ils apprennent chaque jour – ce qui est très important pour la résolution de problème.
- Le jeu permet aux enfants de comprendre que les objets sont toujours là, même s'ils ne peuvent pas les voir. Cela développe leur imagination.



Jouer ensemble

- Montrez aux enfants chaque objet un par un (trois devraient suffire) et nommez-le. Ensuite, placez-les tous sur un plateau pour que les enfants puisse les voir.
- Dites aux enfants que vous allez couvrir le plateau et qu'un des objets disparaîtra lorsqu'ils se couvriront les yeux.
- Retirez un objet et découvrez le plateau avec deux objets dessus. Demandez aux enfants *Qu'est-ce qui s'est passé?* Vous pouvez également parcourir à nouveau les noms des objets, en laissant une pause pour celui qui manque pour aider les enfants. Lorsque les enfants nomment l'objet qui a disparu, faites-le ressortir. *Oui! Il est ici.*
- Répétez autant de fois que vous le souhaitez. Vous pouvez également ajouter d'autres objets.



Le coin cocoon pour lire

! Pourquoi cette activité est importante

- Créer un espace confortable ensemble donne aux enfants un endroit pour se reposer et se sentir calme.
- Donner du temps et de l'espace pour parler des changements et des pertes aide à lutter contre l'anxiété et la peur qui peut entourer les enfants et leur montre comment trouver des moyens positifs pour aller de l'avant.

Partagez des livres sur les changements et les pertes

Vous aurez besoin

- De coussins, de couvertures, de jouets lumineux, de tapis, de chaises, de couettes, d'une tente escamotable ou d'une grande boîte en carton, de piquets, de foulards, de miroirs, d'ours en peluche, de livres, ...

Livres sur les changements et les pertes

« Au revoir blaireau » de Susan Varley

« Où es-tu parti ? » de Laurence Afano

« Tu vivras dans nos coeurs pour toujours » de Britta Teckentrup

« Adieu, Monsieur Câlin » d'Ulf Nilsson



Jouer ensemble

- Créez votre coin cocoon avec ce que vous avez trouvé autour de vous.

Où allons-nous mettre ces coussins?

Je me demande qui se sentirait bien ici?

- Partagez ensemble les livres sur les changements et les pertes pendant que vous vous blottissez les uns contre les autres.
- Passez du temps à parler des images, de ce que ressentent les personnages et de la façon dont ils ont fait face à la situation.

Regarde ce que fait le lapin... il parle à son ami... maintenant il a l'air de sourire.



Penser
à toi

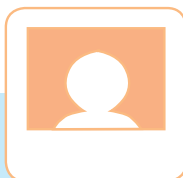
Créez un cadre photo
d'une personne ou d'un
animal qui était important
dans la vie de l'enfant
mais qui est décédé.

Vous aurez besoin

- De photographies
- De papier ordinaire et de colle
- De décorations pour le cadre (formes à coller, boutons, fleurs séchées, etc.)

! Pourquoi
cette activité est importante

- Parler de membres de la famille, d'amis ou d'animaux de compagnie décédés aide les enfants à se souvenir de ces êtres spéciaux afin qu'ils puissent rester une partie importante de la vie des enfants.
- Si les enfants ont grandi en voyant des photographies et en parlant des êtres décédés, cela peut les aider à faire face aux sentiments difficiles dus au deuil lorsqu'ils seront plus âgés.



Jouer ensemble

- Trouvez une photographie d'un être important (famille, ami, animal de compagnie) qui est décédé.
- Discutez de qui est sur la photo et de ce qu'il(s) fait (font).
C'est ton grand-père qui préparait un gâteau. Il faisait de délicieux gâteaux!
- Placez la photo au milieu de votre papier et collez quelques décoration autour pour montrer aux enfants ce qu'ils doivent faire, puis continuez à remplir le cadre ensemble.
- Continuez à discuter des êtres sur les photos pendant que vous les remplissez.
Vous souvenez-vous quand nous...?
- Demandez aux enfants de placer la photo quelque part dans leur maison, dans la classe,

Regarde
comme nous
avons changé

! Pourquoi cette activité est importante

- Discuter ensemble de la façon dont les choses changent (en particulier en utilisant des choses que les enfants peuvent voir et toucher) aide les enfants à comprendre que les choses changent avec le temps (y compris eux-mêmes!). Cette activité peut être très utile pour préparer les enfants aux changements à venir.

Reconnaitre et se préparer aux changements dans nos vies



Vous aurez besoin

- D'un certain nombre d'objets (photographies, vêtements, jouets) de quand les enfants étaient plus jeunes et des choses similaires maintenant qu'ils sont plus âgés



Jouer ensemble

- Choisissez un groupe d'objets à regarder en premier (des photographies par exemple) et disposez-les en ligne pour que les enfants puissent bien les voir.
- Commencez par une photo montrant l'enfant nouveau-né à gauche, et déplacez-vous vers la droite.

Là, c'est toi, petit bébé.

