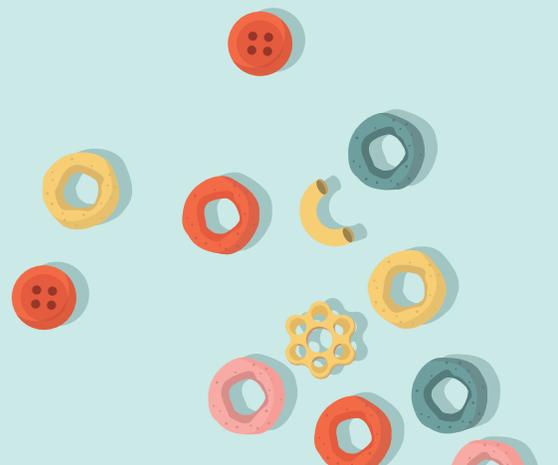




Activités pour s'amuser avec les enfants

**Cet été, gardons
leur esprit aiguisé!**

Action
Réussite
Abitibi-Témiscamingue



ISBN 978-2-9821661-1-0

Activités pour s'amuser avec les enfants

Cet été, gardons leur esprit aiguisé!

© Action Réussite Abitibi-Témiscamingue

Activités pour s’amuser avec les enfants - Cet été, gardons leur esprit aiguisé!

Recherche et rédaction : Marilyn Proulx

Illustrations et mise en page : Marie-Ève Thibeault-Gourde

Révision : Marie-Claude Lacombe, Andréa Gaudet-Demontigny, Sonia Plouffe

Révision linguistique : Chantale Roy

Remerciements : *Sylvie Lapierre, Véronique Leclerc, Valérie Lalonde, Anthoine Turcotte,*

Ka ila Lacombe, Stéphanie Bergeron, Dominic Proulx, Amélie Richard.

Collection : Glissade de l’été, 2024

Action Réussite Abitibi-Témiscamingue

<http://actionreussite.ca>

341, rue Principale N.

Amos (Québec) J9T 2L8

Imprimé et reli e   Amos (Québec)

Cahier d’activités jeunesse dédié aux adultes, r ealis e par Action Réussite.

Comprend des références bibliographiques.

Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

ISBN 978-2-9821661-0-3

ISBN 978-2-9821661-1-0 (PDF)

ISBN 978-2-9821661-1-0



Cet été, gardons leur esprit aiguisé!



Durant l'été, les enfants peuvent perdre une partie des apprentissages qu'ils ont faits pendant l'année scolaire. Ce phénomène s'appelle la « glissade de l'été » et se produit en raison d'une période prolongée sans fréquenter l'école ou sans utiliser leurs compétences, particulièrement en lecture, en écriture et en mathématiques.

C'est comme un joueur de hockey ou une patineuse artistique qui prendrait une pause pour l'été. Même si les patinoires sont fermées, ces athlètes peuvent continuer à bouger en pratiquant d'autres sports. À l'automne, le retour sur la glace sera plus facile s'ils sont restés actifs durant l'été.

Les enfants qui gardent leurs neurones stimulés pendant l'été auront, eux aussi, plus de facilité à se remettre en marche à la rentrée scolaire. Tout comme les petits auront plus de chances de faire une entrée à la maternelle réussie si on leur fait vivre des expériences qui contribuent à leur développement. Pour y arriver, il suffit d'exposer les enfants à des activités enrichissantes comme jouer, bouger, lire, cuisiner, bricoler, etc. Ce cahier vous offre une variété d'activités à réaliser avec eux. Évidemment, en période de vacances, il faut aborder les activités sous l'angle du plaisir en priorité!

Comment utiliser ce cahier?

Ce cahier s'adresse aux parents, grands-parents, oncles, tantes, frères, sœurs, gardiens, gardiennes ou à toute personne ayant un lien significatif avec un enfant. Il a été conçu pour vous offrir une variété d'activités à réaliser et il est parsemé de trucs et conseils.



Chaque semaine, des activités vous sont proposées selon le groupe d'âge. Il n'est pas nécessaire de réaliser toutes les activités ni de suivre l'ordre des semaines tel que présenté. Vous retrouverez l'index de l'ensemble des activités à la page 116 et un plan de semaine à compléter selon vos propres choix à la page 115.

N'hésitez pas à explorer les activités des autres groupes d'âge en offrant un accompagnement selon les besoins de l'enfant. Pour les activités nouvelles ou plus difficiles, commencez par réaliser vous-même l'activité pendant que l'enfant vous observe.

Ensuite, invitez l'enfant à réaliser l'activité sous votre supervision. L'enfant deviendra peu à peu autonome et capable d'accomplir l'activité sans aide ou presque. Bien qu'il soit autonome, certaines tâches nécessitent la vigilance d'un adulte comme l'utilisation d'un couteau ou d'une cuisinière.



Avant de vous lancer dans une activité, assurez-vous d'être disponible physiquement et mentalement. De même, vérifiez que votre enfant est dans un état propice à l'activité (fatigue, faim, concentration, etc.). De cette façon, vous augmentez les chances que le plaisir soit au rendez-vous. Le tableau de suivi aux pages 112-113 permet de discuter avec l'enfant de son appréciation de l'activité terminée et peut être utilisé comme tableau de motivation pour la lecture.





Ce cahier est un outil de référence pour vous inspirer et vous accompagner au fil des semaines. Sans pression ni culpabilité! Saviez-vous que l'enfant qui est confronté à des moments d'ennui doit utiliser sa créativité et son imagination pour se sortir de cet état d'inactivité? Cela lui permet de développer des habiletés et d'utiliser ses ressources. Viser l'équilibre : stimuler l'enfant tout en respectant son rythme de développement et d'apprentissage.

La **page 114** vous présente différentes façons de récompenser les efforts de votre enfant et suggère quelques mots d'encouragement.

Ce cahier présente des suggestions de lecture selon le thème de la semaine. Nul besoin de vous procurer ces livres pour réaliser les activités. Il s'agit de propositions que vous trouverez probablement à la bibliothèque de votre milieu. Vous retrouverez l'ensemble des références concernant les suggestions de lecture ou les activités à **partir de la page 119**.

Vous constatez que vous n'avez pas tout le matériel sous la main pour réaliser une activité, soyez créatifs : recyclez, adaptez, fabriquez. Impliquez les enfants, ils trouveront des alternatives ou des solutions aux problèmes rencontrés.



Chaque semaine, une charade et une énigme sont proposées aux enfants. Prenez le temps d'y réfléchir en famille avant d'aller consulter les réponses qui se trouvent à la **page 111**. Finalement, chaque plan de semaine vous laisse avec une citation à méditer tout en savourant votre boisson préférée.

Table des matières

	Semaine amusante	10
	Semaine festive	22
	Semaine nature	38
	Semaine touristique	56
	Semaine féérique	70
	Semaine effrayante	84
	Semaine musicale	98
	Réponses aux charades et énigmes	111
	Tableau de suivi	112
	Récompenser son enfant autrement	114
	Plan de semaine vierge	115
	Index des activités	116
	Références	119



Les activités



Semaine amusante

Activité 2

0 à 12 ans

Lecture dans un endroit inusité

Activité 4

0 à 3 ans

Cache-cache

4 à 12 ans

Bon débarras!

Activité 6

0 à 3 ans

Circuit à la craie

4 à 9 ans

Saute-alphabet

10 à 12 ans

Cible

Activité 1

0 à 6 ans

Grimaces amusantes

7 à 12 ans

Concours de devinettes

Activité 3

0 à 3 ans

Ballon captivant

4 à 9 ans

Ballon autogonflant

10 à 12 ans

Dessin flottant

Activité 5

4 à 6 ans

Rigolote pizza

7 à 9 ans

Pizza en folie

10 à 12 ans

Pizza sourire

Activité 7

0 à 3 ans

Mon portrait

4 à 6 ans

Chapeau farfelu

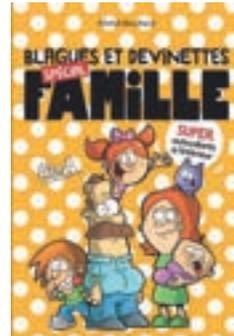
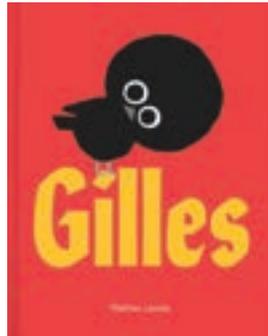
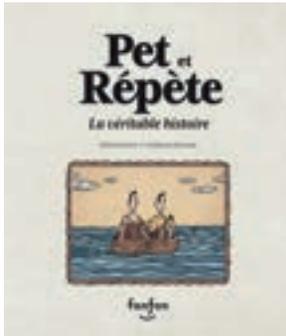
7 à 9 ans

Sourire avale-tout

10 à 12 ans

Balle antistress

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier aime le lait.
Mon deuxième est un rongeur.
Mon troisième est la dernière syllabe
du mot aide.

Mon tout est ce que vous lisez.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Si vous me laissez tomber, je vais
craquer. Faites-moi un sourire et
je vous sourirai en retour. Qui
suis-je?

Réponse p. 111

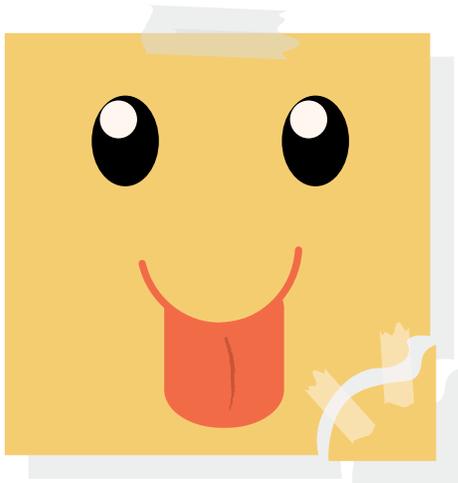
TRUCS ET CONSEILS



Misez d'abord sur la relation et le lien avec l'enfant. Mieux vaut chercher la qualité de présence et d'interaction que la stimulation éducative. Retrouvez vos traits d'enfant : simplicité, curiosité, émerveillement, lenteur et joie!

*« Ce sont les petites actions au quotidien qui font les
grands apprentissages de demain! »
- Julie Provencher*

ACTIVITÉ 1



Grimaces amusantes

Âge : 0 à 6 ans

Proposez aux enfants de faire des grimaces de différentes manières. Par exemple : Ouvrir très grand les yeux, sortir la langue vers le haut, vers le bas, vers les côtés, se remplir les joues d'air, etc. Les bébés aiment observer les visages humains. Avec eux, c'est à vous de faire les grimaces.

Quelques bienfaits des grimaces :

- *Entraîne les muscles du visage*
- *Entraîne les muscles de la bouche et de la langue pour favoriser l'articulation des mots et des sons*
- *Incite la communication non verbale*
- *Contribue au contact et à la complicité avec les autres*
- *Procure un sentiment de joie et de détente*

Source : Educatout.com



Concours de devinettes

Âge : 7 à 12 ans

Inventez des devinettes en famille et votez pour la plus drôle. Voici une petite démarche pour orienter votre enfant :

- Décider du sujet (panda).
- Imaginer une situation absurde concernant le sujet (débouler un escalier).
- Formuler une question qui fait référence à la situation absurde.
- Question : qu'est-ce qui est blanc, noir, blanc et noir?
Réponse : un panda qui déboule les escaliers.

Source : Alloprof

ACTIVITÉ 2

Lecture dans un endroit inusité

Âge : 0 à 12 ans

Présentez la lecture comme une expérience rigolote et dressez une liste des lieux inusités où vous pourriez lire. Profitez de la semaine pour expérimenter votre liste.

Voici quelques pistes : dans le bain, sous la table de la cuisine, sur le plus haut jeu du parc, dans un champ de fraises, au sommet d'une montagne, dans une tente, etc.



ACTIVITÉ 3

Ballon captivant

Âge : 0 à 3 ans

Accrochez un ballon de fête au pied de bébé avec une ficelle. À chaque mouvement du bébé, le ballon va bouger et attirer son regard.

Ne jamais laisser bébé sans surveillance avec le ballon.

Source : Naître et grandir



Ballon autogonflant

Âge : 4 à 9 ans

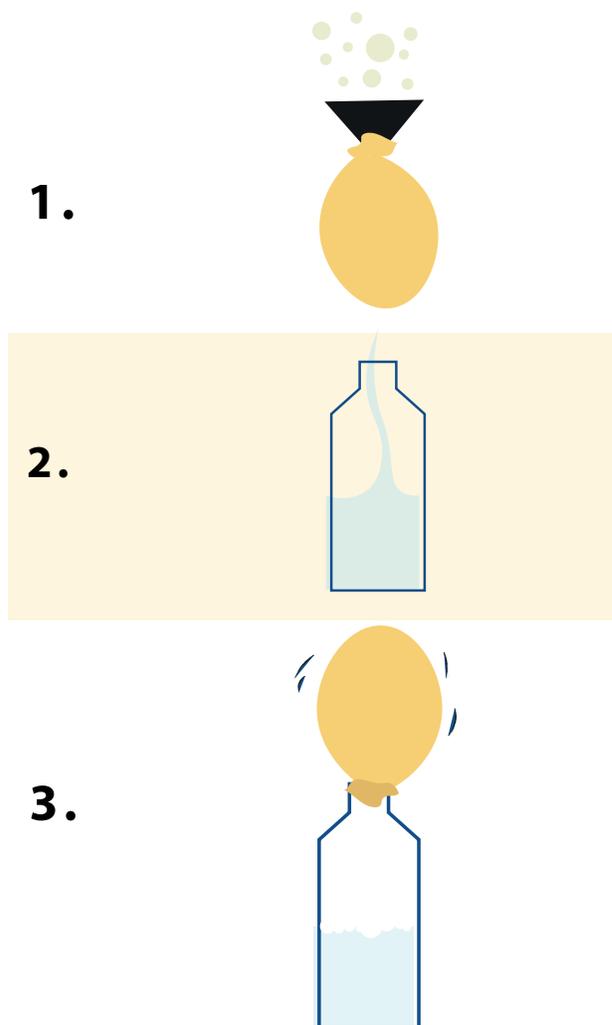
Matériel :

- Bicarbonate de soude
- Ballon de fête
- Vinaigre blanc
- Petite bouteille
- Entonnoir

Déroulement :

1. À l'aide d'un entonnoir, verser 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude dans le ballon.
2. Remplir la moitié de la bouteille avec le vinaigre blanc.
3. Installer le ballon sur le goulot de la bouteille et regarder le ballon se gonfler en raison de la réaction chimique.

Source : Naître et grandir



Dessin flottant

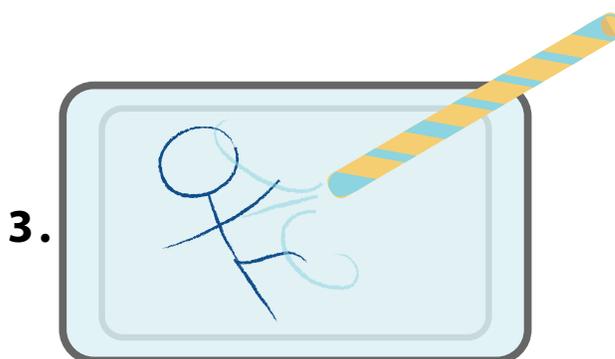
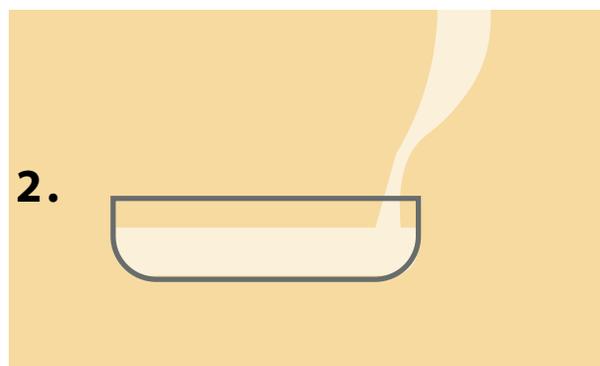
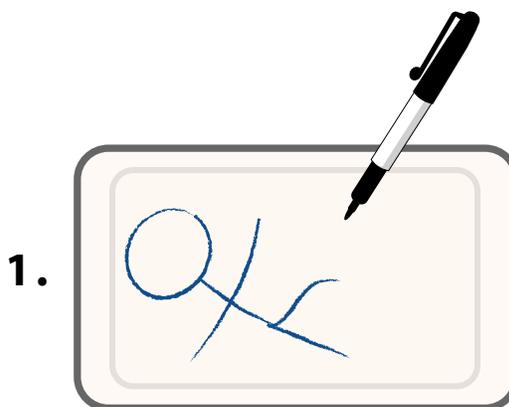
Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 1 plat en pyrex
- 1 marqueur effaçable à sec
- Eau
- 1 paille

Déroulement :

1. Avec le marqueur effaçable à sec, dessiner au fond du plat en verre un bonhomme allumette et un ballon.
2. Verser délicatement un filet d'eau pour que le dessin se soulève de la paroi.
3. Avec une paille, souffler légèrement sur le dessin pour le mettre en action. Amusez-vous à produire différents scénarios animés.



Source : Les Débrouillards



ACTIVITÉ 4

Cache-cache

Âge : 0 à 3 ans

Cacher un objet sous une couverture en s'assurant qu'il dépasse un peu. Demander à votre enfant de le chercher avec vous. Ce jeu de cache-cache l'incite à l'exploration et au développement de sa perception de l'espace.

Source : Naître et grandir



Bon débarras!

Âge : 4 à 6 ans

But du jeu : Être le premier joueur à se débarrasser de toutes ses cartes.

Matériel :

1 jeu de cartes

Déroulement :

1. Distribuer 5 cartes à chaque joueur.
2. Placer le reste en pile et retourner la première carte à côté, face visible, au centre de la table (ex. : le 5 de cœur).
3. Le premier joueur doit trouver dans son jeu une carte de même valeur (5) ou de même symbole (cœur). S'il en a une, il la pose par-dessus. Sinon, il prend une nouvelle carte dans la pile. Cette carte peut être jouée immédiatement si elle correspond à ce qui est attendu.
4. On passe au joueur suivant.
5. Le premier joueur à se débarrasser de toutes ses cartes remporte la partie.



Bon débarras!

Âge : 7 à 12 ans

But du jeu : Être le premier joueur à se débarrasser de toutes ses cartes.

Matériel :

1 jeu de cartes

2 dés

Déroulement :

1. Conserver uniquement les cartes de 1 à 10 et les distribuer entre les joueurs.
2. Un joueur lance les deux dés. On additionne la valeur des dés. Les joueurs doivent se débarrasser des cartes représentant cette valeur. Par exemple, le résultat aux dés est de $6 + 3 = 9$. On se débarrasse de la carte 9, mais aussi de toutes les combinaisons possibles donnant ce résultat comme 8 et 1, 7 et 2, 6 et 3, etc.
3. On relance les dés jusqu'à ce qu'un joueur n'ait plus de cartes en main.



Source : Naître et grandir

ACTIVITÉ 5

À noter!

Sous votre supervision, laisser les enfants s'impliquer dans la mesure de leurs capacités (sortir les aliments, les laver, les couper, les verser, les mélanger, lire la recette, etc.). Pour les tout-petits, le simple fait de les avoir auprès de soi en cuisine et de nommer à voix haute les actions réalisées est suffisant pour éveiller une curiosité envers les aliments.

Rigolote pizza

Âge : 4 à 6 ans



Ingrédients :

- Bagel
- Fromage à la crème
- Fruits

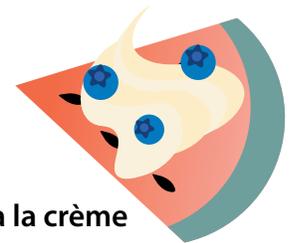
Étapes à suivre :

1. Couper les bagels en deux sur l'épaisseur et les faire griller au grille-pain.
2. Tartiner de fromage à la crème et ajouter vos fruits préférés.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!

Pizza en folie

Âge : 7 à 9 ans



Ingrédients :

- ½ melon d'eau
- ½ tasse de fromage à la crème fouetté
- ½ tasse de crème fouettée
- Fruits
- Chocolat ou autres garnitures au choix

Étapes à suivre :

1. Couper des tranches d'environ 2,5 cm (1 po) d'épaisseur dans le melon d'eau pour former des pointes.
2. Dans un bol, mélanger le fromage à la crème avec la crème fouettée en pliant délicatement la préparation à l'aide d'une spatule.
3. Étendre le mélange de fromage à la crème sur les morceaux de melon d'eau.
4. Garnir de vos fruits préférés.
5. Ajouter les autres garnitures.

Recette inspirée de Les recettes de Caty

Pizza sourire

Âge : 10 à 12 ans

Ingrédients :

- 1 tasse d'eau tiède
- 1 c. à thé de levure sèche instantanée
- 1 c. à thé de sucre
- 2 tasses de farine
- 1 c. à thé de sel

Étapes à suivre :

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F). Placer la grille dans le bas du four.
2. Dans un petit bol, mélanger l'eau tiède, le sucre et la levure. Laisser reposer 5 minutes, jusqu'à ce qu'il y ait un peu de mousse sur le dessus.
3. Dans un grand bol, mélanger le sel et la farine. Ajouter l'eau contenant la levure et le sucre. Mélanger le tout avec une cuillère en bois, puis avec vos mains, jusqu'à obtenir une boule molle.
4. Retirer la pâte du bol et la pétrir pendant quelques minutes. Si la pâte colle, ajouter un peu de farine. Placer la boule dans un bol huilé et couvrir avec un linge propre. Laisser gonfler la pâte pendant 20 minutes dans un endroit tiède (près d'une source de chaleur). Retirer la pâte du bol et la pétrir à nouveau. Replacer la pâte dans le bol couvert du linge et laisser gonfler pendant encore 20 minutes.
5. Couper la pâte en deux. Saupoudrer le comptoir d'un peu de farine puis rouler la pâte avec un rouleau à pâtisserie. Vous obtiendrez 2 pizzas d'environ 20 cm de diamètre. Glisser chaque pâte sur une plaque à cuisson. La garnir et la faire cuire pendant environ 15 minutes.

La purée de tomate ou le pesto peuvent être utilisés en guise de sauce. Pour la garniture, amusez-vous à créer un visage avec les ingrédients de votre choix :



Jouer avec la nourriture est une façon d'explorer les aliments, les textures, les couleurs, les odeurs et finalement de les goûter.

Recette inspirée de Les explorateurs



400 °F



ACTIVITÉ 6

Circuit à la craie

Âge : 0 à 3 ans

À l'aide d'une craie, dessiner au sol des lignes représentant des chemins. Ajouter des formes en guise d'obstacles à enjamber ou des objets (ex. : maison) sur lesquels l'enfant devra sauter. Accompagner les marcheurs débutants en leur tenant les mains ou inviter les plus agiles à courir sur le parcours.



Saute alphabet

Âge : 4 à 9 ans

À l'aide d'une craie, inscrire les lettres de l'alphabet au sol. Nommer une lettre et sauter avec l'enfant sur la lettre. Pour l'enfant qui connaît l'alphabet, on peut nommer la lettre et le laisser sauter seul. Pour les plus vieux, nommer un mot et l'enfant doit épeler le mot en sautant sur les lettres.

Source : HopToys le blog

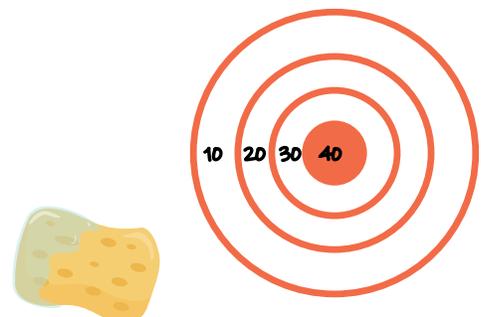
Cible

Âge : 10 à 12 ans

À l'aide d'une craie, tracer au sol des cercles concentriques et un point central. Attribuer un nombre de points pour chaque cercle (plus le cercle est petit, plus le nombre de points sera grand) et déterminer le résultat pour gagner le jeu (ex. : premier joueur qui obtient 100 points).

Lancer des éponges humides ou des cailloux pour atteindre la cible. Le premier joueur qui obtient les points déterminés gagne.

Source : Actif pour la vie



ACTIVITÉ 7

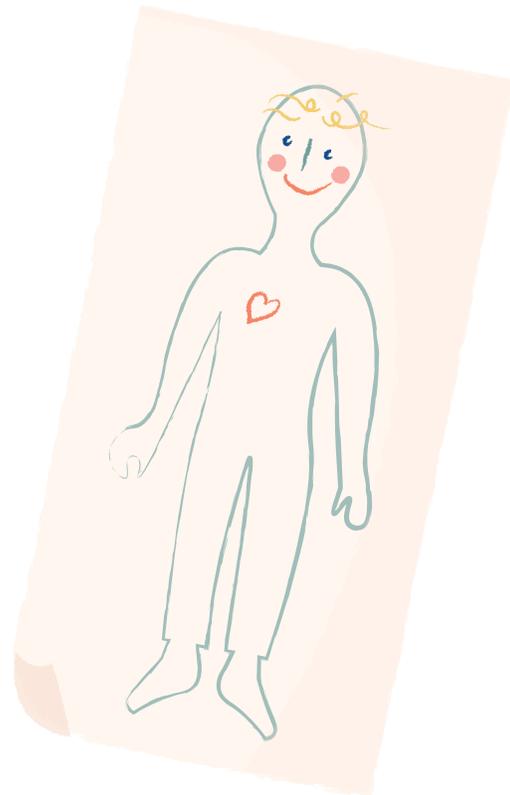
Mon portrait

Âge : 0 à 3 ans

Matériel :

- Grande feuille de papier
- Crayons ou peinture
- Rubans, tissus, autocollants, etc.

Utiliser une grande feuille de papier (ou un assemblage de feuilles régulières) et inviter l'enfant à se coucher sur la feuille. Tracer le contour de son corps ou simplement une partie de son corps. Demander à l'enfant de compléter son portrait en coloriant l'intérieur du tracé à l'aide de crayons, de peinture, de rubans, de bouts de tissus, etc.



Source : Naître et grandir

Chapeau farfelu

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Assiette en carton (ou carton coupé en rond)
- Ciseaux
- Crayons

À partir d'une assiette en carton ou d'un carton coupé en rond, tracer et découper une forme au centre de l'assiette en s'assurant de laisser une partie qui joint la forme du centre et le pourtour de l'assiette. Décorer la forme ainsi créée et la replier pour qu'elle devienne le devant du chapeau.



Source : Maiko Nagao

Le sourire avale-tout

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- Boîte de papiers-mouchoirs vide
- Bouchons ou boutons
- Éléments décoratifs



Recouvrir et décorer une boîte de papiers-mouchoirs vide. Retirer la pellicule plastique à l'intérieur. L'ouverture de la boîte devrait représenter la bouche du personnage. À chacun son tour, un joueur lance un bouchon en visant la bouche. Chaque bouchon qui parvient dans la bouche donne un point. Le premier à atteindre 10 points gagne la partie.



Source : Pomme d'Api

Balle antistress

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 3 ballons de fête
- $\frac{3}{4}$ tasse de farine
- 1 entonnoir

Déroulement :

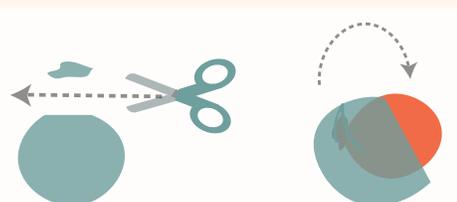
1. Gonfler un ballon pour l'étirer et vider l'air.
2. À l'aide d'un entonnoir, verser $\frac{3}{4}$ tasse de farine à l'intérieur. Tasser la farine et faire sortir le maximum d'air.
3. Déposer le ballon rempli de farine sur une table et couper délicatement l'embout. Couper l'embout du 2e ballon, bien l'étirer et recouvrir complètement le 1er ballon. L'ouverture du 2e ballon doit se retrouver du côté opposé à celle du premier ballon.
4. Pour une balle plus solide, couper l'embout du 3e ballon, l'étirer et recouvrir à nouveau le ballon.



2.



3.



4.



Source : Wooloo

Semaine festive

Activité 2

4 à 6 ans

Aquarelle bonbon

7 à 9 ans

Crème glacée

10 à 12 ans

Cristaux de sucre

Activité 4

4 à 6 ans

Circulaire en mémoire

7 à 9 ans

Jeu de mémoire

10 à 12 ans

Jeu de dames

Activité 6

0 à 3 ans

Peinture pouding

4 à 6 ans

Choco-pâte

7 à 9 ans

Cadre mignon

10 à 12 ans

Pinata

Activité 1

4 à 6 ans

Tourbillon fruité

7 à 9 ans

Frappé aux fruits

10 à 12 ans

Pop banane

Activité 3

0 à 12 ans

Quelle est ta saveur préférée de... livres?

Activité 5

0 à 3 ans

Danse des bras

4 à 6 ans

Fête dansante

7 à 9 ans

Hula hoop

10 à 12 ans

Chorégraphie sans fin

Activité 7

0 à 3 ans

Contenants et couvercles

4 à 6 ans

Guimauves en forme

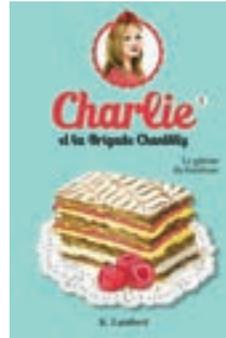
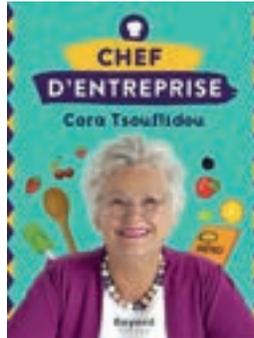
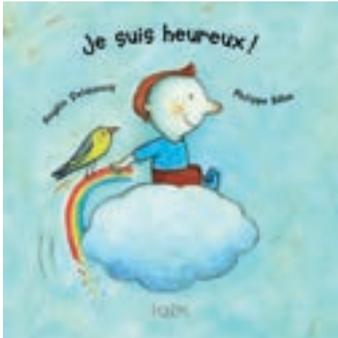
7 à 9 ans

Solides en guimauve!

10 à 12 ans

Tour de spaghettis

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est le contraire de froid.
Mon deuxième est la première syllabe de copain.
Mon troisième est une note de musique.
Mon tout est ma saveur préférée de crème glacée.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Qu'est-ce qui est plus léger : un kilo de pierres ou un kilo de barbe à papa?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



Encouragez toutes les lectures. Demandez à l'enfant de lire la recette à réaliser, de lire les ingrédients sur la boîte de céréales, de lire les panneaux de rue en voiture, d'effectuer une recherche sur Internet, de lire le menu du restaurant pour commander, de lire les bannières de magasins, etc.

« Dire que l'on n'aime pas lire, c'est un peu comme dire qu'on n'aime pas les fruits en n'ayant goûté qu'à la banane, à la pomme et à l'orange. Et les kiwis, les cerises, les pêches, les poires, les abricots, les mangues, les groseilles et tant d'autres? »

- Ève Herrmann

ACTIVITÉ 1

À noter!

Pour intégrer les tout-petits à l'activité, vous pouvez les laisser jouer avec des tasses à mesurer et leur faire goûter aux ingrédients.

