

Semaine féérique

Activité 2

4 à 6 ans

Trempe licornesque

7 à 9 ans

Nuages dorés

10 à 12 ans

Gâteau arc-en-ciel

Activité 4

4 à 6 ans

Dis-moi

7 à 12 ans

Correspondance
nocturne

Activité 6

0 à 3 ans

Surprises tactiles

4 à 6 ans

Nuage de pluie

7 à 9 ans

Licorne

10 à 12 ans

Tableau de rêves

Activité 1

0 à 3 ans

Avion

4 à 12 ans

Séance d'aviation

Activité 3

0 à 12 ans

Ambiance de rêve

Activité 5

0 à 3 ans

Attrape bulle

4 à 6 ans

Chasse aux couleurs

7 à 9 ans

Ballons et rebonds

10 à 12 ans

Pieuvre à couleurs

Activité 7

4 à 6 ans

Couleurs magiques

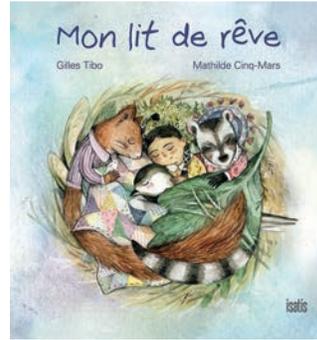
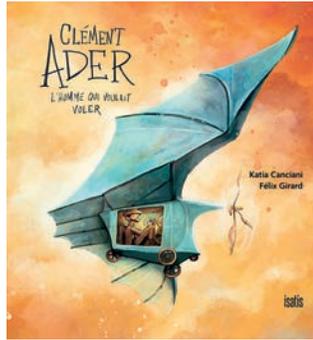
7 à 9 ans

Arc-en-ciel

10 à 12 ans

Bulle dans une bulle

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est le contraire de haut.
Mon deuxième est le contraire de rapide.
Mon troisième est le contraire de matin.
Mon tout se trouve dans le jardin.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Je commence la nuit et je termine le matin, qui suis-je?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



Lorsque l'enfant réalise des activités, il vaut mieux mettre l'accent sur le processus et le plaisir plutôt que sur le résultat final. La peur de l'échec pourrait nuire au développement de son plein potentiel.

« La lecture c'est comme l'amour, tout le monde peut aimer, mais pas la même personne. Tout le monde peut aimer lire, mais pas le même livre. »

- Dominique Demers

ACTIVITÉ 2

À noter!



Pour que votre enfant (dès un an) soit exposé à une plus grande variété d'aliments, offrez-lui les mêmes mets que les autres membres de la famille. Déposez tous les aliments sur la table (incluant un ou deux aliments que votre enfant aime). Lâchez prise et savourez le repas. Si votre enfant réclame un autre aliment, indiquez-lui simplement que le repas se trouve sur la table. Il revient au parent de choisir les aliments offerts et aux enfants de décider de la quantité qu'ils mangent ou pas.

Source : Nutritionnistes en pédiatrie

Trempelette licornesque

Âge : 4 à 6 ans

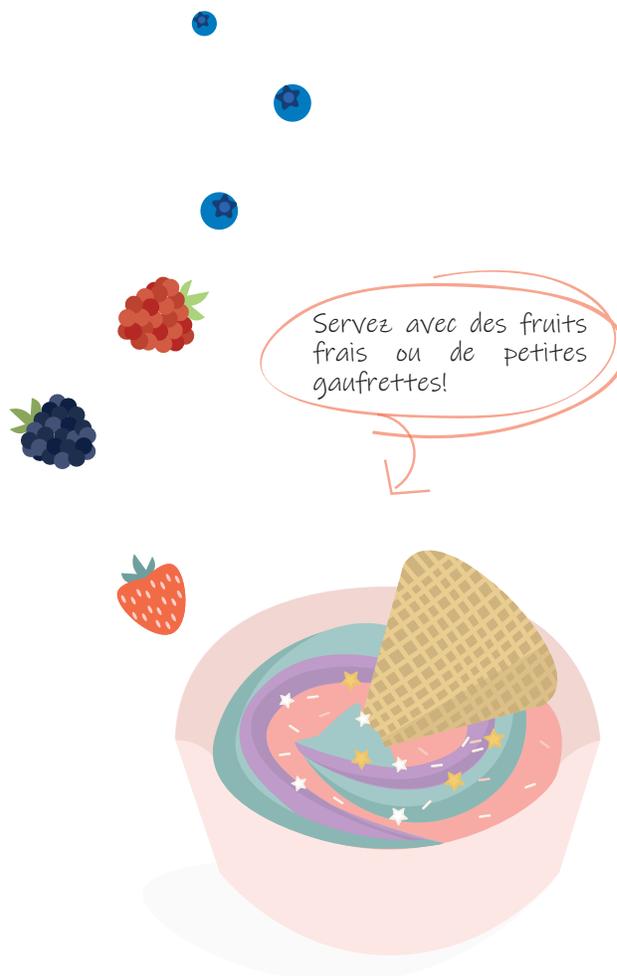
Ingrédients :

