

Tableau de Printemps Végétal et Mosaïques : à partir de 18 mois et +, même pour les adultes

Voici une jolie activité pour fêter l'arrivée du printemps malgré la situation actuelle... il fait un temps magnifique et ici, nous avons envie de fêter l'arrivée du printemps !

En effet, pour les enfants, le respect des rythmes et les activités réalisées en respectant les saisons leur apportent un équilibre et une routine qu'ils retrouvent chaque année et qu'ils prennent plaisir à réitérer. Cela les rassure, on ramène la nature chez nous avec ces jolies créations !

MATERIEL, il te faut :

- Du papier fort de couleur
- 1 Rouleau de papier adhésif transparent (comme du couvre livres, il faut qu'il soit adhésif)
- Des éléments ramassés dans la nature : des feuilles, des fleurs, de la mousse ect... (pour les fleurs et les feuilles, il vaut mieux les faire sécher au préalable dans les pages d'un livre afin que votre réalisation ne pourrisse pas) !! ici nous avons ramassé des feuilles en automne et les avons faites sécher, elles étaient donc déjà prêtes.

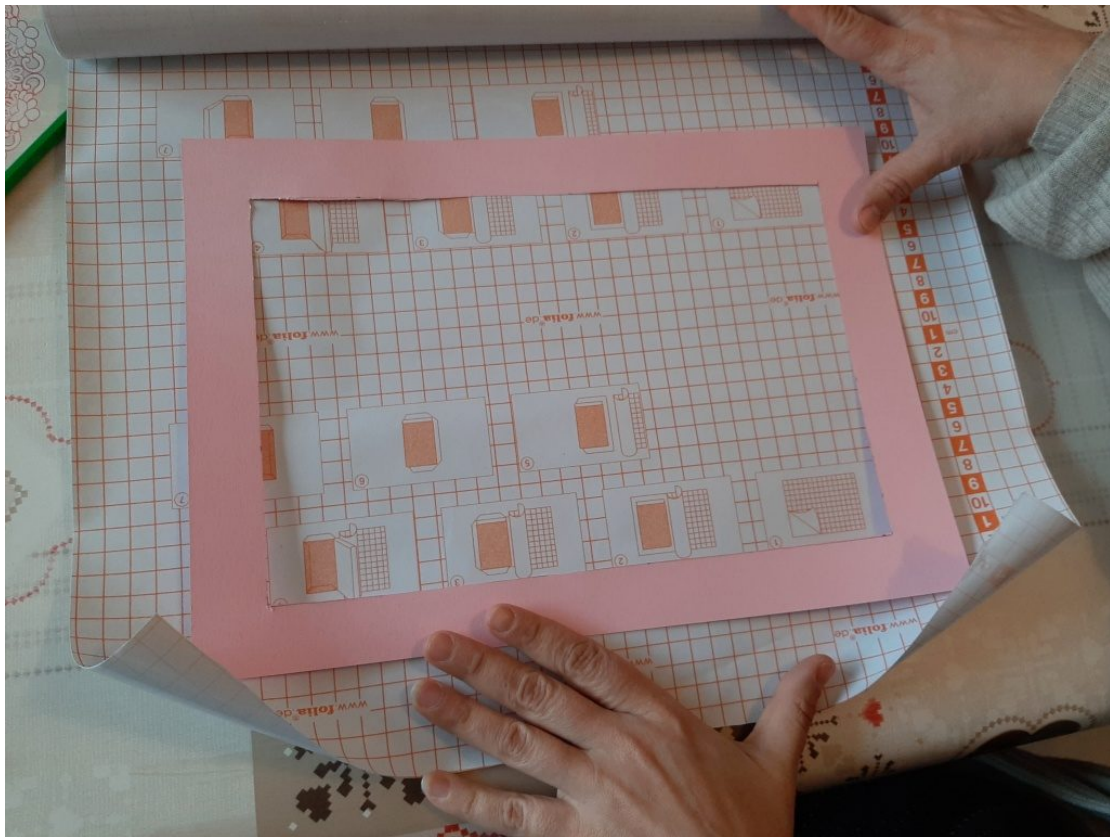
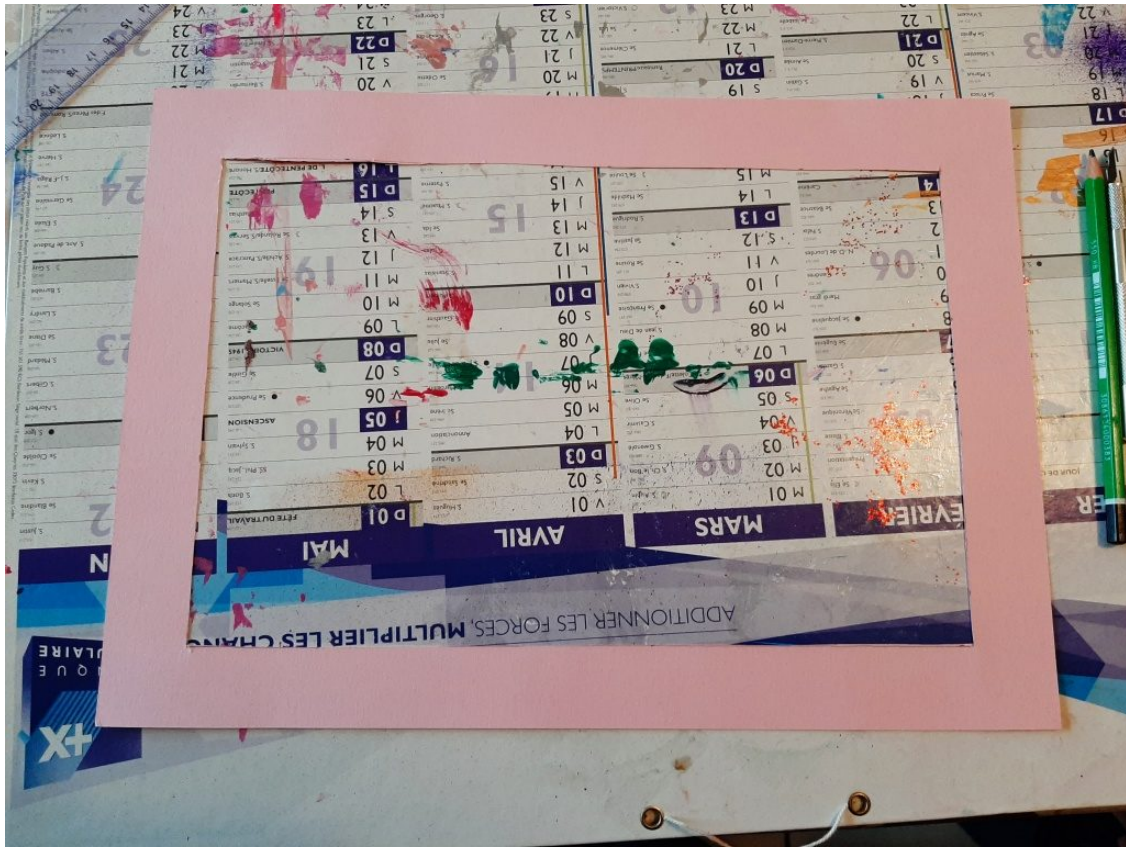
- Des carrés de papier de soie ou papier vitrail
- Des éléments qui rappellent le printemps : ici un papillon, des gommettes, des éléments à coller
- Des paillettes (pas obligatoire)