Tourbillon fruité

Âge : 4 à 6 ans

Ingrédients :

- 1/3 tasse de yogourt
- 1/3 tasse de compote de fruits
- 1/4 tasse de lait
- 1 fraise



Étapes à suivre :

1. Verser le yogourt dans un verre, ajouter la compote et le lait.
2. Mélanger à l'aide d'une paille.
3. Couper la fraise en deux. Faire une entaille dans les moitiés de fraise et les déposer sur le bord du verre pour décorer.

Il est possible de verser la préparation dans de petits contenants et les placer au congélateur pour en faire d'excellentes sucettes glacées à savourer.



Recette inspirée de Les Producteurs laitiers du Canada

Frappé aux fruits

Âge : 7 à 9 ans

Ingrédients :

- 2 tasses de fruits congelés (bleuets, fraises, framboises, mûres)
- 1 tasse de jus d'orange
- 1 tasse de lait
- 1 tasse de yogourt

Étapes à suivre :

1. Mettre tous les ingrédients au mélangeur et réduire en purée liquide.



Recette inspirée de Nos petits mangeurs

Pop banane

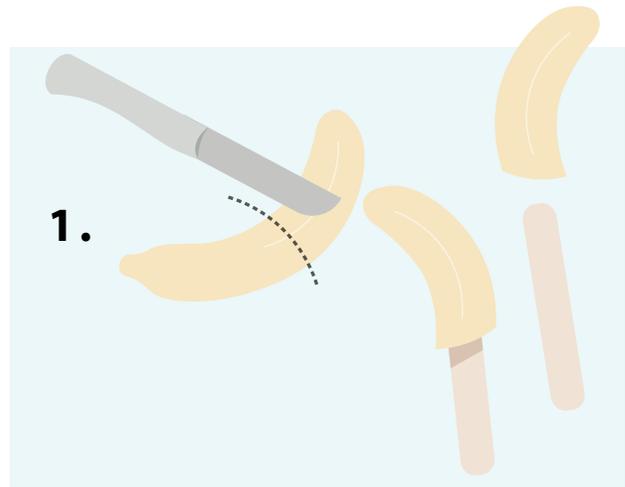
Âge : 10 à 12 ans

Ingrédients :

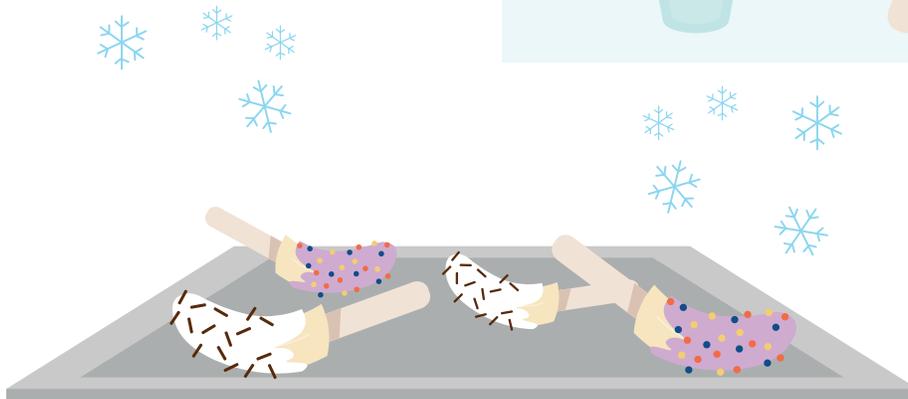
- 4 bananes
- 1 tasse de yogourt grec au choix
- 2 c. à soupe de minibonbons décoratifs
- ¼ tasse de minipépites de chocolat
- 2 c. à soupe de noix de coco râpée

Étapes à suivre :

1. Couper les bananes en deux et insérer un bâtonnet en bois dans chaque moitié.
2. Déposer le yogourt dans un grand verre.
3. Tremper les demi-bananes dans le yogourt, puis les saupoudrer de minibonbons, de minipépites ou de noix de coco.
4. Déposer les bananes sur une plaque et la placer au congélateur jusqu'au moment de servir.



4.



Recette inspirée de Le chef c'est moi!

ACTIVITÉ 2

À noter!



Plusieurs moyens peuvent être utilisés pour que les enfants s'éveillent aux sciences. Un de ceux-là est d'accompagner l'enfant dans la recherche de réponses à ses questions. Vos réponses vont lui permettre de mieux comprendre le monde qui l'entoure. Les livres peuvent être d'excellents outils pour y arriver.

Source : Educatout.com

Aquarelle bonbon

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

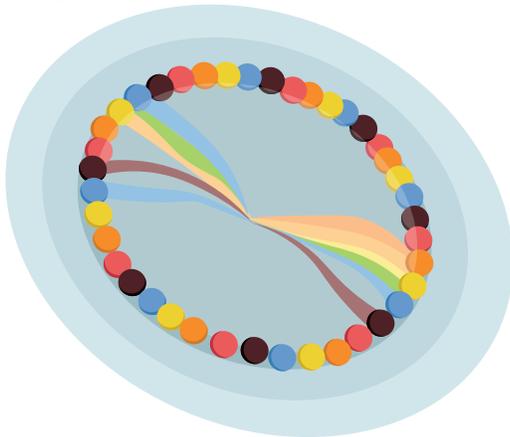
- 1 assiette
- Bonbons Skittles^{MD}
- Eau

Déroulement :

1. Disposer les bonbons Skittles^{MD} en cercle dans l'assiette en variant les couleurs.
2. Verser délicatement l'eau au centre de l'assiette sans submerger complètement les bonbons.
3. Attendre quelques minutes sans bouger l'assiette et observer la diffusion des colorants. Plus l'eau sera chaude et plus le phénomène se produira rapidement.

Source : L'astucerie

Amusez-vous à créer une suite logique avec les différentes couleurs.



Crème glacée, une expérience à manger

Âge : 7 à 9 ans

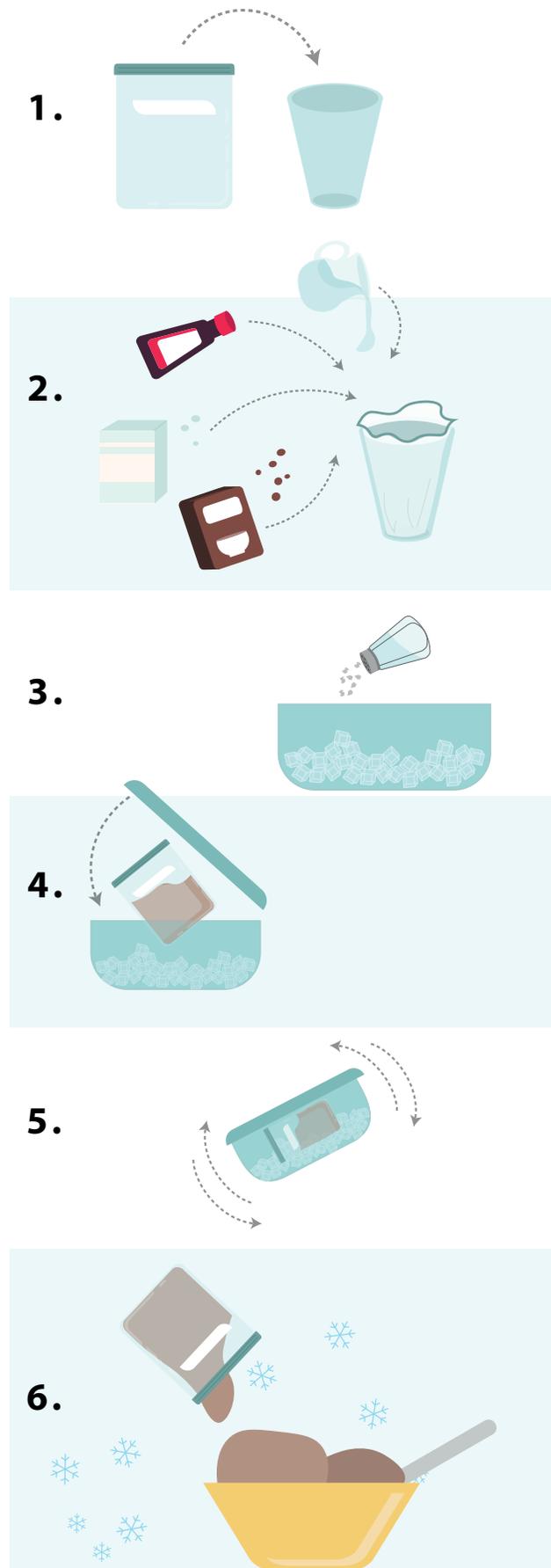
Matériel :

- ½ tasse de crème à café 15 %
- 1 c. à soupe de sucre
- 1 c. à soupe de cacao
- ¼ c. à thé d'extrait de vanille
- 4 tasses de glaçons
- ½ tasse de gros sel
- 1 sac en plastique refermable
- 1 verre ou 1 tasse à mesurer
- 1 grand plat hermétique

Déroulement :

1. Déposer le sac en plastique dans le verre pour l'aider à tenir en place.
2. Verser la crème, le sucre, le cacao (pour une crème glacée à la vanille, ne pas utiliser de cacao) et la vanille dans le sac. Fermer le sac hermétiquement en prenant soin de retirer le plus d'air possible.
3. Remplir la moitié du grand plat hermétique de glaçons. Ajouter le gros sel et mélanger. (Le sel abaisse le point de congélation de la glace. Sans lui, il faudra beaucoup plus de temps et de glace pour congeler la crème glacée.)
4. Déposer le sac sur les glaçons et fermer le plat.
5. Agiter vigoureusement pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que la crème ait une texture de crème glacée molle.
6. Transférer dans un bol et servir immédiatement.

Source : Mordu



Cristaux de sucre

Âge : 10 à 12 ans

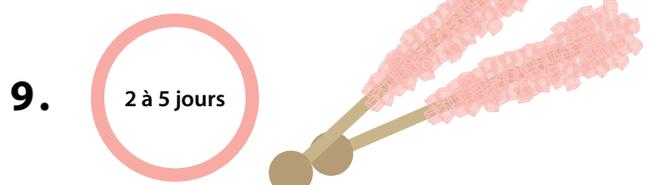
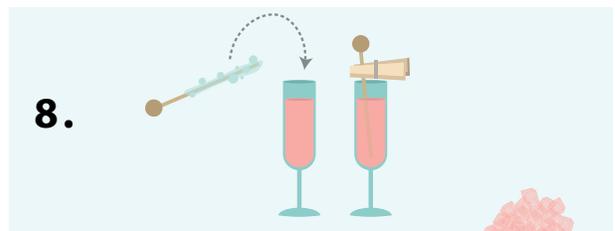
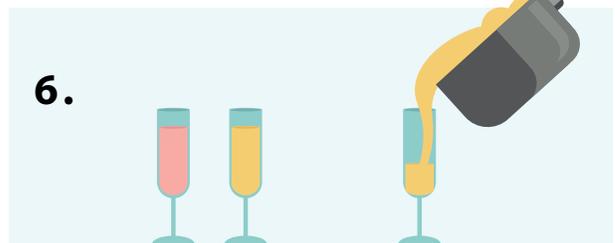
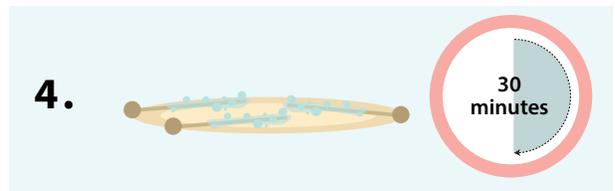
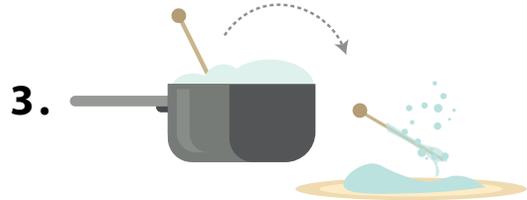
Matériel :

- 3 tasses de sucre
- Eau
- Colorant alimentaire
- Saveur (extrait de vanille, citron, caramel, etc.)
- Épingles à linge
- Brochettes en bois

Déroulement :

1. Porter à ébullition une tasse d'eau dans une casserole.
2. Ajouter une tasse de sucre et brasser pour le diluer complètement. Répéter pour la 2e et 3e tasse de sucre.
3. Tremper les brochettes de bois dans le mélange de sucre et d'eau, puis dans le sucre. Déposer ces brochettes dans une assiette.
4. Laisser reposer la solution de sucre et d'eau pendant 30 minutes.
5. Ajouter quelques gouttes de saveur et de colorant alimentaire au mélange de sucre et d'eau, puis brasser.
6. Verser ce mélange dans différents verres ou idéalement dans des flûtes à champagne (plus le verre est étroit, mieux ce sera).
7. Laisser refroidir complètement.
8. Plonger une brochette par verre rempli du mélange. Le bout de la brochette ne doit pas toucher le fond du verre, utiliser les épingles à linge pour la tenir en place.
9. Attendre 2 à 5 jours pour que se produise la cristallisation et déguster!

Source : Les Débrouillards



ACTIVITÉ 3



Quelle est ta saveur préférée... de livres?

Âge: 0 à 12 ans

Avant de connaître notre saveur de crème glacée préférée, il faut y goûter. C'est la même chose pour la lecture.

Explorer les différentes catégories de livres. Inciter l'enfant à la découverte d'albums, de BD, de livres de recettes, de dictionnaires, de guides de voyage, de magazines, d'atlas, de recueils de poésie, de statistiques sportives sur Internet, de livres documentaires, de mangas, de journaux, de romans, etc. Même les tout-petits peuvent explorer différents livres : en tissu, en plastique, cartonnés, texturés, sans texte, etc.

Inviter l'enfant à repérer d'autres catégories de livres. Lui présenter vos favorites et le questionner sur les siennes.

Mes saveurs de livres préférées :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



ACTIVITÉ 4



On cherche souvent à stimuler nos enfants par le biais de jouets colorés ou bruyants ; il est bon de se rappeler que le meilleur jouet d'éveil, c'est l'humain ! Le simple fait de se placer devant un miroir avec bébé pour lui parler, pour chanter, pour danser contribue à son développement.

Circulaire en mémoire

Âge : 4 à 6 ans

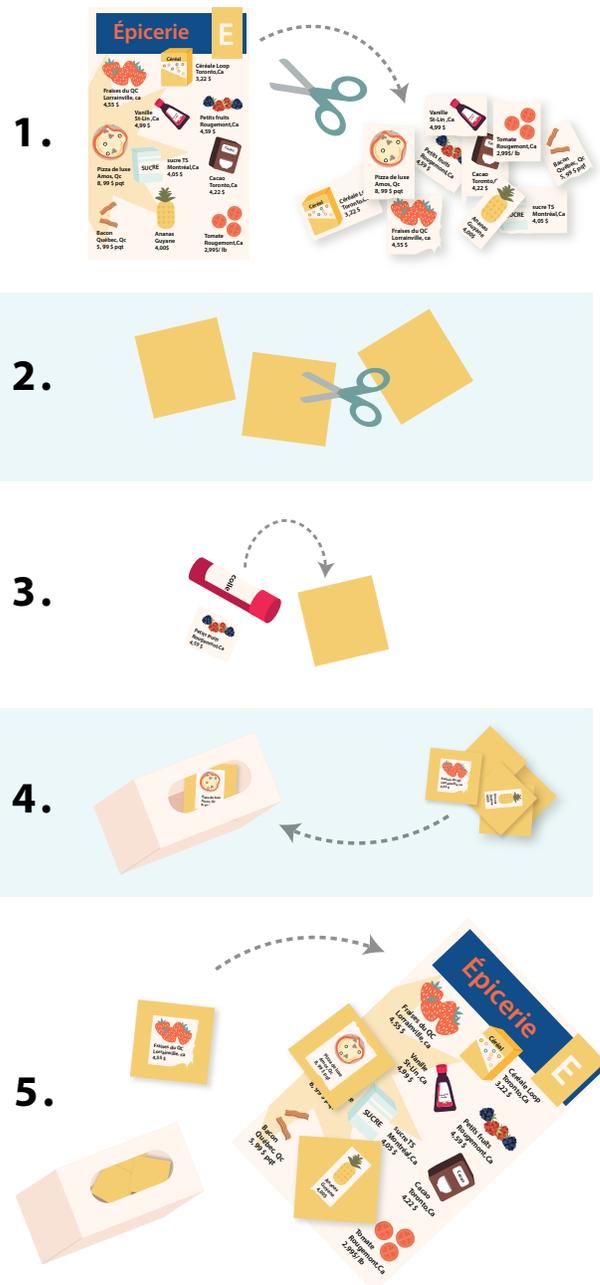
Matériel :

- 2 circulaires identiques
- Carton (boîte de céréales vide)
- 1 boîte de papiers-mouchoirs vide
- Ciseaux
- Colle

Déroulement :

1. Découper 10 images dans une circulaire.
2. Découper 10 carrés de carton.
3. Coller les images sur les morceaux de carton pour faire des cartes.
4. Mettre les cartes dans la boîte de papiers-mouchoirs.
5. Piger une carte dans la boîte et repérer l'image dans la 2e circulaire.
6. Recommencer jusqu'à ce qu'il ne reste plus de carte.

Source : Naître et grandir



Jeu de mémoire

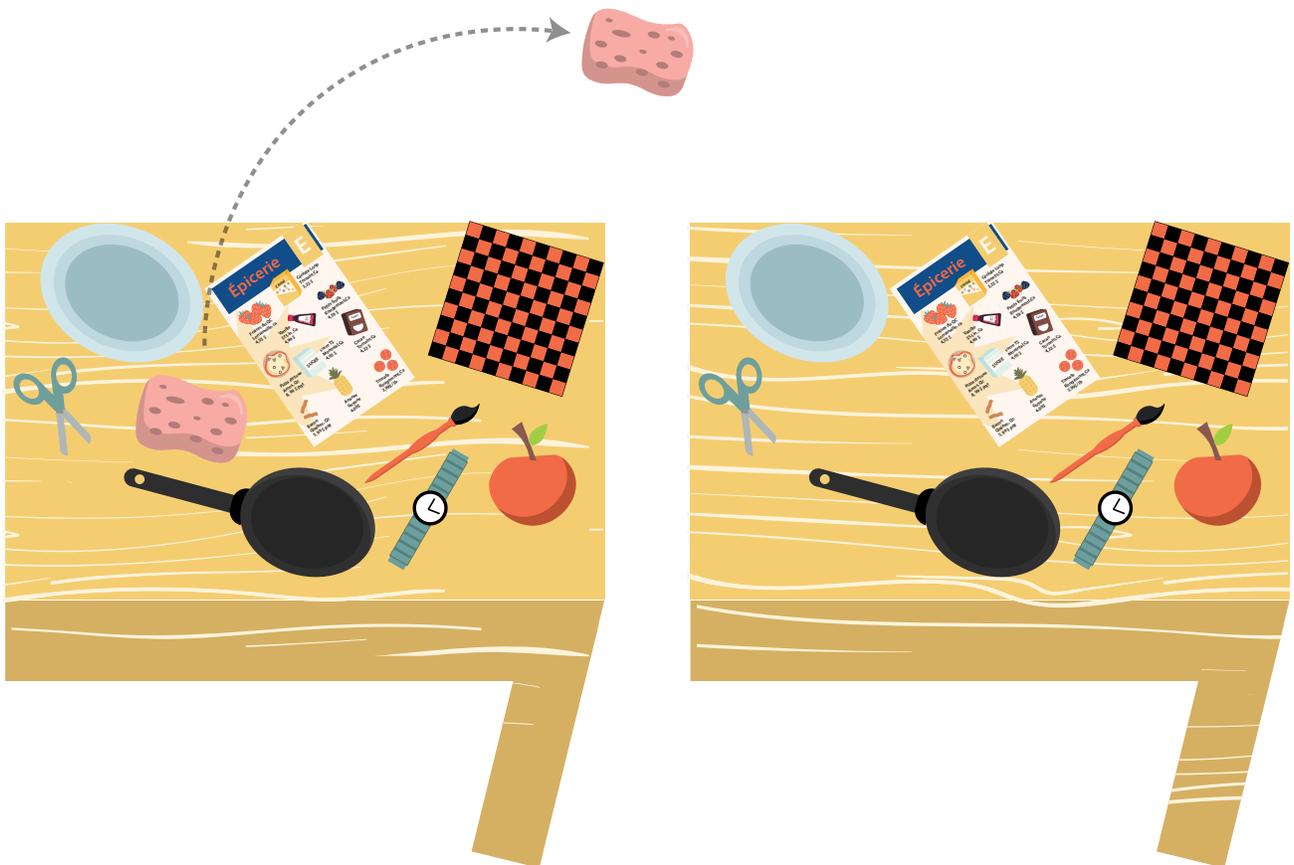
Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- Objets variés

Déroulement :

1. Placer sur une table différents objets (ustensiles, aliments, vaisselle, jouets, crayon, etc.).
2. Laisser une minute à l'enfant pour mémoriser les objets.
3. Demander à l'enfant de se retourner. Pendant ce temps, retirer un des objets de la table.
4. L'enfant doit revenir vers la table et trouver quel est l'objet manquant.



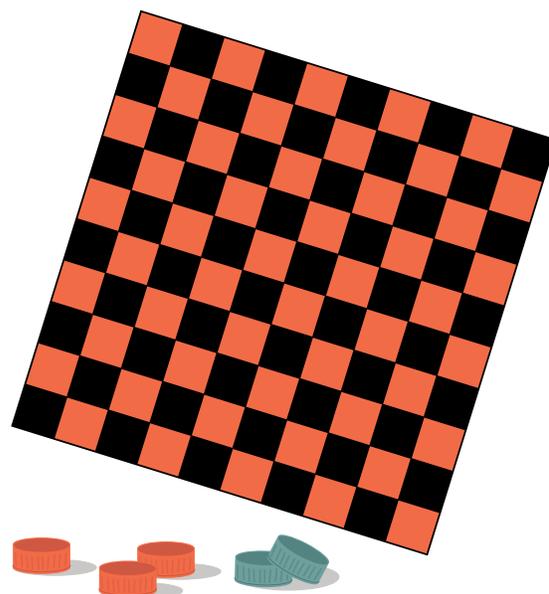
Jeu de dames

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- Carton de 35 cm x 35 cm
- 40 bouchons ou 40 boutons (20 d'une couleur et 20 d'une autre couleur)
- 1 crayon
- 1 crayon-feutre noir
- 1 règle

Fabrication :



Dessiner le damier. À l'aide d'une règle, tracer sur le carton une ligne à tous les 3,5 cm dans le sens de la longueur, puis dans le sens de la largeur pour obtenir 10 colonnes dans chaque sens. Avec le feutre noir, colorier une case sur deux.

But du jeu : Éliminer tous les pions de son adversaire.

Déroulement

1. Placer les pions de chaque côté du damier sur les cases noires. Le jeu doit être placé de sorte que la première case en bas à gauche soit noire.
2. Un pion se déplace uniquement en diagonale, vers l'avant et d'une rangée à l'autre. (Les pions seront durant toute la partie du jeu sur les cases noires.) Les adversaires jouent un coup à tour de rôle.
3. Pour prendre un pion à son adversaire, le pion du joueur 1 doit passer par-dessus le pion du joueur 2 seulement si celui-ci est diagonalement collé et que la case derrière est libre. Si c'est le cas, le joueur 1 enlève du damier le pion du joueur 2.
4. Bien qu'il soit interdit de reculer, cela peut se faire lors d'une attaque (toujours en diagonale et avec une case libre derrière). De plus, si vous pouvez manger un pion, vous êtes obligés de le faire.
5. Pour obtenir une dame, le pion du joueur 1 doit arriver sur l'une des cases du dernier rang du joueur 2. Quand cela arrive, ajouter un pion enlevé précédemment du damier pour le placer par-dessus le pion.
6. Une dame peut se déplacer librement (en avant et en arrière), franchir plusieurs cases vides et changer de direction tant qu'elle trouve une case vide derrière le pion adverse. Elle peut donc supprimer plusieurs pions adverses d'un seul coup.

Source : Hellokids

ACTIVITÉ 5



Danse des bras

Âge : 0 à 3 ans

Pour aider bébé à prendre conscience de son corps, on le fait bouger. Par exemple, lever ses bras vers le haut, puis les placer vers le bas. Ouvrir ses bras sur les côtés et les ramener sur sa poitrine en les croisant.

Source : Naître et grandir



Fête dansante

Âge : 4 à 6 ans

Cette semaine, l'ambiance est à la fête! Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, sortez vos décorations et vos lumières et montez le son de la musique. Explorez différents types de danse comme le twist, la macarena, le hip-hop, le disco et même le « floss ». La danse permet de développer l'agilité, l'équilibre et la coordination.

Source : Actif pour la vie



Hula hoop

Âge : 7 à 9 ans

Faire tourner le cerceau autour de sa taille le plus longtemps possible.



Chorégraphie sans fin

Âge : 10 à 12 ans

Se placer en cercle. Un premier joueur exécute un mouvement de danse. Le joueur à sa gauche doit répéter le mouvement de danse et en ajouter un nouveau. Les joueurs suivants font de même. Le but du jeu est de poursuivre la chorégraphie le plus longtemps possible.

Source : Force 4

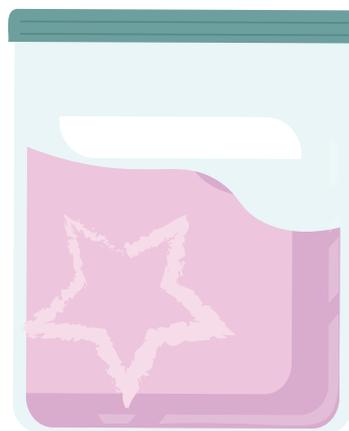
ACTIVITÉ 6

Peinture pouding

Âge : 0 à 3 ans

Matériel :

- Pouding (crème-dessert)
- Papier ou sac en plastique refermable



Déposer une petite quantité de pouding sur une feuille et inviter les petits à l'utiliser comme peinture aux doigts. Ils pourront aussi explorer la texture et le goût. Une autre technique consiste à mettre le pouding dans un sac en plastique refermable, à retirer l'air du sac et à le fermer hermétiquement. Proposer aux enfants de tracer des formes avec le doigt sur le sac. Une fois l'activité terminée, déguster le pouding.

Source : Educatout.com

Choco-pâte : pâte à modeler au chocolat (non toxique)

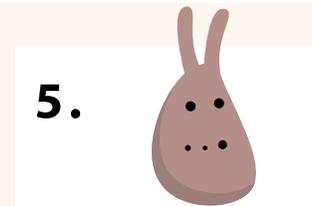
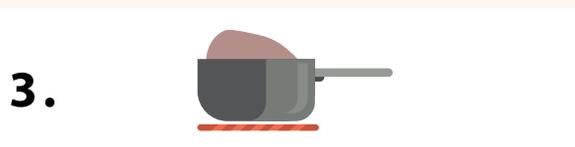
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- 1 tasse de farine
- ½ tasse de cacao
- ½ tasse de sel
- ½ c. à soupe de crème de tartre
- 1 ½ c. à soupe d'huile végétale
- 1 tasse d'eau bouillante

Déroulement :

1. Dans une casserole, mélanger tous les ingrédients secs.
2. Ajouter l'huile et l'eau bouillante, puis mélanger.
3. Cuire à feu doux jusqu'à la formation d'une boule.
4. Laisser refroidir et pétrir la pâte avec les mains.
5. Inviter les enfants à créer toutes sortes de formes, d'assemblages et de modelages.
6. Conserver la pâte dans un contenant hermétique.



Source : Educatout.com

Cadre mignon

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 14 bâtonnets de bois
- Colle chaude
- Crayons, peinture, boutons ou petits objets pour décorer
- Pince à feuille
- Aimants (optionnel)

Déroulement

1. Sur une surface plane, étaler environ 12 bâtonnets à l'horizontale.
2. Utiliser 2 bâtonnets supplémentaires sur lesquels il faut apposer de la colle chaude et les déposer verticalement sur les autres bâtonnets.
3. Une fois que tous les bâtonnets sont fixés, retourner votre assemblage.
4. Décorer votre cadre à l'aide de crayons, peinture, boutons ou tout autre petit objet.
5. Avec la colle chaude, fixer la pince à feuille en haut de votre cadre. Ajouter les aimants au verso, si désiré.
6. Insérer votre plus belle photo ou des petits mémos.

Source : A few shortcuts

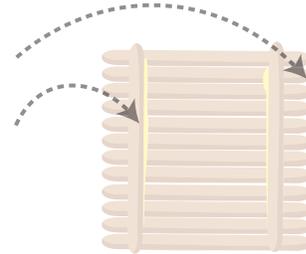
1.



2.



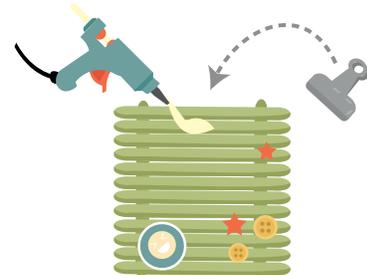
3.



4.



5.



6.



Pinata

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

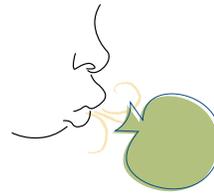
- Ballon gonflable (de type ballon de plage ou ballon de fête)
- Papier journal
- Ciseaux
- Colle blanche diluée avec de l'eau
- Papier de soie ou papier crêpe
- Ficelle ou ruban

Déroulement

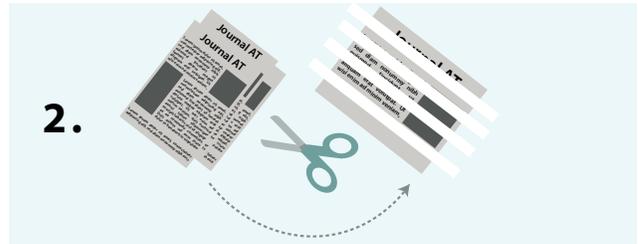
1. Gonfler le ballon.
2. Découper des bandes de papier journal d'environ 20 cm de long et 5 cm de large.
3. Tremper les bandes de papier dans la colle diluée avec un peu d'eau. Retirer l'excédent de colle et déposer les bandes sur le ballon en les superposant (environ 3-4 couches). Ne pas recouvrir la valve du ballon de plage et son pourtour. Cet espace non recouvert (de la taille d'un poing) permettra de faire ressortir le ballon dégonflé et de remplir la pinata de surprises.
4. Laisser sécher afin que le papier mâché soit bien dur.
5. Dégonfler le ballon et le retirer de la pinata avec précautions.
6. Décorer la pinata avec des franges de papier de soie ou papier crêpe.
7. Laisser sécher à nouveau.
8. Percer le papier mâché à deux endroits autour du trou et enfiler la ficelle ou le ruban.
9. Remplir la cavité avec les surprises de votre choix.

Source : YouTube

1.



2.



3.



4.



5.



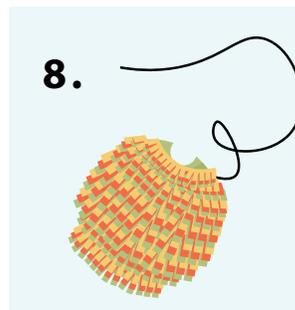
6.



7.



8.



9.