- 1 paquet de 250 g de fromage à la crème
- ½ tasse de yogourt
- 1 tasse de tartinaide à la guimauve
- ½ tasse de sucre à glacer
- Colorant alimentaire
- Paillettes comestibles (facultatif)

Étapes à suivre :

1. Dans un grand bol, fouetter le fromage à la crème, le yogourt, la tartinaide à la guimauve et le sucre à glacer.
2. Diviser la préparation dans trois petits bols, ajouter une couleur de colorant dans chaque bol et mélanger.
3. Remettre les trois préparations dans un bol. À l'aide d'un couteau, faire des mouvements en spirale pour obtenir un effet marbré. Si désiré, ajouter des paillettes.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Nuages dorés

Âge : 7 à 9 ans

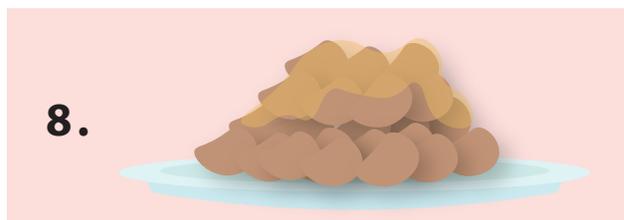
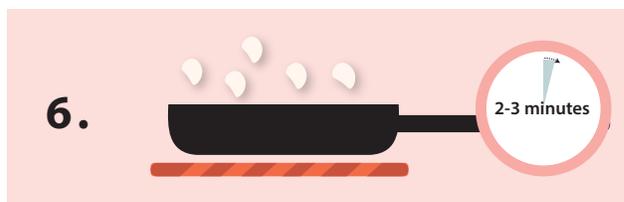
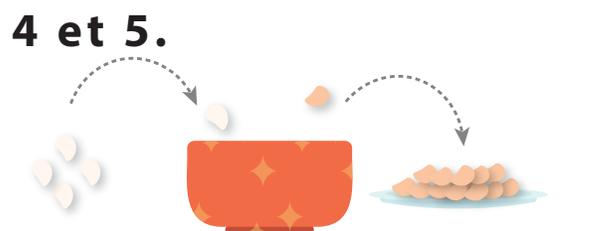
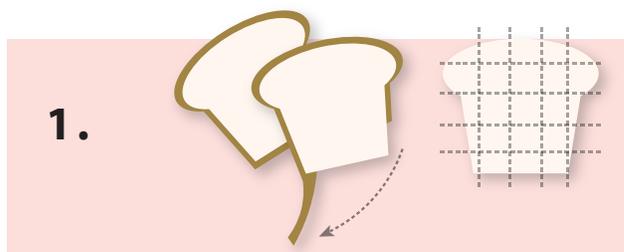
Ingrédients :

- 8 tranches de pain
- 2 œufs
- 1/3 tasse de lait
- 1/3 tasse de sucre
- 1/2 tasse de sirop d'érable
- 2 c. à soupe de beurre
- 1 c. à thé de cannelle

Étapes à suivre :

