

Les animaux à libérer des élastiques

Voici une activité qui allie motricité fine, et initiation à la protection des animaux

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa motricité fine
- Apprendre le nom des différents animaux
- Aborder une approche de la protection des animaux, de l'écologie

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Des figurines d'animaux (personnellement, même s'ils sont coûteux, j'adore les Schleich et les Papo (on peut parfois les trouver en brocante)

Réalisation de l'activité :

Nous emprisonnons différentes figurines d'animaux avec des élastiques :

Pour les plus petits, on utilisera des élastiques en coton, pour les plus grands, pour lesquels la motricité fine est plus développée, on utilisera des élastiques en caoutchouc.

Ici j'ai utilisé les 2, avec des élastiques colorés.



On fait une petite mise en scène à l'enfant : on amène les animaux dans un plateau ou un petit panier, puis on lui annonce que les animaux ont été emprisonnés, et que sa mission est de les libérer !!

Selon l'âge de l'enfant, ses connaissances et son évolution, on peut parler de la **protection des animaux**, du fait qu'il existe des **animaux menacés** : par l'homme, par la déforestation, par la pollution etc...

On peut parler aussi des **animaux en voie de disparition**.



L'enfant s'empresse alors de libérer les animaux, cela fait **travailler les muscles des doigts**, ce qui le prépare

indirectement à **l'apprentissage de l'écriture** et à la **tenue du crayon**.

Cela étoffe son **vocabulaire**, et lui permet de communiquer autour de **ce sujet écologique** ; bien sûr, pour les plus petits, on emprisonnera l'animal de façon plus simple : un élastique accroché à une patte ou autour du coup ; pour les plus grands, on utilise des élastiques plus fins et on les emprisonne de façon à ce que l'enfant mette plus de temps à les libérer !

En tout cas, Mister.T s'est vraiment bien amusé, ce fut une grande découverte pour lui ☺





Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Couronne de Printemps avec pompons et pomme de pin à partir de 6 ans

Voici notre jolie couronne porte-photo pour célébrer l'arrivée du printemps ☺

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

-☐ Sa motricité fine

-☐ La maîtrise d'une nouvelle technique : la confection de pompons

-☐ La technique du moulage

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Carton

- Un cutter
- Un crayon à papier
- De la feutrine
- De la pâte autodurcissante et des moules printaniers
- Des perles
- De la laine
- Un appareil pour confectionner des pompons (pas obligatoire)
- Des pomme de pin
- Une pince à linge et une photo
- Un papillon ou autre déco

Réalisation de l'activité :

Nous traçons un grand cercle (en s'aidant par exemple d'un saladier) dans du carton, puis nous le découpons



Ensuite, nous retraçons un autre cercle plus petit à

l'intérieur du premier cercle, puis nous le découpons au cutter.



Ensuite, on enroule du papier feutrine vert tout autour de notre cercle en carton, et nous le fixons grâce à des petites pointes, que l'on insère au dos de la couronne.