ACTIVITÉ 7



Contenants et couvercles

Âge : 0 à 3 ans

Offrir à votre enfant l'occasion de jouer avec des contenants en plastique et des couvercles. Cela va lui permettre de découvrir différentes formes et grandeurs. Peu à peu, l'enfant va reconnaître que le grand couvercle ne va pas sur le petit contenant, qu'il peut empiler les contenants ou les mettre un dans l'autre.

Source : Naître et grandir



Guimauves en forme

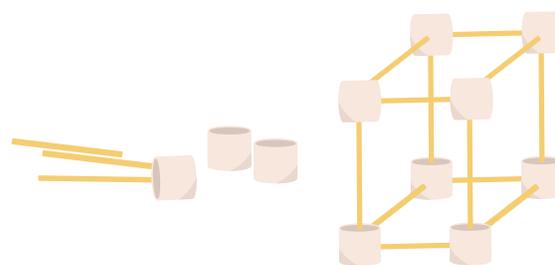
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Guimauves
- Spaghettis

Déroulement :

Proposer à l'enfant de reproduire différentes formes (carré, triangle, rectangle, losange, trapèze, pentagone, etc.) en utilisant des spaghettis et des guimauves.



Solides en guimauve!

Âge : 7 à 9 ans

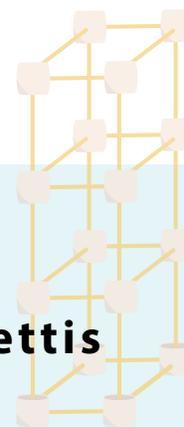
Matériel :

- Guimauves
- Spaghettis

Déroulement :

Proposer à l'enfant de reproduire différents solides (cube, pyramide, prismes, etc.) en utilisant des spaghettis et des guimauves.

Source : Beneylu School



Tour de spaghettis

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- Guimauves
- Spaghettis

Déroulement :

Proposer à l'enfant de réaliser la plus haute tour possible avec des spaghettis et des guimauves. Quelle forme assurera une base solide à la tour?

Source : Les Débrouillards



Semaine Nature

Activité 2

0 à 12 ans

Chasse aux livres!

Activité 4

0 à 3 ans

Jeu des comparaisons

4 à 6 ans

Chasse aux formes

7 à 9 ans

Grandeur nature

10 à 12 ans

Horloge en folie

Activité 6

0 à 12 ans

Art de la terre

Activité 1

4 à 6 ans

Trognons

7 à 9 ans

Pluviomètre

10 à 12 ans

Anémomètre

Activité 3

0 à 3 ans

Petit singe

4 à 6 ans

Yoga des animaux

7 à 9 ans

Course des fermiers

10 à 12 ans

Serpents et échelles extrêmes

Activité 5

0 à 3 ans

Pieuvre

4 à 6 ans

Fleur en papier

7 à 9 ans

Méduse

10 à 12 ans

Tortue de laine

Activité 7

4 à 6 ans

Célieri chenille

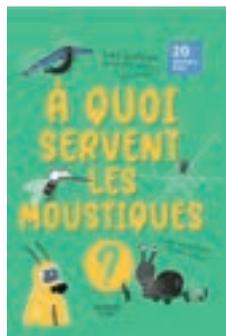
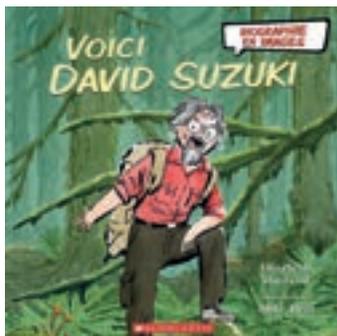
7 à 9 ans

Bouchées de chou-fleur

10 à 12 ans

Tartelettes pour petits singes

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est le contraire de vrai.
Mon deuxième est un poisson plat.
Mon tout est un espace peuplé
d'arbres et de plantes.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Il y avait sept oiseaux sur une
branche. Un oiseau a été mangé
par un chat. Combien d'oiseaux
reste-t-il sur la branche?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



On peut développer le goût et le plaisir d'apprendre de notre enfant en s'intéressant à ce qu'il aime et à ce qu'il fait. Il faut l'accepter avec ses forces, ses défis, ses joies et ses peines et l'encourager en lui parlant positivement.

« Lire n'est pas nécessaire pour le corps, seul l'oxygène l'est, mais un bon livre oxygène l'esprit. »

- Dany Laferrière

ACTIVITÉ 1



À noter!

Une stratégie pour l'éveil aux sciences des tout-petits consiste à les laisser observer et manipuler des éléments de l'extérieur. Par exemple, des feuilles de différentes couleurs en automne, le gazon mouillé après la pluie, les différentes tailles des cailloux, etc.

Source : Educatout.com

Trognons

Âge : 4 à 6 ans

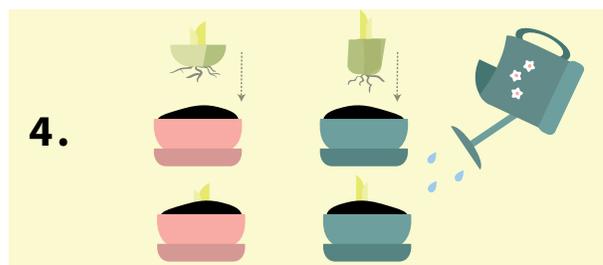
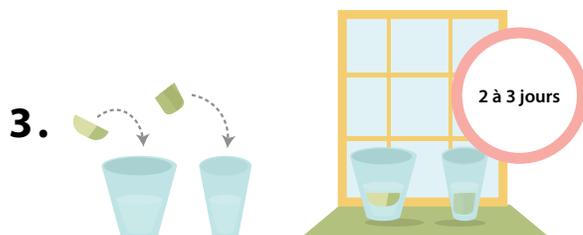
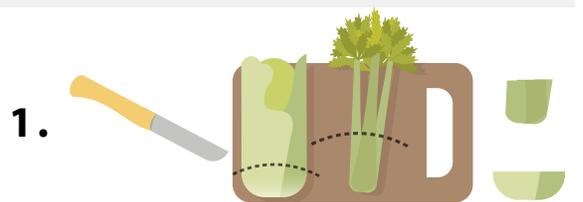
Matériel :

- Planche à découper
- Couteau
- Sucre
- Cuillère
- Terre noire
- Contenants de petits et grands formats (verre, contenant de yogourt, etc.)
- Eau
- 1 ou des légumes comme la laitue romaine, le céleri, le poireau, l'ail, etc.

Déroulement :

1. Couper le trognon (partie du bas) du légume choisi.
2. Verser un peu d'eau dans un verre et ajouter une cuillère de sucre pour stimuler la croissance des racines.
3. Déposer le trognon dans le verre et laisser reposer sur le bord de la fenêtre (1 à 3 jours ou jusqu'à ce que de petites pousses fassent leur apparition). Cependant, vous devez changer le mélange d'eau et de sucre régulièrement.
4. Prendre un autre contenant et y ajouter de la terre noire. Déposer le trognon dans le contenant avec la terre et verser à nouveau de la terre pour le recouvrir. Ne pas couvrir la nouvelle pousse.
5. Arroser, déposer sur le bord d'une fenêtre, être patient et déguster le bon légume.

Source : Les Débrouillards



Pluviomètre

Âge : 7 à 9 ans

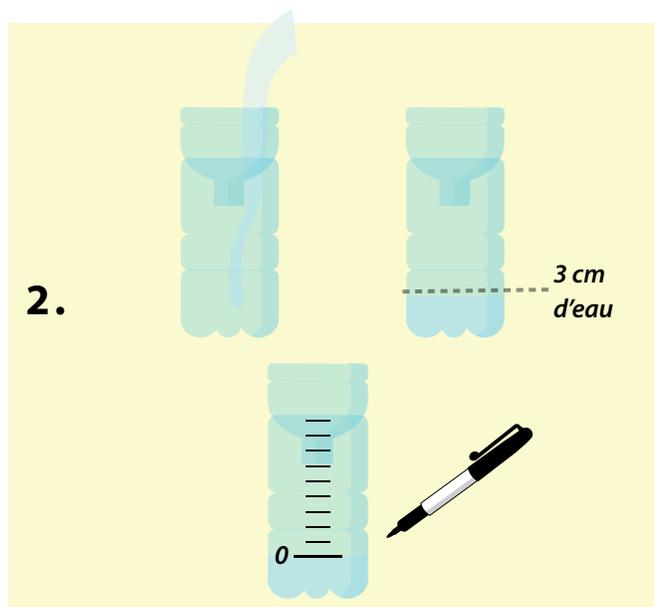
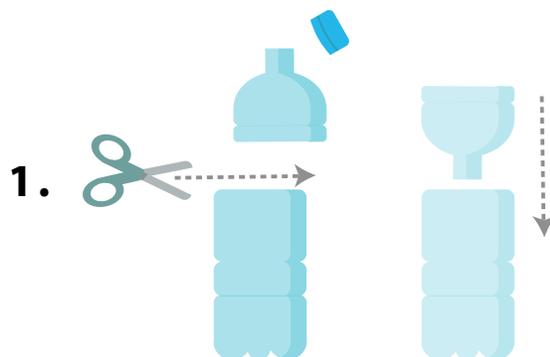
Matériel :

- Bouteille en plastique de 1,5 l
- Règle
- Ciseaux
- Crayon-feutre fin permanent
- Eau

Déroulement :

1. Couper la bouteille au 2/3 de sa hauteur, retourner et insérer la partie haute de la bouteille comme un entonnoir dans la partie basse.
2. Mettre 3 cm d'eau au fond de la bouteille. Graduer la bouteille à chaque cm à partir de ce niveau d'eau (le niveau de l'eau représente le niveau 0).
3. Placer la bouteille dans un endroit découvert. Lors des jours de pluie, le pluviomètre se remplira. Noter la mesure chaque jour de pluie. Ne pas oublier de remettre le niveau de l'eau à 0 pour effectuer une nouvelle mesure. Par temps chaud, l'eau de la bouteille peut s'évaporer. Il suffit de remettre de l'eau jusqu'au niveau 0.
4. Comparer les quantités de pluie tombée au fil des jours ou avec celles des experts de la météo.

Source : MOM-CNRS



Anémomètre

Âge : 10 à 12 ans

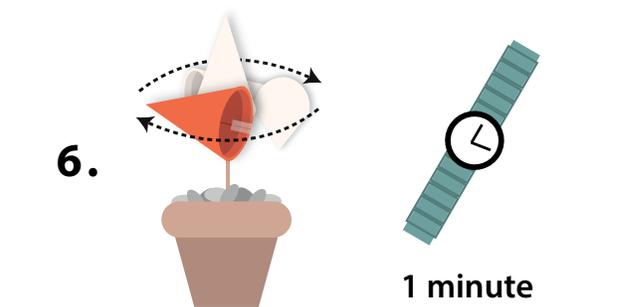
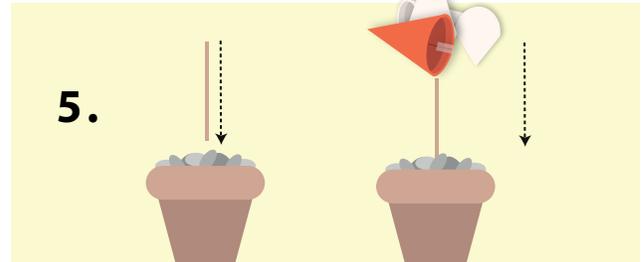
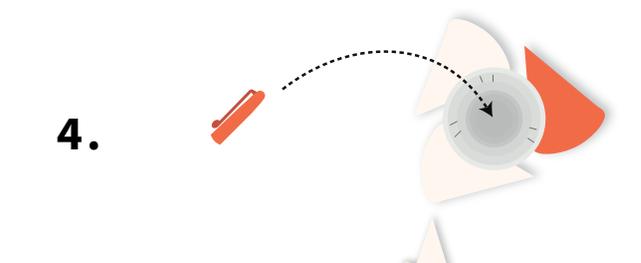
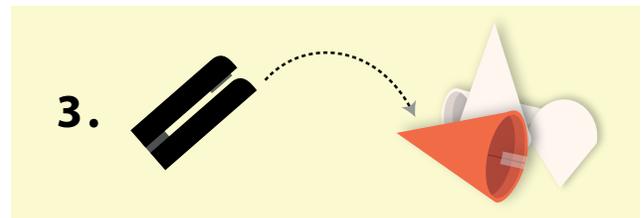
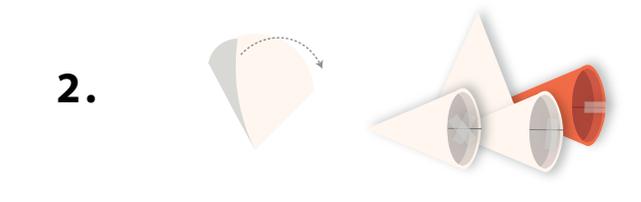
Matériel :

- 3 papiers épais blancs
- 1 papier épais de couleur
- Ruban adhésif
- 1 agrafeuse
- 1 brochette de bois
- 1 bouchon de stylo pointu
- 1 pot rempli de terre, de sable ou de cailloux
- 1 montre

Déroulement :

1. Découper un quart de cercle (rayon de 15 cm) sur chaque feuille de papier.
2. Avec les quarts de cercle, former 4 cônes en collant les bords droits avec le ruban adhésif.
3. Agrafer 2 cônes blancs et 1 cône de couleur autour du dernier cône blanc. Le montage devrait ressembler à un cône debout au centre et 3 cônes couchés tout autour.
4. Coincer le bouchon du stylo au fond du cône central.
5. Planter le pic à brochette dans le pot rempli de terre, de sable ou de cailloux. Le bout pointu du pic vers le haut. Déposer le montage des cônes (bouchon de stylo) sur le pic à brochette.
6. Mesurer la vitesse du vent en comptant le nombre de tours que le cône de couleur fait en 1 minute.
7. Comparer les données à différents moments pour trouver le jour où le vent aura soufflé le plus fort.

Source : MOM-CNRS



ACTIVITÉ 2

Chasse aux livres!

Âge : 0 à 12 ans

À la maison ou à la bibliothèque, demander aux enfants de repérer un livre selon vos critères de recherche. Par exemple, trouver un livre rouge, un livre mince, un livre dont le titre comporte 3 mots, un livre avec un animal sur la couverture, un roman sur le sport, etc. C'est une façon différente de choisir les livres qui peut mener à de bien belles découvertes.

Pour les tout-petits, étaler des livres devant eux et leur demander de trouver où est le chien, quel livre est bleu, quel livre est le plus petit, etc. Vous pouvez aussi simplement regarder quels sont les livres qui suscitent l'intérêt de l'enfant. Est-ce les livres rouges, les plus gros, les brillants, ceux avec des animaux, etc.



L'apprentissage de la lecture et de l'écriture commence tôt et se fait grâce au jeu par le biais de la parole, des chansons, de l'écoute, de l'observation, de la lecture, des représentations d'idées et de l'écriture. L'enfant babille, prononce ses premiers mots, puis ses premières phrases et ensuite raconte des histoires. Il imite, fait des signes, puis gribouille, dessine et écrit.

ACTIVITÉ 3

Petit singe

Âge : 0 à 3 ans

Jouer à répéter les sons et imiter les expressions que fait votre bébé. C'est un moyen de lui apprendre les bases de la communication et cela favorise son attachement.

Source : Naître et grandir



Yoga des animaux

Âge : 4 à 6 ans

Explorer les bienfaits du yoga avec les différentes postures suggérées. Il faut bouger lentement et respirer profondément.

La montagne

Se tenir debout bien droit. Joindre les pieds et placer les bras de chaque côté du corps, paumes tournées vers l'avant.



L'arbre

Se tenir debout bien droit. Fixer un point qui ne bouge pas. Lever une jambe du sol et poser le pied contre le mollet ou la cuisse. Placer les mains, paume contre paume, devant la poitrine. Répéter avec l'autre jambe.



Yoga des animaux (suite)

La vache

En position à quatre pattes avec le dos droit (bras tendus et mains placées sous les épaules), creuser le dos lors de l'inspiration et relever la tête vers le ciel.



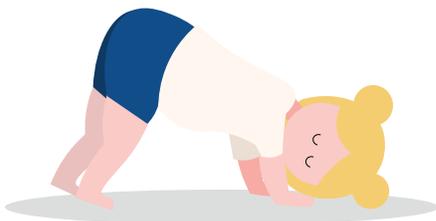
Le chat

En position à quatre pattes avec le dos droit (bras tendus et mains placées sous les épaules), amener la tête entre les bras, rentrer le nombril et faire le dos rond.



Le chien

En position à quatre pattes, soulever les fesses vers le haut et étirer les jambes. Le dos doit rester bien droit et les bras solides pour repousser le sol. Placer la tête entre les bras et porter le regard vers le nombril. Essayer de placer les talons au sol.



Le papillon

S'asseoir au sol avec les plantes de pieds l'une contre l'autre et les mains qui attrapent les pieds. À l'inspiration, lever les genoux vers le ciel et à l'expiration, redescendre les genoux au sol.



Le crabe

Se tenir debout, jambes écartées. Plier les genoux et lever les bras vers le ciel (les coudes sont pliés).



Source: Tête à modeler

La tortue

S'asseoir au sol avec les plantes de pieds l'une contre l'autre. Se pencher vers l'avant pour poser le front au sol et glisser les bras sous les jambes.



Course des fermiers

Âge: 7 à 9 ans

Minimum
4 joueurs

Matériel :

- 10 poches de sable ou 10 bas roulés en boule
- 2 cônes (ou tout autre objet pour délimiter la course) par équipe

Déroulement :

Former des équipes de 2 joueurs. Placer les cônes face à face délimitant ainsi la zone de départ et la zone d'arrivée. La course consiste à transporter les poches d'un côté à l'autre. Le déplacement à l'aller se fait en brouette (un joueur est debout et tient les jambes de l'autre joueur qui lui, avance avec les mains au sol) avec une poche de sable sur le dos. Si en cours de route, la poche de sable tombe au sol, les joueurs doivent revenir au point de départ et recommencer. Le retour se fait à saute-mouton. La première équipe à avoir apporté ses 10 poches de l'autre côté gagne la partie.



Source : Force 4

Serpents et échelles extrêmes

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

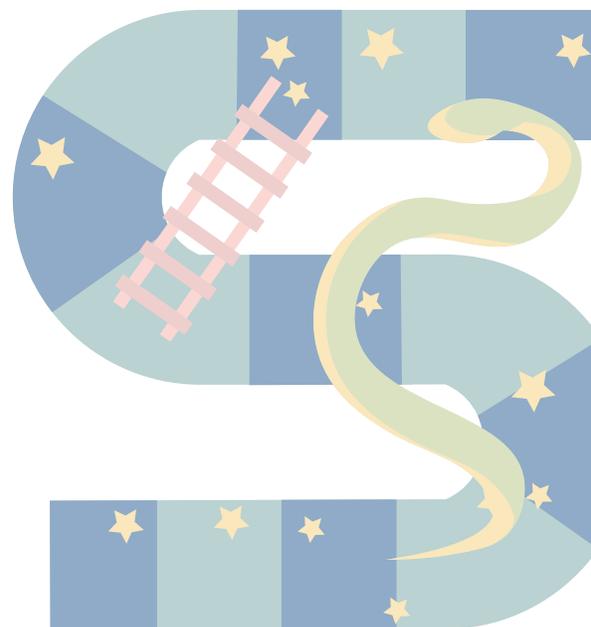
- Jeu de serpents et échelles

Déroulement :

Déterminer à l'avance une liste de conditions et conséquences.
Par exemple :

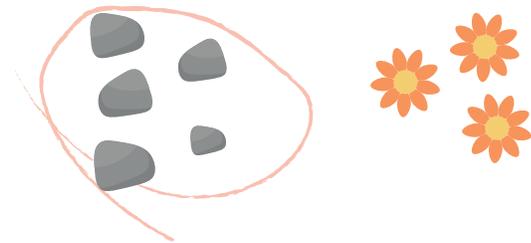
- glisser sur un serpent = faire 5 accroupissements/sauts (*burpees*)
- monter avec l'échelle = monter les escaliers en courant
- obtenir un 5 au dé = faire 5 pompes, etc.

Commencer la partie selon les règles usuelles du jeu et intégrer les conditions et conséquences au fur et à mesure, selon l'évolution de la partie.



Source : Vifa Magazine

ACTIVITÉ 4



Jeu des comparaisons

Âge : 0 à 3 ans

Placer devant votre bébé deux objets (ex. : toutous) et le laisser simplement observer les différences. L'enfant regarde et compare les caractéristiques (forme, couleur, taille, etc.) et pourra éventuellement faire des groupes. Vers un an, vous pouvez disposer devant l'enfant des objets et lui demander de les classer (ex. : mettre les cailloux dans un groupe et les fleurs dans un autre). Ces comparaisons et ces regroupements constituent des habiletés liées à l'éveil aux mathématiques.

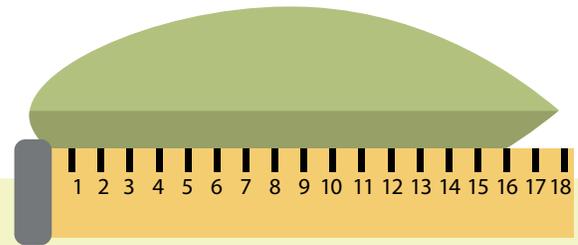
Source : Naître et grandir



Chasse aux formes

Âge : 4 à 6 ans

Nommer une forme que l'enfant doit repérer dans la maison ou à l'extérieur. Par exemple, le carré peut se trouver sur une fenêtre, un cadre, une table, etc.

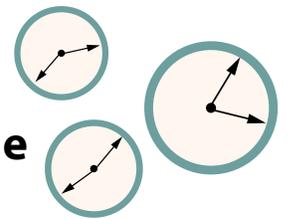


Grandeur nature

Âge : 7 à 9 ans

Demander aux enfants de mesurer des éléments de la nature sans utiliser le ruban à mesurer. Par exemple, la distance entre 2 arbres pourrait être mesurée à l'aide de 23 pas, la circonférence de l'arbre pourrait correspondre à 18 mains, la longueur du rocher pourrait être de 3 branches, etc.

Source : Educatout.com



Horloge en folie

Âge : 10 à 12 ans

Trouver 12 objets (ballon, casque de vélo, caillou, gant de baseball, etc.) et les disposer en cercle pour créer l'horloge. Attribuer les rôles (1 animateur et 2 aiguilles). Les joueurs « aiguilles » se placent à la position midi. Un joueur sera l'aiguille des heures et l'autre celle des minutes. L'animateur indique l'heure (ex. : 6 h 15). Les aiguilles doivent se déplacer rapidement vers l'heure demandée. Les déplacements se font dans le sens des aiguilles d'une montre. L'animateur donne à nouveau les indications pour une heure et les aiguilles repartent. Si une aiguille se trompe de position, elle doit changer de place avec l'animateur.

Source : Vifa Magazine

ACTIVITÉ 5

Pieuvre

Âge : 0 à 3 ans

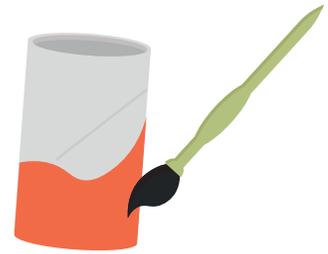
Matériel :

- 1 rouleau de papier de toilette
- Peinture
- Ciseaux à bouts ronds
- Petits autocollants variés

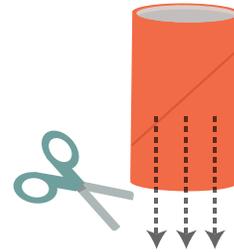
Déroulement :

1. Peindre le rouleau de papier et le laisser sécher complètement.
2. Découper des lignes jusqu'au 2/3 du rouleau pour créer les tentacules.
3. Décorer la pieuvre avec des autocollants.

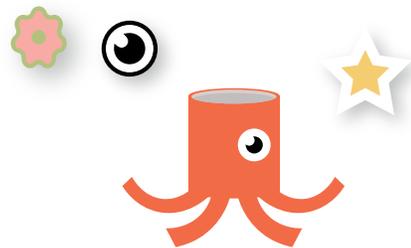
1.



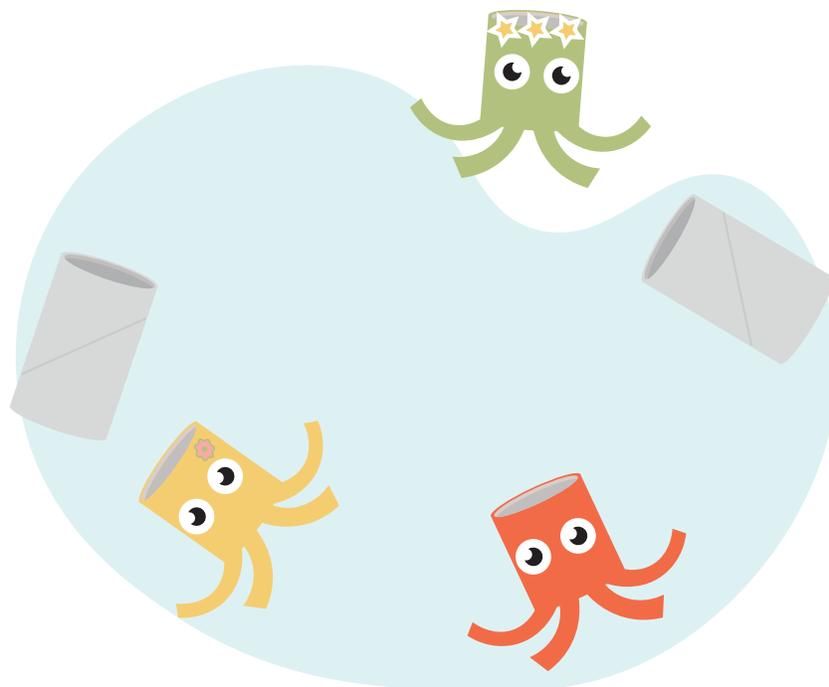
2.



3.



Source : Humeurs créatives



Fleur en papier

Âge : 4 à 6 ans

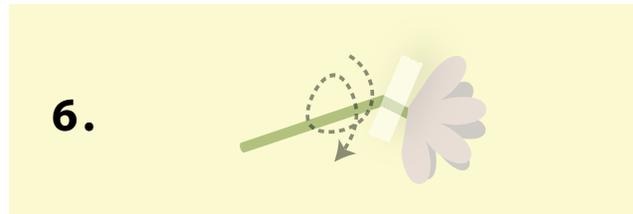
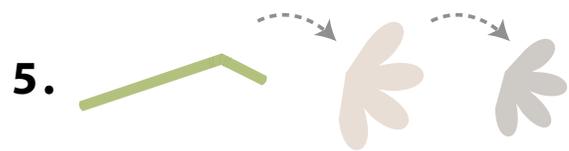
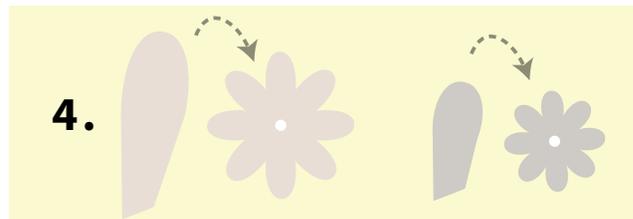
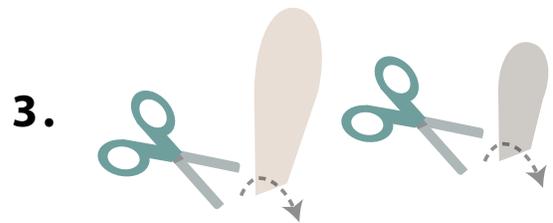
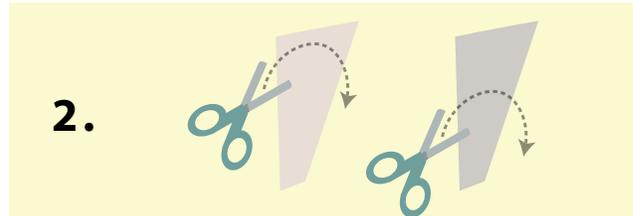
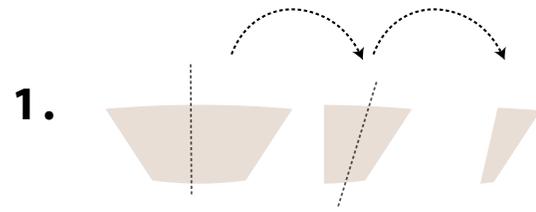
Matériel :

- Ciseaux
- Ruban adhésif
- 1 paille flexible
- 2 filtres à café ou 2 cercles en papier

Déroulement :

1. Suivant le même principe que la confection de flocons en papier, plier un filtre à café en deux, puis à nouveau en deux et une fois de plus. Répéter avec le 2e filtre.
2. Couper une forme arrondie dans la bordure du filtre. Répéter pour le 2e filtre en s'éloignant davantage du bord pour réduire la taille de la forme.
3. Couper un petit bout de la pointe de chaque filtre.
4. Déplier les filtres pour voir apparaître les fleurs.
5. Insérer la paille dans le trou de la grande fleur et ajouter la petite fleur par-dessus.
6. Refermer les pétales sur le bout de la paille et fixer la base de la fleur avec le ruban adhésif.
7. Rouvrir les pétales et les placer pour obtenir une magnifique fleur.

Source : Naître et grandir



Méduse

Âge : 7 à 9 ans

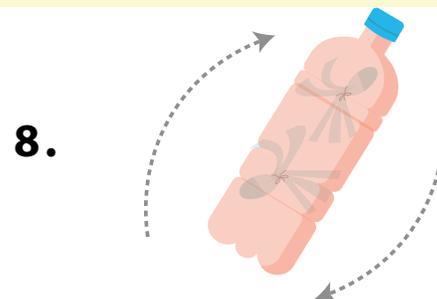
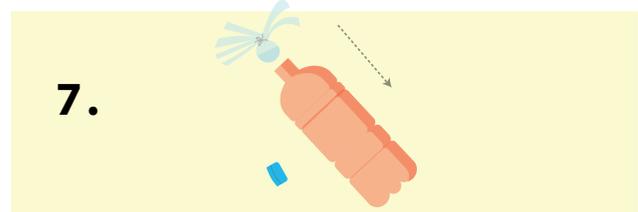
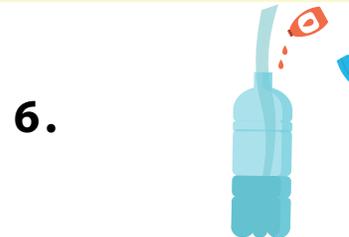
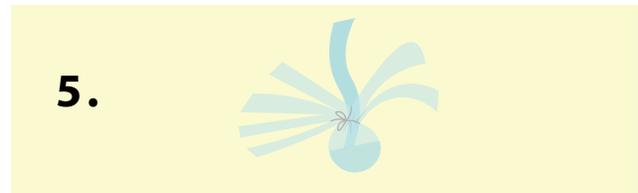
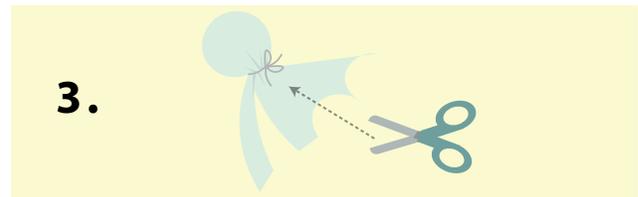
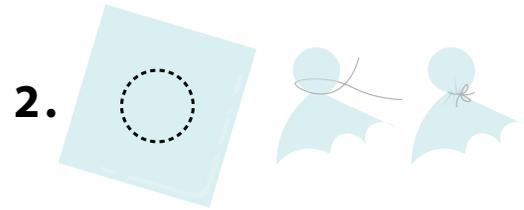
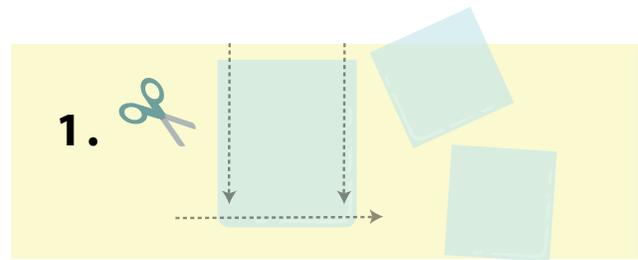
Matériel :

- 1 bouteille d'eau vide et sans étiquette
- 1 sac translucide (sac pour fruits ou viande à l'épicerie)
- Ciseaux
- 1 fil
- Eau
- Colorant alimentaire (facultatif)

Déroulement :

1. Couper le fond et les côtés du sac pour obtenir 2 carrés (1 carré par méduse est nécessaire).
2. Prendre le centre du sac, faire une bulle (tête de la méduse) et nouer le fil autour sans serrer complètement.
3. Couper de fines lanières dans la partie du sac sous la tête pour former les tentacules. Conserver au maximum 18 tentacules, retirer les autres.
4. Retourner la méduse et souffler dans la petite ouverture pour la remplir d'air.
5. Ajouter l'eau pour que la tête soit à moitié remplie d'eau et à moitié remplie d'air.
6. Remplir la bouteille d'eau, ajouter 2 gouttes de colorant et mélanger.
7. Insérer la méduse dans la bouteille en commençant par la tête.
8. Remettre le bouchon et tourner la bouteille de haut en bas pour voir nager la méduse de bas en haut.