1. Retirer la croûte des tranches de pain, couper en cubes de 2,5 cm.
2. Rouler les cubes pour former des boules.
3. Dans un bol, fouetter les œufs, le lait et 1 c. à soupe de sucre.
4. Déposer quelques boules de pain dans la préparation aux œufs et laisser imbiber 30 secondes. Retirer et déposer dans une assiette.
5. Répéter l'étape 4 pour les autres boules de pain.
6. Dans une poêle antiadhésive, faire fondre le beurre à feu doux-moyen. Faire dorer les boules de pain sur toutes les faces de 2 à 3 minutes. Réserver les boules cuites au fur et à mesure dans une assiette.
7. Dans un bol, mélanger le reste du sucre avec la cannelle et enrober les boules de cette préparation.
8. Servir avec du sirop d'érable.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Gâteau arc-en-ciel

Âge : 10 à 12 ans

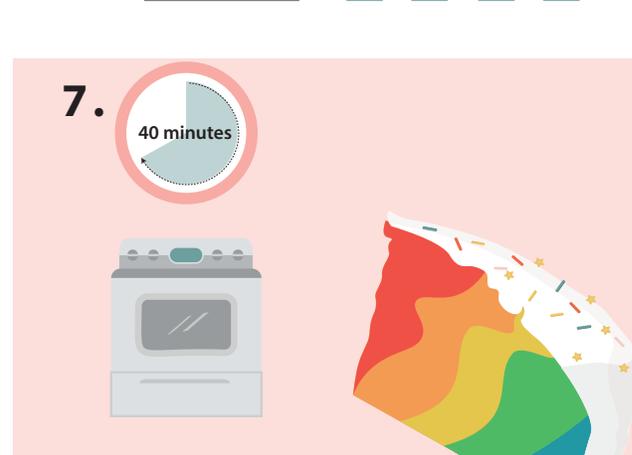
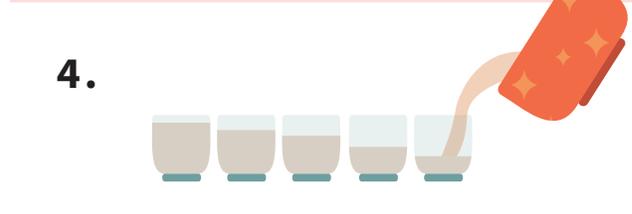
Ingrédients :

- ½ tasse de yogourt
- 2 œufs
- 1 ½ tasse de farine
- 1 tasse de sucre
- 4 pincées de poudre à pâte
- ¼ tasse d'huile
- Colorant alimentaire

Étapes à suivre :

1. Verser le yogourt dans un bol. Ajouter le sucre.
2. Bien mélanger et ajouter la farine. Ajouter deux œufs, l'huile et la poudre à pâte. Bien mélanger.
3. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
4. Diviser la pâte dans cinq bols, de manière à ce qu'il y en ait un peu moins chaque fois.
5. Ajouter les différents colorants alimentaires dans chacun des bols et bien mélanger. N'hésitez pas à en mettre beaucoup pour que les couleurs ressortent bien après la cuisson.
6. Verser le contenu du bol le plus rempli dans le fond du moule beurré. Verser le contenu du deuxième bol au centre de la première couche de pâte. Continuer ainsi avec les autres bols.
7. Faire cuire 40 minutes. Pour vérifier si le gâteau est bien cuit, planter un cure-dent ou un couteau au milieu du gâteau. Il doit en ressortir sec.

Recette inspirée de Les explorateurs



ACTIVITÉ 3

Ambiance de rêve

Âge : 0 à 12 ans

Lire pour le plaisir c'est :
lire ce qu'on veut, sans
jugement et sans évaluation.

Certains enfants ont besoin d'un « coin lecture » pour se mettre à lire. Il n'est pas toujours possible d'avoir cet espace dédié. Cependant, on peut créer une ambiance pour passer un bon moment. Par exemple : un moment lecture et chocolat chaud, un moment lecture et maïs soufflé, lire à la chandelle, mettre une bruine d'ambiance, utiliser un tas de coussins, etc. Organiser une fête des livres!