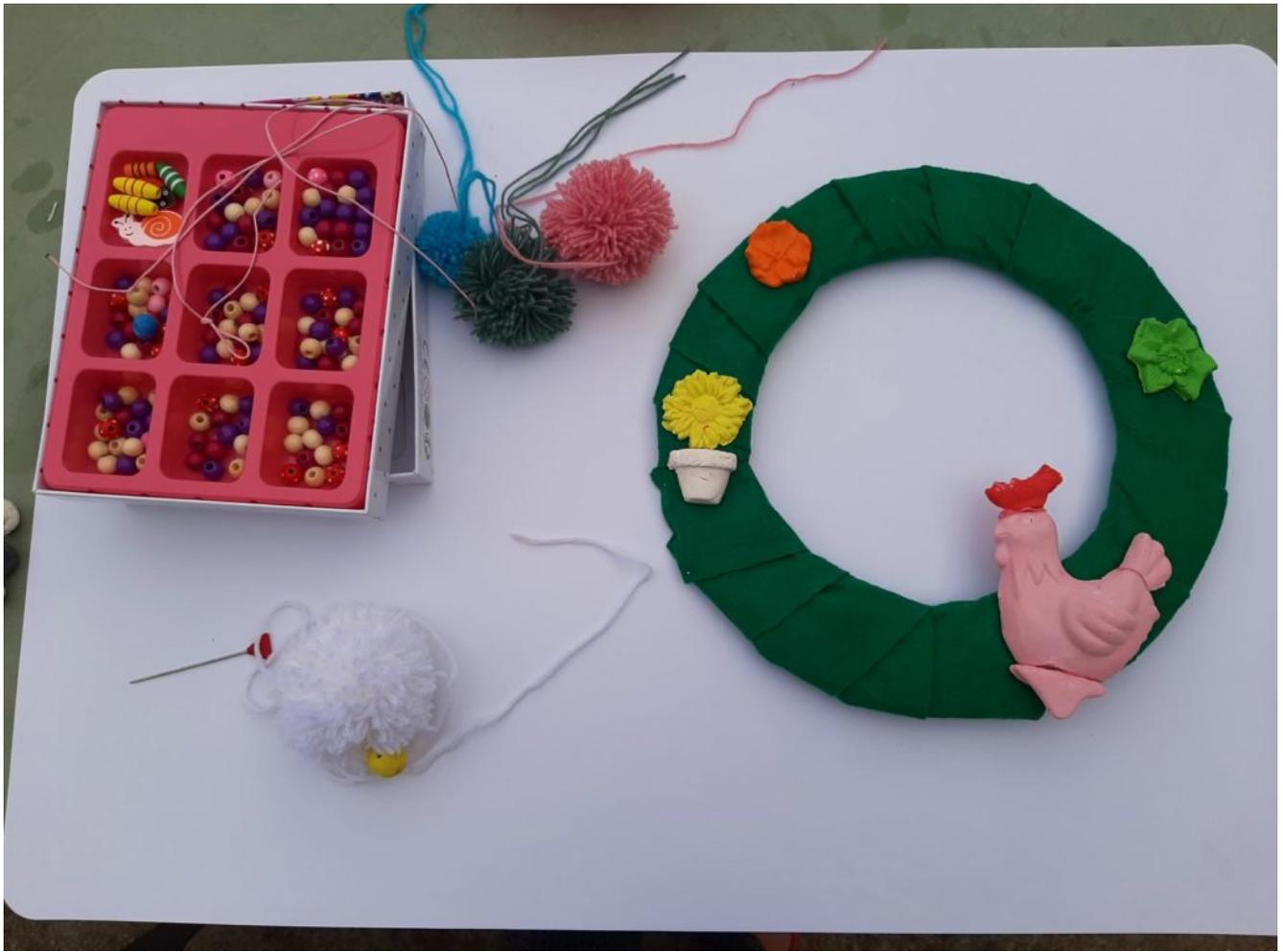
Nous mettons de la pâte autodurcissante dans des moules printanniers.

Une fois nos formes sèches, nous les collons à la colle forte sur notre couronne.



Ensuite, nous créons des pompons, j'utilise cet outil du site 10 doigts qui est top pour la confection rapide de pompons ☺

J'ai réalisé 3 pompons de taille et de couleurs différentes



Puis j'ai inséré des perles sur le même fil de laine de chaque pompon, avec une pomme de pin ☺





Qu'en pensez- vous ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

**Bac sensoriel des insectes
dès 18 mois + cartes des
insectes & petites bêtes**

offertes

Voici un bac sensoriel pour notre thème du printemps, afin de découvrir nos amis les insectes qui peuvent parfois être effrayants

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa motricité fine
- L'apprentissage des noms des insectes et de leur apparence

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- 2 bacs
- De l'eau colorée (colorant alimentaire)
- Des insectes
- 28 cartes de nomenclature des insectes et petites bêtes offertes

Réalisation de l'activité :

Dès 18 mois, un enfant est capable de comprendre que nos amis les insectes ont des noms, et dès 2 ans environ, ils peuvent commencer à mettre en paires les insectes avec des cartes



J'ai préparé 2 bacs : l'un avec de l'eau colorée en vert et j'y ai disposé plein d'insectes

Un deuxième bac vide pour pêcher les petits insectes qui sont tombés dans l'eau ☺



La pêche aux insectes a beaucoup plu et a duré un bon moment !!! Différents accessoires sont mis à disposition : pelle, cuillère doseuse, pelle, chinois, pince boule etc...