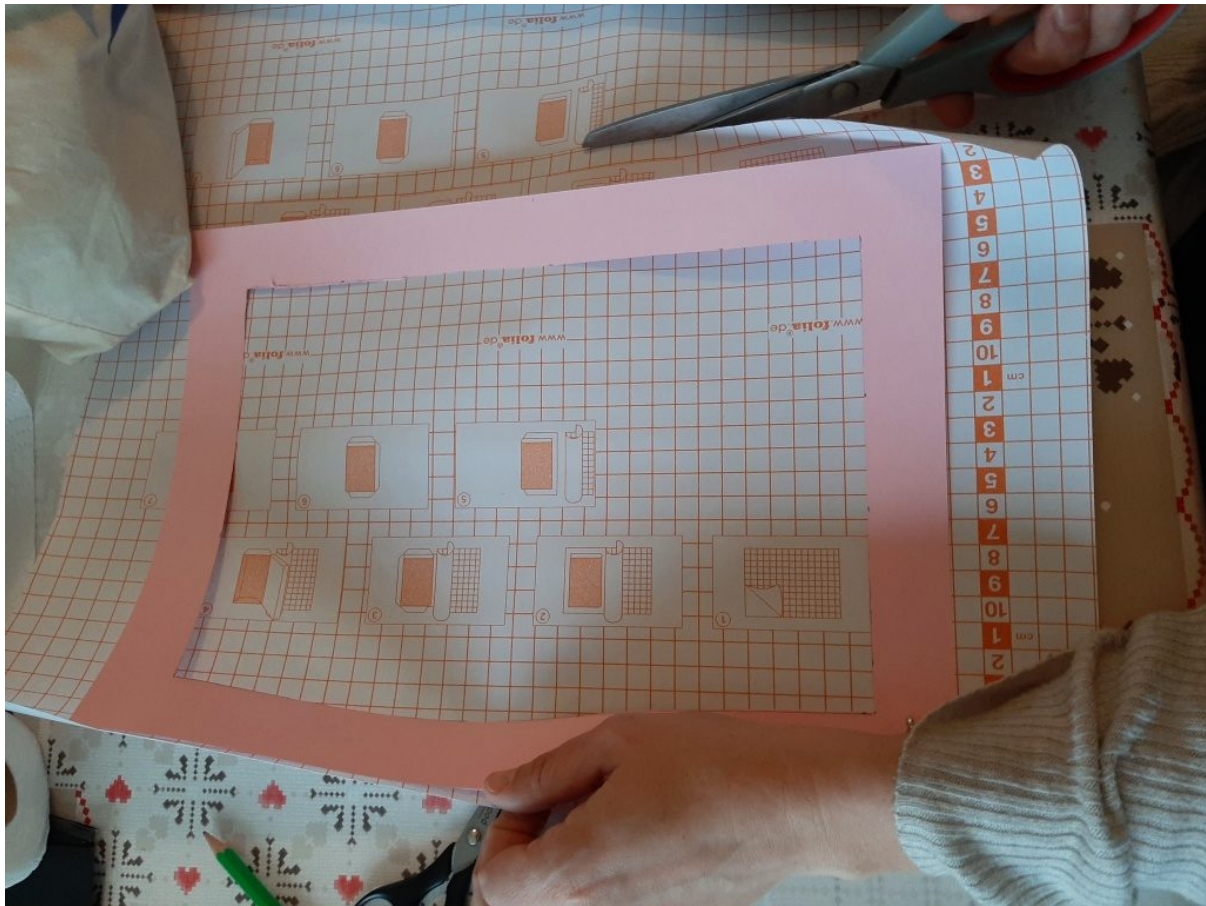
TUTO/REALISATION:

- Découpe l'encadrement de ton tableau dans du papier fort, d'environ 3 cm de large
- Prépare et découpe au préalable des petits carrés de papier de soie ou papier vitrail et dispose-les dans des petits pots
- Découpe un morceau de film adhésif transparent légèrement plus grand que ton encadrement . Décolle la protection du papier. Colle ton encadrement dessus.
- Colle des éléments naturels et tes papiers de soie sur le film adhésif. Superpose les morceaux de tes mosaïques, de sorte qu'il n'y ait pas trop de trous.
- Découpe le film transparent qui dépasse autour de ton tableau
- Place un 2ème film transparent autocollant sur ta création pour qu'elle s'abîme moins vite et ainsi la conserver longtemps

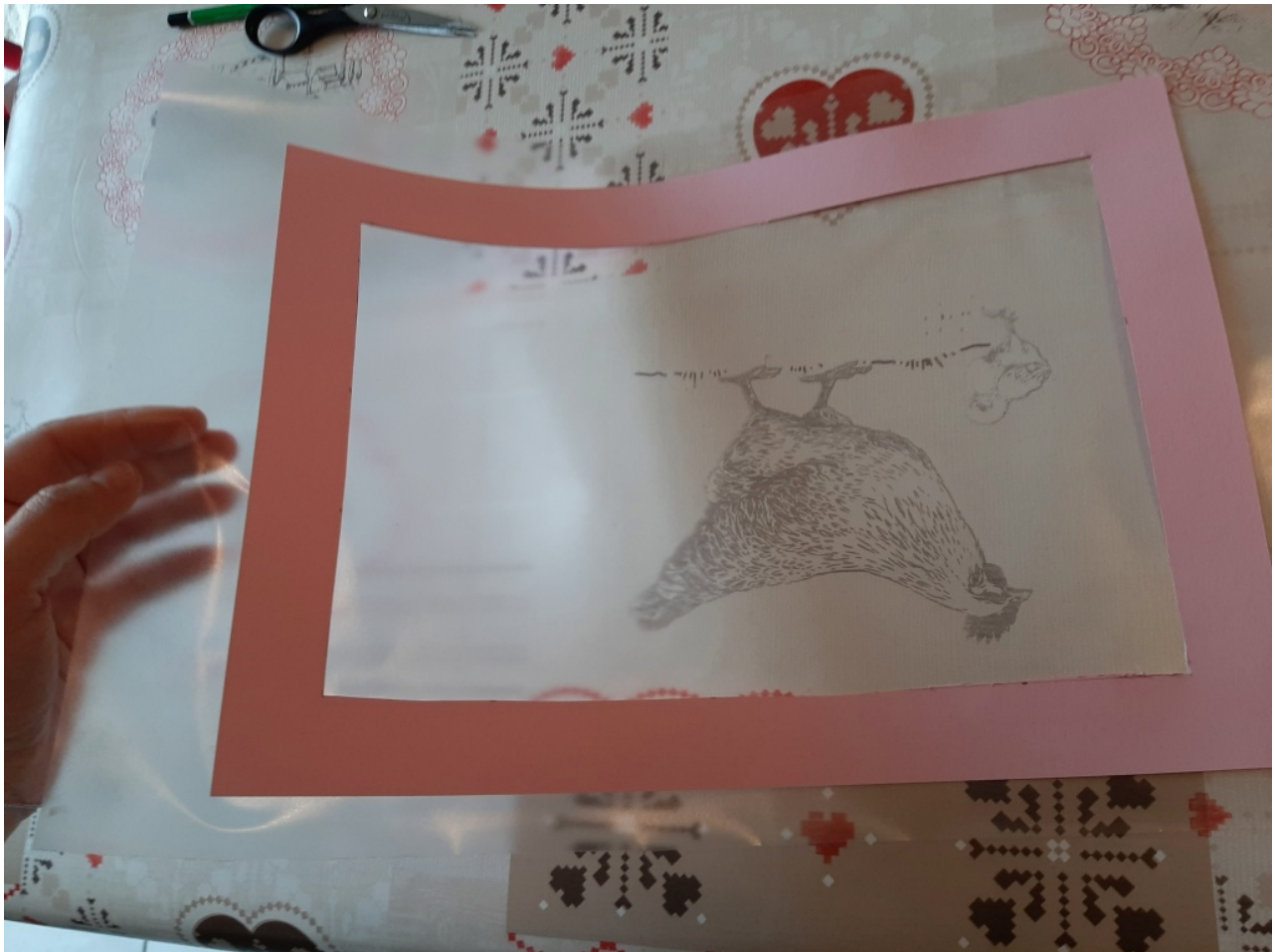


Découpe l'encadrement de ton tableau dans du papier fort, d'environ 3 cm de large





Découpe un morceau de film adhésif transparent légèrement plus grand que ton encadrement .



Décolle la protection du papier. Colle ton encadrement dessus.



Prépare et découpe au préalable des petits carrés de papier de

soie ou papier vitrail et dispose-les dans des petits pots , ainsi que des petits éléments décoratifs si tu le souhaite



L'enfant colle des éléments naturels ramassés lors d'une promenade sur le film adhésif.



Laisse l'enfant choisir ce qui lui plaît



Elsa a choisi de coller des petites étoiles, et un joli papillon



On commence le collage du papier de soie pour donner de jolies couleurs à notre tableau



Superpose les morceaux de tes mosaïques, si possible de sorte qu'il n'y ait pas trop de trous.



Puis viennent s'inviter des petits personnages et éléments de l'hiver, comme pour marquer dans la tête de ma puce le passage de l'hiver au printemps... en Effet, hier il faisait 2 degrés et on a même eu des flocons de neige !!! (nous sommes en Charente Maritime) alors que le semaine dernière nous étions en tee shirt !!

J'avais proposé à ma fille plusieurs éléments en rapport avec le printemps mais elle a absolument voulu coller des décors d'hiver et de Noël !! Ce sera un tableau de transition mi-végétal-mi mosaïques, pour un passage de l'hiver au printemps, et après tout les enfants ont une pensée logique, il fait encore froid certains jours et on voit en parallèle le printemps qui pointe le bout de son nez, la faune et la flore qui réveillent, donc son tableau est bien représentatif de ce qu'elle observe finalement (bon sans le père Noël hein bien sûr)!!



Les paillettes viennent agrémenter la toile, élément quasi indispensable ici !



Place un 2ème film transparent autocollant sur ta création pour qu'elle s'abîme moins vite et ainsi la conserver longtemps



Découpe le film transparent qui dépasse autour de ton tableau



Ton tableau est prêt ! il n'y a plus qu'à aller l'accrocher sur une vitre



Et voilà ! Notre tableau mi végétal-mi mosaïques est accroché ! Les couleurs et l'effet de transparence est très joli et illumine la pièce, même par temps de pluie ! et Elsa est fière du résultat !



On peut aussi réaliser des variantes, avec de jolis mandalas nature, que l'on peut décorer avec des fleurs ect... Nous n'avons pas mis de fleurs car elles sont en train de sécher pour une future réalisation !

C'est une activité également appréciée des adultes car elle permet des créations diverses !!