Source: Jeux et compagnie



Tortue de laine

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

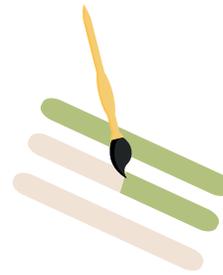
- 3 bâtonnets en bois
- Fils de laine de différentes couleurs
- Crayon-feutre

Déroulement :

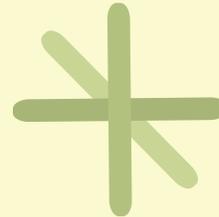
1. Colorier les bâtons ou utiliser les bâtons en couleur.
 2. Disposer les bâtons pour former un X (les pattes) et insérer le 3e bâton sous le X (la tête et la queue).
 3. Prendre un fil de laine d'environ 80 cm et le passer entre les bâtons pour les fixer ensemble.
 4. Prendre un 2e fil de laine d'environ 1 m, le nouer avec le premier et commencer le tissage de la carapace. Faire un tour sur un bâton et passer par-dessus le 2e bâton pour à nouveau en faire le tour et passer au suivant.
- Répéter l'étape 4 avec un 3e fil de laine et ensuite avec un 4e fil de laine.
5. Nouer le dernier fil de laine.
 6. Dessiner de petites lignes sur chaque patte en guise de griffes, et des yeux et une bouche sur le bâton qui forme la tête.

Source : Jeux et compagnie

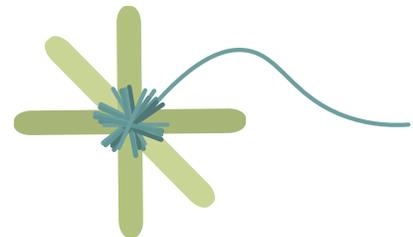
1.



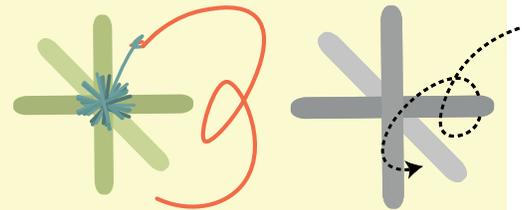
2.



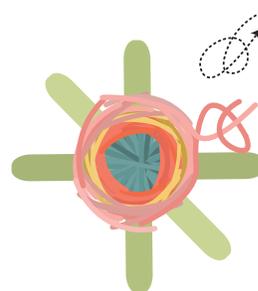
3.



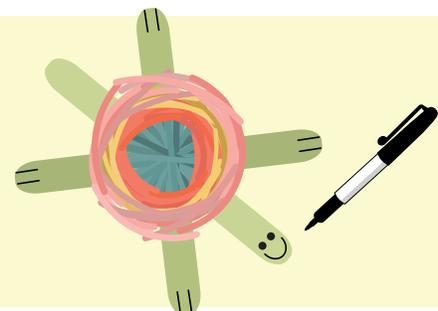
4.



5.



6.



ACTIVITÉ 6

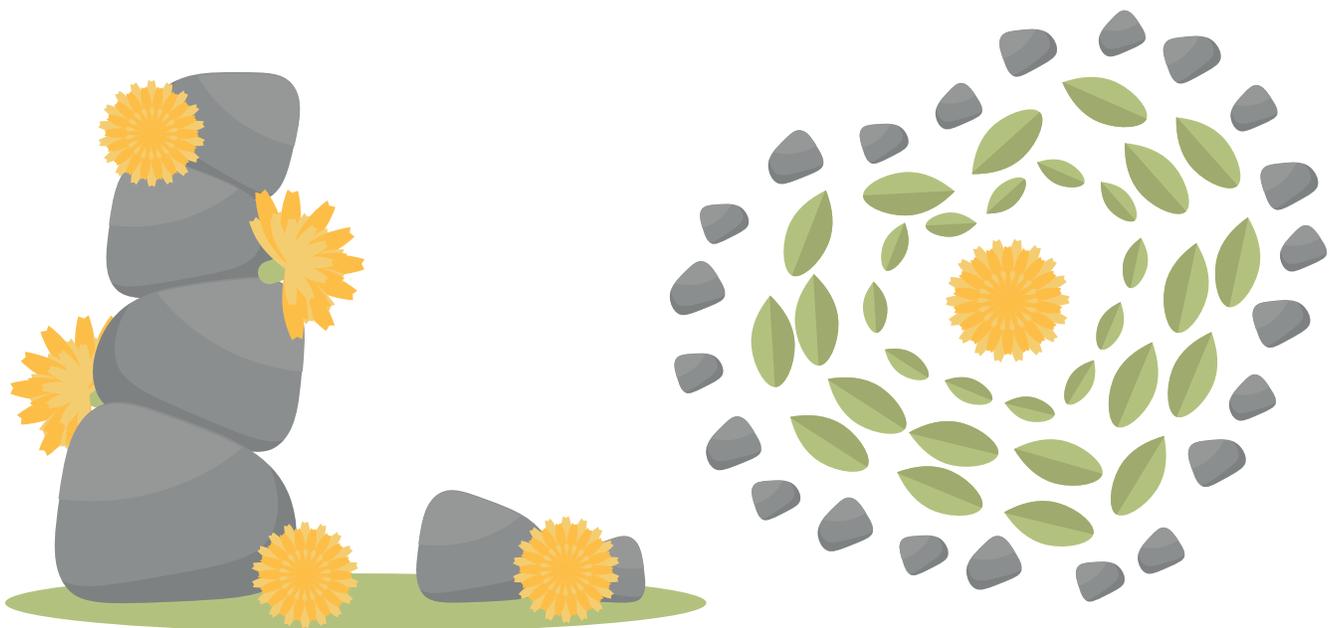
Art de la terre

Âge : 0 à 12 ans

Profiter d'un moment en forêt, à la plage, au parc ou tout simplement dans la cour pour créer une œuvre d'art avec les éléments de la nature (branches, cailloux, feuilles, coquillages, fleurs, mousse, écorce, plume, cocottes, etc.). Que ce soit un simple cœur formé de feuilles ou un mandala complexe avec plusieurs éléments, une œuvre en solo ou une œuvre collective, l'important est de profiter d'un moment créatif à l'extérieur.

Qu'est-ce que « l'art de la terre » ?

C'est une forme d'art créé en harmonie avec la nature. Les œuvres sont généralement créées à partir des éléments déjà présents dans la nature : feuilles, branches, pierres, etc. L'œuvre est réalisée dans un milieu naturel ou autour d'un élément naturel : arbre, forêt, plage, sentier pédestre, sur le gazon, etc.



ACTIVITÉ 7

À noter!

Le repas est un moment propice pour discuter en famille, pour apprendre des nouveaux mots à bébé et pour développer la relation avec les enfants. Pour faciliter ce moment, disposer tous les aliments sur la table. Vous n'aurez pas à vous déplacer pendant le repas. Éviter l'utilisation des écrans (télévision, cellulaires, etc.) et porter votre attention sur les enfants.

Source : Fondation Olo

Céleri chenille

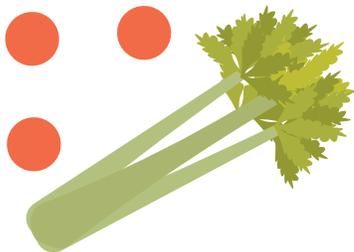
Âge : 4 à 6 ans

Ingrédients :

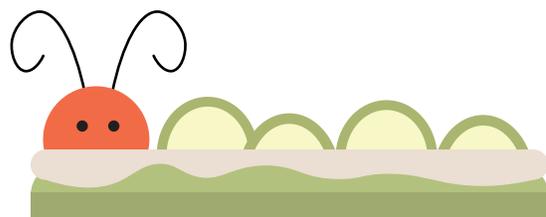
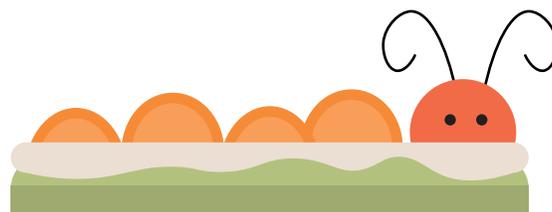
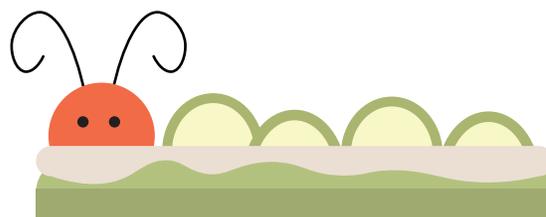
- 3 branches de céleri
- Fromage à la crème aux herbes et à l'ail
- 1 concombre coupé en rondelles
- Tomates cerises
- Mini-carottes coupées en rondelles

Étapes à suivre :

1. Couper les branches de céleri en tronçons.
2. Garnir les tronçons de céleri de fromage à la crème.
3. Les décorer de rondelles de concombre, de rondelles de carottes et de tomates cerises.



Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Bouchée chou-fleur

Âge : 7 à 9 ans

Ingrédients :

- 3 tasses de chou-fleur haché
- 1 œuf
- 1 ½ tasse de cheddar marbré râpé
- 1/3 tasse de farine
- 1 c. à soupe d'assaisonnement grec
- 1 c. à soupe de persil séché

Étapes à suivre :

1. Préchauffer le four à 400 °F.
2. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Saler et poivrer.
3. Vaporiser un moule à muffins d'enduit à cuisson et y répartir la préparation.
4. Faire cuire de 22 à 25 minutes ou jusqu'à ce que les bouchées soient dorées.
5. Retirer du four et laisser tiédir avant de les démouler délicatement.

Idée d'accompagnement

Trempeur mayo-cari

Mélanger 2/3 tasse de mayonnaise avec 2 c. à thé de poudre de cari, 2 c. à thé de miel et ½ c. à thé de poudre d'ail.



Recette inspirée de Le chef c'est moi!

1.

400 °F



3.



4.

22 à 25 minutes



5.



Tartelettes pour petits singes

Âge : 10 à 12 ans

Ingrédients :

- 1 ¼ tasse de chapelure de biscuits au chocolat
- 1/3 tasse de beurre
- 2 contenants (de 99 g chacun) de pouding à la vanille
- 1 grosse banane tranchée
- 1 tasse de crème fouettée

Étapes à suivre :

1. Préchauffer le four à 350 °F.
2. Dans un bol, mélanger la chapelure et le beurre.
3. Dans 4 moules à tartelettes de 10 cm de diamètre, répartir la préparation et la presser au fond et sur les côtés pour former une croûte compacte.
4. Faire cuire de 12 à 15 minutes et laisser tiédir.
5. Répartir le pouding dans les tartelettes. Ajouter la moitié des tranches de bananes. Garnir de crème fouettée et ajouter le reste des bananes. Réfrigérer jusqu'au moment de servir.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!

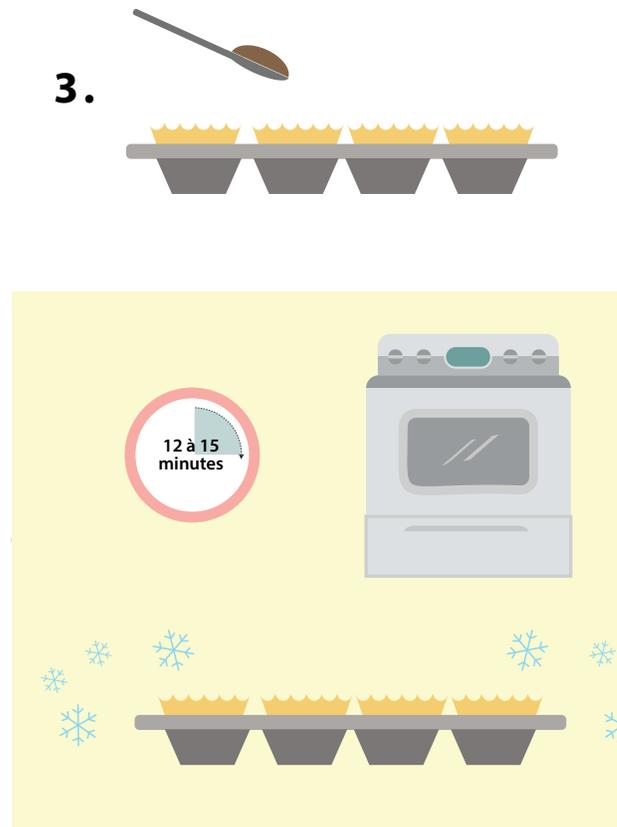
1.

350 °F

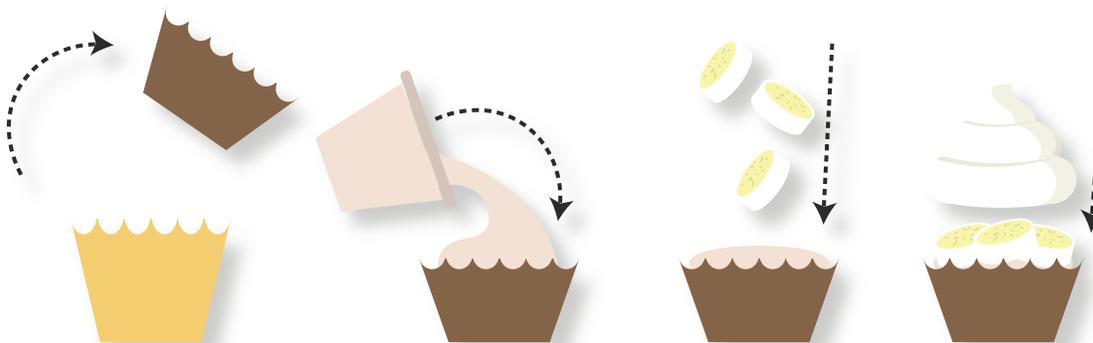


2.

3.



5.



Semaine touristique

Activité 2

0 à 12 ans

Faire la lecture à
voix haute

Activité 4

0 à 3 ans

Boîte à jouets

4 à 6 ans

Rouge ou noir

7 à 9 ans

Petits carrés

10 à 12 ans

Bataille navale

Activité 6

4 à 6 ans

Chasse aux chiffres

7 à 9 ans

Viser juste

10 à 12 ans

Pétanque ou patanque

Activité 1

4 à 6 ans

Cornets à la guimauve

7 à 9 ans

Sandwich vacances

10 à 12 ans

Nachos sur le feu

Activité 3

4 à 6 ans

Lettres à la plage

7 à 9 ans

Cartes postales

10 à 12 ans

Explorateur

Activité 5

0 à 3 ans

Ho hisse!

4 à 12 ans

Il était un petit navire

Activité 7

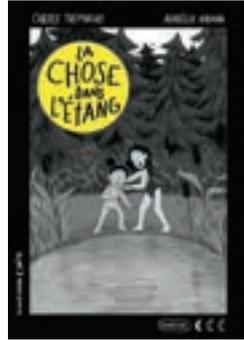
0 à 9 ans

Découvrir un parc

10 à 12 ans

Promenade à vélo

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est un petit félin.
Mon deuxième est le contraire de
tard.
Mon tout est un lieu où vivent les
princesses et les princes.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Qu'est-ce qu'on retrouve dans la
mer et dans le ciel?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



Variez la durée de lecture selon l'âge et les intérêts de l'enfant.
Pour un jeune enfant, il est peut-être préférable de lire pendant
plusieurs petites séances plutôt que de lire pendant une
longue séance.

*« Les livres sont importants, mais les conversations qu'ils font
naître et les liens qu'ils créent sont ce qui compte vraiment. »*

- Alice Ozma

ACTIVITÉ 1



Les enfants ont besoin d'appivoiser les aliments avant de les manger. Dans certains cas, cela se passe très rapidement, alors que pour d'autres c'est plus long. Il faut donner à l'enfant l'occasion de toucher, sentir et jouer avec les aliments. On peut aussi lui décrire le goût. Accompagner l'enfant dans la découverte des aliments contribue à réduire la pression à l'heure des repas et à développer une relation saine avec la nourriture.

Source: Fondation Olo

Cornets à la guimauve

Âge : 4 à 6 ans

Ingrédients :

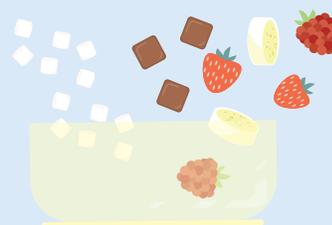
- 1 tasse de framboises
- 1 tasse de fraises coupées en dés
- 1 banane coupée en dés
- 1 tasse de miniguimauves
- 1/2 tablette de chocolat au lait (de type Toblerone) de 400 g, coupée en morceaux
- 8 cornets à crème glacée gaufrés

Étapes à suivre :

1. Dans un bol, mélanger les fruits avec les miniguimauves et les morceaux de chocolat.
2. Déposer cette préparation dans les cornets.
3. Envelopper chaque cornet dans une feuille de papier d'aluminium épais.
4. Placer une grille au-dessus des braises du feu de camp et y déposer les cornets.
5. Cuire de 5 à 7 minutes en retournant les cornets fréquemment.

Recette inspirée de Je Cuisine

1.



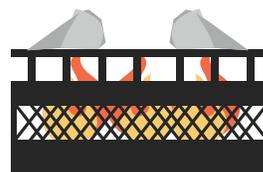
2.



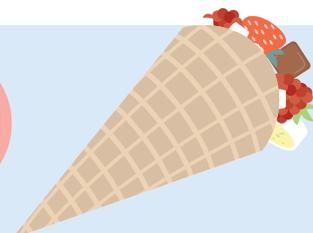
3.

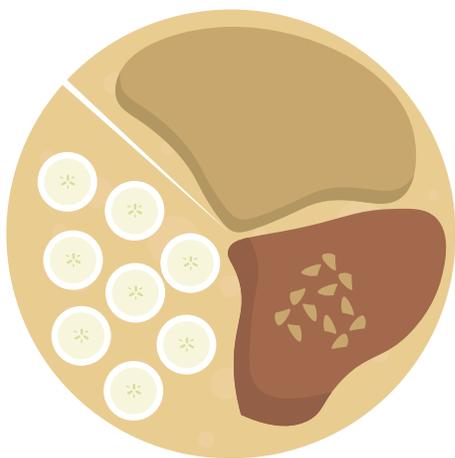


4.



5.



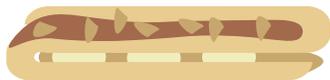


Sandwich vacances

Âge : 7 à 9 ans

Ingrédients :

- 4 tortillas
- 2 bananes, coupées en rondelles
- ½ tasse de tartinade au chocolat et noisettes
- ½ tasse de beurre d'arachide
- ¼ tasse d'arachides hachées



Étapes à suivre :

1. Sur un plan de travail, couper une ligne droite à partir du centre de la tortilla jusqu'au rebord.
2. Visualiser 3 sections sur la tortilla. Étaler 2 c. à soupe de tartinade au chocolat et noisettes sur une section. Verser 1 c. à soupe d'arachides sur la tartinade. Étaler 2 c. à soupe de beurre d'arachide sur la 2e section. Déposer le quart des rondelles de bananes sur la 3e section.
3. Replier la section tartinade sur la section beurre d'arachide et replier à nouveau sur la section banane.
4. Répéter les étapes précédentes avec le reste des ingrédients pour obtenir 3 sandwiches supplémentaires.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Nachos sur le feu

Âge : 10 à 12 ans

Ingrédients :

- 1 sac de croustilles de maïs
- 1 poivron rouge, coupé en cubes
- 2 oignons verts, coupés en rondelles
- ½ tasse d'olives noires tranchées
- 1 ½ tasse de fromage mozzarella râpé
- 1 tasse de salsa
- ¾ tasse de crème sure

Étapes à suivre :

1. Dans une grande poêle en fonte, déposer les croustilles de maïs, garnir de poivron rouge, d'oignons verts, d'olives noires et de fromage râpé.
2. Déposer sur les braises du feu et cuire jusqu'à ce que le fromage soit fondu.
3. Servir avec la salsa et la crème sure.



Recette inspirée de IGA

ACTIVITÉ 2

Faire la lecture à voix haute

Âge : 0 à 12 ans

La lecture à voix haute est souvent réservée aux petits qui ne savent pas lire. Pourtant les grands aussi l'apprécient et il est recommandé de continuer de leur faire cette lecture. La lecture s'intègre facilement dans la routine du dodo, mais il est possible de créer d'autres rituels comme lire à table, lire les dimanches matin, etc. Profitez des vacances pour mettre en place des moments privilégiés de lecture.

Varier les façons de lire à voix haute

Expérimenter différentes façons de lire à voix haute : en écho (le parent lit une phrase et l'enfant relit la même phrase), à l'unisson (le parent et l'enfant lisent la même phrase en même temps), à tour de rôle (le parent et l'enfant lisent chacun une phrase ou un paragraphe), à relais (le parent commence à lire une phrase ou un paragraphe et demande à l'enfant de poursuivre).



Source : Herrmann, 2020

ACTIVITÉ 3

À noter!

Utilisez le quotidien pour éveiller votre enfant à l'écriture. Lorsqu'il réalise un dessin, écrivez son prénom dans le bas de la feuille. Lorsqu'il commence à dire des mots, écrivez ses mots et affichez-les sur le réfrigérateur. Quand l'enfant nomme des personnes de son entourage, écrivez ces noms à côté de leur photo. À l'occasion, vous pourrez pointer les mots et les dire à voix haute. C'est un moyen pour que l'enfant puisse faire le lien entre la parole et l'écrit.

Source : INSPQ

Lettres à la plage

Âge : 4 à 6 ans

Dessiner des lettres dans le sable à l'aide d'une branche ou d'un bâton et demander à l'enfant de tenter de les reproduire.



Cartes postales

Âge : 7 à 9 ans

Utiliser une carte postale du commerce si vous êtes en voyage ou fabriquer la carte avec une photo ou un dessin. Demander à l'enfant d'écrire à un proche pour raconter un moment agréable des vacances. Inscrire l'adresse, ajouter un timbre et poster la carte.



Explorateur

Âge : 10 à 12 ans

Impliquer l'enfant dans la planification des vacances. Demandez-lui d'effectuer des recherches sur Internet à propos de la destination choisie. Pendant les vacances, inviter l'enfant à noter ses coups de cœur ou ses observations dans un carnet de voyage. Vous ne voyagerez pas cette année, ce n'est pas un problème. Demander à votre enfant de choisir une destination sur la carte du monde. Il réalisera les recherches à propos de cette destination. Ensuite, il pourra faire un collage, un dessin ou noter ses trouvailles dans un carnet de voyages imaginaires.

ACTIVITÉ 4

Boîte à jouets

Âge : 0 à 3 ans

Offrir à l'enfant une boîte contenant différents objets. Il éprouvera du plaisir à sortir et à remettre les objets dans la boîte.

Rouge ou noir

Âge : 4 à 6 ans

But du jeu : Obtenir le plus grand nombre de cartes.

Matériel :

- 1 jeu de cartes



Déroulement :

1. Placer un jeu de cartes face contre table.
2. Demander au joueur 1 de deviner quelle sera la couleur de la carte (rouge ou noir).
3. Si le joueur 1 a raison, il garde la carte sinon c'est le joueur 2 qui l'obtient.
4. Celui qui amasse le plus grand nombre de cartes gagne la manche.
5. Recommencer une autre manche en inversant les rôles (joueur 2 devine).

Petits carrés

Âge : 7 à 9 ans

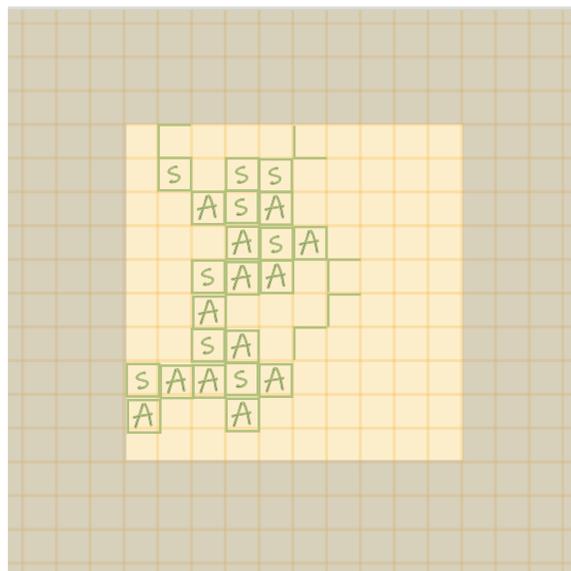
But du jeu : Terminer le plus de carrés possibles.

Matériel :

- 1 papier quadrillé
- 1 crayon

Déroulement :

1. Déterminer la taille de la surface de jeu (ex. : 10 cases X 10 cases).
2. À tour de rôle, les joueurs tracent une ligne sur un côté d'un petit carré de la grille. Lorsque le trait ferme le carré, le joueur remporte ce carré, inscrit son initiale dans la case et rejoue.
3. La partie se termine lorsque tous les petits carrés ont été tracés et le gagnant est celui qui en a obtenu le plus.



Bataille navale

Âge : 10 à 12 ans

But du jeu : Couler tous les bateaux de l'adversaire.

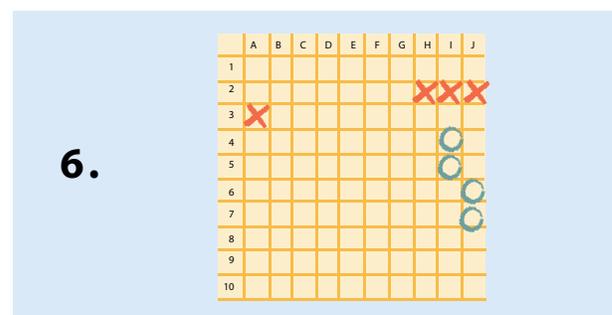
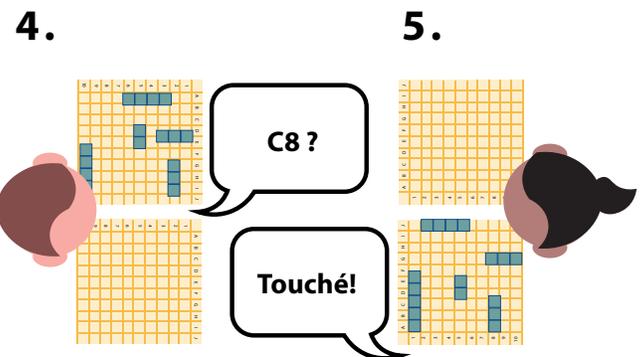
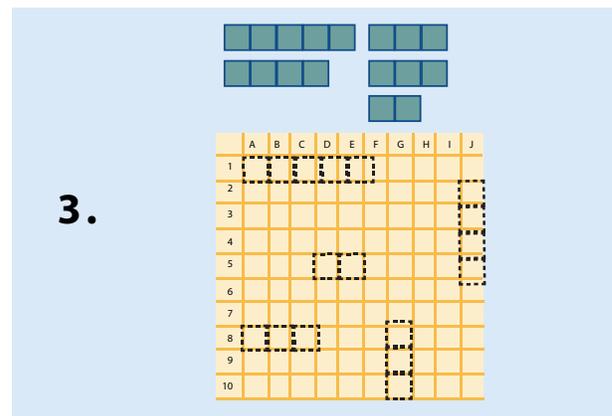
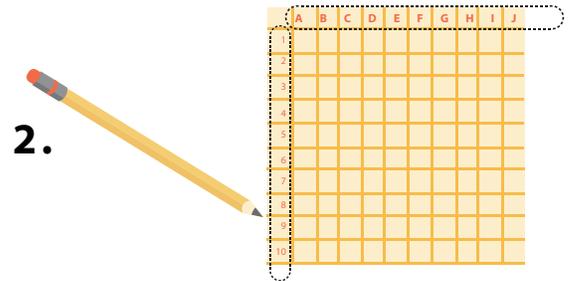
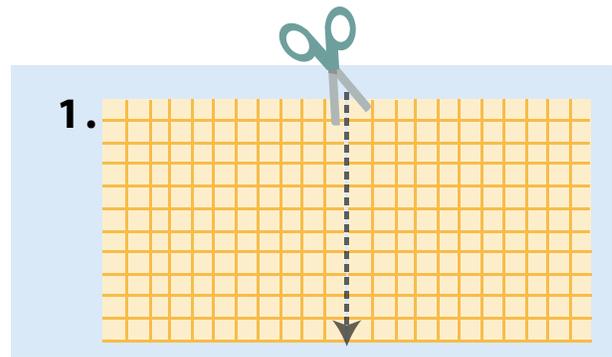
Matériel :

- 2 papiers quadrillés
- 2 crayons

Déroulement :

1. Sur une feuille quadrillée, chaque joueur doit tracer 2 carrés de 10 cases par 10 cases. (un carré pour représenter sa grille de jeu et un autre pour représenter celle de l'adversaire)
2. Dans le haut de chaque grille, inscrire les lettres de A à J (une lettre vis-à-vis de chaque case). Sur le côté gauche de chaque grille, inscrire les chiffres de 1 à 10 (un chiffre vis-à-vis de chaque case).
3. Chaque joueur doit placer ses bateaux sur sa propre grille. Il faut dessiner 1 bateau de 5 cases, 1 bateau de 4 cases, 2 bateaux de 3 cases et 1 bateau de 2 cases. (Les bateaux sont placés horizontalement ou verticalement, mais jamais en diagonale).
4. Le premier joueur annonce son tir en utilisant les coordonnées de la case ciblée (ex. : C8).
5. Le joueur adversaire consulte sa grille et doit répondre si le tir touche ou non un de ses bateaux.
6. Selon la réponse du joueur adverse, le premier joueur inscrira une croix si le bateau est touché ou un cercle si le tir est dans l'eau.
7. Les joueurs font un tir par tour et le premier à couler tous les bateaux de son adversaire gagne la partie.