Lire pour le plaisir augmente les chances de réussir. Cette lecture pour le plaisir à raison de 3 heures par semaine augmente la motivation, le sentiment de compétence et le rendement scolaire en langue et en mathématiques.



Source : Réseau réussite Montréal

ACTIVITÉ 4



À noter!

Il existe des gestes simples pour stimuler le langage des tout-petits au quotidien. Par exemple, laisser l'enfant formuler sa demande avant de répondre permet de créer des occasions de communication. Se placer à la hauteur de l'enfant permet un meilleur contact visuel et favorise l'échange. Utiliser les vrais mots et des phrases complètes favorisent l'assimilation du langage. Lorsque l'enfant se trompe, on peut reformuler ce qu'il a dit pour lui donner un modèle. S'intéresser à ce que l'enfant dit lui donne envie de parler plus.

Source : Maman pour la vie



Dis-moi... ?

Dis-moi

Âge : 4 à 6 ans

Poser à l'enfant différentes questions sous la forme « dis-moi ». Par exemple, dis-moi quelles sont tes couleurs préférées, dis-moi quels sports on peut faire l'été, dis-moi quels animaux vivent dans la forêt, dis-moi quels sont les pouvoirs magiques de la fée, etc. Parler avec son enfant chaque jour favorise son développement. Avant de faire l'apprentissage de la lecture ou de l'écriture, l'enfant doit d'abord maîtriser les notions du langage oral. Plus il sera en mesure de s'exprimer avec les mots justes et plus il utilisera et comprendra de mots à l'oral, mieux il pourra les utiliser pour lire et écrire.



Correspondance nocturne

Âge : 7 à 12 ans

Instaurer un beau rituel avec votre enfant : la correspondance nocturne. Utiliser un cahier et accorder à votre enfant une dizaine de minutes pour vous écrire avant de se coucher. Il peut vous raconter un moment de sa journée, inventer une histoire, poser une question, etc. Une fois que l'enfant est endormi, vous lui répondez dans son cahier et le remettez en place. Le lendemain matin, il pourra vous lire avec bonheur. En plus de favoriser l'écriture et la lecture, ces confidences installeront un nouveau mode de communication entre vous.

Source : Maman pour la vie

ACTIVITÉ 5

Attrape la bulle

Âge : 0 à 3 ans

Faire des bulles de savon et demander aux enfants de les attraper. Introduire les notions d'espace en spécifiant à l'enfant où se trouve la bulle : derrière toi, en haut de ta tête, en bas, à côté, etc.

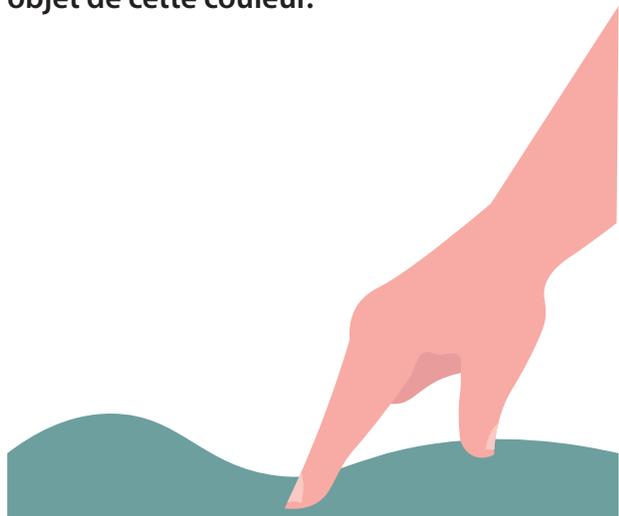
Source : Educatout.com



Chasse aux couleurs

Âge : 4 à 6 ans

Le maître du jeu nomme une couleur et les joueurs doivent s'empresser de toucher un objet de cette couleur.