Age de l'enfant au moment de l'activité : 5 ans

2 Jolies premières créations pour bébé + Recette écologique de la peinture à doigts

2 Jolies premières créations pour bébé + Recette écologique de la peinture à doigts

Crée un papillon avec les mains de bébé :



- Trace le contour des mains de bébé pour réaliser les ailes de ton papillon !
- Colorie ou ajoute des paillettes, ou fais coller des gommettes à bébé selon son âge. Cela te fera un joli souvenir, colle-le dans son cahier d'activités ou accroche-le !

Première Peinture aux doigts de bébé :



On peut faire réaliser cette première peinture dès 8 mois environ.

1 – Donne une feuille colorée en papier fort à bébé, où tu auras disposé au préalable un peu de peinture (gouache spéciale doigts, tu peux aussi fabriquer ta propre peinture à doigts écolo)

2- Laisse bébé exprimer sa créativité, sous ta surveillance.

3- Attends le séchage complet de la peinture, puis trace un cœur sur la feuille. découpe-la et garde précieusement son 1er chef d'oeuvre en souvenir !

4 – C'est l'heure du nettoyage pour bébé !



Bébé découvre la peinture à doigts et réalise ses premières expériences sensorielles



Laisse bébé s'exprimer sous ta surveillance, il est important de laisser s'exprimer la créativité, même chez le tout-petit



Une séance de nettoyage s'impose !



Une fois la peinture sèche, découpe un cœur dans la feuille, et tu auras une jolie peinture personnalisée !

Recette de la peinture à doigts écologique



Il te faut :

- 1/2 verre de féculé de Maïs (Maïzena)
- 1/2 verre d'eau froide
- 1.5 verre d'eau chaude
- Une casserole
- de la Glycérine
- 1 colorant alimentaire ou colorant naturel

Mélange dans une casserole 1/2 verre de maïs et 1/2 verre d'eau froide. Verse un verre d'eau et demi d'eau très chaude et mélange. Laisse chauffer la mixture à feu doux, elle va gonfler et former une pâte

Laisse refroidir et ajoute 2 cuillères à soupe de glycérine et un colorant alimentaire.

Tu peux colorer ta préparation de façon naturelle avec des épices comme le paprika (jaune ou rouge), curry, jus de betterave, jus d'épinard, thé...

4 Activités d'encastrement Montessori pour bébé dès 10 mois

Entre 12 et 18 mois, le petit enfant aime introduire, retirer, transvaser les objets. Il aime manipuler et développe

sa motricité fine .

Les jeux d'encastrement sont parfaits pour cette période, et ces activités autonomes s'inspirent de la pédagogie Montessori. Le jeu d'encastrement DIY ci-dessous permet de comprendre la relation de cause à effet, et la permanence de l'objet. L'enfant comprend que ce qui disparaît de sa vue ne cesse pas d'exister : ce sont des jeux à réaliser pendant cette période sensible et encore plus si votre enfant a du mal à se séparer de vous, ou angoisse dès qu'il ne vous a plus dans son champ de vision !

Votre rôle en tant que parent bienveillant, en appliquant la pédagogie Montessori sera de « **l'aider à faire seul** », **phrase emblématique et si chère à Maria Montessori**. C'est à dire l'encourager et l'observer de manière bienveillante sans intervenir et donc ne pas entraver son plaisir de réussir par lui-même. A chaque victoire, sa confiance en lui grandit et lui donnera le goût de poursuivre ses découvertes. Bien sûr, si la difficulté bloque trop votre enfant et le désintéresse de l'activité, un petit coup de pouce de votre part peut relancer le jeu.

Encastrement de bouchons dans une boîte de lait recyclée dès 10 mois

MATERIEL : pour cette activité il te faut :

- Une Grande boîte de lait
- Du scotch décoratif Masking Tape
- Des bouchons de bouteille de lait ou des couvercles de petit pots

- des rubans colorés
- Un cutter



Présente à bébé un bac rempli de bouchons, ou des bouchons dans une boîte de mouchoirs, cela exercera encore + sa motricité fine en allant glisser sa main dans la boîte !

REALISATION :

- Bien laver et sécher la boîte de lait et les couvercles des petits pots
- Utilise un cutter pour découper la ou les formes dans le couvercle de la boîte de lait (au format des objets à encastrer) tu peux créer diverses formes, mais pour débiter, le plus simple est le mieux
- Décore ta boîte avec du scotch Masking tape ou de la peinture par exemple
- Enroule et noue des rubans colorés autour de la boîte,

bébé va adorer les manipuler ! Ce qui donne une boîte 2 en 1 !

- Tu peux aussi réaliser cette activité avec des pailles en faisant des trous ronds dans le couvercle

Apports : Activité DIY qui permet à bébé d'exercer sa motricité , de comprendre la relation de cause à effet et la permanence de l'objet en ouvrant ensuite le couvercle et en retrouvant tous ses petits bouchons qui n'ont pas disparu ! Bébé se sent valorisé de ses réussites et développe sa confiance en lui



Bébé exerce sa motricité fine !

Vous trouverez des rubans ici :

https://www.amazon.fr/gp/product/B071S8NVCF/ref=as_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=jeuxetpartage-21&creative=6746&linkCode=as2&creativeASIN=B071S8NVCF&linkId=a4c69bdb2bbfb9e0ea03da0672203c0

On peut proposer d'autres activités d'encastrement qui sont top comme :

Encastrement de grandes pailles dans une bouteille d'eau



Encastrement de cotons-tiges dans un contenant à trous (comme un contenant pour épices)



Ces activités apportent beaucoup à l'enfant et elles sont peu coûteuses car on utilise du matériel recyclé.

Encastrement de Fils Chenille/Fils cure-pipe dans une passoire



Encastrement de Fil Chenille/Fil cure-pipe dans une passoire, les petits adorent !

D'autres idées d'activités pour occuper bébé sur le blog !!

Chèr(e)s lectrices et lecteurs,

Les liens affiliés vont permettent principalement à Jeux et Partage de rémunérer l'hébergeur, et certains services

logiciels payants utilisés pour la réalisation du site, que je viens de créer au mois de Février. Ces liens portent uniquement sur du matériel que nous avons utilisé pour réaliser nos activités artistiques, des produits que j'utilise personnellement, ou bien des produits que j'ai choisi avec soin, et qui correspondent à des critères de qualité écologiques, artistiques et créatifs.

J'ai à cœur de vous proposer des articles de plus plus en plus nombreux depuis la jeune création du blog en Février 2020, qui sont entièrement gratuits, un chiffre qui est en évolution constante. Cela représente un temps de travail important pour moi, que votre participation, en cliquant sur ces liens affiliés, ne rémunère pas à proprement dit ; cependant, votre action renvoie tout de même de la valeur au travail considérable effectué, et soutient l'auteure. Merci donc pour votre contribution en passant par ces liens pour l'achat de votre matériel, cela m'aide à fournir un travail toujours plus qualitatif pour vous aider dans votre quotidien de parent ! Par ailleurs, vos commentaires et échanges sont très importants, Jeux et Partage vous remercie chaleureusement pour votre compréhension, Laetitia.

Vous trouverez ci -dessous le matériel utilisé pour la réalisation de l'activité

- Ici vous avez 24 rouleaux de Masking Tape pour un prix

très intéressant ! et livré rapidement

Parcours de Motricité anti-confinement !!

Par ces temps compliqués, il faut trouver des idées pour occuper les loulous ! Ils ont vraiment besoin de bouger tout comme les adultes d'ailleurs et il est important de continuer à aller en extérieur un minimum. Par chance nous habitons à la campagne et nous avons un grand jardin, j'ai donc agencé un parcours de motricité avec du matériel dont je dispose en tant que parent, et professionnelle petite enfance.

Après, c'est la créativité qui a parlé, et les enfants ont modifié les obstacles du parcours plusieurs fois, ça les a occupé vraiment un long moment. D'ailleurs, les parents aussi ont participé et nous avons même testé notre temps record avec un chronomètre. Alors qui a gagné ????



Départ 3,2,1, top !!!!! On court autour des plots en slalom avec une balle dans une cuillère profonde



Tout le monde y passe !



On dépose la balle dans une bannette à linge



Le passage de la poutre ! Attention de ne pas trop se précipiter ! on teste notre équilibre



Passage à 4 pattes par le tunnel pour les plus petits ! Ou on saute par dessus pour les plus grands ! Motricité quand tu nous tiens...





On enchaîne avec le parcours d'anneaux, on saute à pieds joints puis à cloche pieds dans les 2 derniers anneaux, on travaille la coordination



et hop ! chacun son tour !!!



On doit courir pour mettre le petit ballon dans le panier de basket !



■ On enchaîne avec la course, ballon au pied



■ Ou à la main pour les petits



On arrive au lancer d'anneaux ! 5 anneaux à lancer sur les tiges ! Qui est le plus habile ??



■ Passage sous la chaise



■ Ou par dessus !