Source : Keljeu



ACTIVITÉ 5

Ho hisse!

Âge : 0 à 3 ans

Coucher bébé sur le dos (dès 3 mois), prendre ses mains et le tirer délicatement jusqu'en position assise. Redescendre lentement bébé sur le dos. Cet exercice renforce les muscles du cou et l'incite à s'asseoir seul.

Source : Naître et grandir

Pour l'enfant plus vieux, attacher ensemble une série de foulards. Cacher les foulards dans votre chandail en laissant une pointe visible. Demander à l'enfant de tirer pour découvrir la chaîne de foulards. Pour les plus vieux de cette tranche d'âge, les initier au jeu de souque à la corde.

Ho hisse!

Source : Educatout.com



Il était un petit navire

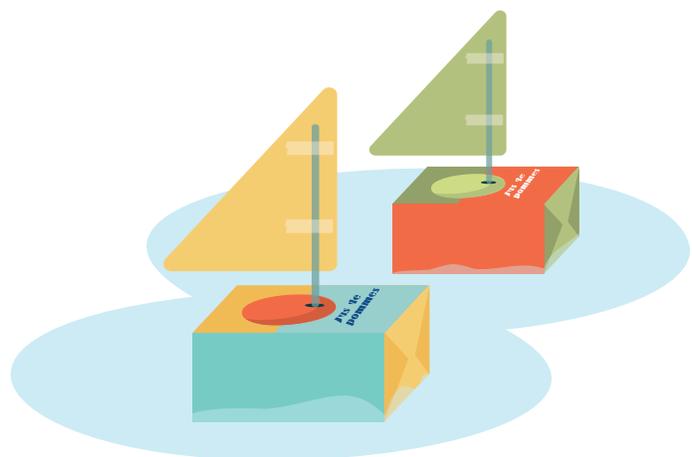
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- 1 boîte de jus vide et sa paille
- 1 petit triangle en papier

Déroulement :

1. Coller le triangle sur la paille en se servant du côté flexible de celle-ci. Ce sera le mât et la voile.
2. Faire un petit trou au centre de la boîte et y insérer le mât. Votre bateau est prêt à naviguer dans le bain, la piscine ou le lac!

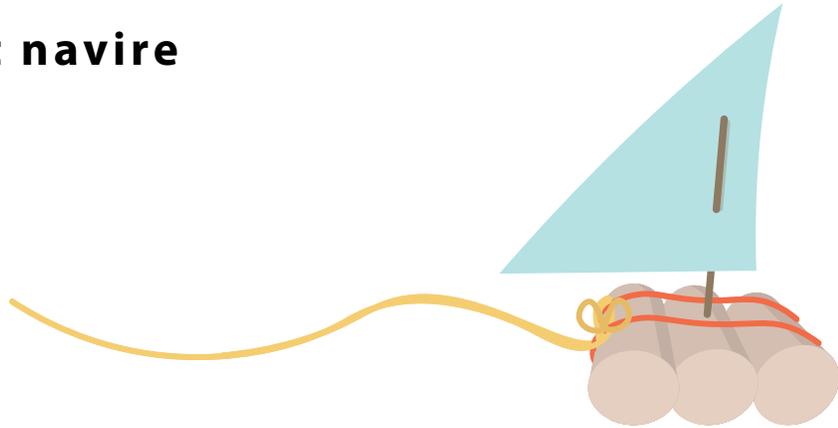


Il était un petit navire

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 3 bouchons de liège
- 2 élastiques
- 1 cure-dent
- 50 cm de ficelle
- Papier coloré épais
- Ciseaux



Déroulement :

1. Placer les bouchons de liège côte à côte et les enrouler avec les 2 élastiques.
2. Nouer la ficelle avec les 2 élastiques.
3. Dans le papier, découper un triangle dont la hauteur est de la taille du cure-dent. Faire 2 petits trous et y insérer le cure-dent. Ce sera le mât et la voile.
4. Enfoncer le mât dans le bouchon du centre et votre bateau est prêt à naviguer!

Source : Mômes par Parents

Il était un petit navire

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 1 barquette en plastique ou en styromousse
- 2 petites bouteilles d'eau
- 1 brochette en bois
- Tissu ou carton
- Ruban adhésif large
- 1 bouchon de liège
- Ciseaux
- Colle



Déroulement :

1. Fixer la barquette sur les bouteilles d'eau avec le ruban adhésif.
2. Découper un triangle dans le carton (ou le bout de tissu) et le fixer sur le pic à brochette avec la colle. Ce sera le mât et la voile.
3. Enfoncer le mât au centre de la barquette et planter le bout du pic sur un bouchon de liège (sous la barquette). Votre bateau est prêt à naviguer!

Source : Mômes par Parents

ACTIVITÉ 6



Utilisez les activités du quotidien pour éveiller les enfants aux mathématiques. Au fil du temps, ils pourront faire des liens entre les mots et la quantité que ces mots représentent. Par exemple, comptez les marches d'escalier lorsque vous montez ou descendez avec votre enfant, comptez les morceaux de fromage à l'heure de la collation, etc.

Chasse aux chiffres

Âge : 4 à 6 ans

Vous avez un trajet de voiture à faire pour les vacances ou tout simplement une promenade dans votre quartier, demander aux enfants de repérer les chiffres dans l'environnement. Cela peut être un chiffre sur une plaque d'immatriculation, une adresse, un panneau de signalisation, etc. Lancer des défis aux enfants comme le premier à trouver un 8 ou le premier à trouver 10 chiffres.

MONT-LAURIER 37



Source : Educatout.com

Viser juste

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- Pistolet à eau ou vaporisateur
- Verres en plastique

Déroulement :

1. Disposer les verres en plastique sur une surface plane. Déterminer à l'avance le nombre de points attribués pour chaque verre (ex. : verre rouge = 9 points, verre bleu = 6 points, etc.). Si vous utilisez des verres à usage unique, vous pouvez inscrire le nombre de points directement sur le verre.
2. Déterminer la distance entre les cibles et le joueur.
3. À tour de rôle, les joueurs feront 4 tirs pour atteindre les cibles. Chaque joueur compte ses points. Le joueur ayant le nombre de points le plus élevé remporte la manche. Le gagnant est le premier joueur à remporter 4 manches.
4. Il est possible de changer la disposition des cibles (verres alignés, verres dans une forme pyramidale, etc.) entre les manches pour varier le jeu.

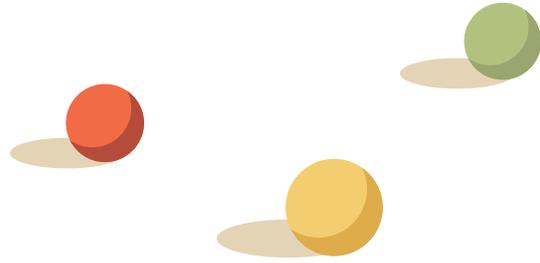


Pétanque ou patanque

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- Balles, roches ou billes



Le jeu de la patanque s'inspire de celui de la pétanque, mais les points sont comptés avec des pas. Il se joue sur un terrain plat.

Déroulement :

1. Pour commencer, un joueur marque au sol la ligne à partir de laquelle les lancers vont s'effectuer.
2. Il lance le cochonnet (une petite roche, une balle ou une bille).
3. Il lance ensuite sa boule (ou sa roche) le plus près possible du cochonnet.
4. Le 2e joueur lance à son tour pour être le plus près possible du cochonnet ou pour déloger la boule de son adversaire. Chaque joueur effectue 3 lancers.
Les boules qui se retrouvent :

- À moins d'un pas du cochonnet valent 15 points
- Entre un et deux pas donnent 10 points
- À plus de 2 pas méritent 3 points.

Le gagnant est le joueur qui aura le plus grand nombre de points après 5 manches.



ACTIVITÉ 7

Découvrir un parc

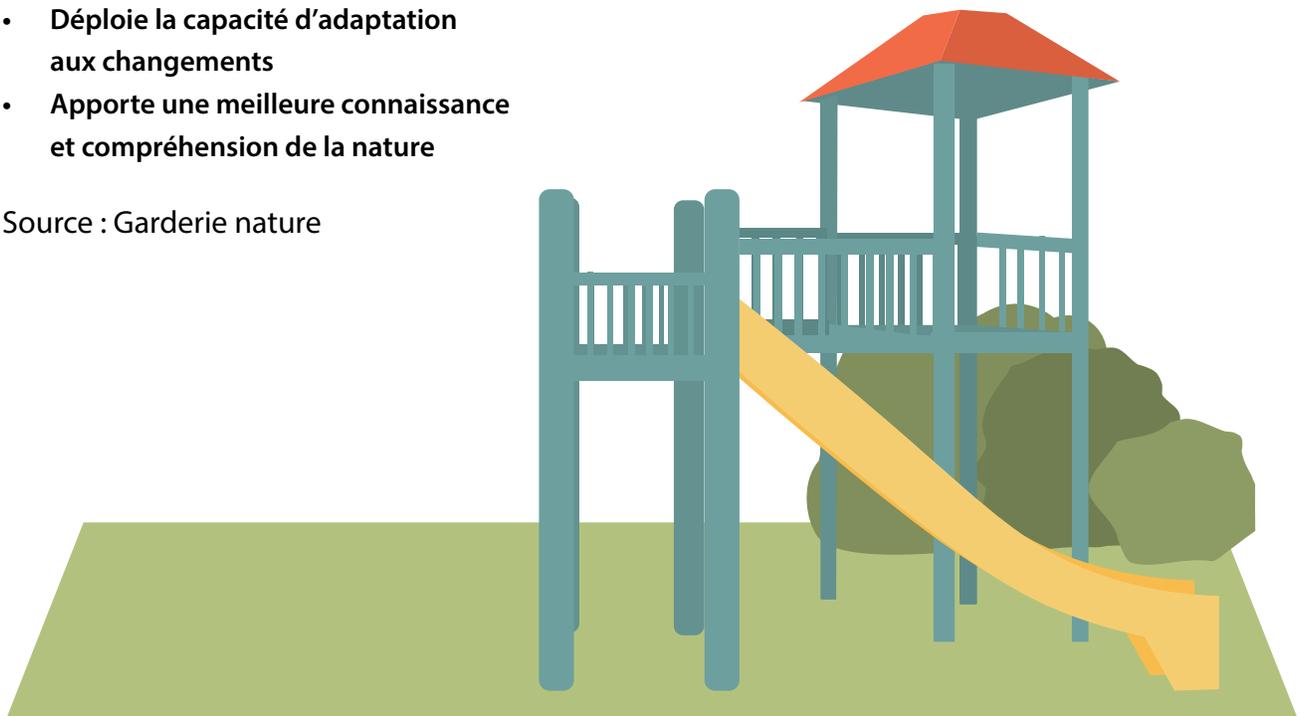
Âge : 0 à 9 ans

Les enfants adorent jouer au parc. Proposez-leur de découvrir de nouveaux parcs en voyage ou dans votre propre ville. Ils pourront relever de nouveaux défis. Le parc est un excellent endroit pour développer des habiletés motrices et sociales. Tout en assurant la sécurité de l'enfant, laissez-le explorer les modules de jeux ou s'amuser librement avec les éléments de la nature.

Les effets positifs du jeu en nature :

- Améliore la santé physique
- Favorise le sommeil
- Élargit les compétences sociales
- Accroît la collaboration entre les enfants
- Libère de l'énergie
- Aiguise la curiosité
- Stimule la créativité
- Augmente la confiance en soi
- Développe le leadership
- Déploie la capacité d'adaptation aux changements
- Apporte une meilleure connaissance et compréhension de la nature

Source : Garderie nature



Promenade à vélo

Âge : 10 à 12 ans

Organiser une promenade à vélo avec son enfant peut être un moment bien agréable. Il faut évaluer le trajet en fonction des habiletés de l'enfant. La piste cyclable est un endroit plus sécuritaire pour les débutants. Il faut compter environ une heure pour faire 10 km avec quelques pauses. Mieux vaut commencer par une courte distance au début et graduellement augmenter au fil des sorties.

Partez à la découverte de votre quartier d'une toute autre façon!

Source : Vifa magazine



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

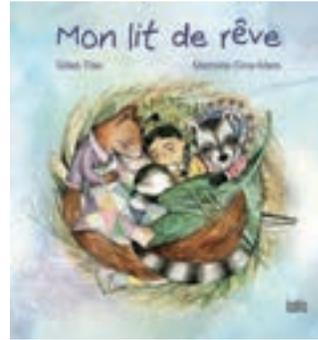
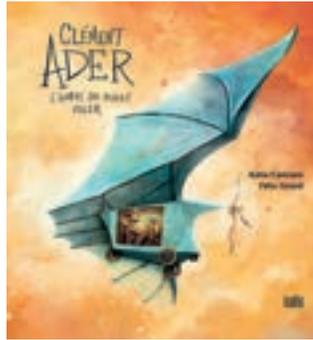
7 à 9 ans

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

Trempe à la licorne

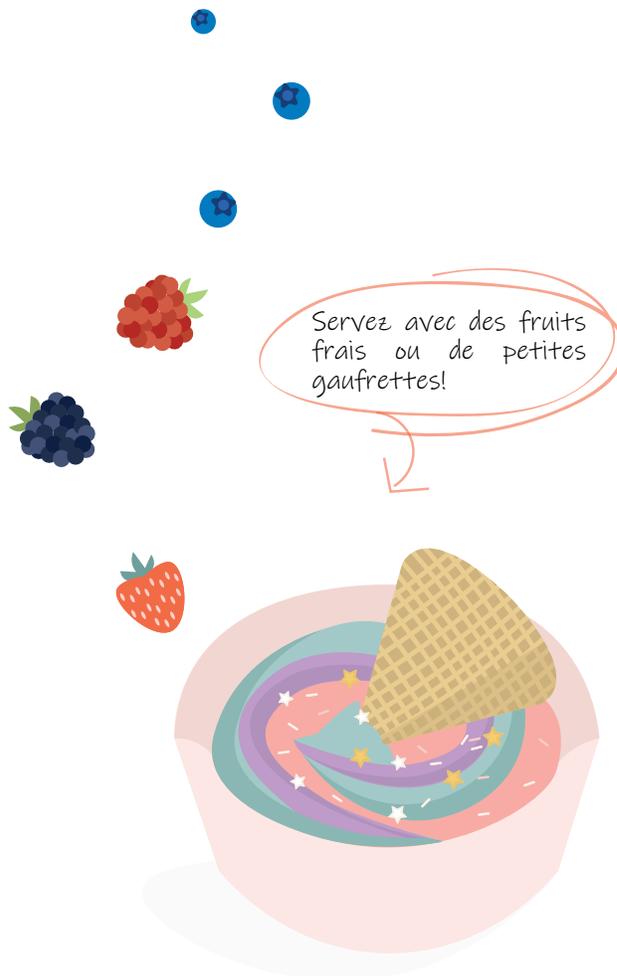
Âge : 4 à 6 ans

Ingrédients :

- 1 paquet de 250 g de fromage à la crème
- ½ tasse de yogourt
- 1 tasse de tartine 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 tartine 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

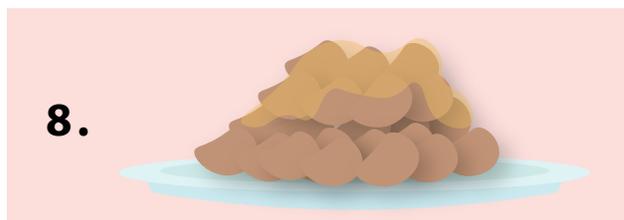
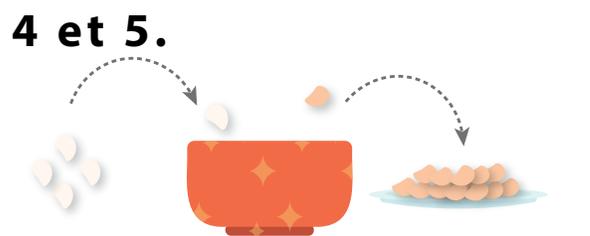
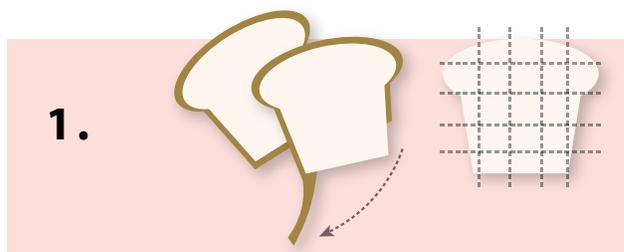
Ingrédients :

- 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

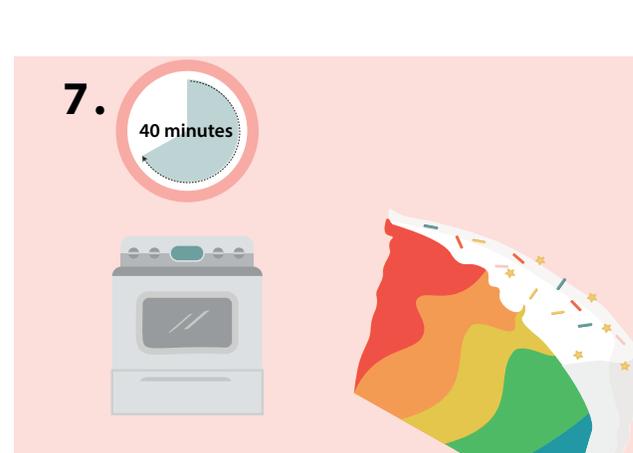
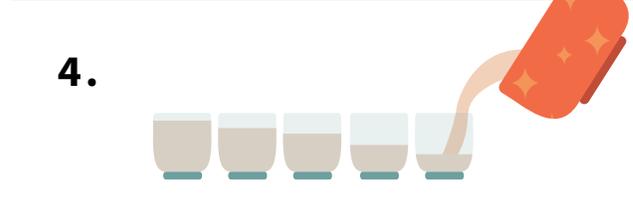
Ingrédients :

- 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.



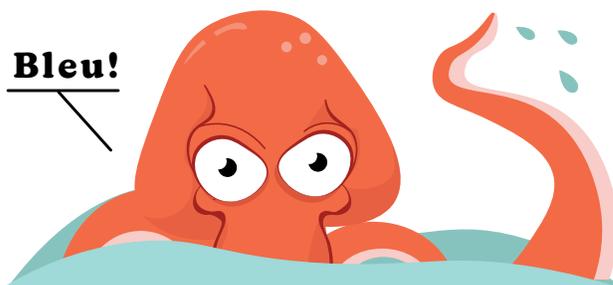
Ballons et rebonds

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.

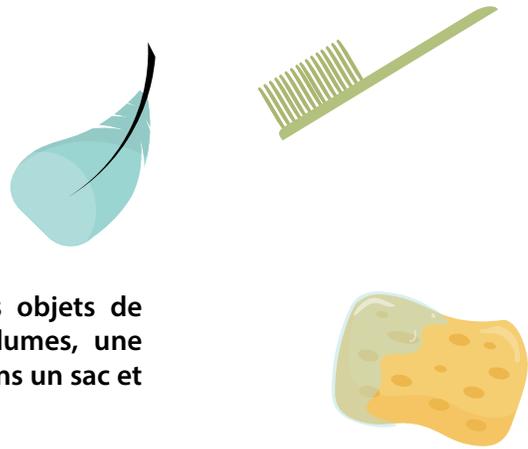
ACTIVITÉ 6

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

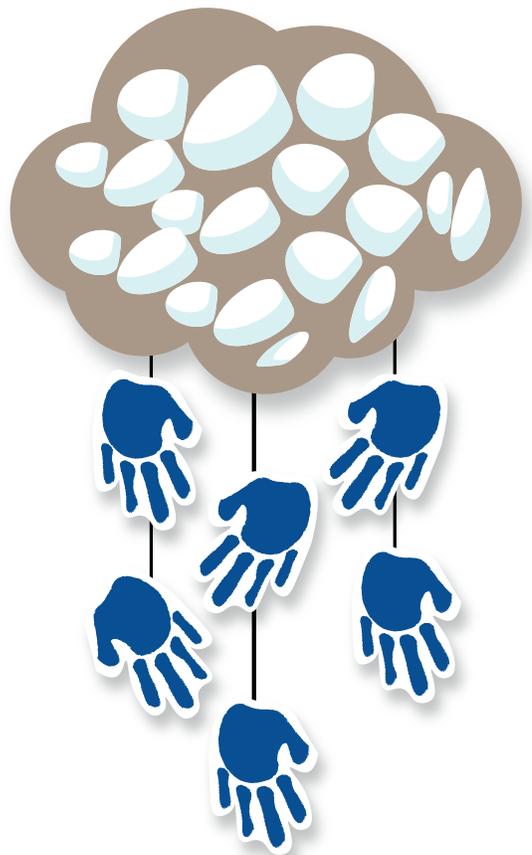
Âge : 4 à 6 ans

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

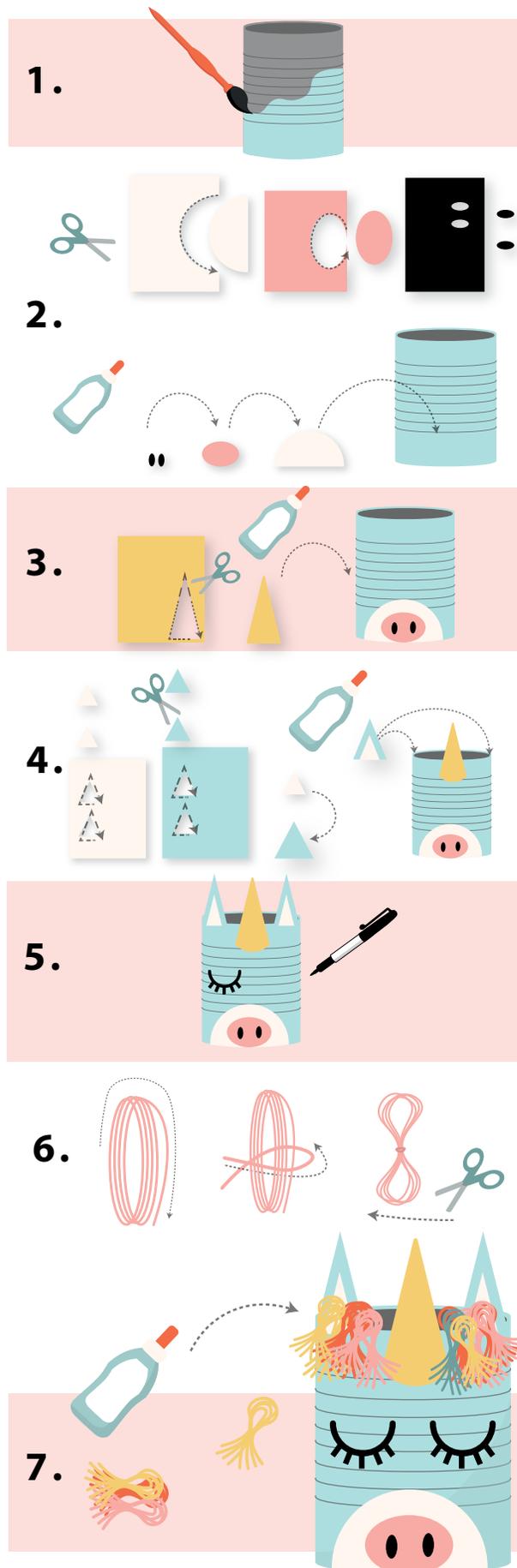


Tableau de rêves

Âge : 10 à 12 ans

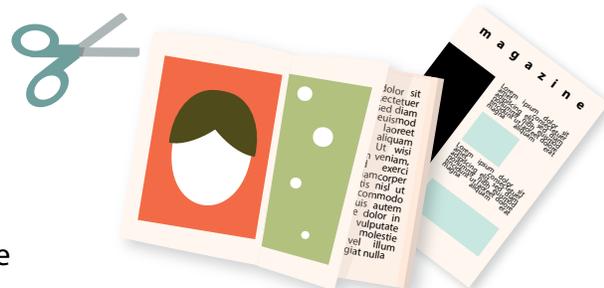
Le tableau de rêves ou tableau de visualisation est un outil qui permet d'avoir sous les yeux des images, des citations ou des mots-clés inspirants et motivants qui donnent envie de réussir, de se dépasser ou tout simplement d'atteindre un état de bien-être.

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.



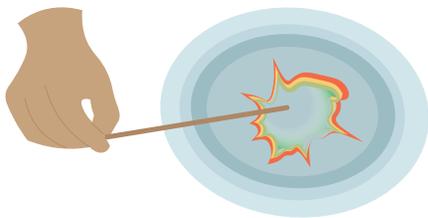
Source : Les journées de la persévérance scolaire

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.

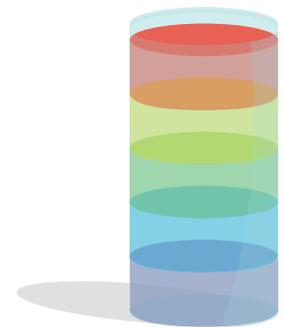
Source : Naître et grandir

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

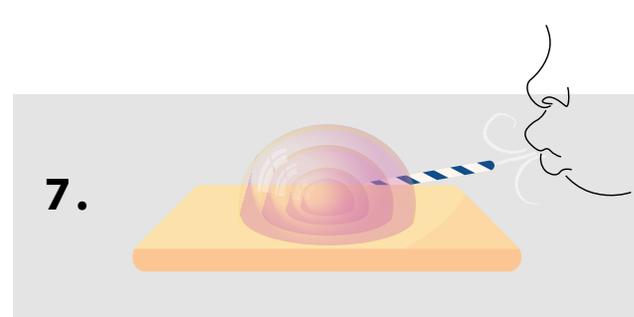
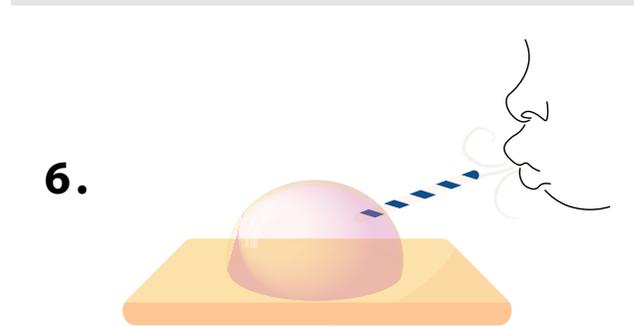
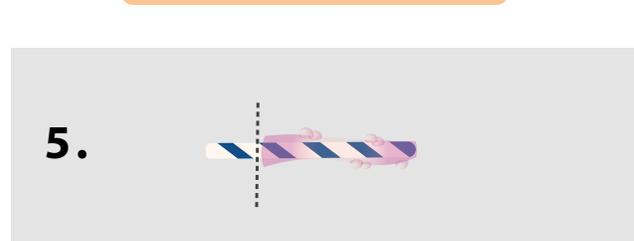
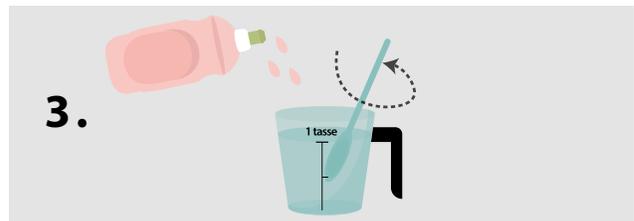
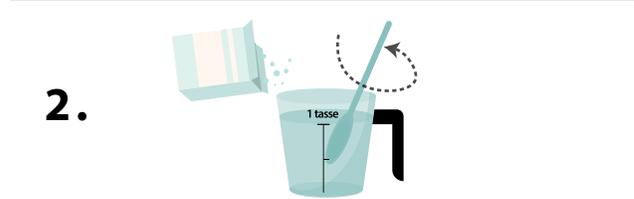
Matériel :

- 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



Semaine effrayante

Activité 2

0 à 12 ans

Lire avec un
accessoire ou un
costume

Activité 4

0 à 3 ans

Coucou

4 à 6 ans

Drago dit

7 à 9 ans

Chasse au monstre

10 à 12 ans

Cachette

Activité 6

0 à 3 ans

Orteils à croquer

4 à 6 ans

Potion logique

7 à 12 ans

Abominable bataille

Activité 1

4 à 6 ans

Petit fantôme

7 à 9 ans

Glu monstrueuse

10 à 12 ans

Glu moussante

Activité 3

0 à 3 ans

Bibitte

4 à 12 ans

Histoire en pot

Activité 5

0 à 3 ans

Dessin absorbant

4 à 6 ans

Dragon

7 à 9 ans

Mangeurs de page

10 à 12 ans

Monstrinvasion

Activité 7

4 à 6 ans

Bouchée crevette

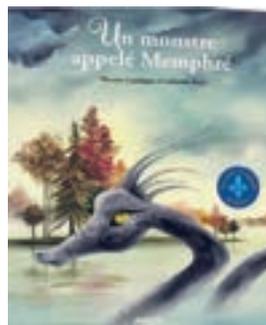
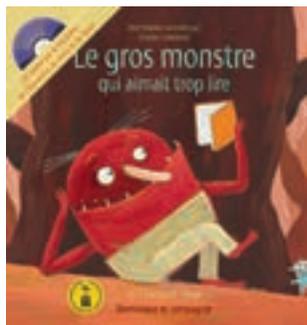
7 à 9 ans

Ensorcelante brioche

10 à 12 ans

Régal de monstre

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est une désignation du hasard.
Mon deuxième est un outil servant à couper.
Mon troisième est un fluide que respirent les êtres vivants.
Mon tout est un personnage de conte, généralement une personne vieille et méchante.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

Qu'est-ce qu'un squelette dans une armoire?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



N'hésitez pas à lire et relire un même livre si l'enfant le demande. Ça fait partie du processus d'apprentissage et c'est une façon de l'aider à développer son intérêt et son plaisir à lire. C'est rassurant pour l'enfant de connaître l'histoire et de bien la comprendre.

« Un enfant qui aime lire possède pour toujours un remède à l'ennui. »

- Emmanuelle Rémond

ACTIVITÉ 1



Une stratégie pour que les enfants s'éveillent aux sciences consiste à les laisser explorer et manipuler dans diverses situations. Par exemple, offrir des contextes où l'enfant touchera différents tissus, plusieurs matières, des objets de formes variées, etc. Ou encore des situations où il aura à remplir, vider, classer, trier ou comparer des choses.

Source : Educatout.com

Petit fantôme

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Papier-mouchoir
- Ciseaux
- Ruban adhésif
- Ballon de fête

Déroulement :

1. Découper un petit fantôme dans le papier-mouchoir.
2. À l'aide du ruban adhésif, fixer le bas du fantôme sur la table.
3. Gonfler le ballon de fête, le nouer et le frotter sur les cheveux de l'enfant.
4. Approcher le ballon du fantôme sans le toucher et il se mettra debout.