J'ai disposé une serviette pour protéger les éventuels débordements ☺ Car pas assez chaud pour faire l'activité

dehors. J'ai mis de l'eau tiède pour que ce soit plus agréable
☺

Ensuite, j'ai demandé à mini.T qui a 2 ans et demi quel est le nom de l'insecte sur telle ou telle carte (on commence juste avec quelques cartes), il essaie de nommer l'insecte, puis il cherche l'insecte correspondant que l'on a séché de la petite douche au préalable, et il le place sur la carte, on appelle cela **une mise en paires**.



Ainsi, de cette façon l'enfant va très vite mémoriser, !

C'est une bonne idée d'activité aussi à faire avec les enfants qui ont un peu peur des insectes.

Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

DIY vitraux/attrape soleil dès 2 ans

-□ Dans cette vidéo, je te propose de réaliser toi-même des vitraux, on les appelle aussi "attrape soleil". C'est une activité créative très sympa à proposer dès 2 ans.

Ensuite, tu peux coller tes vitraux sur tes fenêtres, et ça rend vraiment très bien quand la lumière et le soleil passent à travers ☺

Pour cette activité, il te faut : des gabarits des formes que tu veux réaliser, du papier fort noir, des ciseaux, un cutter, du papier adhésif transparent, et des petits carrés de papier de soie, que tu découpes au préalable.

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

-□ Sa créativité

-> Sa motricité fine

N'hésite pas à commenter la vidéo, à me poser des questions ,etc.... et surtout, bonnes activités avec tes enfants !!!

Clique sur l'image ci-dessous



Clique sur l'image pour visionner la vidéo et abonne toi à ma chaîne pour recevoir les prochaines vidéo en exclusivité ☺

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir 😊

Un Vase trompe-l'œil avec des fleurs printanières

Voici une jolie activité créative qui englobe : cueillette de fleurs, peinture, et technique ludique de trompe-l'œil

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa motricité fine
- Son contact avec la nature
- Réaliser une nouvelle technique créative avec un trompe-l'œil

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- 2 feuilles blanches de papier fort(type papier aquarelle)
- De la peinture
- Un cutter
- Des fleurs
- Un crayon à papier

Réalisation de l'activité :