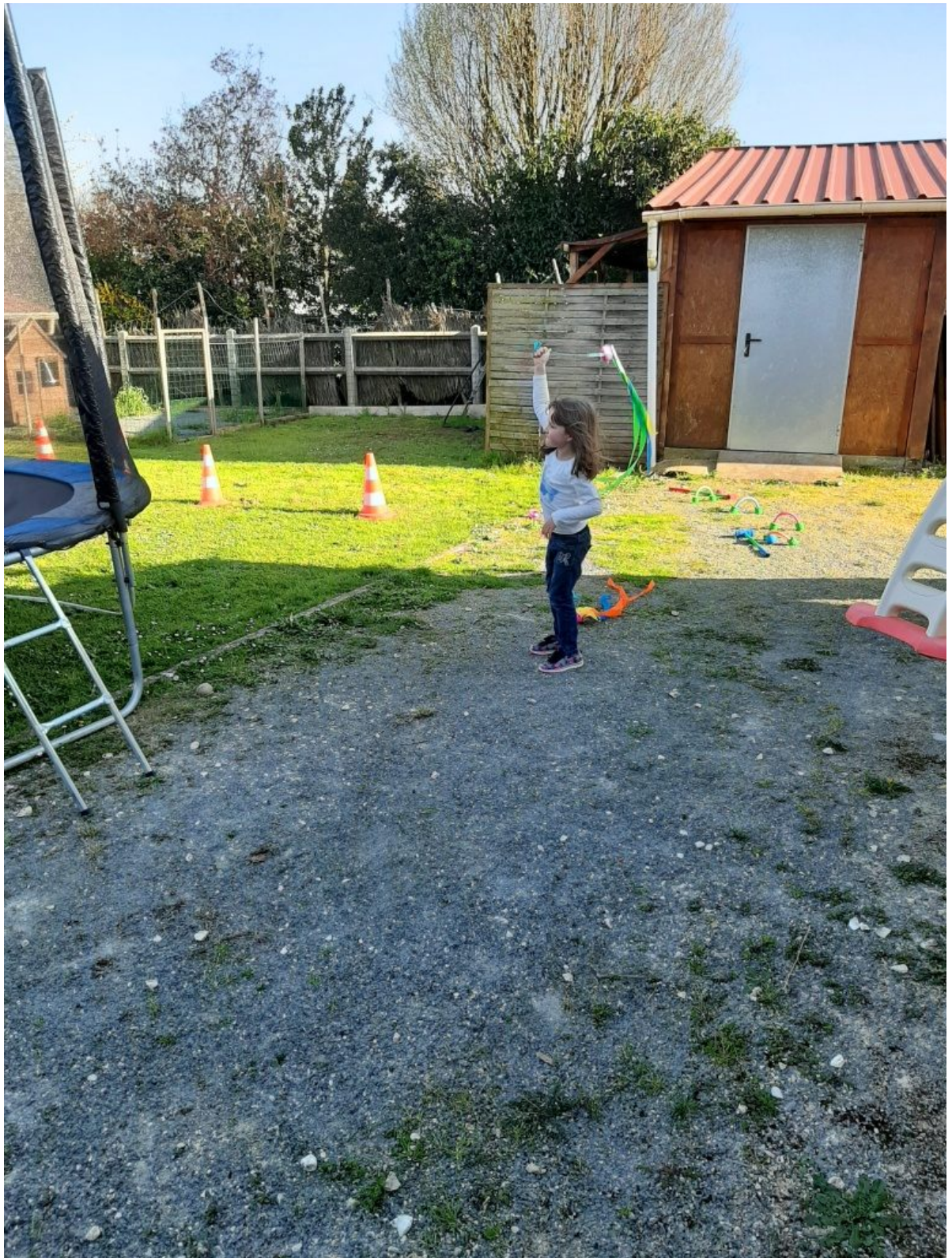


On court le plus vite possible jusqu'à l'obstacle suivant



Le jeu du croquet avec 4 passages à effectuer sous les anneaux , décidément certains ont plus d'adresse que d'autres !





■ Et pour le final, encore de l'adresse couplé à de la force !

Tout le monde a beaucoup apprécié le jeu de parcours, et ce qui est vraiment intéressant, c'est que l'on peut y jouer à tout âge en adaptant les obstacles, et les règles du jeu.

Chèr(e)s lectrices et lecteurs,

Les liens affiliés vont permettent principalement à Jeux et Partage de rémunérer l'hébergeur, et certains services logiciels payants utilisés pour la réalisation du site, que je viens de créer au mois de Février. Ces liens portent uniquement sur du matériel que nous avons utilisé pour réaliser nos activités artistiques, des produits que j'utilise personnellement, ou bien des produits que j'ai choisi avec soin, et qui correspondent à des critères de qualité écologiques, artistiques et créatifs.

J'ai à cœur de vous proposer des articles de plus plus en plus nombreux depuis la jeune création du blog en Février 2020, qui sont entièrement gratuits, un chiffre qui est en évolution constante. Cela représente un temps de travail important pour moi, que votre participation, en cliquant sur ces liens affiliés, ne rémunère pas à proprement dit ; cependant, votre action renvoie tout de même de la valeur au travail considérable effectué, et soutient l'auteure. Merci donc pour votre contribution en passant par ces liens pour l'achat de votre matériel, cela m'aide à fournir un travail toujours plus qualitatif pour vous aider dans votre quotidien de parent ! Par ailleurs, vos commentaires et échanges sont très importants, Jeux et Partage vous remercie chaleureusement pour votre compréhension, Laetitia.

Vous trouverez ci -dessous le matériel utilisé pour la réalisation de l'activité :

Tunnel d'activités livré rapidement :

Un jeu d'anneaux en bois résistant ci dessous :

Activité bébé : Peinture « propre » selon la Pédagogie Montessori, dès 8 mois

Cette activité d'inspiration Montessori permet à bébé de découvrir les couleurs et de se s'initier à la peinture.

Par l'éveil des sens de la vue et du toucher, Bébé va développer sa vue en regardant les jolies couleurs se mélanger, et en manipulant la peinture à travers le sac il va développer le sens du toucher et ainsi effectuer ses premières expériences sensorielles et artistiques !

Cette activité favorise la créativité car en la proposant de façon libre, en respectant la pédagogie Montessori, bébé expérimente sa peinture librement selon son envie.

Cette activité peut être réalisée à moindre coût puisqu'il faut très peu de matériel.

MATERIEL :



Il te faut peu de matériel !

- Une feuille blanche
- Une feuille plastifiée transparente ou un sac congélation avec un zip
- 4 couleurs de peinture (gouache)
- Du Scotch

REALISATION :



- Dispose 4 couleurs de peinture primaire sur une feuille blanche
- Place la feuille blanche à l'intérieur d'une feuille plastifiée ou dans un sac congélation avec un zip
- Ferme l'ouverture à l'aide d'un gros scotch large (ou du zip, mais il est toujours mieux de renforcer avec du scotch)

Bébé découvre les couleurs et manipule la peinture à travers le sac, sans se salir pour les premières expériences.





Bébé fait ses premières expériences en manipulant comme il le souhaite !





On peut donner à bébé des accessoires comme le rouleau pour étaler la peinture.

On peut aussi proposer cette activité en version XXL avec une feuille grand format, en la disposant par exemple sur un grand support cartonné, recouvert de film transparent que l'on scotchera tout autour !

Un enfant plus grand peut aussi faire de la peinture propre et effectuer une expérience plus scientifique, en mélangeant les couleurs par exemple, et découvrir la couleur obtenue.

Difficulté de la fabrication 1 /5

Temps de fabrication 2/5

Coût du matériel pour l'activité : 1 /5

Durée de l'activité pour l'enfant : 10 minutes environ

Note Globale de l'activité : ici on a donné 5/5

**Cette semaine, d'autres articles à venir pour occuper bébé !
des idées créatives et issues des pédagogies alternatives !
Pensez à vous inscrire au club pour recevoir des idées
d'activités et 4 bonus ! (en haut du blog)**

Comment Booster la confiance en soi de son enfant, 20 pistes et des exercices pratiques !

20 pistes pour plus de confiance et un enfant épanoui !

Heureusement, **La confiance en soi** n'est pas quelque chose qu'on a, ou qu'on a pas ! Elle se cultive et dépend aussi de la personnalité de chacun, car plus on « est conscient », moins on est confiant ! En effet, un enfant très intellectuel qui réfléchit beaucoup ainsi qu'un enfant très sensible seront plus attentifs à ce qui se passe autour d'eux, ils auront davantage de paramètres traités par leur cerveau et seront donc généralement moins confiants car ils auront plus de choix possibles, ceci étant dû à leurs nombreuses réflexions ! ...

Alors que lorsque l'on ne voit qu'un seul chemin devant soit au lieu de 4, on est sûr de la route à emprunter et la place au doute n'est pas présente ! Une juste mesure est donc nécessaire pour l'enfant, et un trop plein de confiance, tout comme une confiance défaillante n'est pas souhaitable et il faut rééquilibrer tout ça !

Ici nous nous attacherons donc à développer cette confiance qui manque à certains enfants .