Source : Naître et grandir





Glu monstrueuse

Âge : 7 à 9 ans

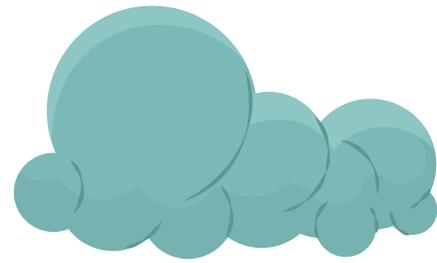
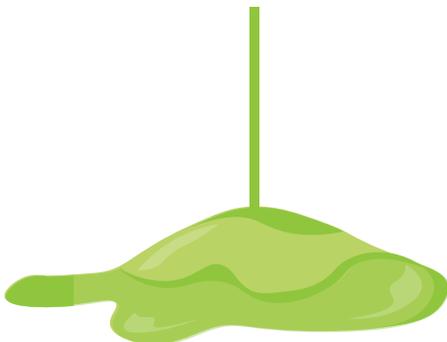
Matériel :

- 5 c. à thé de fécule de maïs
- Eau
- Colorant alimentaire (facultatif)

Déroulement :

1. Dans un bol, verser 5 c. à thé de fécule de maïs.
2. Ajouter quelques gouttes de colorant alimentaire.
3. Ajouter 2 c. à thé d'eau et mélanger. Si la préparation est trop ferme, ajouter quelques gouttes d'eau.
4. Prendre une poignée de la préparation dans votre main et observer ce qui arrive lorsque vous serrez la main et qu'ensuite vous la relâchez.

Source : Parlons sciences



Glu moussante

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 1 tasse de colle blanche liquide
- 1 2/3 tasse de crème à raser blanche
- 2 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1 à 2 c. soupe de solution saline (nettoyant à verre de contact)
- Peinture acrylique ou colorant alimentaire (facultatif)

Déroulement :

1. Verser une tasse de colle blanche dans un grand bol.
2. Ajouter de la peinture ou des gouttes de colorant alimentaire et mélanger pour uniformiser la couleur.
3. Recouvrir la colle avec environ 1 2/3 tasse de crème à raser et mélanger.
4. Ajouter 2 c. à thé de bicarbonate de soude et mélanger.
5. Ajouter 1 à 2 c. à soupe de solution saline et mélanger vigoureusement jusqu'à la formation d'une pâte. Si la préparation est trop collante ou trop molle, il faut ajouter quelques gouttes de solution saline.

Source : Les Débrouillards

ACTIVITÉ 2

Lire avec un accessoire ou un costume

Âge : 0 à 12 ans

Pourquoi ne pas incarner un personnage du livre dont on fait la lecture? Il n'est pas nécessaire d'attendre l'Halloween pour se costumer. Lire avec un accessoire particulier comme un chapeau ou des lunettes peut rendre la lecture plus cocasse. Rendre le texte plus vivant en changeant la voix, en mimant les actions ou en imitant les personnages. Imaginer une fin différente à l'histoire. Demander à l'enfant comment se comporterait le héros de l'histoire dans notre quotidien. Jouer à être le personnage.

Amusez-vous!

La lecture stimule l'imaginaire :

La lecture apporte des connaissances sur le monde, les gens, les lieux et les choses dans la réalité. Plus on élargit nos connaissances, plus on nourrit notre imagination. L'imagination c'est ce qui permet de résoudre des problèmes, de faire des liens, de développer l'empathie, d'améliorer la mémoire, etc.



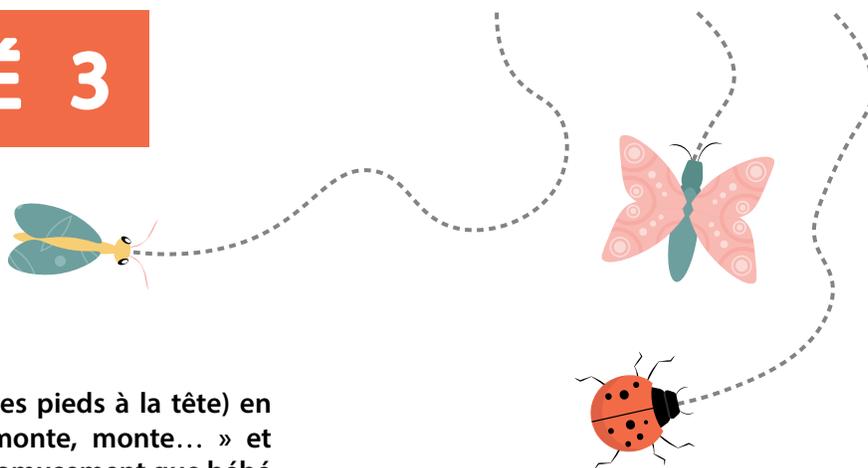
ACTIVITÉ 3

Bibitte

Âge : 0 à 3 ans

Promener vos doigts sur bébé (des pieds à la tête) en répétant : « la bibitte monte, monte, monte... » et terminer par un bisou. C'est avec amusement que bébé anticipera vos mouvements au fil des répétitions. Inciter les plus vieux à le faire à leur tour.

Source : Naître et grandir



Histoire en pot

Âge : 4 à 6 ans

Le but de l'activité est d'inventer une histoire à partir d'images. Repérer et découper des images dans les circulaires, revues, autocollants, dessins, etc. qui représentent un personnage, une action ou un lieu. Regrouper les images par catégorie dans un pot ou un bol. L'enfant doit piger une image pour chaque catégorie (personnage, action, lieu) et inventer une histoire. Au fil du temps, vous pourrez compléter le jeu avec de nouvelles images ou d'autres catégories comme les émotions, le moment, l'objet, etc.

Source : Naître et grandir



Histoire en pot

Âge : 7 à 12 ans

Le principe est le même que pour les plus petits, mais plutôt que d'utiliser des images, on demande aux enfants d'inscrire sur des bouts de papier une série de personnages, d'actions, de moments et de lieux, qu'on place dans des pots. L'enfant pige un petit papier par catégorie et nous raconte l'histoire que cela lui inspire.

Source : La Clef

ACTIVITÉ 4



Cocou

Âge : 0 à 3 ans

Faire découvrir à bébé le premier jeu de cachette. Cacher votre visage derrière vos mains et réapparaître en disant : « cocou! ». Un jeu simple qui permet à l'enfant de comprendre que les objets ou les personnes existent encore même si bébé ne les voit plus.

Source : Maman pour la vie



Drago dit

Âge : 4 à 6 ans

Suivant le même principe que le jeu « Jean dit », donner des consignes que les enfants devront suivre ou pas. Les consignes commençant par « Drago dit » devront être exécutées, mais les autres devront être ignorées.

Source : Educatout.com

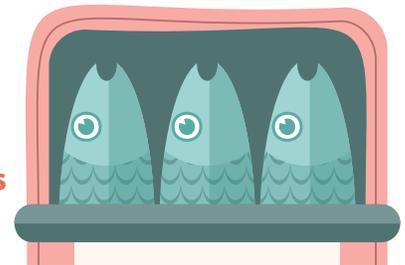
Chasse au monstre

Âge : 7 à 9 ans

Un joueur cache un toutou ou une figurine de monstre dans la cour et les autres participants doivent le retrouver. Le valeureux chevalier qui parviendra à trouver le monstre pourra le cacher au tour suivant.

Cachette

Âge : 10 à 12 ans



Le jeu de cache-cache existe depuis des siècles et il reste très populaire auprès des enfants d'aujourd'hui. Voici quelques variantes :

- **Cachette sardine** : Un seul enfant se cache (la sardine). Tous les autres comptent et partent à sa recherche. Quand un joueur trouve la sardine, il se cache avec elle et ainsi de suite. La partie se termine quand il ne reste qu'un seul joueur. Ce joueur sera la sardine au prochain tour.
- **Chercheurs multiples** : Un joueur compte et les autres vont se cacher. Chaque joueur trouvé se joint au groupe de chercheurs.
- **Cachette avec base** : le joueur compte à la base. Il part à la recherche des autres joueurs. Lorsqu'un joueur est découvert, il doit revenir à la base avant que le joueur qui cherche ne le touche. Sinon c'est à lui de compter au prochain tour.

Source : Jeux et compagnie

Dessin absorbant

Âge : 0 à 3 ans

Matériel :

- Papier essuie-tout
- Crayons-feutres

Déroulement :

1. Proposer aux enfants de réaliser un dessin sur du papier essuie-tout. Les enfants peuvent suivre les motifs et les petits points du papier ou y aller au gré de leur créativité.



Source : Humeurs créatives

Dragon

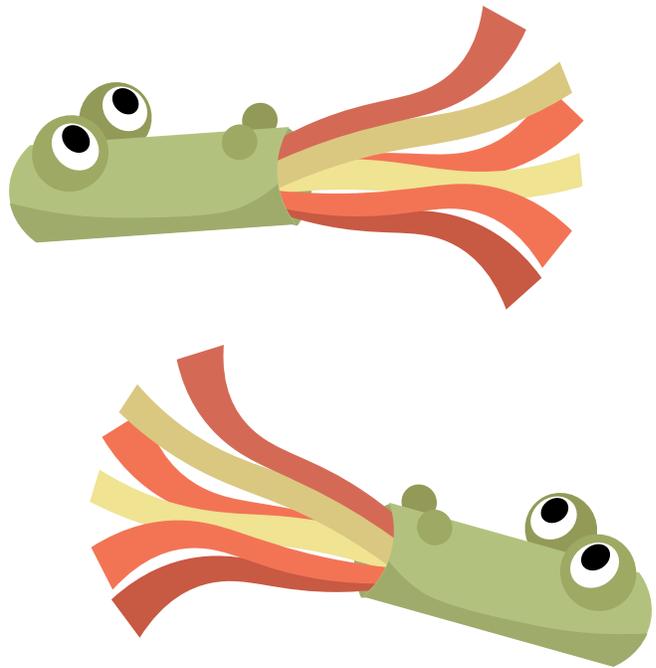
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Rouleau de papier de toilette
- Papier de couleur vert, rouge ou bleu
- 2 moyens et 2 petits pompons de la même couleur que le papier
- 2 yeux mobiles
- Papier de soie de couleur rouge, jaune et orange
- Colle
- Ciseaux

Déroulement :

1. Couper un rectangle d'environ 15 cm sur 10 cm dans le papier de couleur pour recouvrir le rouleau. Coller ce papier sur le rouleau.
2. Coller les yeux mobiles sur les pompons moyens et coller les pompons sur le rouleau. Ajouter aussi les deux petits pompons sur le rouleau en guise de narines.
3. Couper une dizaine de bandelettes pointues de 20 cm de long dans le papier de soie pour faire les flammes et les coller à l'intérieur du rouleau.
4. Prendre une bonne inspiration et placer la bouche sur le bout du dragon et souffler pour que les flammes dansent.



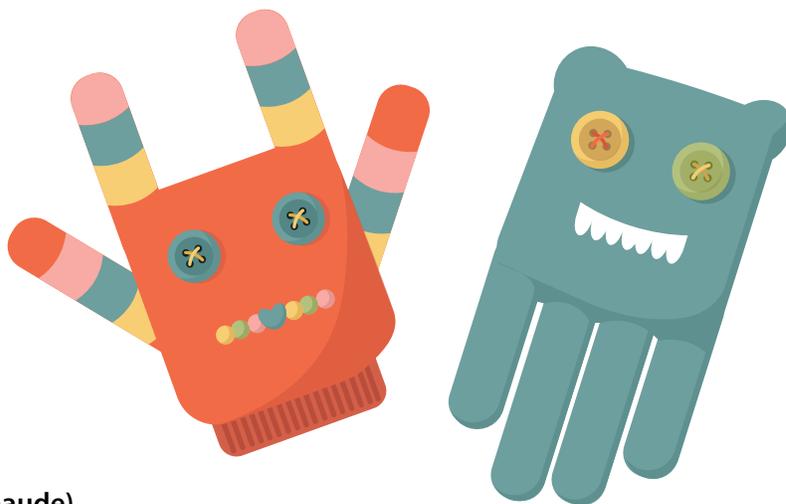
Source : Moi je fais

Monstrinvasion

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- Gants
- Boules de coton
- Boutons ou perles
- Fils et aiguille à coudre (ou colle chaude)
- Retailles de tissus, des brins de laine, etc.



Déroulement :

1. Choisir la forme du monstre. Est-ce que les doigts du gant serviront de jambes ou d'oreilles?
2. Couper certains doigts du gant au besoin et refermer ces ouvertures avec le fil et l'aiguille à coudre.
3. Insérer les boules de coton dans le gant et refermer la base du gant avec le fil et l'aiguille à coudre.
4. Ajouter des boutons pour les yeux, des brins de laine pour les cheveux, des retailles de tissus pour la bouche, etc.

1.



2.



3.



4.



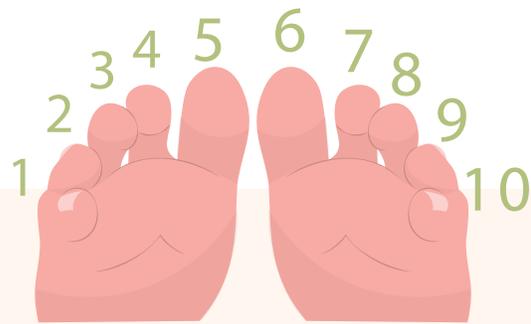
ACTIVITÉ 6

Orteils à croquer

Âge : 0 à 3 ans

Non, ne croquez pas les pieds dodus des bébés. Il vaut mieux les utiliser pour intégrer des mathématiques dans le quotidien. Un geste simple consiste à compter à voix haute les orteils ou les doigts de bébé lors du changement de couche ou du bain.

Source : Naître et grandir



Potion logique

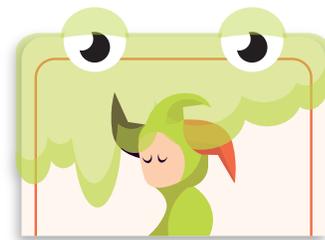
Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Boutons, pâtes alimentaires, céréales colorées, etc.

Déroulement :

L'idée est de faire des suites logiques et d'inviter les enfants à reproduire ces suites ou à les compléter. Par exemple : pour faire la potion, il faut un bouton rouge, un vert, un bleu, un rouge, un vert, un bleu. Ou encore pour la potion il faut les nouilles suivantes : macaroni, fusilli, fusilli, penne, coquille, macaroni, fusilli, fusilli, penne et coquille.



Abominable bataille

Âge : 7 à 12 ans

Matériel :

- Jeu de cartes (retirer les rois, dames et valets)

Déroulement :

1. Comme dans le jeu de bataille classique, il faut séparer le jeu de cartes en deux paquets. Décider à l'avance si le jeu utilisera les additions ou les multiplications. Noter que le joker vaut 0 et l'as vaut 1.
2. Au même moment, chaque joueur doit tourner la première carte de son paquet et additionner (ou multiplier) la valeur des cartes dévoilées. Le joueur qui obtient la bonne réponse le plus rapidement conserve les deux cartes.
3. La partie prend fin lorsqu'un des joueurs se retrouve sans carte.

Source : Say Ça Montréal

ACTIVITÉ 7



Certains enfants peuvent éprouver des difficultés à rester assis à table longtemps. Cela fait partie des habiletés à développer. On doit en tenir compte et réduire nos attentes à cet égard. On peut penser qu'un enfant de deux ou trois ans sera à l'aise 10 ou 15 minutes et un de cinq ans pourra rester 20 minutes. D'autres éléments influencent aussi ce temps, par exemple l'humeur de l'enfant, son tempérament, sa faim, l'ambiance à la table, etc.

Source : La Presse

Bouchée crevette

Âge : 4 à 6 ans

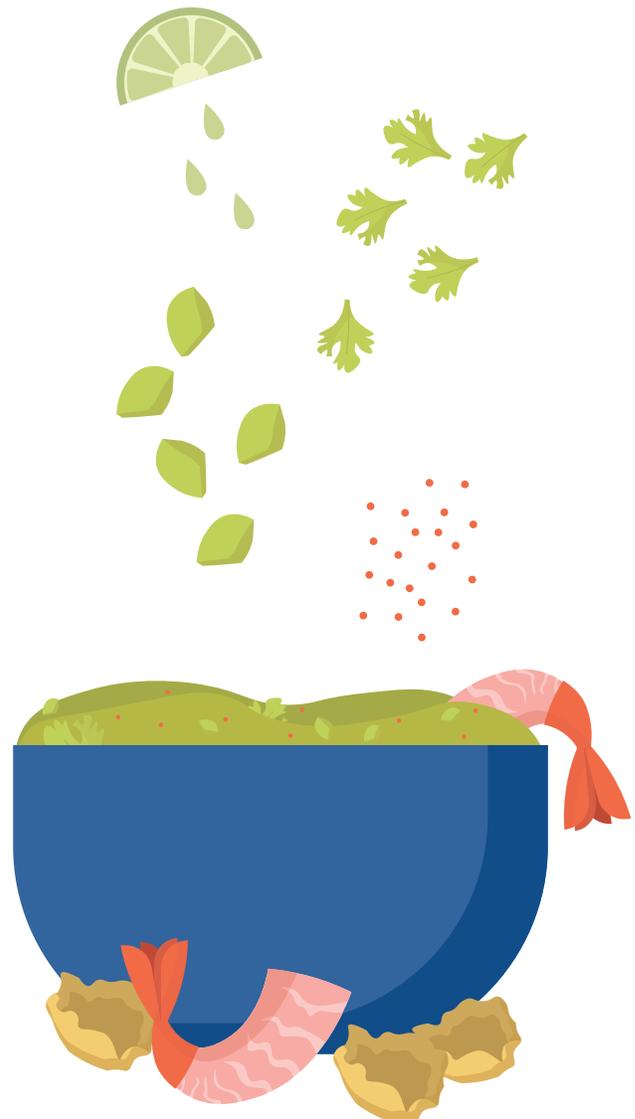
Ingrédients :

- 2 gros avocats
- 1 lime
- 24 croustilles de maïs en coupelle
- 24 petites crevettes (calibre 70/90) décortiquées et cuites
- 2 c. à thé de paprika fumé doux
- 2 c. à soupe de feuilles de coriandre fraîche

Étapes à suivre :

1. Réduire les avocats en purée.
2. Ajouter le zeste et le jus de la lime.
3. Répartir la purée d'avocats dans les croustilles et garnir de crevettes.
4. Saupoudrer de paprika fumé et de feuilles de coriandre.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Ensorcelante brioche

Âge : 7 à 9 ans

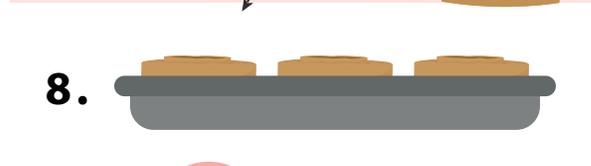
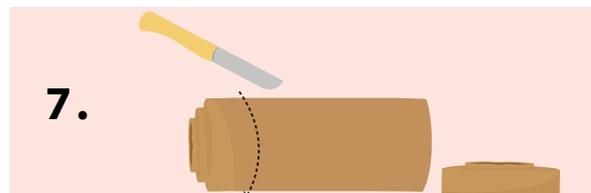
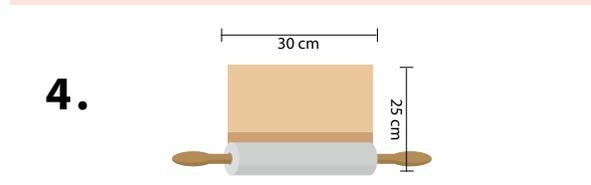
Ingrédients :

- 2 tasses de farine
- $\frac{3}{4}$ tasse de cassonade
- 1 c. à soupe de poudre à pâte
- $\frac{1}{3}$ tasse d'huile de canola
- $\frac{3}{4}$ tasse de lait
- 1 c. à thé de cannelle

Étapes à suivre :

1. Dans un grand bol, mélanger la farine, $\frac{1}{4}$ tasse de cassonade et la poudre à pâte.
2. Ajouter l'huile (mettre de côté 15 ml pour la suite) et le lait. Mélanger pour former une pâte.
3. Sur une surface enfarinée, pétrir la pâte une dizaine de fois.
4. Abaisser la pâte avec un rouleau et former un rectangle d'environ 30 cm sur 25 cm.
5. Dans un bol, mélanger la cannelle avec le reste de la cassonade.
6. Badigeonner la pâte avec le reste d'huile et saupoudrer le mélange de cannelle et cassonade uniformément.
7. Enrouler la pâte dans le sens de la longueur pour obtenir un beau rouleau. Couper une douzaine de tranches d'environ 2,5 cm.
8. Disposer côte à côte dans un moule graissé allant au four.
9. Cuire au centre du four pendant 15 à 20 minutes à 400 °F.

Recette inspirée de Les Explorateurs



Régal de monstre

Âge : 10 à 12 ans

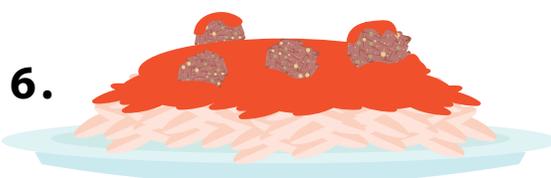
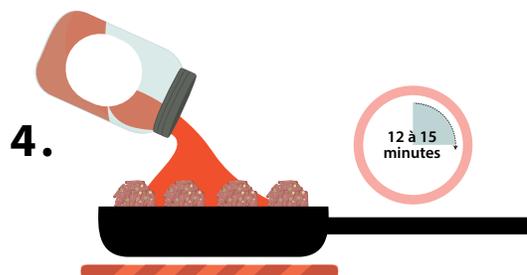
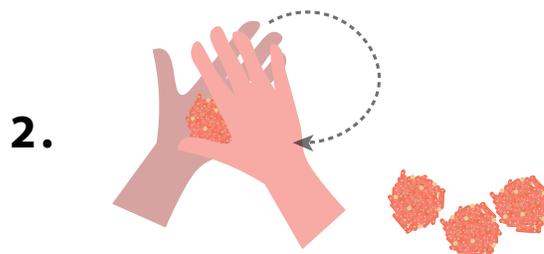
Ingrédients :

- 450 g de bœuf haché mi-maigre
- ¼ tasse de pesto de basilic
- ½ tasse de chapelure nature
- 2 tasses de sauce tomate
- 1 ½ tasse d'orzo
- 1 œuf
- Huile d'olive

Étapes à suivre :

1. Dans un bol, mélanger le bœuf haché avec le pesto, la chapelure et l'œuf. Saler et poivrer.
2. Façonner 16 à 20 boulettes (environ 2 c. à soupe par boulette).
3. Dans une grande poêle, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen et faire dorer les boulettes sur toutes les faces de 4 à 5 minutes.
4. Ajouter la sauce tomate, porter à ébullition, couvrir et laisser mijoter de 12 à 15 minutes à feu doux (jusqu'à ce que l'intérieur des boulettes ait perdu sa teinte rosée).
5. Faire cuire l'orzo dans une casserole d'eau bouillante salée et l'égoutter.
6. Servir l'orzo avec les boulettes et la sauce.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Semaine musicale

Activité 2

0 à 12 ans

Écouter un
livre audio

Activité 4

0 à 3 ans

Comptine

4 à 6 ans

Rime rythmique

7 à 9 ans

Bruiter l'histoire

10 à 12 ans

Chanson inventée

Activité 6

0 à 3 ans

Danse folle

4 à 6 ans

Statue

7 à 9 ans

Chat musical

10 à 12 ans

Pierre appelle Paul

Activité 1

0 à 3 ans

Tambour

4 à 6 ans

Kazoo

7 à 9 ans

Harmonica

10 à 12 ans

Kalimba

Activité 3

0 à 3 ans

Chanter et mimer

4 à 9 ans

Percussion corporelle

10 à 12 ans

Vidéoclip

Activité 5

0 à 3 ans

Bruit mystérieux

4 à 6 ans

Xylophone

7 à 9 ans

Cuillère timbale

10 à 12 ans

Voir le son

Activité 7

4 à 6 ans

Symphonie de légumes

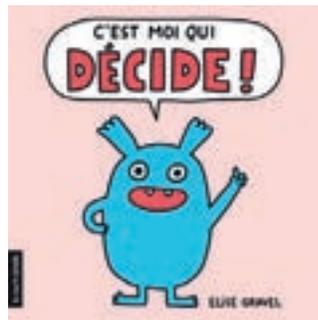
7 à 9 ans

Wrap rythmé

10 à 12 ans

Concert de tortellinis

SUGGESTIONS LECTURE



CHARADE

Mon premier est la période de la naissance à la mort.
Mon deuxième est un liquide naturel.
Mon troisième est le contraire de court.
Mon tout est un instrument de musique.

Qui suis-je?

Réponse p. 111

ÉNIGME

En musique, on me monte et l'on me descend pour faire de l'exercice, qui suis-je?

Réponse p. 111

TRUCS ET CONSEILS



Proposer des livres qui traitent de sujets liés à la réalité des enfants (propreté, amitié, jalousie, nouveau bébé, etc.) leur permet de faire des liens, de réfléchir et de mieux comprendre le texte.

« Si vous voulez que vos enfants soient intelligents, lisez-leur des contes. Si vous voulez qu'ils soient encore plus intelligents, lisez-leur plus de contes. »

- Albert Einstein

ACTIVITÉ 1

Tambour

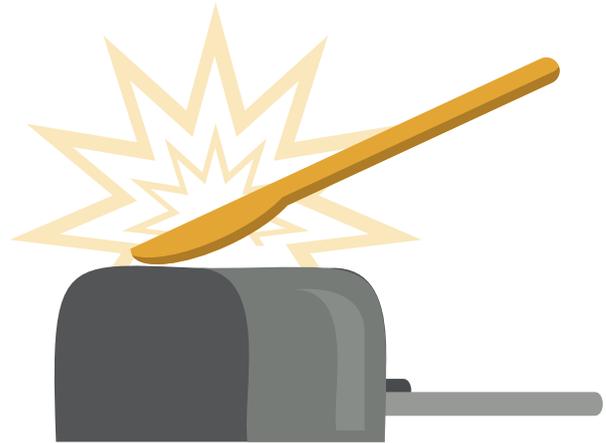
Âge : 0 à 3 ans

Matériel :

- Casserole
- Cuillère de bois

Déroulement :

Le premier instrument de musique à présenter à son enfant peut tout simplement être une casserole et une cuillère pour qu'il découvre les différents sons qu'il est en mesure de faire avec ce tambour improvisé.



Kazoo

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

- Rouleau en carton (de papier de toilette ou de papier essuie-tout)
- Papier ciré
- Élastique
- Crayons-feutres
- Ciseaux

Déroulement :

1. Décorer le rouleau en carton avec les crayons-feutres.
2. Percer un trou au centre du rouleau.
3. Découper un morceau de papier ciré pour recouvrir l'embout du rouleau en carton et le faire tenir en place avec l'élastique.
4. Inviter l'enfant à souffler dans le rouleau et écouter les variations de sa voix.

Source : Des idées



Harmonica

Âge : 7 à 9 ans

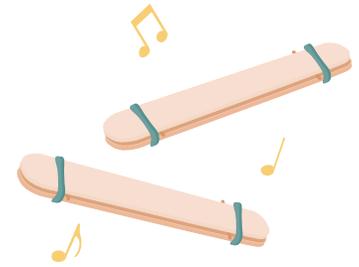
Matériel :

- Bâtonnet en bois de format large
- 2 élastiques
- 1 cure-dent coupé en deux morceaux
- Papier

Déroulement :

1. Découper une bande de papier de la même taille que les bâtonnets.
2. Placer la bande de papier entre les 2 bâtonnets de bois et fixer chacune des extrémités avec les élastiques.
3. Insérer les bouts de cure-dent entre les bâtonnets de bois près des élastiques. Un cure-dent doit être sur la bande et l'autre sous la bande de papier.
4. Il ne reste plus qu'à souffler dans l'harmonica.

Source : Cabane à idées



Kalimba

Âge : 10 à 12 ans

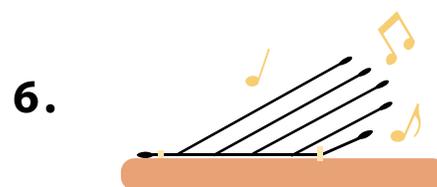
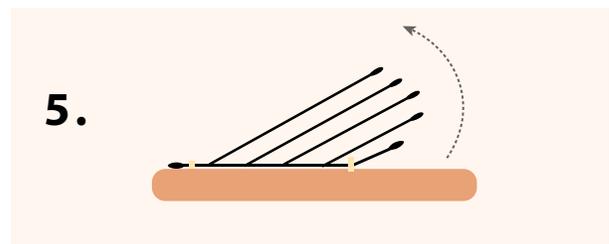
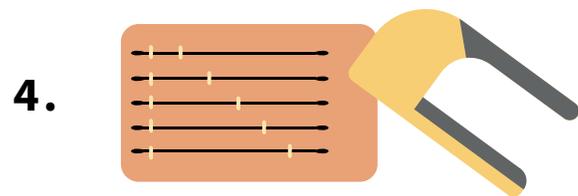
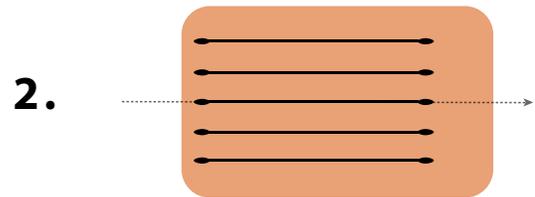
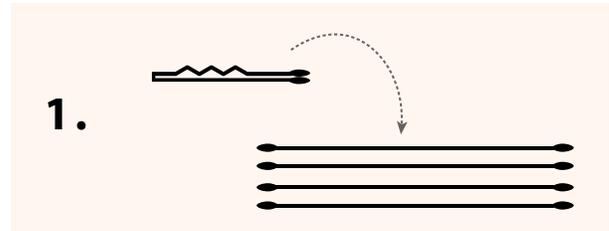
Matériel :

- Pièce de bois de 10 cm sur 20 cm
- 5 pinces à cheveux 
- Agrafeuse
- Marteau
- Crayons-feutres

Déroulement :

1. Déplier complètement les pinces à cheveux.
2. Placer une pince à cheveux à la verticale au centre du morceau de bois (le bout de la pince à cheveux près du bord). Répartir les 4 autres pinces à cheveux de chaque côté.
3. Mettre une agrafe sur chaque pince à cheveux à 1 cm du bord. Utiliser un marteau pour bien enfoncer les agrafes.
4. Ajouter une 2e agrafe sur chaque pince à cheveux, mais en variant la distance entre les agrafes. Pour la première pince, la 2e agrafe sera à 5 cm de la première agrafe. Pour la 2e pince, la 2e agrafe sera à 4 cm de la première agrafe et ainsi de suite pour les autres pinces. Utiliser un marteau pour bien enfoncer les agrafes.
5. Plier vers le haut chaque pince à cheveux à partir de la 2e agrafe.
6. Tester le son de chaque note. Il est possible d'ajouter des agrafes ou de changer leur position pour obtenir le son désiré.

Source : ThriftyFun



ACTIVITÉ 2

Écouter un livre audio

Âge : 0 à 12 ans

Un livre audio est une façon de développer un nouveau rapport avec la lecture. Plusieurs livres audios sont disponibles gratuitement sur Ohdio de Radio-Canada.



Avantages du livre audio :

- Simplifie l'accès à la lecture
- Offre un moment de détente
- Donne le goût de la lecture
- Améliore le vocabulaire
- Développe l'imagination
- Permet la lecture en groupe
- Procure un moment de solitude
- Facilite l'apprentissage de la lecture

ACTIVITÉ 3

Chanter et mimer

Âge : 0 à 3 ans

Sélectionner des comptines qui invitent à bouger : *Sur le pont d'Avignon, Lundi matin, Jean Petit qui danse, Meunier tu dors, Pas capable de tirer ma vache, etc.* C'est une occasion de chanter et mimer les paroles avec les enfants pour leur plus grand plaisir.