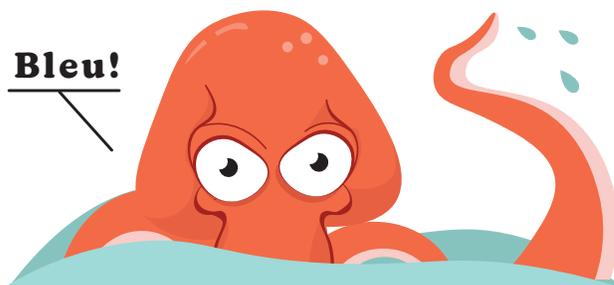
Ballons et rebonds

Âge : 7 à 9 ans

Le jeu peut se faire à l'intérieur avec des ballons de fête ou à l'extérieur avec des ballons de plage. Il suffit de lancer les ballons dans les airs et d'empêcher que ceux-ci touchent le sol. Ajouter ou retirer des ballons pour varier le degré de difficulté ou introduire une notion de temps pour créer des défis.

Source : Vifa Magazine

Bleu!



Pieuvre à couleurs

Âge : 10 à 12 ans

Ce jeu peut se faire dans la piscine ou à l'extérieur. Les joueurs s'alignent d'un côté de la piscine et la pieuvre à couleurs de l'autre côté (dos aux joueurs). Chaque joueur pense à une couleur, mais ne la nomme pas. La pieuvre commence à lister des couleurs. Lorsqu'un joueur entend sa couleur, il doit traverser la piscine sans que la pieuvre s'en rende compte. Si la pieuvre détecte un mouvement, elle se retourne et tente d'attraper le joueur. Le premier joueur à se faire attraper devient la pieuvre au tour suivant.

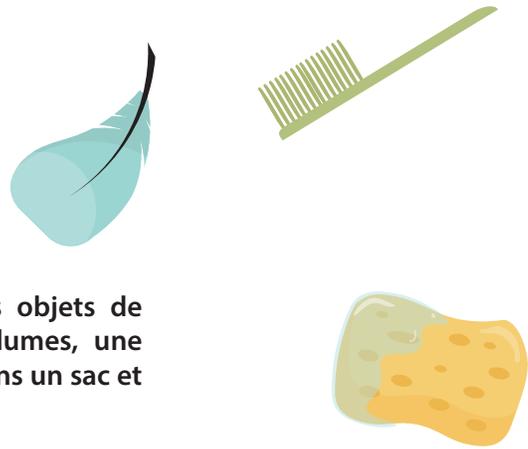
ACTIVITÉ 6

Surprises tactiles

Âge : 0 à 3 ans

Pour éveiller le sens du toucher, caresser bébé avec des objets de textures variées comme des tissus, des pinceaux, des plumes, une éponge humide, etc. Pour les plus vieux, placer les objets dans un sac et demander à l'enfant de deviner ce qu'il touche.

Source : Naître et grandir



Nuage de pluie

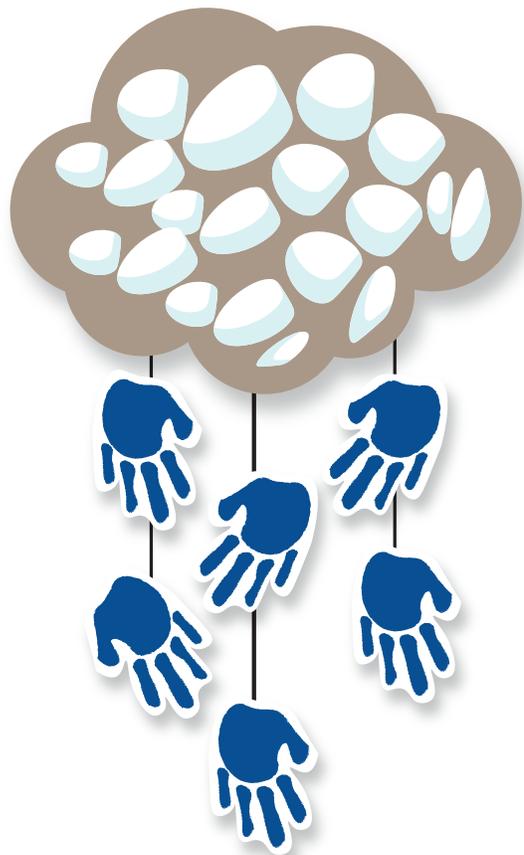
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Carton
- Papier blanc
- Peinture bleue
- Colle
- Boule de coton
- Ciseaux
- Fil
- Ruban adhésif