Pourquoi donner confiance à mon enfant :



Les raisons sont nombreuses, booster sa confiance permet de **rendre son enfant épanoui**, plus **détendu** (et donc plus calme avec ses parents) L'enfant est plus à même de **se concentrer** et va **mieux intégrer les apprentissages**.

Cela renforce son système immunitaire !!

Cela va l'aider au **niveau social**, il est plus enclin à aller vers les autres.

Il est plus ouvert à **faire de nouvelles expériences** (moins peur de l'inconnu)

Confiance boostée = les peurs ne se développent pas, ou ne prennent pas de trop grosses proportions, car même s'il existe

une anxiété saine nécessaire, elle ne doit pas devenir envahissante. Préserver son **sentiment de sécurité intérieur** est important pour l'enfant.

L'enfant confiant **se sent aimé**, et vice versa **l'enfant aimé se sent confiant** !

Etre à l'écoute de ses besoins à chaque étape et lui fournir un **cadre épanouissant** lui permettra de construire **l'édifice de sa personnalité**. Il gagnera en confiance et **grandira sereinement**.

Que faire pour booster la confiance de mon enfant :



Il existe plusieurs méthodes pour développer la confiance de votre enfant. Testez-en plusieurs et gardez celles qui vous

conviennent le mieux ! Observez votre enfant, c'est par ses réactions que vous trouverez les solutions les plus bénéfiques !

1- En tant que parent il est important de **valoriser votre enfant** , d'insister sur ses réussites, ne pas hésiter à en faire beaucoup, et ne focalisez pas sur ses échecs !

2- Trouver **une compétence dans laquelle il est doué**, et la développer : cela peut être un sport, un loisir créatif, du théâtre ect...

3- Pour l'enfant qui dit « **qu'il ne sait pas faire** », il faut lui expliquer que c'est justement en **apprenant** à faire une nouvelle chose qu'il **développe ainsi ses compétences** pour réussir à faire la chose en question. Et bien sûr lui expliquer comment faire. **Apprendre de nouvelles choses régulièrement à l'enfant**. Demander à l'enfant les compétences qu'il souhaite développer, dans lesquelles il ne se sent pas à l'aise et travailler ensemble dessus.

4- **L'encourager et l'aider à surmonter ses peurs**, en montrant par exemple vous même la voie à suivre avec une peur que vous avez réussi à surmonter !

5- Donner à l'enfant des **méthodes simples** pour gérer un problème ou une **situation de crise** (exercices de respiration profonde , techniques de relaxation, visualisations)ect... **Savoir retrouver son calme construit la confiance dans son corps**.



La respiration profonde, le yoga permettent de gérer une situation de crise et apprennent à l'enfant à retrouver son calme

6- Apprendre à l'enfant à **se connaître** et ainsi **connaître ses forces et ses faiblesses, psychologiquement et aussi corporellement** (astuce : être bien dans son corps, cela commence par le découvrir et le connaître : les câlins, les bisous, les massages aident à se sentir bien dans son corps) ou la relaxation, le yoga pour les petits



Etre bien dans corps passe par les bisous et les câlins

7- Pour un enfant qui a peu confiance, il faut le mettre régulièrement dans une **situation d'action** où **l'enfant réussit**, ce qui lui permettra de se sentir **fier** de lui, et ainsi de retrouver ou **développer sa confiance** (votre enfant est doué pour telle ou telle chose ..., lui faire pratiquer régulièrement, investissez-vous auprès de lui et valoriser ses réussites)

8- Expliquer à l'enfant ce qu'est **réellement la confiance en soi** et comment **faire pour la développer**, communiquer à ce sujet et demander à l'enfant ce qu'il en pense (il existe 4 types de confiance : La confiance de base , La confiance en sa personne propre, La confiance relationnelle et La confiance en ses compétences)

9- Aider l'enfant à **apprendre de ses erreurs**, et **ne pas rester sur un échec**, ne pas baisser les bras mais au contraire se servir de cet échec pour recommencer la tâche d'une façon différente. Sa confiance se développera jusque dans sa vie

d'adulte puisque vous aurez intégré dans son enfance les bons automatismes au niveau de son cerveau

10- Expliquer à l'enfant quels sont les **mauvais mots** et **quels mots doit il employer** (dans sa tête ou à haute voix) pour retrouver sa confiance (je vais y arriver, je suis jolie). Il faut se protéger des mauvais mots et utiliser des **mots amis**

11- Pour apprivoiser la confiance en soi, il faut connaître et travailler sur **les émotions** pour expliquer à l'enfant ce qu'il ressent. Par exemple, lui apprendre qu'il existe 3 réactions possibles face au stress = Soit fuir, attaquer, ou s'immobiliser



12- Certaines **postures de yoga** permettent d'accentuer sa confiance en soi, surtout si elles sont pratiquées régulièrement (j'écirai prochainement un article sur ces postures bénéfiques)



13- Utiliser un **tableau des compétences**, ainsi l'enfant sera valorisé sur ce qu'il fait de positif, et responsabilisé

14- Montrer à l'enfant des actions différentes d'enfants, et lui demander de montrer **quelle activité lui plaît = idée nouvelle d'activité à explorer !**

15- Pour le domaine social, expliquer à l'enfant qu'il est plus facile d'entrer en relation avec des **personnes** qui ont les **mêmes goûts que lui**

16- **Jouer et rire ensemble** crée du lien et renforce notre confiance relationnelle



17- Lui apprendre à **s'aimer lui-même**, c'est très important pour l'estime de soi

18- Lui apprendre à **dire non** quand quelque chose ne convient pas et à s'exprimer **sans avoir peur du regard des autres**

19- Utiliser les **pédagogies alternatives** pour l'**éducation** de vos enfants, cela permet d'être vraiment à l'écoute de leurs besoins et cette **éducation bienveillante** n'aura que des effets positifs



20- Retrouver ou poursuivre de cultiver le **lien qui unie l'enfant à la nature**, votre enfant n'en sera que plus épanoui et confiant.



Voici quelques exercices concrets à faire pour booster la confiance :

1- Chacun dit une **chose gentille** ou une qualité à un membre de la famille à tour de rôle : Super, tout le monde reprend confiance !!!!

2- **Traverse le salon les yeux bandés**, puis **sans rien toucher** rejoint l'autre côté de la pièce, super pour développer la confiance en son corps !

3- **Touche et nomme chaque partie de ton corps** (apprendre à être bien dans corps passe par la découverte de celui-ci)

4- **Cite les choses que tu sais faire** et constate que tu sais faire des choses que tu ne savais pas faire avant ! waouh quels progrès tu as fait !

5- Réalise un **exercice de respiration profonde** (donne à l'enfant l'image d'une fleur qui s'ouvre et se ferme dans le ventre)

6- Réalise la **posture de Yoga du guerrier** !

7- **Occupe toi d'un petit animal**, cette responsabilité impacte directement sur la confiance



bon celui-là est un peu gros !!



8- Fais un **dessin** où tu te dessines **en faisant quelque chose que tu aimes** et que tu sais bien faire et accroche le dans ta chambre !

9- Réalise **une action** qui **te fait un peu peur** !



10- Répète 3 « mots amis » devant la glace « je suis jolie », je suis gentil » « je suis capable d'y arriver »ect...

11- Lance toi un défi ! fais une **nouvelle expérience** par semaine pendant 1 mois et vois les progrès accomplis !

12- **Fais du sport** ! Les victoires que tu remporteras et les progrès réalisés boosteront ta confiance !



13- Réalise régulièrement des projets artistiques, ton enfant, fier du résultat développera sa créativité et sa confiance en lui

Réalisation de fleurs en 3D pour le Printemps dès 4 ans

Aujourd'hui c'est le printemps ! Malgré ce confinement contraint, qui est vraiment compliqué pour tout le monde, il

fait un temps magnifique et ici, nous avons envie de fêter l'arrivée du printemps malgré tout ! En effet, pour les enfants, le respect des rythmes et les activités réalisées en respectant les saisons leur apportent un équilibre et une routine qu'ils retrouvent chaque année et qu'ils prennent plaisir à réitérer. Cela les rassurent. Et à défaut de trop pouvoir sortir (courage à tous , et encore + à ceux qui sont en appartement) !!, on ramène la nature chez nous avec ces jolies fleurs !

MATERIEL, il te faut :

- Une feuille de couleur en papier fort
- Des ciseaux
- des Pompons ou boutons par exemple pour faire le cœur de la fleur
- C'est tout !