Source : Actif pour la vie

Lundi matin, l'empereur, sa femme et le petit prince...

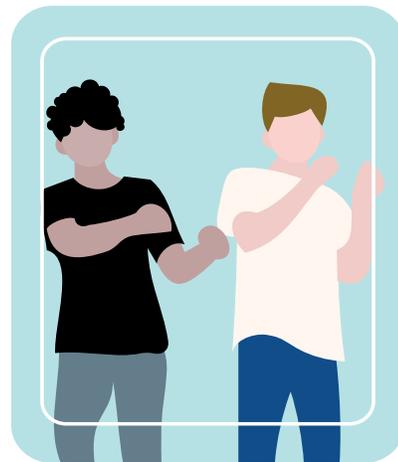


Percussion corporelle

Âge : 4 à 9 ans

Cette activité consiste à créer des rythmes ou des mélodies avec son corps comme instrument de musique. Il est aussi possible de créer des sons en suivant les rythmes d'une chanson. Commencer avec quelques mouvements et en ajouter au fur et à mesure que vous êtes à l'aise. Par exemple : tape dans les mains 2 fois et tape le pied au sol et l'on répète. La chanson *We Will Rock You* de Queen est souvent accompagnée de percussion corporelle. Il existe aussi des chansons présentant des partitions corporelles à suivre comme au karaoké. Vous en trouverez facilement sur Internet.

Source : Capuchon à l'école



Vidéoclip

Âge : 10 à 12 ans

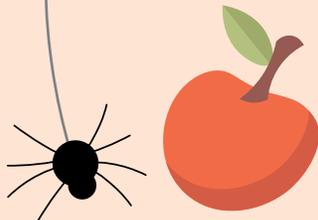
Choisir une chanson qui plait à toute la famille et inventer une chorégraphie sur cette musique. Répéter tout le monde ensemble et enregistrer le tout. Plusieurs jeunes consultent les réseaux sociaux pour voir les célèbres danses qui font la tendance. La réalisation de ce vidéoclip peut être un bon prétexte pour s'intéresser à ce que consultent vos enfants sur les réseaux sociaux et pour créer un lien avec votre enfant.

ACTIVITÉ 4

Comptine

Âge : 0 à 3 ans

Les chansons et les comptines sont un moyen amusant de développer le langage des tout-petits et de les éveiller à la lecture et l'écriture. Lorsqu'elles utilisent des chiffres (*Violette, J'ai deux yeux, etc.*), elles permettent aussi d'apprendre à reconnaître les chiffres et à compter. Profitez de chaque occasion du quotidien pour chanter.



Chat!



Rime rythmique

Âge : 4 à 6 ans

Nommer un maître du jeu. Il sera responsable de faire jouer et d'arrêter la musique. Lorsque le maître du jeu fait jouer la musique, tout le monde danse. Lorsque la musique s'arrête, le maître du jeu nomme un mot. Les autres joueurs ont 10 secondes pour trouver un autre mot qui rime avec le mot nommé, sinon ils seront éliminés. Le jeu se poursuit jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un seul joueur. Le gagnant devient le maître du jeu au tour suivant.

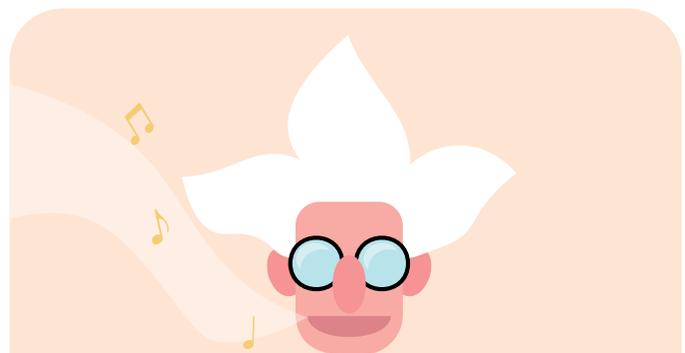
Source : Actif pour la vie



Bruiter l'histoire

Âge : 7 à 9 ans

Choisir une histoire pour laquelle les enfants s'amuseront à créer les bruits. Réunir différents objets : clés, cuillères, brosse, papier froissé, velcro, fermeture éclair, etc. Lors de la lecture, les enfants choisissent des objets ou font des sons avec leur bouche pour faire le bruitage de l'histoire. Vous pouvez choisir d'enregistrer l'histoire lue avec le bruitage pour que les enfants puissent la réécouter à volonté.



Chanson inventée

Âge : 10 à 12 ans

À partir d'une chanson existante, modifier quelques paroles pour en créer une nouvelle. Le but est de jouer avec les mots, les rimes et la musicalité de la structure de la chanson. Rien ne vous empêche de partir d'une feuille complètement blanche et de composer en entier une chanson.

Source : Chant'Yvelines

ACTIVITÉ 5

Bruit mystérieux

Âge : 0 à 3 ans

Dans un moment calme, faire découvrir différents sons à bébé. Par exemple : du papier froissé, un hochet, des clés ou un claquement de doigts. Faire le son du côté gauche puis du côté droit pour encourager bébé à tourner la tête. Observer comment il réagit à ces bruits.

Source : Naître et grandir



Xylophone

Âge : 4 à 6 ans

Matériel :

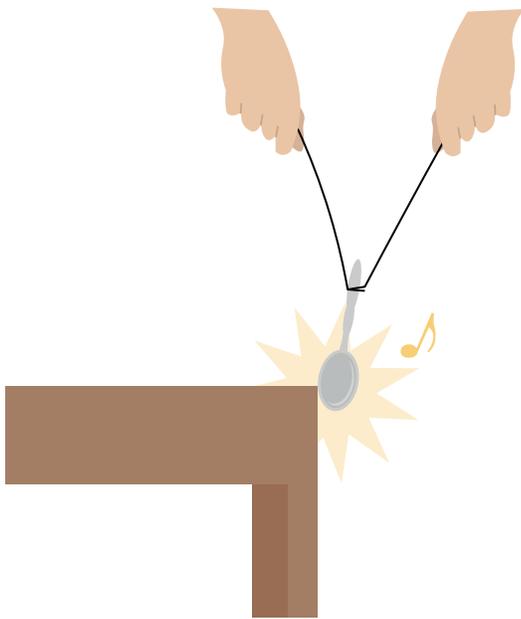
- Eau
- Cuillère
- 7 bouteilles en verre identiques ou 7 verres identiques

Déroulement :

1. Disposer les bouteilles (ou les verres) alignées sur une table.
2. Ajouter de l'eau dans chaque bouteille en s'assurant que la 2e bouteille contient un peu plus d'eau que la 1ère et que la 3e en contient un peu plus que la 2e et ainsi de suite.
3. Avec la cuillère, taper sur les bouteilles pour obtenir des notes. Vous pouvez ajuster les niveaux d'eau au besoin. Plus il y a d'eau dans la bouteille, plus la bouteille vibre lentement et plus le son sera grave.



Source : Les Débrouillards



Cuillère timbale

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 1 cuillère à soupe en métal
- 1 m de fil, de ficelle ou de ruban

Déroulement :

1. Attacher la ficelle autour de la cuillère. La cuillère doit être au centre de la ficelle donc les bouts de la ficelle seront de la même longueur de chaque côté.
2. En tenant les bouts de la ficelle, faire balancer la cuillère pour qu'elle frappe une surface solide comme une table. Écouter le son.
3. Enrouler la ficelle sur les doigts et placer les doigts dans les oreilles.
4. Faire balancer à nouveau la cuillère pour qu'elle frappe la table, mais sans toucher le corps. Le son devrait être plus fort, car il voyage mieux dans un solide (la ficelle, les doigts) que dans l'air.

Source : Les Débrouillards



Voir le son

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

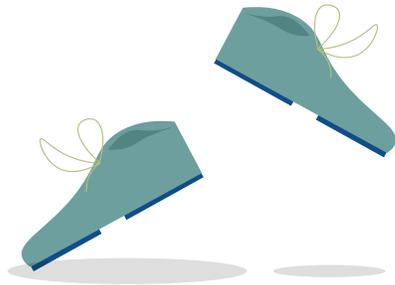
- Sel
- 1 ballon de fête
- 2 élastiques
- 1 boîte de conserve vide
- Ciseaux

Déroulement :

1. Couper la partie du ballon dans laquelle on souffle.
2. Bien tendre le ballon sur la boîte de conserve et le maintenir en place avec les élastiques.
3. Verser du sel sur le ballon.
4. Parler avec une voix grave juste à côté de la boîte de conserve pour voir le sel bouger. Faire jouer de la musique et observer le sel bouger selon les sons graves ou aigus.

Source : Rentreediscount

ACTIVITÉ 6



Danse folle

Âge : 0 à 3 ans

En tenant bébé contre vous ou dans un porte-bébé, laissez-vous aller à danser tout simplement.

Source : Naître et grandir

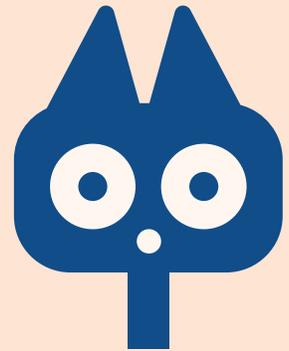


Statue

Âge : 4 à 6 ans

Dans une zone définie, les enfants dansent au son de la musique. Lorsque la musique s'arrête, les enfants ne doivent plus bouger pendant 5 secondes. L'enfant qui ne parvient pas à faire la statue est éliminé. Le jeu se poursuit jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un joueur.

Source : Tête à modeler



Chat musical

Âge : 7 à 9 ans

Délimiter une zone de danse (surtout si le jeu se fait à l'extérieur). Disperser des bancs, des chaises ou des coussins dans l'espace de danse. Désigner un joueur qui sera le chat et les autres seront les souris. Faire jouer la musique pour que tout le monde danse. Quand la musique s'arrête, les souris doivent monter sur les coussins (chaises ou bancs) avant que le chat ne les touche. Les souris qui sont touchées deviennent des chats. Le jeu se termine lorsqu'il ne reste plus qu'un joueur.

Source : Terre TV



Pierre appelle Paul

Âge : 10 à 12 ans

Identifier les joueurs : Pierre, Paul, 1, 2, 3, etc. Tous les joueurs tapent en rythme la séquence convenue (ex. : 2 fois sur les jambes, 2 fois dans les mains). Pierre commence le jeu et dit : « Pierre appelle Paul ». Paul répond : « Paul appelle 2 ». 2 poursuit : « 2 appelle 1 » et ainsi de suite. Chaque joueur fait un appel et le joueur appelé doit répondre et faire son appel. Les joueurs qui se trompent sont éliminés. On ne peut pas appeler un joueur éliminé.

Source : URLS-BSL

ACTIVITÉ 7

À noter!



Les enfants ont davantage tendance à vouloir goûter de nouveaux aliments s'ils les ont choisis à l'épicerie ou s'ils les ont préparés. Cela donne une raison de plus de les initier à la cuisine.

Symphonie de légumes

Âge : 4 à 6 ans

Ingrédients :

- Laitue au choix
- Assortiment de légumes (carottes, oignon rouge, champignons tranchés, concombres, germes de luzerne, tomates cerises, etc.)
- Huile d'olive
- Vinaigre balsamique
- Herbes fraîches ou séchées au choix
- Sel et poivre

Étapes à suivre :

1. Laver et couper les légumes.
2. Placer tous les ingrédients dans un grand bol.
3. Verser un filet d'huile et de vinaigre sur la salade, ajouter les herbes, le sel, le poivre et mélanger.

Recette inspirée de Naître et grandir





Wrap rythmé

Âge : 7 à 9 ans

Matériel :

- 1 boîte de 540 ml de pois chiches rincés et égouttés
- 1 tasse de vinaigrette César
- 1 ½ tasse de laitue romaine déchiquetée
- ½ tasse de parmesan râpé
- 4 tortillas moyennes
- 1 petit oignon rouge émincé
- Huile d'olive

Déroulement :

1. Dans une poêle, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen et faire dorer les pois chiches de 3 à 4 minutes. Retirer du feu.
2. Verser ¼ tasse de vinaigrette dans la poêle et bien enrober les pois chiches.
3. Répartir les pois chiches, la laitue, le parmesan et l'oignon rouge au centre des tortillas. Napper le reste de la vinaigrette et rouler les tortillas.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!



Concert de tortellinis

Âge : 10 à 12 ans

Matériel :

- 350 g de tortellinis au fromage
- 450 g de poitrines de poulet coupées en cubes
- 2 tasses de macédoine de légumes surgelés
- 284 ml de crème de poulet condensée
- ½ tasse de bouillon de poulet
- 2 c. à soupe de persil haché
- Huile d'olive

Déroulement :

1. Faire cuire les pâtes dans une casserole d'eau bouillante et les égoutter.
2. Dans la même casserole, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen et faire cuire les cubes de poulet de 5 à 7 minutes (jusqu'à ce que l'intérieur ait perdu sa teinte rosée).
3. Ajouter la macédoine de légumes et poursuivre la cuisson de 4 à 5 minutes.
4. Ajouter la crème de poulet et le bouillon de poulet et porter à ébullition.
5. Remettre les pâtes dans la casserole et remuer. Saler et poivrer, puis ajouter le persil.

Recette inspirée de Le chef c'est moi!

Références



Réponses aux charades et énigmes

Semaine amusante

Charade : charade (chat-rat-de)
Énigme : un miroir

<https://www.demotivateur.fr/lifestyle/top-50-des-enigmes-amusantes-pour-enfants-29251>

Semaine festive

Charade : chocolat (chaud-co-la)
Énigme : les deux ont le même poids (1 kilo)

<https://www.demotivateur.fr/lifestyle/top-50-des-enigmes-amusantes-pour-enfants-29251>

Semaine nature

Charade : forêt (faux-raie)
Énigme : Aucun, ils sont tous partis, car ils ont eu peur du chat.

<https://www.mes-jeux-educatifs.fr/blog/devinettes-enigmes-pour-enfants.htm>

Semaine touristique

Charade : château (chat-tôt)
Énigme : une étoile

<https://www.demotivateur.fr/lifestyle/top-50-des-enigmes-amusantes-pour-enfants-29251>

Semaine féérique

Charade : balançoire (bas-lent-soir)
Énigme : la lettre N

<https://amedenfant.fr/10-enigmes-faciles-pour-amuser-vos-enfants/>

Semaine effrayante

Charade : sorcière (sort-scie-air)
Énigme : une personne qui a gagné une partie de cache-cache

<https://www.meilleuresdevinettes.com/bizarre>

Semaine musicale

Charade : violon (vie-eau-long)
Énigme : la gamme

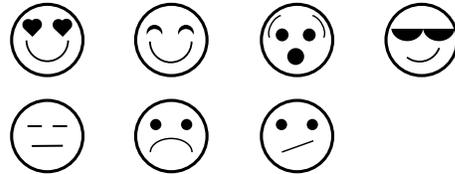
<http://rondeenfants.free.fr/enfants/je-joue01.php>



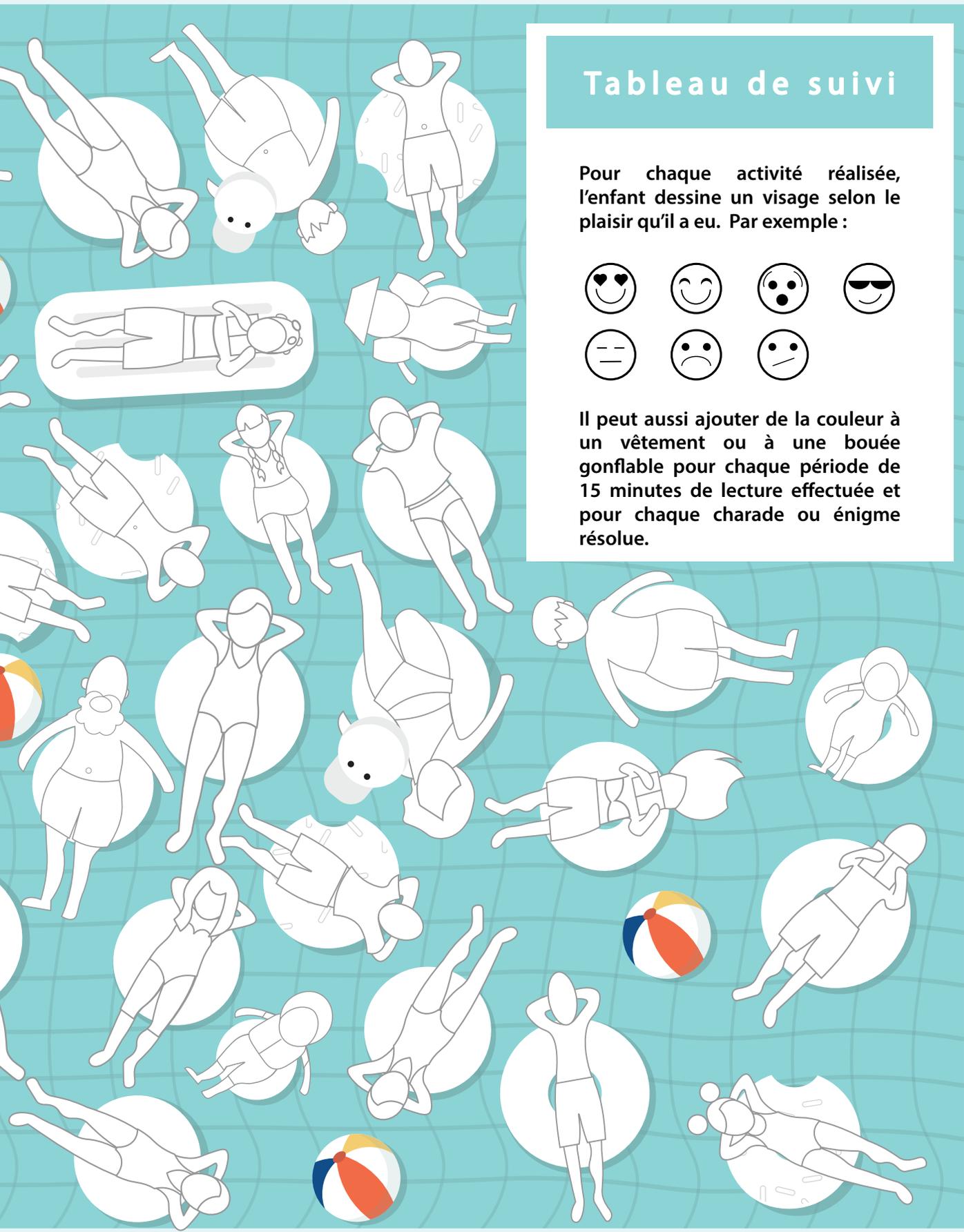


Tableau de suivi

Pour chaque activité réalisée, l'enfant dessine un visage selon le plaisir qu'il a eu. Par exemple :



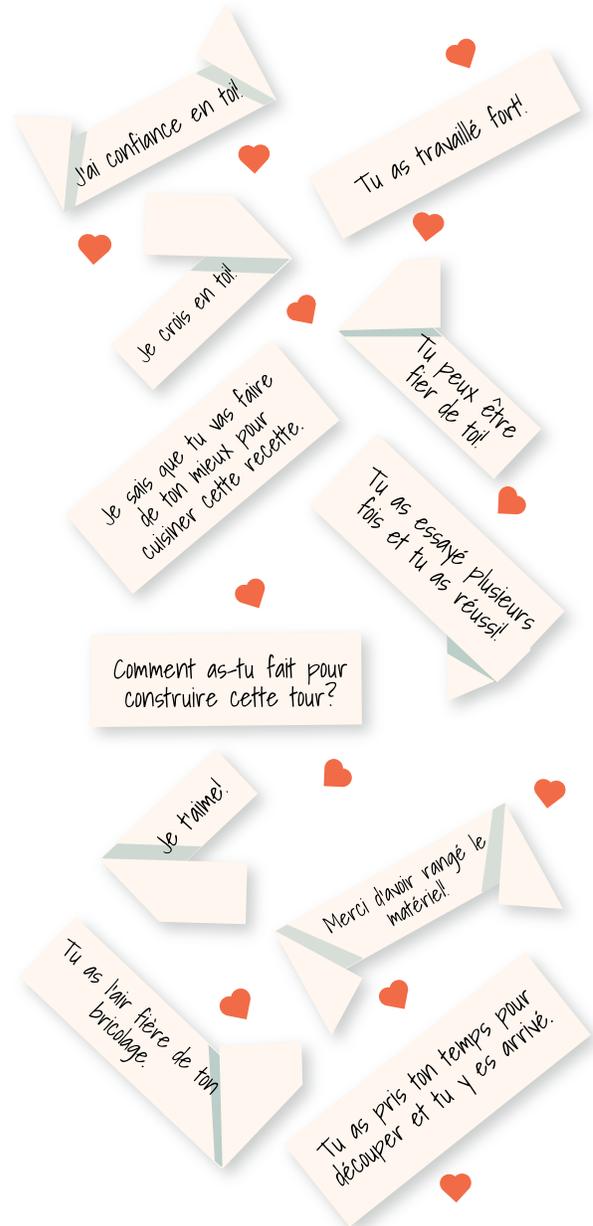
Il peut aussi ajouter de la couleur à un vêtement ou à une bouée gonflable pour chaque période de 15 minutes de lecture effectuée et pour chaque charade ou énigme résolue.



Récompenser son enfant autrement

Suggestions :

- Construction d'une cabane avec des couvertures ou des boîtes de carton
- Camping dans la cour ou dans le sous-sol
- Massage à l'enfant
- Repas en tête-à-tête avec un parent
- Promenade nocturne à la lampe de poche
- Promenade sous la pluie
- Repousser le dodo de 15 minutes
- Organiser un pique-nique
- Aller à la crèmerie
- Inviter un ami à dormir
- Aller au cinéma
- Faire une journée pyjama
- Congé de tâches pour une journée
- Choisir le menu du jour
- Prendre un bain avec de la mousse
- Prendre une collation spéciale
- Choisir le film pour la soirée cinéma
- Emprunter un jeu à la bibliothèque
- Aller jouer dans un nouveau parc
- Faire une promenade à vélo seul avec papa ou maman
- Dormir avec papa ou maman
- Faire une sortie avec parrain ou marraine
- Aller dormir chez grand-papa et grand-maman
- Lire une histoire de plus avant le dodo
- Faire des bulles dans le bain
- Mettre du vernis à ongles
- Faire une séance photo avec des déguisements
- Apporter des jouets dans le bain



Les encouragements valorisent l'effort plutôt que le résultat. Ils sont donc plus efficaces que les compliments pour développer l'estime de soi en incitant l'enfant à agir pour lui-même et non pour plaire aux autres. Comme les compliments reposent sur votre jugement, certains enfants pourraient agir en fonction d'obtenir votre approbation et d'autres pourraient ressentir une pression de performer ou la peur d'échouer.

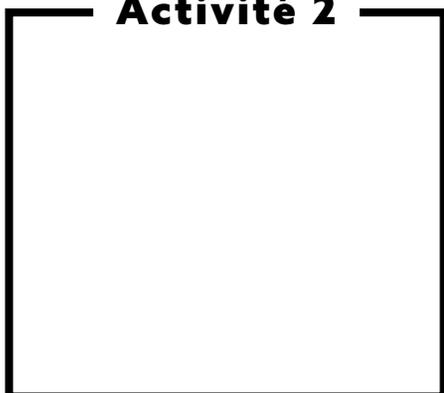
Naître et grandir. (2022, novembre). *Estime de soi : l'importance d'encourager son enfant*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/comportement/estime-de-soi-encourager-enfant-plutot-que-complimenter/

Semaine

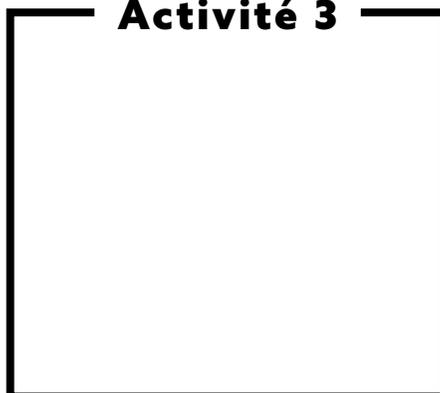
Activité 1



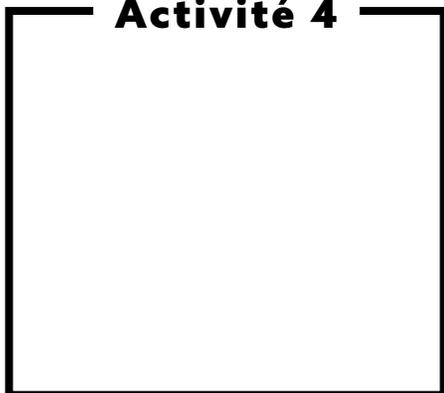
Activité 2



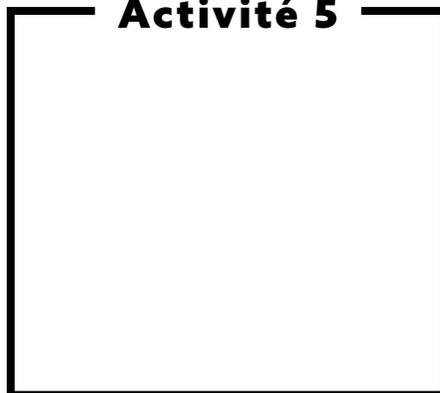
Activité 3



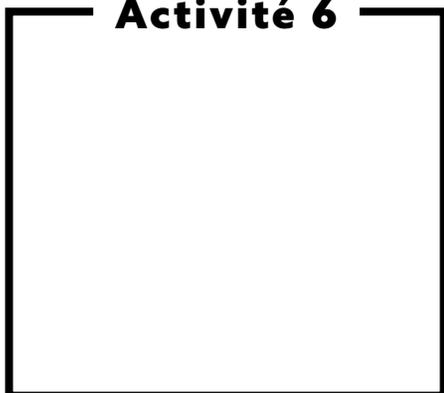
Activité 4



Activité 5



Activité 6



Activité 7



Index des activités

Active



Circuit à la craie	19	Chasse aux couleurs	78
Danse des bras	33	Ballons et rebonds	78
Fête dansante	33	Pieuvre à couleurs	78
Hula hoop	33	Cachette	90
Chorégraphie sans fin	33	Percussion corporelle	103
Yoga des animaux	44-45	Vidéoclip	103
Course des fermiers	46	Rime rythmique	104
Serpents et échelles extrêmes	46	Danse folle	107
Horloge en folie	47	Statue	107
Ho hisse!	64	Chat musical	107
Découvrir un parc	68	Pierre appelle Paul	107
Promenade à vélo	69		

Artistique



Mon portrait	20	Nuage de pluie	79
Chapeau farfelu	20	Licorne	80
Sourire avale-tout	21	Tableau de rêves	81
Balle antistress	21	Dessin absorbant	91
Peinture-pouding	34	Dragon	91
Choco-pâte	34	Mangeurs de page	92
Cadre mignon	35	Monstrinvasion	93
Pinata	36	Tambour	100
Pieuvre	48	Kazoo	100
Fleur en papier	49	Harmonica	100
Méduse	50	Kalimba	101
Tortue de laine	51	Rime rythmique	104
Art de la terre	52	Bruiter l'histoire	104
Il était un petit navire	64-65	Chanson inventée	104

Cuisine



Rigolote pizza	17	Sandwich vacances	59
Pizza en folie	17	Nachos sur le feu	59
Pizza sourire	18	Trempe licornesque	73
Tourbillon fruité	24	Nuages dorés	74
Frappé aux fruits	24	Gâteau arc-en-ciel	75
Pop banane	25	Bouchée crevette	95
Céleri chenille	53	Ensorcelante brioche	96
Bouchées de chou-fleur	54	Régal de monstre	97
Tartelettes pour petits singes	55	Symphonie de légumes	108
Cornets à la guimauve	58	Wrap rythmé	109
		Concert de tortellinis	109

Écriture



Lettres à la plage	61	Correspondance nocturne	77
Cartes postales	61	Histoire en pot	89
Explorateur	61	Chanson inventée	104

Éveil



Grimaces amusantes	12	Boîte à jouets	62
Ballon captivant	14	Ho hisse!	64
Cache-cache	16	Avion	72
Danse des bras	33	Surprises tactiles	79
Contenants et couvercles	37	Bibitte	89
Petit singe	44	Coucou	90
Jeu des comparaisons	47	Orteils à croquer	94

Extérieur



Circuit à la craie	19	Nachos sur le feu	59
Saute-alphabet	19	Pétanque ou patanque	67
Cible	19	Découvrir un parc	68
Course des fermiers	46	Promenade à vélo	69
Grandeur nature	47	Attrape la bulle	78
Horloge en folie	47	Ballons et rebonds	78
Art de la terre	52	Pieuvre à couleurs	78
Cornets de guimauve	58	Cachette	90

Jeux



Cible	19	Pétanque ou patanque	67
Bon débarras!	16	Chasse aux couleurs	78
Circulaire en mémoire	30	Drago dit	90
Jeu de mémoire	31	Chasse au monstre	90
Jeu de dames	32	Cachette	90
Serpents et échelles extrêmes	46	Abominable bataille	94
Rouge ou noir	62	Statue	107
Petits carrés	62	Chat musical	107
Bataille navale	63		

Langage



Concours de devinettes	12	Chanter et mimer	103
Dis-moi	77	Comptine	104
Histoire en pot	89	Rime rythmique	104

Lecture



Lecture dans un endroit inusité	13	Ambiance de rêve	76
Saute-alphabet	19	Lire avec un accessoire ou un costume	88
Quelle est ta saveur préférée de... livres?	29	Écouter un livre audio	102
Chasse aux livres!	43	Bruiter l'histoire	104
Faire la lecture à voix haute	60		

Mathématiques



Cache-cache	16	Petits carrés	62
Bon débarras!	16	Bataille navale	63
Cible	19	Chasse aux chiffres	66
Contenants et couvercles	37	Viser juste	66
Guimauve en forme	37	Pétanque ou patanque	67
Solides en guimauve!	37	Séance d'aviation	72
Tour de spaghettis	37	Attrape la bulle	78
Jeu des comparaisons	47	Orteils à croquer	94
Chasse aux formes	47	Potion logique	94
Grandeur nature	47	Abominable bataille	94
Horloge en folie	47		

Sciences

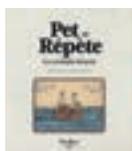


Ballon autogonflant	14	Arc-en-ciel	82
Dessin flottant	15	Bulle dans une bulle	83
Aquarelle bonbon	26	Petit fantôme	86
Crème glacée	27	Glu monstrueuse	87
Cristaux de sucre	28	Glu moussante	87
Trognons	40	Xylophone	105
Pluviomètre	41	Cuillère timbale	106
Anémomètre	42	Voir le son	106
Couleurs magiques	82		