Déroulement :

1. Faire 6 empreintes de main avec la peinture bleue sur la feuille blanche et les laisser sécher.
2. Découper un nuage dans le carton et le recouvrir de colle.
3. Coller les boules de coton sur le nuage.
4. Découper le contour des empreintes de main.
5. Coller les empreintes (doigts vers le bas) avec le ruban adhésif sur 3 fils (2 mains par fil). Varier les hauteurs sur le fil pour un montage plus dynamique.
6. Coller les fils derrière le carton nuage à l'aide du ruban adhésif et exposer l'œuvre.



Source : Humeurs créatives

Licorne

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 1 boîte de conserve vide et propre
- Papier de couleur (ou papier blanc et crayons-feutres)
- Fils de laine de différentes couleurs
- Peinture
- Ciseaux
- Colle

Déroulement :

1. Peindre l'extérieur de la boîte de conserve de la couleur de votre choix et la laisser sécher.
2. Découper un demi-cercle blanc dans le papier et le coller à la base de la conserve pour former le museau. Ajouter un ovale rose au centre du museau et 2 narines noires.
3. Découper un triangle jaune (la corne) et le coller dans le haut de la boîte de conserve.
4. Découper 2 triangles (de la même couleur que la peinture) pour former les oreilles et ajouter 2 petits triangles blancs pour faire l'intérieur de l'oreille. Coller cet assemblage de chaque côté de la corne.
5. Peindre, dessiner ou découper des yeux noirs et les fixer au-dessus du demi-cercle blanc.
6. Pour chaque couleur de laine, couper un fil de 50 cm et un de 20 cm afin de réaliser les petits pompons glands. Enrouler le fil de 50 cm autour de la main, retirer ces boucles et les déposer sur la table. Enrouler le fil de 20 cm autour de la boucle pour former une petite boule sur le haut, ce sera la tête du pompon, et nouer ce fil. Couper les fils de la base de la boucle. Si vous le souhaitez, égaliser les brins.
7. Coller les pompons glands sur la boîte de conserve pour créer une magnifique crinière arc-en-ciel.