TUTO/REALISATION:

- On découpe des bandes d'un peu plus d'1 cm de large de 2 couleurs différentes ou +
- On trace 2 cercles sur la feuille, un en haut à gauche et l'autre en bas à droite
- On peut faire faire dessiner l'enfant ou lui faire coller des gommettes
- Applique la colle dans les cercles
- On colle toutes les extrémités des bandes dans le cercle de gauche
- Puis on rabat l'autre extrémité de toutes les bandes en on colle (attendre quelques secondes que la colle « prenne »)
- On colle le pompon au milieu en attendant quelques

instants

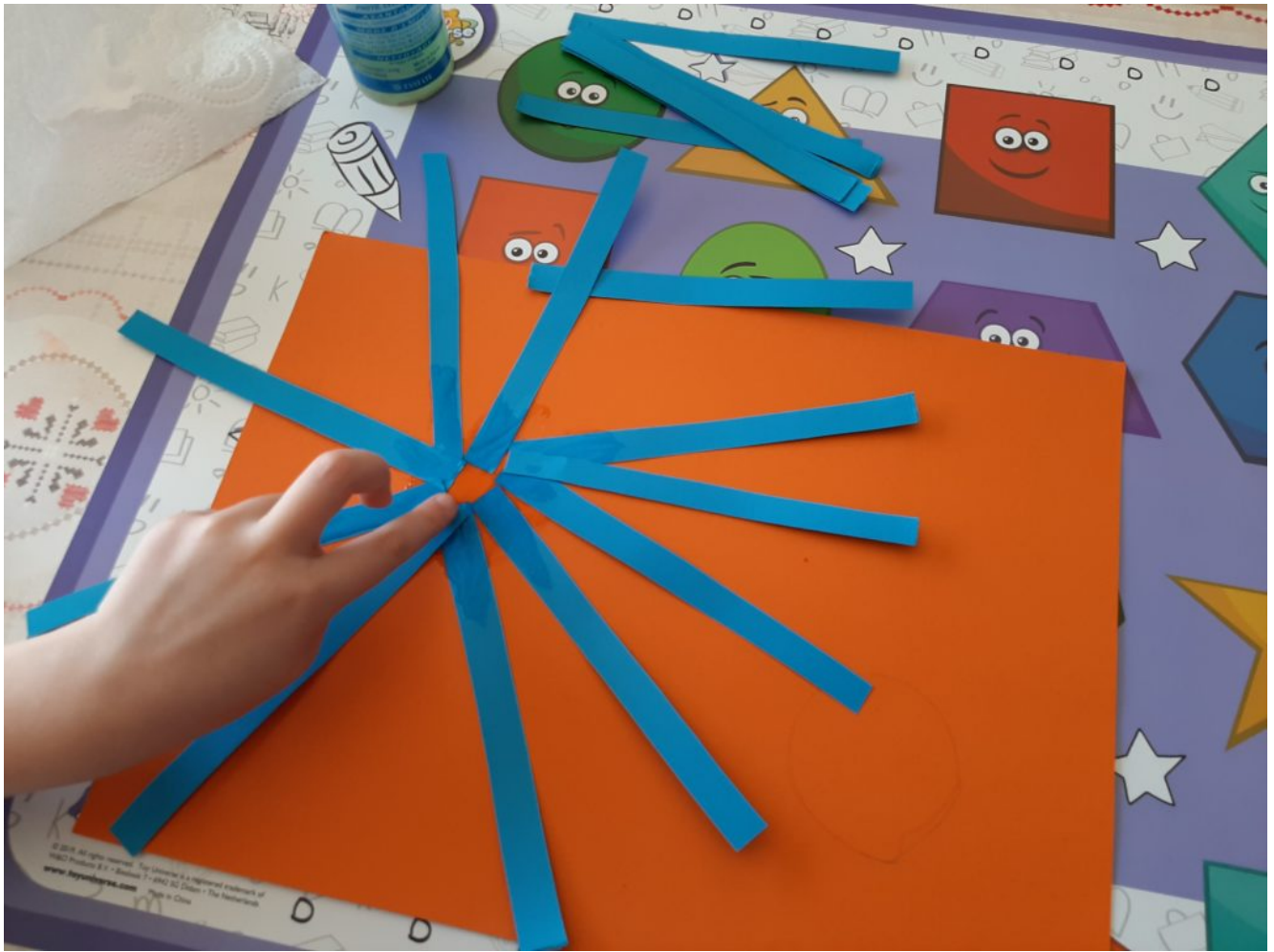
- On écrit quelques mots, top !! voilà les jolies fleurs en 3D terminées !!! On arrose la jolie réalisation en attendant le printemps
- On peut aussi rajouter des , paillettes, des plumes, ect...



Trace 2 cercles, puis applique la colle dedans



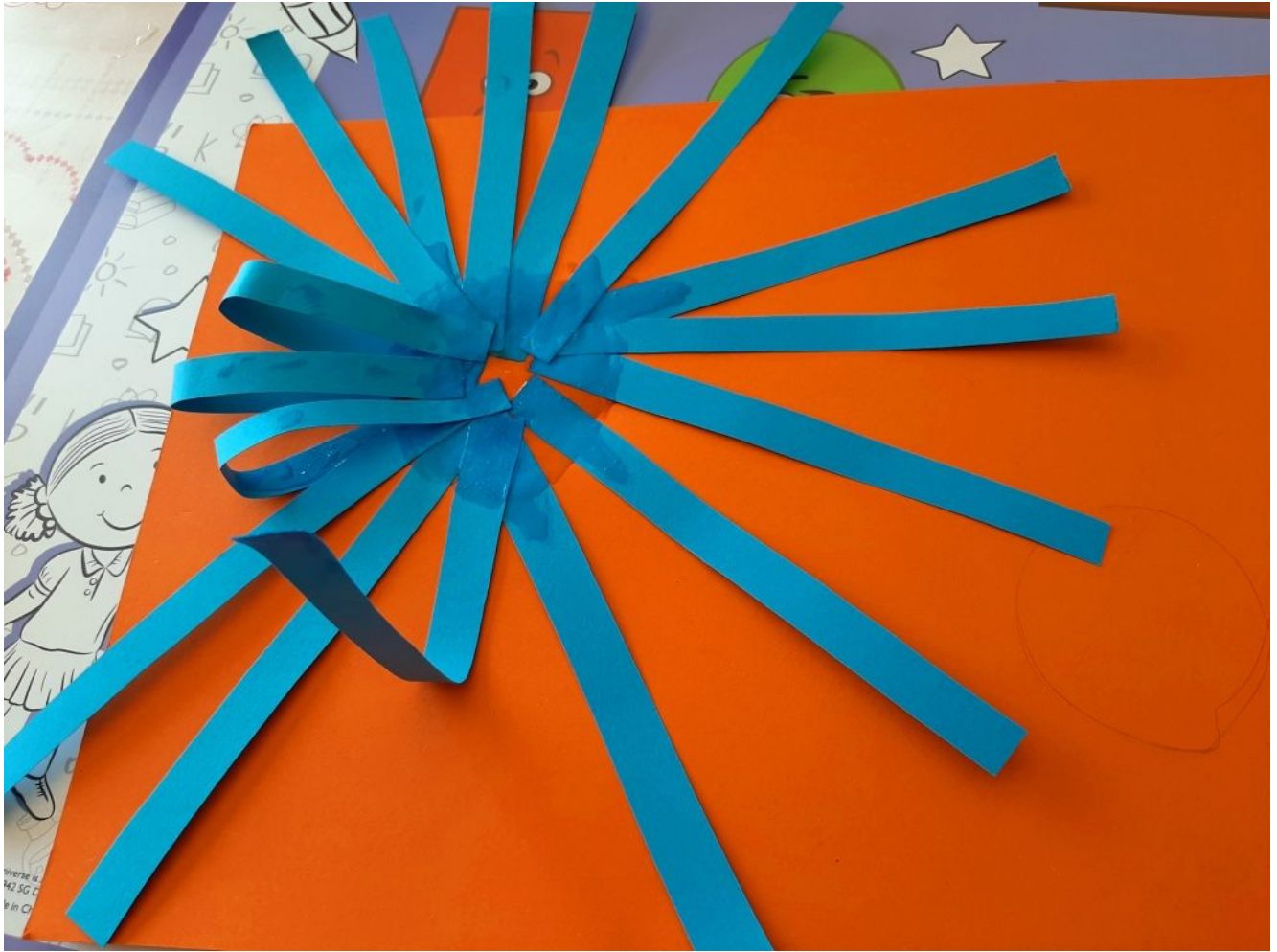
Colle toutes les extrémités des bandes dans le cercle de gauche