Références

Semaine amusante

Suggestions lecture



**PET ET RÉPÈTE:
LA VÉRITABLE HISTOIRE**
par Katia Canciani
Guillaume Perreault
Éditions Fonfon
ISBN 9782924984123



**BLAGUES ET DEVINETTES
SPÉCIAL FAMILLE**
par Michel Bouchard et Alex A
Éditions Presses Aventure
ISBN 9782897514112



GILLES
par Mathieu Lavoie
Éditions Comme des géants
ISBN 9782924332313



100 BLAGUES! ET PLUS...
par Julie Lavoie
Dominique Pelletier
Éditions Scholastic
ISBN 9781443199872

Sources des activités

Grimaces amusantes, p. 12

Millette, C. (s. d.). *Les bienfaits des grimaces*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/poupons-trotteurs/animation-et-exploration/les-bienfaits-des-grimaces.htm>

Concours de devinettes, p. 12

Alloprof. (s. d.). *5 activités pour rire avec votre enfant*. <https://www.alloprof.qc.ca/fr/parents/articles/saines-habitudes-vie-activites-pedagogiques/activites-rire-enfant-k1388>

Ballon captivant, p. 14

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-veil-amusants-faire-avec-bebe/>

Ballon autogonflant, p. 14

Goldschmidt, C. (2017, 11 août). *5 expériences scientifiques pour les tout-petits*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/experiences-scientifiques-tout-petits/>

Dessin flottant, p. 15

Les Débrouillards. (2020, 4 mars). *Le dessin animé flottant!* [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=uPmLodzmcTg>

Cache-cache, p. 16

Équipe Naître et grandir. (2023, juin). *Comment éveiller l'enfant aux mathématiques?* Naître et grandir. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=comment-veiller-enfant-mathematiques

Bon débarras!, p. 16

Goldschmidt, C. (2020, novembre). *Jeux de cartes: des idées pour toute la famille*. Naître et grandir. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/apprentissage-jeux/fiche.aspx?doc=jeux-cartes-idees-pour-toute-famille&gclid=Cj0KCQiAmaibBhCAARIsAKUlaKSMW3iv40ukKhCl86GfgnQjOJaBvPb7aBjM0nlgm5f5-gHxIKIVwUaApNhEALw_wcB

Rigolote pizza, p. 17

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Pizza en folie, p. 17

Les recettes de Caty. (s. d.). *Pizza de melon d'eau fruitée*. <https://www.lesrecettesdecaty.com/fr/recettes/desserts/pizza-de-melon-deau-fruitee/>

Pizza sourire, p. 18

Les Explorateurs. (2015, 21 janvier). *Pizzas faciles*. <https://lesexplos.com/activite/pizzas-faciles/>

Saute-alphabet, p. 19

Mathilde. (2021, 23 mars). 25 activités à faire à l'extérieur. Hop'toys Le blog. <https://www.bloghoptoys.fr/25-idees-d-activites-educatives-a-faire-a-l-exterieur>

Cible, p. 19

Scandiffio, S. (2019, 13 mai). *Un morceau de craie*, 8 jeux actifs. Actif pour la vie. <https://activeforlife.com/fr/un-morceau-de-craie-8-jeux-actifs/>

Mon portrait, p. 20

Naître et grandir. (s. d.). *Mon portrait de la tête aux pieds*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/fiches-activites/bricolage/ik-naître-grandir-portrait/

Chapeau farfelu, p. 20

Alpha Mom. (2014, 17 avril). *DIY paper plate Easter bunny ears in 2 minutes!* Maiko Nagao. <http://maikonagao.blogspot.com/2014/04/diy-paper-plate-easter-bunny-ears-in-2.html>

Le sourire avale-tout, p. 21

Nicolas-Cogagne, M. P. (2021, novembre). *Bricolage-jeu : le sourire avale-tout*. Pomme d'Api. <https://www.pommedapi.com/activites-enfants-3-7-ans/bricolage-jeu-lancer-sourire-avale-tout>

Balle antistress, p. 21

Godbout, M. C. (s. d.). *Balles anti-stress*. Wooloo. <https://wooloo.ca/balles-anti-stress/>

Semaine festive

Suggestions lecture



JE SUIS HEUREUX!
par Angèle Delaunois
Philippe Béha
Éditions de l'Isatis
ISBN 9782924309759



**CHARLIE ET LA BRIGADE
CHANTILLY: LE GÂTEAU DU
BONHEUR**
par Karine Lambert
Annick Poirier
Éditions Héritage
ISBN 9782762599473



CORA TSOUFLIDOU
par Mélanie Hébert,
Éditions Bayard Canada Livres
ISBN 9782897700591



CUPCAKES EN FOLIE!
Par Marilou Addison,
Éditions Boomerang
ISBN 9782897096595

Sources des activités

Tourbillon fruité, p. 24

Producteurs laitiers du Canada. (2016, octobre). *Le grand livre des petits chefs*. <https://producteurslaitiers.ducanada.ca/sites/default/files/2019-02/Le-grand-livre-des-petits-chefs.pdf>

Frappé aux fruits, p. 24

Nos petits mangeurs. (s. d.). *Smoothie aux fruits*. <https://www.nospetitsmangeurs.org/recettes/desserts-et-collations/>

Pop banane, p. 25

Boisvert, S. et al. (2022). Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger. Pratico Édition.

À noter, p. 26

Beaudet, G. (s.d.). *L'éveil scientifique en petite enfance*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/sciences/l-veil-scientifique-en-petite-enfance.htm>

Aquarelle bonbon, p. 26

L'astucerie. (s. d.). 6 expériences presque scientifiques avec des bonbons. <https://www.lastucerie.fr/experiences-bonbons/>

Crème glacée, une expérience à manger, p. 27

O'Gleman, G. (s. d.). *De la crème glacée maison... sans sorbetière!* Mordu. <https://ici.radio-canada.ca/modu/3725/creme-glacee-express>

Cristaux de sucre, p. 28

Les Débrouillards. (2018, 24 septembre). *Bonbons d'Halloween en cristaux de sucre*. [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=7Zb05YYUAHE>

Circulaire en mémoire, p. 30

Naître et grandir. (2019, 9 avril). *Cherche les images*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/fiches-activites/bricolage/cherche-les-images/

Jeu de dames, p. 32

Helokids. (s. d.). *Fabrication d'un jeu de dames*. https://fr.hellokids.com/c_12747/activites-manuelles/fabriquer-des-jeux/fabrication-d-un-jeu-de-dames

Danse des bras, p. 33

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-veil-amusants-faire-avec-bebe/>

Fête dansante, p. 33

Scandiffio, S. (2019, 5 février). *49 activités physiques plaisantes à faire avec des enfants de 2 à 4 ans*. Actif pour la vie. <https://activeforlife.com/fr/49-activites-physiques-2-a-4-ans/>

Chorégraphie sans fin, p. 33

Force 4. (2018, 1 mars). *La récré survoltée | La chorégraphie sans fin*. [vidéo]. YouTube. https://force4.tv/series/series_liste/92/0/0

Peinture pouding, p. 34

Educatout.com. (s. d.) *Chocolat*. <https://www.educatout.com/activites/themes/le-chocolat.htm>

Choco-pâte : pâte à modeler au chocolat, p. 34

Educatout.com. (s. d.) *Chocolat*. <https://www.educatout.com/activites/themes/le-chocolat.htm>

Cadre mignon, p. 35

Carlisle, A. (2022, 27 juin). *DIY popsicle stick picture frame – kids craft*. A few shortcuts. <https://afewshortcuts.com/diy-popsicle-stick-picture-frame-kids-craft/>

Pinata, p. 36

Calvez A. (2019, 24 novembre). *Fabriquer une piñata*. [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=FFg3fL1Sigg>

Contenants et couvercles, p. 37

Naître et grandir. (2023, juin). *Comment éveiller l'enfant aux mathématiques?* https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/comment-eveiller-enfant-mathematiques/

Solides en guimauve!, p. 37

Fanny. (s. d.). *La géométrie pour les gourmands*. Beneylu School. <https://beneylu.com/pssst/geometrie-pour-les-gourmands/>

Tour de spaghettis, p. 37

Bergeron, Y. (2022, 20 août). *Expérience : la tour en spaghettis*. Les Débrouillards. <https://www.lesdebrouillards.com/experiences/experience-la-tour-en-spaghettis/>

Suggestions lecture



POURQUOI LE CIEL EST SI HAUT ?
par Dalida Assefsaf
Yves Dumont
Éditions Édito jeunesse
ISBN 9782898260797



LA LÉGENDE DE PAUL THIBAUT
par Annie Bacon
Sans Cravate
Les 400 coups
ISBN 9782895409243



À QUOI SERVENT LES MOUSTIQUES ?
par Pierre-Alexandre Bonin
Danis Drouot, Lucile Auzou
ISBN 9782898242151



VOICI DAVID SUZUKI
par Elizabeth MacLeod
Mike Deas
Scholastic
ISBN 9781443182621

Sources des activités

À noter, p. 40

Beaudet, G. (s. d.). *L'éveil scientifique en petite enfance*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/sciences/l-veil-scientifique-en-petite-enfance.htm>

Trognons, p. 40

Les Débrouillards. (2016, 1 février). *Conseil de Yannick - Le trognon totipotent!* [vidéo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=om_sez-m_rY&list=PL2h7li0-IOH5TFPEOGUEgC8mK1vJuR6Vs&index=15

Pluviomètre, p. 41

MOM-CNRS. (s. d.). *Fabriquer sa station météorologique*. La toilesoute.net. <https://latoilesoute.net/IMG/pdf/meteo.pdf>

Anémomètre, p. 42

MOM-CNRS. (s. d.). *Fabriquer sa station météorologique*. La toilesoute.net. <https://latoilesoute.net/IMG/pdf/meteo.pdf>

Petit singe, p. 44

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-veil-amusants-faire-avec-bebe/>

Yoga des animaux, p. 44-45

Trenchs, F. (2022, 9 septembre). *Yoga Les cartes à imprimer*. Tête à modeler. <https://teteamodeler.ouest-france.fr/yoga-enfant/cartes-yoga-enfant-a-imprimer/les-animaux>

Course des fermiers, p. 46

Force 4. (2018, 23 janvier). *La récré survoltée | La course des fermiers*. [vidéo]. Youtube. https://force4.tv/series/series_liste/92/0/0

Serpents et échelles extrêmes, p. 46

Arcand, M. (2021, 24 septembre). *71 idées de jeux qui font bouger à l'intérieur et l'extérieur*. Vifa Magazine. <https://vifamagazine.ca/bouger/activites-familiales/56-idees-de-jeux-actifs-et-amusants-pour-faire-bouger-les-jeunes/>

Jeu des comparaisons, p. 47

Naître et grandir. (2023, juin). *Comment éveiller l'enfant aux mathématiques?* https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/comment-veiller-enfant-mathematiques/

Grandeur nature, p. 47

Beaudet, G. (s. d.). *25 idées d'activités pour jouer avec les maths à l'extérieur*. Éducatout.com. <https://www.educatout.com/activites/eveil-aux-maths/activites/25-idees-d-activites-pour-jouer-avec-les-maths-a-l-exterieur.htm>

Horloge en folie, p. 47

Arcand, M. (2021, 24 septembre). *71 idées de jeux qui font bouger à l'intérieur et l'extérieur*. Vifa Magazine. <https://vifamagazine.ca/bouger/activites-familiales/56-idees-de-jeux-actifs-et-amusants-pour-faire-bouger-les-jeunes/>

Pieuvre, p.48

Floriane. (2018, 16 juillet). *Des pieuvres en rouleau de papier toilette*. Humeurs créatives. <https://humeurscreatives.com/2015/07/des-pieuvres-en-rouleau-de-papier-toilette/>

Fleur en papier, p. 49

Naître et grandir. (2019, 9 avril). *DIY - Fleur en papier*. [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=6GihM5dBuUQ&t=5s>

Méduse, p. 50

Jeux et compagnie. (s. d.). *Méduse dans une bouteille*. <https://www.jeuxetcompagnie.fr/meduse-dans-une-bouteille/>

Tortue de laine, p. 51

Jeux et compagnie. (s. d.). *Fabriquer une tortue de laine*. <https://www.jeuxetcompagnie.fr/fabriquer-une-tortue-laine/>

À noter, p. 53

Fondation Olo. (s. d.). *6 trucs pour rendre les repas agréables*. https://fondationolo.ca/blogue/alimentation/6-trucs-repas-agreables/amp/?gclid=CjwKCAiA_6yfBhBNEiwAkmXy5wrOEjN8PUz4ALrbvFI49SM7bAirkM6iFu8P0GbCcXcVcQfN1A74PRoC6lkQAvD_BwE

Céleri chenille, p. 53

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Bouchées de chou-fleur, p. 54

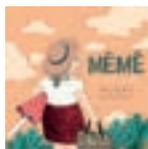
Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition

Tartelettes pour petits singes, p. 55

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition

Semaine touristique

Suggestions lecture



MÉMÉ À LA PLAGE
par Rhéa Dufresne
Aurélie Grand
Les 400 coups
ISBN 9782895407690



LA CHOSE DANS L'ÉTANG
par Carole Tremblay
Aurélie Grand
La courte échelle
ISBN 9782897744885



SAUVETAGE À LA PLAGE !
par Diya Lim
Pascale Constantin
Auzou
ISBN 9782898242106



À VÉLO VERS UNE VILLE NOUVELLE
par Marc-André Brouillard
Les 400 coups
ISBN 9782898150753

Sources des activités

À noter, p. 58

Fondation Olo. (2019, 28 février). *5 trucs pour faciliter les repas avec un enfant difficile*. https://fondationolo.ca/blogue/alimentation/5-trucs-faciliter-repas-avec-enfant-difficile/?gclid=Cj0KCQiA2-2eBhCIARIsAGLQ2RIU24gq1aD3MkH7kKU2kv7b3oZRQNnznzwbUQR_0W6SaVgmWtBPYEaAginEALw_wcB

Cornets à la guimauve, p. 58

Je cuisine. (s. d.). *Cornet gourmand*. <https://www.recettesjecuisine.com/fr/recettes/desserts/cornet-gourmand/>

Sandwich vacances , p. 59

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Nachos sur le feu , p. 59

IGA. (s. d.). *Nachos sur feu de camp*. https://www.iga.net/fr/recettes_inspirantes/recettes/nachos_sur_feu_de_camp

Faire la lecture à voix haute, p. 60

Herrmann, E. (2020). *Mon enfant aime lire*. Solar Éditions

À noter, p. 61

NSPQ. (s. d.). Éveil à la lecture et à l'écriture. <https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre/bebe/developpement-l-enfant/eveil-lecture-l-ecriture>

Bataille navale, p. 63

Keljeu. (s. d.). La bataille navale. <https://keljeu.fr/wp-content/uploads/2020/10/Bataille-navale-keljeu.pdf>

Ho hisse!, p. 64

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-eveil-amusants-faire-avec-bebe/>

Milllette, C. (s. d.). *Pousse et tire*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/poupons-trottineurs/theme/pousse-et-tire.htm>

Il était un petit navire, p. 65

Till the cat. (2020, 4 mai). *Fabriquer un petit bateau*. Mômes par parents. <https://momes.parents.fr/bricolages-diy/bricolages-a-fabriquer/objets-a-fabriquer/fabriquer-un-petit-bateau-831167>

Il était un petit navire , p. 65

Dufay, J. (2017, 27 avril). *Je fabrique un bateau à voile*. Mômes par parents. <https://momes.parents.fr/bricola-ges-diy/bricolages-a-fabriquer/objets-a-fabriquer/je-fabrique-un-bateau-a-voile-856240>

Chasse aux chiffres , p. 66

Beaudet, G. (s.d.). *25 idées d'activités pour jouer avec les maths à l'extérieur*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/eveil-aux-maths/activites/25-idees-d-activites-pour-jouer-avec-les-maths-a-l-exterieur.htm>

Découvrir un parc , p. 68

Garderie nature. (s. d.). *Bienfaits du jeu extérieur en nature*. <https://garderienature.ca/notre-approche/references-scientifiques/>

Promenade à vélo , p. 69

Demers, A. (2014, 6 octobre). *Quelle distance parcourir en vélo ou à pied avec un enfant?* Vifa Magazine. <https://vifamagazine.ca/bouger/pratico-pratique/quelle-distance-parcourir-en-velo-ou-a-pied-avec-un-enfant/>

Suggestions lecture



MON LIT DE RÊVE
par Gilles Tibo
Mathilde Cinq-Mars
Éditions de L'Isatis
ISBN 9782924769249



**CLÉMENT ADER, L'HOMME
QUI VOULAIT VOLER.**
par Katia Canciani
Félix Girard
Éditions de L'Isatis
ISBN 9782898430343



OÙ QUE TU SOIS
par Ariella Prince Guttman
Geneviève Godbout
La Pastèque
ISBN 9782897771201



**LES ÉTERNELS :
BIENVEILLANCE**
par Priska Poirier ,
Éditions de Mortagne
ISBN 9782897921637

Sources des activités

Avion, p. 72

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-veil-amusants-faire-avec-bebe/>

Séance d'aviation, p. 72

Ushakaron (2011, 16 septembre). *File:Paper Airplane.png*. Wikimedia commons. <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=16521380>

À noter, p. 73

Gergès, C. (2021, janvier). *Comment accompagner mon enfant pour développer une saine relation avec les aliments, basée sur l'alimentation intuitive?* Nutritionnistes en pédiatrie. <https://nutritionnistesenpediatrie.com/aider-mon-enfant-a-developper-une-saine-relation-avec-les-aliments-alimentation-intuitive/>

Trempe à la licorne, p. 73

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Nuages dorés, p. 74

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Gâteau arc-en-ciel, p. 75

Smaghe, L. (2020, 4 avril). *Gâteau arc-en-ciel : la recette*. Les explorateurs. <https://lesexplos.com/non-classe/gateau-arc-en-ciel-la-recette/>

Ambiance de rêve, p. 76

Réseau réussite Montréal. (2023, 15 juin). *Le plaisir de lire est une condition essentielle de la réussite éducative*. https://www.reseautreussitemontreal.ca/dossiers-thematiques/lecture-et-perseverance-scolaire/#lire_plaisir_fondamental

À noter, p. 77

Bourassa, M. E. (2020, 15 janvier). *Exercices pour stimuler le langage des enfants. Maman pour la vie*. <https://www.mamanpourlavie.com/sante/enfant/developpement/langage/14167-exercices-pour-stimuler-le-langage-des-enfants.shtml>

Correspondance nocturne, p. 77

Descheneaux, N. (2015, 5 octobre). *10 façons de développer le plaisir de lire. Maman pour la vie*. <https://www.mamanpourlavie.com/lu-vu-entendu/aimer-la-lecture/5437-10-fa-ons-de-d-velopper-le-plaisir-de-lire.shtml>

Attrape la bulle , p. 78

Beaudet, G. (s. d.). *25 idées d'activités pour jouer avec les maths à l'extérieur*. *Educatout.com*. <https://www.educatout.com/activites/eveil-aux-maths/activites/25-idees-d-activites-pour-jouer-avec-les-maths-a-l-exterieur.htm>

Ballons et rebonds , p. 78

Arcand, M. (2021, 24 septembre). *71 idées de jeux qui font bouger à l'intérieur et l'extérieur*. *Vifa Magazine*. <https://vifamagazine.ca/bouger/activites-familiales/56-idees-de-jeux-actifs-et-amusants-pour-faire-bouger-les-jeunes/>

Surprises tactiles, p. 79

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. *Naître et grandir*. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-eveil-amusants-faire-avec-bebe/>

Nuage de pluie, p. 79

Floriane. (2020, 20 avril). *Nuage de pluie avec des empreintes de mains*. *Humeurs créatives*. <https://humeurscreatives.com/2020/04/nuage-de-pluie-avec-des-empreintes-de-mains/>

Licorne, p. 80

Jeux et compagnie. (s. d.) *Bricolage licorne facile*. <https://www.jeuxetcompagnie.fr/bricolage-licorne-facile/>

Tableau de rêves, p. 81

RQRE. (s. d.) Tableau de visualisation. *Les journées de la persévérance scolaire*. <https://journeesperseverancescolaire.com/data/fiche-tableau-visualisation-francais-1.pdf>

À noter, p. 82

Beaudet, G. (s. d.). *L'éveil scientifique en petite enfance*. *Educatout.com*. <https://www.educatout.com/activites/sciences/l-eveil-scientifique-en-petite-enfance.htm>

Couleurs magiques, p. 82

Leblanc, J. (2018, mars). *Sciences: activités pour apprendre en jouant*. *Naître et grandir*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/apprentissage-jeux/sciences-activites-apprendre-jouer/>

Arc-en-ciel, p. 82

Alloprof Parents. (s. d.). *10 activités scientifiques à faire à la maison*. *Alloprof*. https://www.alloprof.qc.ca/fr/parents/articles/saines-habitudes-vie-activites-pedagogiques/activites-scientifiques-maison-k1404?utm_source=facebook&utm_medium=cpc&utm_campaign=boost-articles-app&utm_term=en-savoir-plus&utm_content=activites-scientifiques-maison&fbclid=IwAR0Klw4_zt83idx47dgKDb8FS3ZEHhAk28tbgFnk_oz_rCUmIYf_XS_x_k4

Bulle dans une bulle, p. 83

Les Débrouillards. (2015, 30 juin). *Une bulle dans une bulle...* [vidéo]. *YouTube*. <https://www.youtube.com/watch?v=PUL7JuNMOzM&list=PL2h7li0-IOH5TFPEOGUEgC8mK1vJuR6Vs&index=24>

Suggestions lecture



GRANDEDENT, PRESQUE TERRIFIANT
par Valérie Fontaine
Fanny Berthiaume
Scholastic
ISBN 9781443192132



BOUMBIDOU
par Valérie Picard,
M. Ed
ISBN 9782924663202



LE GROS MONSTRE QUI AIMAIT TROP LIRE
par Lili Chartrand
Rogé
Dominique et compagnie
ISBN 9782895126713



UN MONSTRE NOMMÉ MEMPHRÉ
par Martine Latulippe
Catherine Petit
Auzou
ISBN 9782898241925

Sources des activités

À noter, p. 86

Beudet, G. (s. d.). *L'éveil scientifique en petite enfance*. Educatout.com. <https://www.educatout.com/activites/sciences/l-veil-scientifique-en-petite-enfance.htm>

Petit fantôme, p. 86

Leblanc, J. (2018, mars). *Sciences: activités pour apprendre en jouant*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/apprentissage-jeux/sciences-activites-apprendre-jouer/>

Glu monstrueuse, p. 87

Parlons sciences. (s. d.) *Est-ce un liquide ou un solide?* <https://parlonssciences.ca/ressources-pedagogiques/activites-pratiques/est-ce-un-liquide-ou-un-solide>

Glu moussante, p. 87

Les Débrouillards. (2020, 2 mars). *Nos 5 meilleures recettes de slime*. <https://www.lesdebrouillards.com/experiences/nos-5-meilleures-recettes-de-slime/>

Bibitte, p. 89

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-veil-amusants-faire-avec-bebe/>

Histoire en pot (4-6 ans), p. 89

Goldschmidt, C. (2017, 24 mars). *Jeu maison pour inventer des histoires en famille!* Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/jeu-maison-pour-inventer-des-histoires-en-famille/>

Histoire en pot (7-12 ans), p. 89

La Clef. (2019, 30 décembre). *Un jeu pour inventer des histoires*. [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=uJR2m4rm8D4>

Coucou, p. 90

Bourassa, M.E. (2020, 24 avril). *Jouer à la cachette. Maman pour la vie*. <https://www.mamanpourelavie.com/jeux-fetes-activites/jeux/activites-jeux/11565-jouer-la-cachette.shtml>

Drago dit, p. 90

Educatout.com. (s. d.). *Monstres*. <https://www.educatout.com/activites/themes/les-monstres.htm>

Cachette, p. 90

Jeux et compagnie. (s. d.). *Cache-cache : règle du jeu et variantes*. <https://www.jeuxetcompagnie.fr/cache-cache-et-variantes/>

Dessin absorbant, p. 91

Floriane. (2014, 10 novembre). *Dessiner sur du papier essuie-tout*. Humeurs créatives. <https://humeurscreatives.com/2014/11/dessiner-sur-du-papier-essuie-tout/>

Dragon, p. 91

Moi je fais. (2017, 2 août). *Bricolage facile – Le dragon*. <http://www.mojefais.com/bricolage-enfant-dragon/>

Mangeurs de page, p. 92

Loir, S. et Puset, L. (2023, 6 août). *DIY : comment faire un marque page « monstre » en papier?* Mômes par parents. <https://momes.parents.fr/bricolages-diy/origami-et-bricolages-en-papier/des-marque-pages-en-papier-monstrueux-831988>

Orteils à croquer, p. 94

Naître et grandir. (2023, juin). *Comment éveiller l'enfant aux mathématiques?* https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=comment-eveiller-enfant-mathematiques

Abominable bataille, p. 94

Cournoyer, C. et Cournoyer Gonzalez, M. (s. d.). *40 activités pour pratiquer le français et les mathématiques en s'amusant pendant la quarantaine*. Say Ça Montréal. <https://saycamontreal.ca/wp-content/uploads/2020/04/40-activite%CC%81s-pour-apprendre-en-samusant-pendant-la-quarantaine.pdf>

À noter, p. 95

Morin, I. (2017, 13 mars). *Quand l'heure des repas vire au combat*. La Presse. <https://www.lapresse.ca/vivre/famille/201703/13/01-5078213-quand-lheure-des-repas-vire-au-combat.php>

Bouchée crevette, p. 95

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Ensorcelante brioche, p. 96

Leduc, A. (2020, 24 mars). *Brioches express*. *Les Explorateurs*. <https://lesexplos.com/activite/recette/brioches-express/>

Régal de monstre, p. 97

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Semaine musicale

Suggestions lecture



C'EST MOI QUI DÉCIDE!
par Élise Gravel
La courte échelle
ISBN 9782897742843



FRIDA, C'EST MOI
par Sophie Faucher
Cara Carmina
Édito
ISBN 9782924720035



AUGUSTINE
par Mélanie Watt
Éditions Scholastic
ISBN 9780439941341



CAPITAINE BABOUNE
par Réjean Roy
Michel Ouellette
Bouton d'Or Acadie
ISBN 9782896820092

DISPONIBLE EN VERSION AUDIO



C'EST MOI QUI DÉCIDE!



FRIDA, C'EST MOI



AUGUSTINE



CAPITAINE BABOUNE

Sources des activités

Kazoo, p. 100

Alice. (s. d.). *16 instruments de musique à fabriquer pour vos enfants*. Des idées. <https://desidees.net/16-instruments-de-musique-a-fabriquer-vos-enfants/3/>

Harmonica, p. 100

Cabane à idées. (2018, 16 janvier). *DIY : Un harmonica avec des bâtonnets en bois*. <https://www.cabaneaidees.com/diy-harmonica-batonnets-bois/>

Kalimba, p. 101

ThriftyFun. (2017, 6 juin). *How to make a Thumb Piano*. [video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=fECy_eZPM9o&t=3s

Écouter un livre audio, p. 102

Ohdio de Radio-Canada : <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/categories/1003063/livres-audio>

Chanter et mimer, p. 103

Scandiffio, S. (2019, 5 février). *49 activités physiques plaisantes à faire avec des enfants de 2 à 4 ans*. Actif pour la vie. <https://activeforlife.com/fr/49-activites-physiques-2-a-4-ans/>

Percussion corporelle, p. 103

Capuchon à l'école. (s. d.). *Percussions corporelles*. <http://capuchonalecole.eclublog.com/percussions-corporelles-a206179096>

Rime rythmique, p. 104

Scandiffio, S. (2020, 18 mars). *Les écoles sont fermées. On fait quoi maintenant? Voici plus de 200 activités à faire à la maison, avec les enfants*. Actif pour la vie. https://activeforlife.com/fr/plus-200-activites-maison/?utm_source=Google%20Grant&utm_medium=Search&utm_campaign=COVID%2019%20French%20Quebec&gclid=Cj0KCQiA2-2eBhCIARIsAGLQ2RknHpZayfdd67bN7gKlk3Hc7zFb4NVFP1DkY4yogoaf5FiWfx_9WoaAhc7EALw_wcB&gclid=aw.ds

Chanson inventée, p. 104

Chant'Yvelines. (s. d.). *Fiche : inventer des paroles pour une musique*. <http://chantyvelines.net/fiche-inventer-des-paroles-pour-une-musique/>

Bruit mystérieux, p. 105

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-eveil-amusants-faire-avec-bebe/>

Xylophone, p. 105

Bergeron, Y. (2021, 17 juin). *Fabrique un instrument avec des bouteilles!* Les Débrouillards. <https://www.lesdebrouillards.com/experiences/fabrique-un-instrument-avec-des-bouteilles/>

Cuillère timbale, p. 106

Morissette, C. (2022, 14 septembre). *Expérience sur le son : la cuillère timbale*. Les Débrouillards. <https://www.lesdebrouillards.com/parents/experience-cuillere-timbale/>

Voir le son, p. 106

Rentreediscount. (2018, 19 octobre). #14 *Comment peut-on voir le son? Les petites expériences scientifiques*. [vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=-Yz7OWh2h1g>

Danse folle, p. 107

Goldschmidt, C. (2021, 1 novembre). *15 jeux d'éveil amusants à faire avec bébé*. Naître et grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/chroniques/15-jeux-eveil-amusants-faire-avec-bebe/>

Statue, p. 107

Tête à modeler. (2022, 20 juin). *15 super jeux musicaux à proposer aux enfants*. <https://teteamodeler.ouest-france.fr/jeux-musicaux/15-jeux-musicaux-pour-s-amuser-avec-les-enfants>

Chat musical, p. 107

Terre TV. (s. d.). *11 jeux musicaux à proposer aux enfants*. <https://www.terre.tv/loisirs/jeux-musicaux-proposer-enfants/>

Pierre appelle Paul, p. 107

URLS-BSL. (s. d.). *Banque de jeux*. https://urls-bsl.qc.ca/images/Upload/loisir-municipal/banque_de_jeuxfqcl.pdf

Symphonie de légumes, p. 108

Naître et grandir. (2009, décembre). *Salade verte*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/alimentation/cuisiner-enfant/fiche.aspx?doc=ik-naitre-grandir-salade-verte>

Wrap rythmé, p. 109

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Concert de tortellinis, p. 109

Boisvert, S. et al. (2022). *Le chef, c'est moi! : 100 recettes que les enfants adorent cuisiner et manger*. Pratico Édition.

Votre avis nous intéresse !



Vous pouvez nous faire parvenir vos commentaires et suggestions par courriel au : info@actionreussite.ca.



Envie de partager vos créations sur les réseaux sociaux ?

Taguez :

Facebook : [@Action réussite](#)

Instagram : [#actionreussiteat](#)

www.actionreussite.ca
www.facebook.com/actionreussiteAT
www.instagram.com/actionreussiteat/
<https://www.youtube.com/@actionreussiteat>

Cahier d'activités

Ce cahier vous propose une panoplie d'activités pour garder l'esprit aiguisé. Il a pour objectif de vous outiller et vous accompagner dans la réalisation d'activités avec les enfants afin de contrer la glissade de l'été. Vous y trouverez des propositions pour amuser petits et grands durant des semaines, des charades et énigmes, des suggestions de lecture, des trucs et conseils et bien plus encore.

S'amuser pour apprendre, qui dit mieux?

ISBN 978-2-9821661-0-3



www.actionreussite.ca
www.facebook.com/actionreussiteAT
www.instagram.com/actionreussiteat/
<https://www.youtube.com/@actionreussiteat>

Action
Réussite
Abitibi-Témiscamingue

CULTIVONS
leur potentiel

Québec