Source : Jeux et compagnie

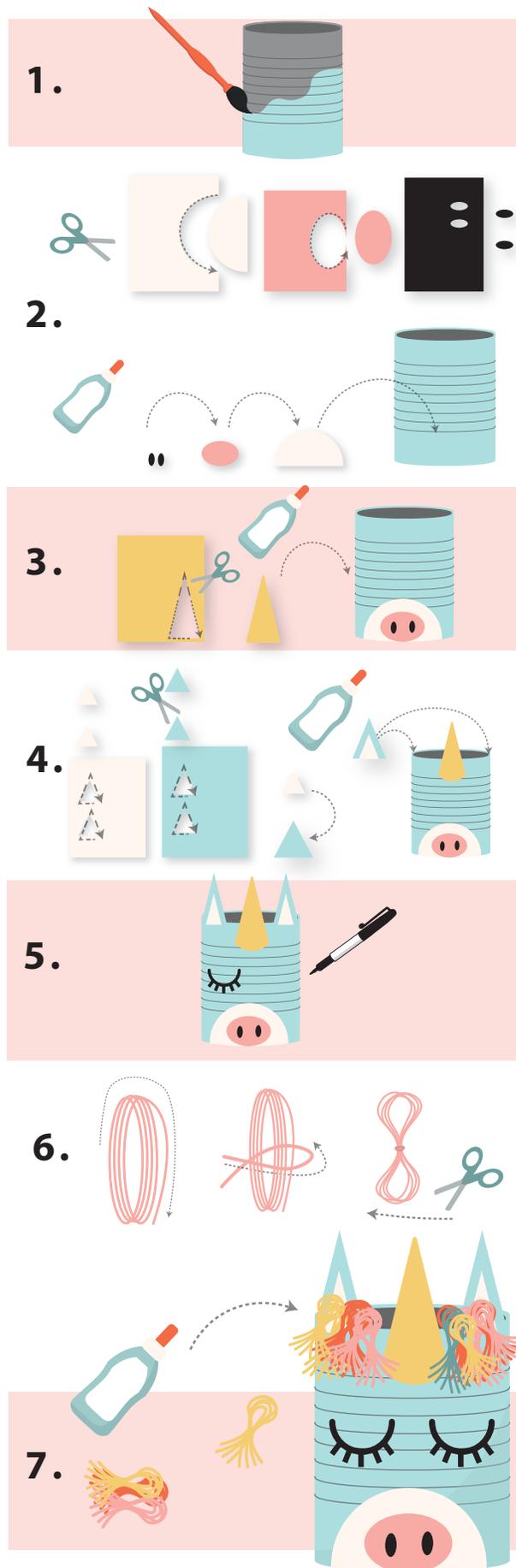


Tableau de rêves

Âge : 10 à 12 ans

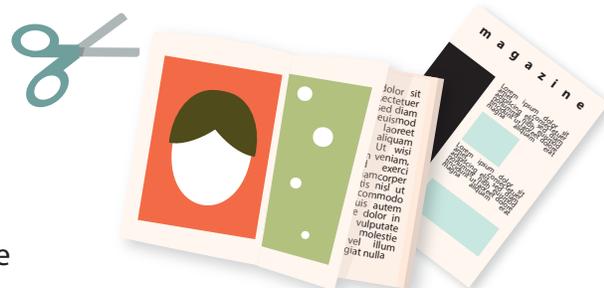
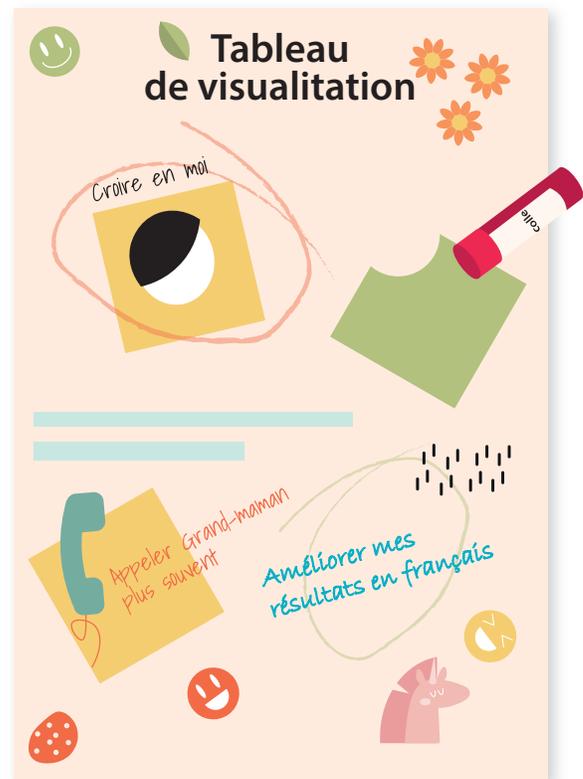
Le tableau de rêves ou tableau de visualisation est un outil qui permet d'avoir sous les yeux des images, des citations ou des mots-clés inspirants et motivants qui donnent envie de réussir, de se dépasser ou tout simplement d'atteindre un état de bien-être.

Matériel :

- Carton format affiche
- Ciseaux
- Colle
- Crayons
- Images de magazines, photos, autocollants

Déroulement :

1. Demander à l'enfant de trouver un projet, un but, une intention, un objectif ou un rêve qu'il souhaite réaliser dans la prochaine année. Par exemple : lire 15 minutes par jour, améliorer mes résultats en mathématiques, cuisiner un repas complet, me faire un nouvel ami, assister à un spectacle, diminuer mon stress, apprendre à patiner, développer l'estime de soi, etc.
2. Feuilletter magazines, photos ou images pour s'inspirer. Découper et mettre de côté les images et les mots qui évoquent un sentiment positif pour l'enfant, qui illustrent les étapes à suivre pour son projet, qui représentent l'ambiance au moment où il réalisera son rêve, qui symbolisent les émotions qu'il ressentira quand son but sera atteint ou des images qui l'interpellent tout simplement.
3. Sélectionner les images qui sont les plus représentatives et les disposer sur le carton de façon artistique ou par thème.
4. Quand l'enfant apprécie son schéma, il peut coller les éléments sur le grand carton et ajouter des autocollants, des dessins, des notes personnelles, etc.
5. Placer le tableau dans un endroit visible où il peut être consulté plusieurs fois par jour.