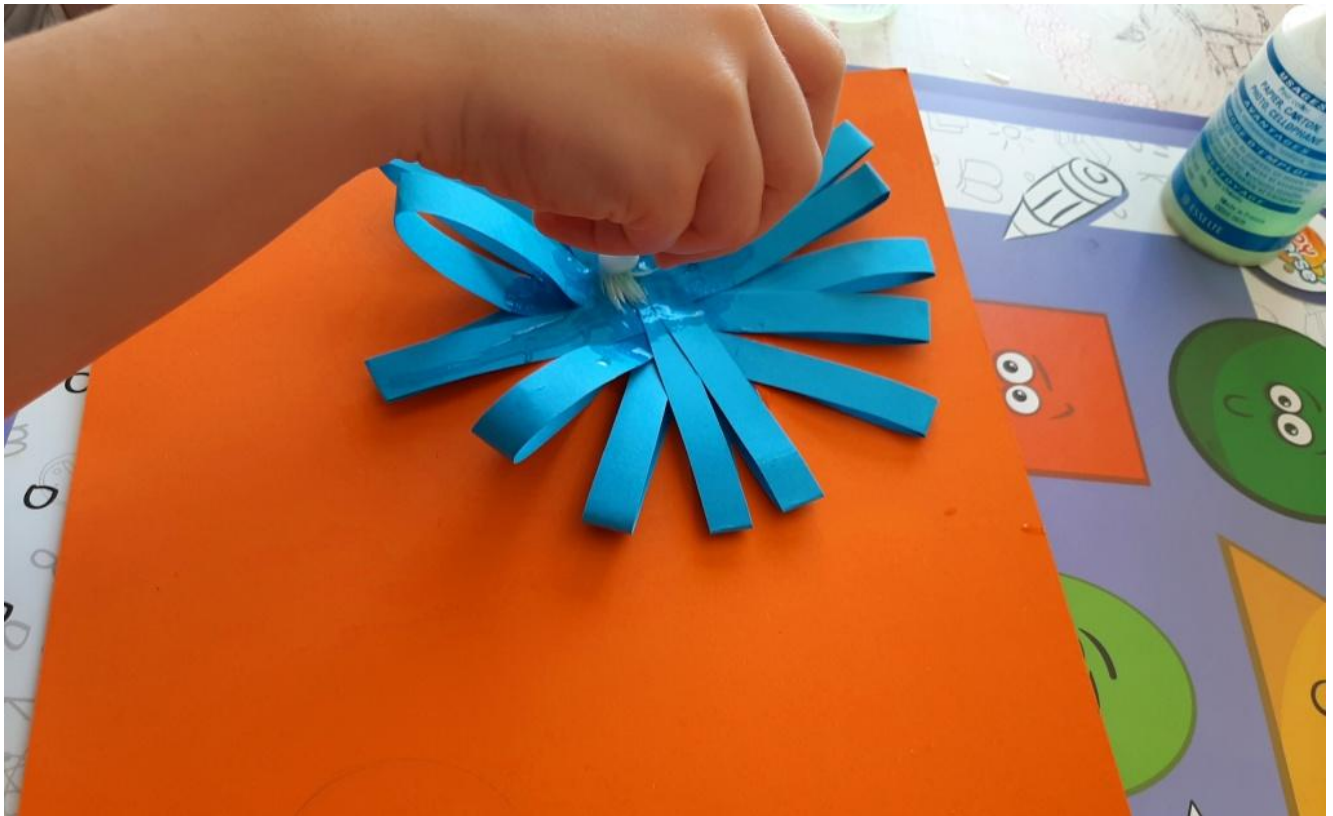
Appuie bien pour que la colle « prenne »



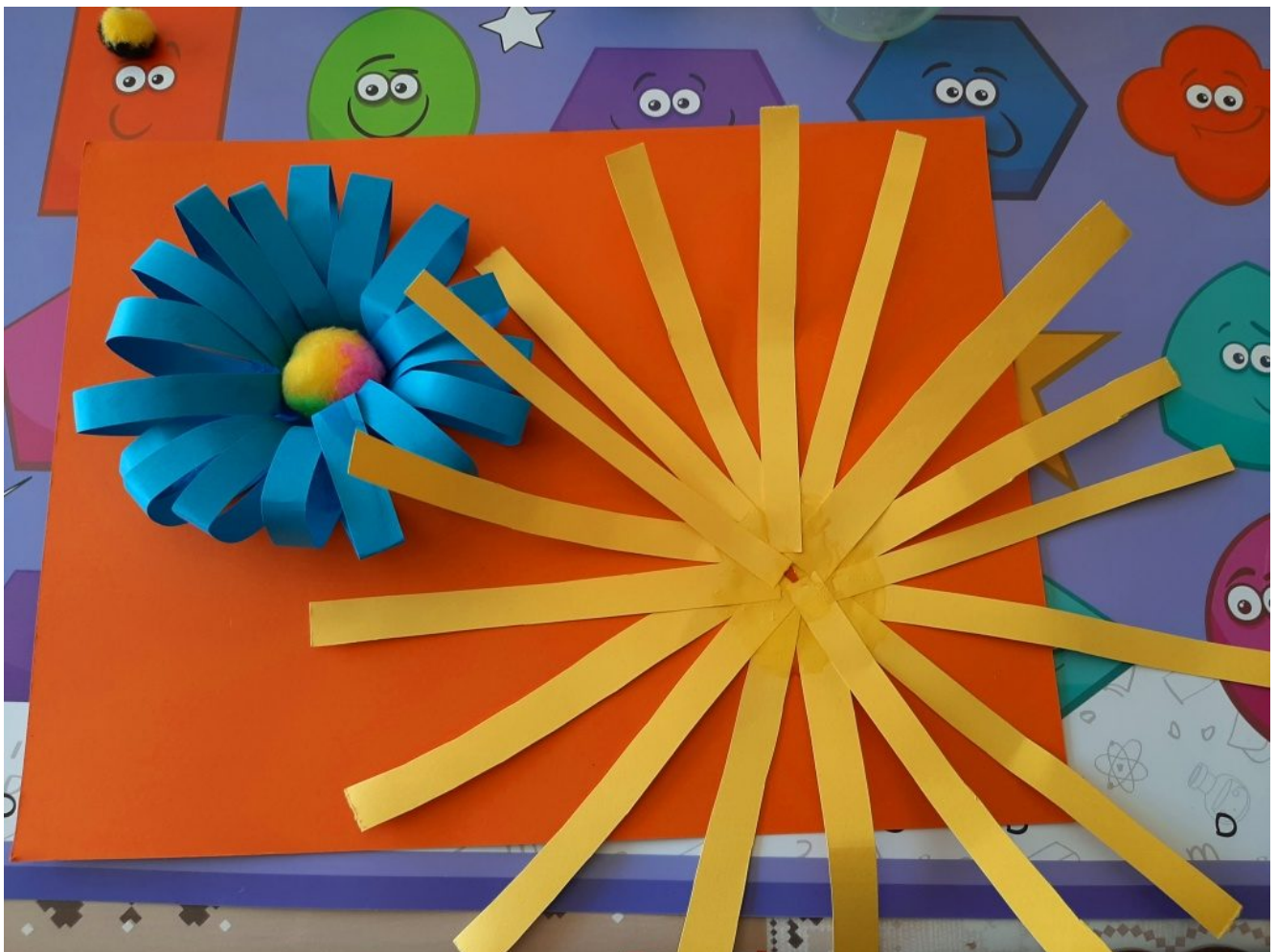
On a collé toutes les bandes, passons à la 2ème étape



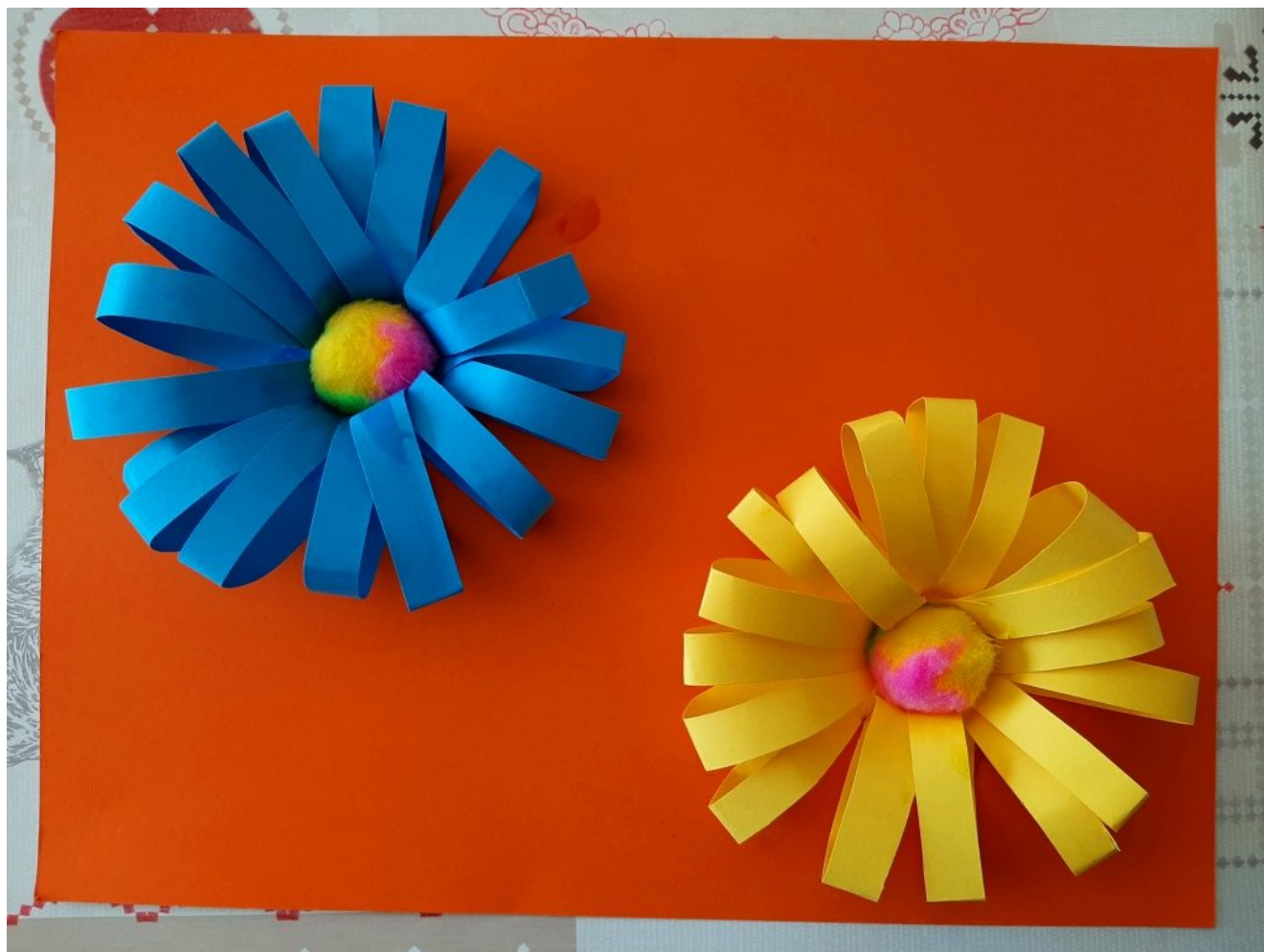
Rabat l'autre extrémité de toutes les bandes sur elles-mêmes et colle – les au centre (attends quelques secondes que la colle « prenne »)



