

QUELQUES IDEES D'ACTIVITES POUR LES TOUTS PETITS

La course aux couleurs

Comment faire ?

- MATÉRIEL : aucun – A partir de 3 ans, 2 enfants ou plus. – S'assurer que les plus petits connaissent bien les différentes couleurs.
 - Le meneur donne le nom d'une couleur « rouge » (par exemple)
 - Les enfants doivent toucher une chose rouge le plus rapidement possible : un vêtement, un arbre, une fleur, le sol, un banc....etc.
 - Les enfants qui se trompent peuvent être éliminés mais vous pouvez aussi le faire sans élimination pendant 15 à 20 minutes,
 - Les enfants aiment beaucoup ce jeu et il va leur permettre de se défouler.
-

L'intrus

Comment faire ?

- MATÉRIEL : objets de toute sorte – A partir de 3 ans, 2 enfants ou plus.
 - Rassembler plusieurs objets d'une même catégorie (différents vêtements ou différents couverts ou différents bonbons...).
 - Insérez dans cette série d'objets un intrus (par exemple un mouchoir parmi les vêtements, une paire de ciseaux parmi les couverts, un légume parmi les bonbons).
 - L'enfant doit ensuite retrouver l'intrus.
 - Activité pour les petits sous forme de jeu court très sympa pour exercer les plus jeunes à la perception sélective par comparaison et différenciation. Il permet également d'élargir son vocabulaire dans une catégorie (connaître le nom des différents vêtements dans la série). Selon l'âge des enfants on peut faciliter le jeu ou, au contraire, le rendre plus difficile par des caractéristiques moins évidentes.
-

Dansez !

Comment faire ?

- Ecoutez de la musique sur laquelle votre enfant peut s'exprimer. Par exemple des sons lourds et imposants sur lesquels il pourra mimer l'éléphant en tapant du pied. Ou des sons calmes avec lesquels il pourra faire semblant de marcher sur la pointe des pieds pour dépasser un lion endormi !
- Marcher en cadence sur la musique est tout aussi amusant, et la plupart des tout-petits peuvent y arriver. Ces petits jeux stimuleront l'imagination de l'enfant et développeront son sens du rythme

Le parcours bosselé



Comment faire ?

- Matériel :

Un oreiller / trois coussins / un sac de couchage

- Placez l'oreiller et les coussins dans le sac de couchage en les espaçant
- Mettre le petit à un bout du sac de couchage, vous à l'autre bout et appelez le,
- Vous pouvez également le laisser explorer le terrain de jeux.

Lorsqu'il doit passer par-dessus plusieurs petits obstacles il découvre plusieurs enchaînements de mouvements qui l'aident à développer son équilibre.

3 minutes pour se calmer

- Le principe est simple : il s'agit de s'entraîner à respirer un peu plus de 3 minutes en pleine conscience.
- Exercice à pratiquer régulièrement avec les enfants pour les aider à s'apaiser et réguler leur stress à la maison ou à l'école.
- Voici le lien : <https://youtu.be/q9GVs8coZ5o>

Le dé de retour au calme

[Retrouvez le dé par ici : RAM-Idee ludique14- Retour au calme](#)

- Sur chaque face du dé se trouve une technique simple de retour au calme (il est possible de les personnaliser)
- Fabriquer des bulles en respirant / Sauter sur place pour évacuer les tensions / Serrer une balle en mousse / Demander un câlin / Gribouiller sur une feuille / Parler à quelqu'un pour expliquer ton problème et dire ce que tu ressens.

Atelier sensoriel avec des fleurs

Les fleurs du jardin ont encore de la ressource ! Aujourd'hui, un atelier sensoriel : du froid, du dur, du beau, des couleurs, du doux, du mouillé...

Comment faire ?

- Cueillez une brassée de fleurs avec les enfants, et osez prélever quelques pétales de vos roses, de vos pivoines ou de vos iris...
- Mettez le tout dans un moule souple à gâteaux (en ce moment, privilégier les petits moules individuels pour que chaque enfant ait son propre matériel), ajoutez de l'eau, mettez au congélateur
- Installez-vous dehors (en respectant les distanciations physiques bien sûr 😊), proposez aux enfants de peindre le glaçon, pourquoi pas avec un godet d'eau tiède pour faire des expériences...
- Profitez, observez, patouillez !!

Fleurs avec des boîtes à œufs



Comment faire ?

- Matériel :

Peinture / Boîtes d'œufs / Ciseaux / Colle ou du scotch / Pailles en papier / Pompons jaunes

- Découper les boîtes de façon à former les fleurs
- Peindre l'intérieur des boîtes. Une fois que la peinture est finie, on laisse bien sécher
- Placer le pompon jaune dans le trou au centre de la boîte.
- Scotcher /coller la paille en papier sur l'arrière de la fleur.
- Et nous voilà avec de jolies fleurs que vous pouvez planter dans votre potager, vos jardinières ou plantes à la maison.