La photo suivante, c'est quand tu étais un peu plus âgé et que tu commençais à t'agiter.

- Lorsque vous vous déplacez dans la chronologie des photographies, mettez l'accent sur les changements que vous voyez, par exemple ramper puis marcher ou être nourri puis se nourrir.
- Menez des discussions similaires en utilisant les autres objets à votre disposition.
- Vous pouvez ensuite comparer des objets et introduire des objets pour les changements à venir, par exemple « C'est le bonnet quand tu étais bébé... regarde ton bonnet maintenant. »

Vous portiez des couches, maintenant vous utilisez un pot et bientôt vous allez utiliser les toilettes

Faire mon sac

Préparer un sac avec toutes les choses spéciales nécessaires pour la maternelle ou pour un voyage

Vous aurez besoin

- D'objets nécessaires pour l'école ou pour un voyage (vêtements de rechange, bouteille d'eau, nounours spécial, collations, ...)
- D'objets non nécessaires (brosse à dents, nourriture pour animaux, ...)



! Pourquoi cette activité est importante

- Se préparer à quelque chose de nouveau dans la vie des enfants en en parlant réduit leurs sentiments d'anxiété de l'inconnu.
- Trouver des objets qui sont spéciaux pour les enfants et les emporter dans de nouvelles situations peut les réconforter.



Jouer ensemble

- Parlez aux enfants des choses dont ils pourraient avoir besoin pour aller à l'école ou pour sortir de la maison (pour une promenade ou un voyage).
- Répartissez chacun des articles dont les enfants pourraient avoir besoin - selon les situations - pendant que vous préparez le sac ensemble. Parlez des différents objets pendant que vous les emballez.

Ce sont vos chaussures spéciales pour la randonnée.

- Si les enfants sont prêts, vous pouvez en faire une activité de tri. Placez tous les articles dans une pile, puis demandez aux enfants de les trier par groupes séparés, une pile pour l'école et une pile qui est pour le voyage ou la promenade.

Qu'est-ce que c'est ça? En avez-vous besoin pour l'école ?

Une journée à la maternelle

Créez une carte du trajet jusqu'à l'école

Vous aurez besoin

- De papier, de stylos et de cartons
- De photos ou de dessins de points de repère auprès desquels les enfants passent pour venir à l'école

! Pourquoi cette activité est importante

- Parler du trajet vers l'école permet de réduire l'anxiété des enfants face aux nouvelles expériences, et la création d'une carte encourage les enfants à y penser comme à une aventure.
- Le séquençage du trajet aide les enfants à se faire une idée de ce qui se passe en premier, après et en dernier, qui sont des compétences importantes lorsqu'ils apprendront à lire et à raconter des histoires.



Jouer ensemble

- Collez ensemble de grandes feuilles de papier pour faire une carte. Dessinez une route et/ou un trottoir avec des espaces sur le bord pour coller des photos de points de repère par lesquels les enfants passent pour arriver à l'école ou pour construire des bâtiments avec des boîtes en carton.
- Commencez par la maison sur le côté gauche du papier.
Voici la maison. C'est de là que l'on part lorsque l'on va à l'école.
- Placez l'école à l'autre extrémité du papier (là où la carte se termine).
Regardez, voici l'école. Ce qu'il y a entre votre maison et ici correspond au trajet que vous faites pour venir à l'école.
- Parcourez votre carte, placez des photos ou des boîtes sur le papier et parlez de chaque endroit.
Voici le magasin où vous achetez vos céréales...
- Assurez-vous d'inclure des mots de séquençement spéciaux tels que «suivant, après cela, ...»



Je choisis


Donnez aux enfants la possibilité de faire des choix et de dire ce qu'ils préfèrent



Vous aurez besoin

Exemples de choix possibles:

- Heures des repas, l'habillage, le jeu, le temps passé devant la TV, le moment des courses, ...
- Des objets réels pour faire des choix (ou des images dessinées sur papier)



Pourquoi cette activité est importante

- Faire des choix aide les enfants à comprendre qu'ils peuvent prendre des décisions et qu'ils sont capables de vous faire connaître leurs choix. Agir selon leurs choix renforce l'estime de soi des enfants.



Jouer ensemble

Certains des choix que vous aimeriez inclure pourraient être:

- **Les vêtements à porter:** Accordez un peu de temps à votre enfant pour réfléchir et assurez-vous de lui mettre le pull qu'il a choisi!
Quel pull aimerais-tu porter aujourd'hui, ce bleu ou ce vert?
- **Les collations:** *Tu peux avoir une pomme ou un biscuit. Lequel veux-tu?*
- **L'heure de l'histoire:** Choisissez deux livres et montrez-les l'un après l'autre à l'enfant, et dites-lui le titre. Placez les deux devant votre enfant et demandez-lui lequel il aimerait lire. Donnez-lui le temps de les regarder tous les deux et de faire son choix.
- **Le temps devant la TV:** Montrez à votre enfant deux images de ses programmes préférés pour l'aider à choisir celle qu'il souhaite regarder.