Une fois fini, remet un peu de colle au centre



Colle le pompon au centre , et entame ta 2 ème fleur en bas à droite



Superbe voilà tes 2 jolies fleurs réalisées !!



jolie fleur en 3D



et sa petite sœur ! Accroche ta jolie réalisation de printemps !

Première Activité de graphisme Montessori pour apprendre les lettres et préparer l'écriture dès 2 ans

C'est une activité pour s'initier au graphisme, inspirée de la pédagogie Montessori.



Consigne donnée : colle des carrés de papier crépon ou papier de soie sur la première lettre de ton prénom. Réalisable dès 2 ans, c'est le genre de petit travail que l'on réalise en Toute petite section et Petite Section de maternelle.

APPORTS :

- apprendre à reconnaître les lettres
- S'initier au graphisme , en suivant le tracé de la lettre avec le collage des papiers
- Exerce la motricité fine

Pour les plus grands, c'est le prénom en entier qui est utilisé.

Une fois l'activité réalisée, l'enfant retrace les lettres avec son index et son majeur.

On peut aussi jouer avec les couleurs, et faire coller à l'enfant des mosaïques de telle ou telle couleur qu'il doit trouver.

A afficher au mur ou à coller dans son cahier d'activité pour y revenir régulièrement, et effectuer le tracé avec ses 2 doigts. On peut bien sûr refaire l'activité avec d'autres mots.



Activité Manuelle et créative : réalisation d'une jolie couronne de Pâques dès 18 mois

Voici une activité de Pâques qui va bien occuper nos loulous pendant cette période compliquée !

MATERIEL, il te faut :

- Une Couronne en Polyester
- De la Peinture
- Des petits œufs en polyester
- Des poussins
- Des Lettres en Feutrine ou en mousse
- Du papier fort (pour réaliser les feuilles et la fleur)
- Un petit lapin ou autre figurine en bois
- Un œuf en bois
- Un Ruban coloré pour suspendre ta couronne
- De la Colle forte
- un Gabarit de feuilles et fleur à imprimer que je vous glisse en bas de l'article

TUTO/REALISATION:

- Selon son âge, l'enfant réalise plus ou moins d'étapes.

Il faut prévoir plusieurs séances car il faut compter le temps de séchage de la peinture

- L'enfant peint la couronne, puis les œufs en polyester, et les éléments en bois (œufs + lapin) Ajoute des pois, des traits ect ...
- Imprime et découpe les feuilles et la fleur dans du papier fort, et découpe-les
- Attends le séchage complet de la peinture
- L'enfant colle les lettres de son prénom en tissu feutrine ou en mousse
- L'adulte se charge de coller les éléments à la colle forte, en maintenant bien les premières secondes de prise de la colle. Enfonce les pattes des poussins dans les œufs, puis mets de la colle dans les trous réalisés, et dispose les poussins.
- Suspends ton œuf en bois
- Ajoute un joli ruban coloré, et fais un nœud. Accroche ta suspension



Dés 18 mois, l'enfant peut peindre plus ou moins entièrement sa couronne (prévoir un temps de séchage avant de faire l'autre côté)

Difficulté de réalisation pour l'enfant 3/5

Temps de préparation de l'activité pour les parents 3/5

Coût de l'activité : 3/5

Apports : Activité qui permet à l'enfant d'exercer sa motricité fine tout en étant créatif, et de développer sa confiance et son autonomie en choisissant les couleurs qu'il utilise.



Quelle fierté de pouvoir accrocher sa réalisation sur sa porte de chambre !



Gabarit-feuilles-et-fleurTélécharger

Chèr(e)s lectrices et lecteurs,

Les liens affiliés vont permettent principalement à Jeux et Partage de rémunérer l'hébergeur, et certains services logiciels payants utilisés pour la réalisation du site, que je viens de créer au mois de Février. Ces liens portent uniquement sur du matériel que nous avons utilisé pour

réaliser nos activités artistiques, des produits que j'utilise personnellement, ou bien des produits que j'ai choisi avec soin, et qui correspondent à des critères de qualité écologiques, artistiques et créatifs.

J'ai à cœur de vous proposer des articles de plus plus en plus nombreux depuis la jeune création du blog en Février 2020, qui sont entièrement gratuits, un chiffre qui est en évolution constante. Cela représente un temps de travail important pour moi, que votre participation, en cliquant sur ces liens affiliés, ne rémunère pas à proprement dit ; cependant, votre action renvoie tout de même de la valeur au travail considérable effectué, et soutient l'auteure. Merci donc pour votre contribution en passant par ces liens pour l'achat de votre matériel, cela m'aide à fournir un travail toujours plus qualitatif pour vous aider dans votre quotidien de parent ! Par ailleurs, vos commentaires et échanges sont très importants, Jeux et Partage vous remercie chaleureusement pour votre compréhension, Laetitia.

Vous trouverez ci -dessous le matériel utilisé pour la réalisation de l'activité

Guirlande de Pâques/ Tuto DIY simple et très joli dès 18 mois

Avec cette période de pandémie, il faut se creuser la tête pour trouver des activités pour occuper les p'tits loups !

Pas de panique, je suis là pour partager avec vous mes idées d'activités artistiques et manuelles !

Ici, nous préparons Pâques et nous avons réalisé une jolie guirlande avec des œufs !

MATERIEL, il te faut :



- Des feuilles de papier fort, de 2 couleurs différentes ou blanches
- Des ciseaux
- Des pastels ou des feutres
- Des gommettes ou de la peinture
- Un fil pour accrocher la guirlande
- Une perforatrice 1 trou

REALISATION

- Imprime les Gabarits des œufs que je laisse à disposition en plusieurs exemplaires (Merci des respecter mon travail et cite mon blog si tu veux partager mes outils à imprimer) !
- Découpe-les ou fais les découper à l'enfant selon son âge et ses compétences
- Propose à l'enfant de décorer les œufs, soit avec de la peinture, soit avec des gommettes et des feutres.
- Fais 2 trous dans chaque œuf à l'aide de la perforatrice 1 trou et passe -y le fil, une fois par dessus, une fois pas dessous.

Et voilà le tour est joué ! Ici j'avais du très joli fil de satin coloré mais les enfants ont préféré utiliser une fine cordelette rose, donc je leur ai laissé le choix !

~



Guirlande Oeufs de Pâques[Télécharger](#)

Chèr(e)s lectrices et lecteurs,

Les liens affiliés vont permettent principalement à Jeux et Partage de rémunérer l'hébergeur, et certains services logiciels payants utilisés pour la réalisation du site, que je viens de créer au mois de Février. Ces liens portent uniquement sur du matériel que nous avons utilisé pour réaliser nos activités artistiques, des produits que j'utilise personnellement, ou bien des produits que j'ai choisi avec soin, et qui correspondent à des critères de qualité écologiques, artistiques et créatifs.

J'ai à cœur de vous proposer des articles de plus plus en plus nombreux depuis la jeune création du blog en Février 2020, qui sont entièrement gratuits, un chiffre qui est en évolution constante. Cela représente un temps de travail important pour moi, que votre participation, en cliquant sur ces liens affiliés, ne rémunère pas à proprement dit ; cependant, votre action renvoie tout de même de la valeur au travail considérable effectué, et soutient l'auteure. Merci donc pour votre contribution en passant par ces liens pour l'achat de votre matériel, cela m'aide à fournir un travail toujours plus qualitatif pour vous aider dans votre quotidien de parent ! Par ailleurs, vos commentaires et échanges sont très importants, Jeux et Partage vous remercie chaleureusement pour votre compréhension, Laetitia.