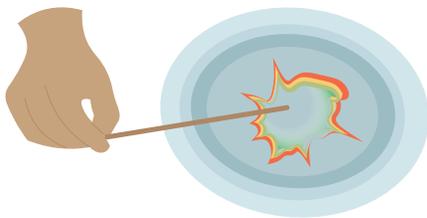
Source : Les journées de la persévérance scolaire

ACTIVITÉ 7



L'éveil aux sciences consiste aussi à inciter les enfants à réfléchir aux phénomènes dont ils sont témoins en les questionnant. Par exemple, on demande : « As-tu remarqué que lorsque tu mélanges la couleur bleue et la couleur jaune, tu obtiens du vert? »

Source : Educatout.com



Couleurs magiques

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- 1 assiette profonde
- Lait
- Colorant alimentaire
- Savon à vaisselle
- Cure-dent en bois

Déroulement :

1. Verser une petite quantité de lait dans l'assiette.
2. Verser une dizaine de gouttes de colorant de différentes couleurs à la surface du lait, sans mélanger.
3. Mettre une goutte de savon à vaisselle sur le bout du cure-dent.
4. Déposer lentement le cure-dent à la surface du lait et observer le mélange des couleurs.

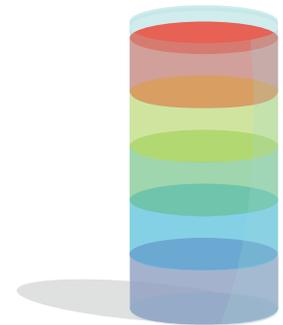
Source : Naître et grandir

Arc-en-ciel

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 1 grand verre transparent
- $\frac{1}{4}$ tasse de sirop de maïs mélangé à 4 gouttes de colorant mauve
- $\frac{1}{4}$ tasse de savon à vaisselle (idéalement bleu)
- $\frac{1}{4}$ tasse d'eau mélangée à 4 gouttes de colorant vert
- $\frac{1}{4}$ tasse d'huile d'olive
- $\frac{1}{4}$ tasse d'alcool à friction mélangée à 4 gouttes de colorant rouge



Déroulement :

1. Verser le sirop de maïs dans la bouteille.
2. Ajouter tout doucement le savon à vaisselle.
3. Verser l'eau et ensuite l'huile d'olive.
4. Terminer en versant l'alcool à friction et observer.

Pour aller plus loin : Est-ce qu'une pièce de monnaie pourrait traverser l'arc-en-ciel? Si l'on ajoute du colorant vert à l'alcool à friction et du rouge dans l'eau, est-ce que ça change quelque chose?

Source : Alloprof

Bulle dans une bulle

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 2 c. à soupe de savon à vaisselle liquide
- 1 tasse à mesurer
- 1 cuillère
- 1 paille
- 1 tasse d'eau tiède
- 1 c. à soupe de sucre
- 1 planche à découper

Déroulement :

1. Verser l'eau dans la tasse à mesurer.
2. Ajouter le sucre et mélanger.
3. Ajouter le savon à vaisselle et mélanger à nouveau.
4. Verser une petite quantité de la solution à bulle sur la planche à découper et à l'aide des mains, humidifier toute la surface de la planche.
5. Humidifier la paille.
6. Tremper la paille dans la solution à bulle et souffler vers la surface de la planche à découper pour faire une première bulle.
7. Tremper à nouveau la paille dans la solution à bulle et souffler dans la première bulle. Répéter autant de fois que vous le souhaitez.

Source : Les Débrouillards