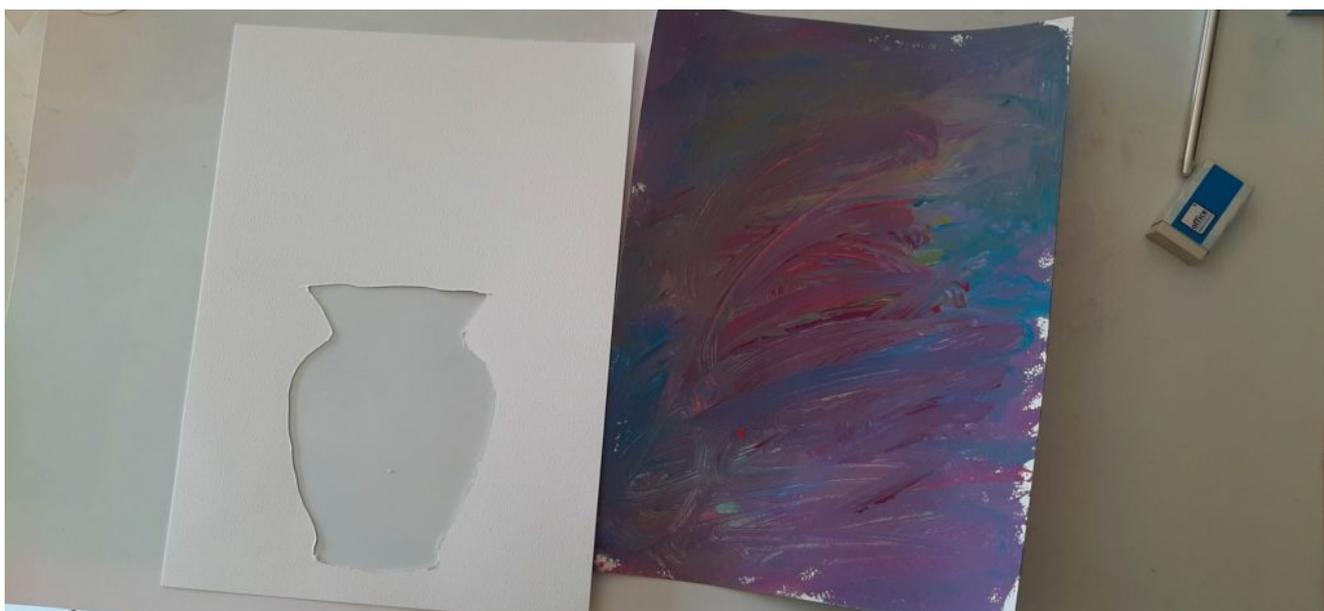
Dans un premier temps, on peint de façon libre sur une feuille de papier fort (ici nous avons peint sur une feuille de papier aquarelle de type 300 mg/m²)

Nous avons utilisé de la gouache, mais de la peinture aquarelle, liquide ou sèche, donne de très jolis effets ☺

Ensuite, nous dessinons un vase sur une deuxième feuille -
(nous pouvons nous aider d'un gabarit)



Nous évidons la forme du vase à l'aide d'un cutter



Nous plaçons notre peinture en dessous de la seconde feuille.

Nous faisons ensuite des petits trous à l'aide d'un cutter. Ces trous nous permettront d'insérer les fleurs.



Ensuite, nous allons nous promener et nous ramassons de jolies fleurs. Nous les insérons dans les trous, et nous disposons les tiges de façon à ce qu'elles ne dépassent pas au niveau de notre vase.



Voici notre joli vase trompe l'œil terminé, nous pouvons le fixer au mur avec de la pâte à fix ☺

Bien sûr, notre petite œuvre est éphémère, mais nous pouvons aussi faire sécher les fleurs au préalable, et créer ainsi une œuvre plus pérenne avec une jolie composition de fleurs séchées.

Nous avons rajouté un joli papillon et nous pouvons aussi dessiner les tiges des fleurs au feutre pour un effet trompe l'œil parfait !



Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Petite chenille en boîte d'œufs récup'

Voici une activité récup' à faire avec des tout-petits dès 15/18 mois

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa motricité fine
- La découverte de la peinture
- Créer une œuvre artistique
- réaliser une activité créative en fonction de la saison (printemps)

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Une grande boîte d'œufs
- De la peinture
- Des yeux mobiles
- un fil chenille
- Des petites mains ☺

Réalisation de l'activité :

On découpe un grande boîte d'œufs en 2



Voici la forme de notre petite chenille prête ☺

Ensuite, l'enfant peint sa petite chenille, à l'aide ici de pinceaux ergonomiques , cela fait travailler sa motricité fine.





Ensuite, on colle 2 yeux mobiles, et on fait 2 petits trous à l'aide d'un cutter, puis on insère un fil chenille, et on forme 2 petites antennes ☺

Voilà notre petite chenille récup' prête ☺

Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Un tambourin récup' du printemps avec une assiette en carton dès 2 ans et demi

Voici une activité récup' qui plaira aux petits et aux grands
☺ Niveau : facile

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

-☐ Sa motricité fine

-☐ Son sens musical

-☐ Mettre en rapport une activité créative à la saison correspondante

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

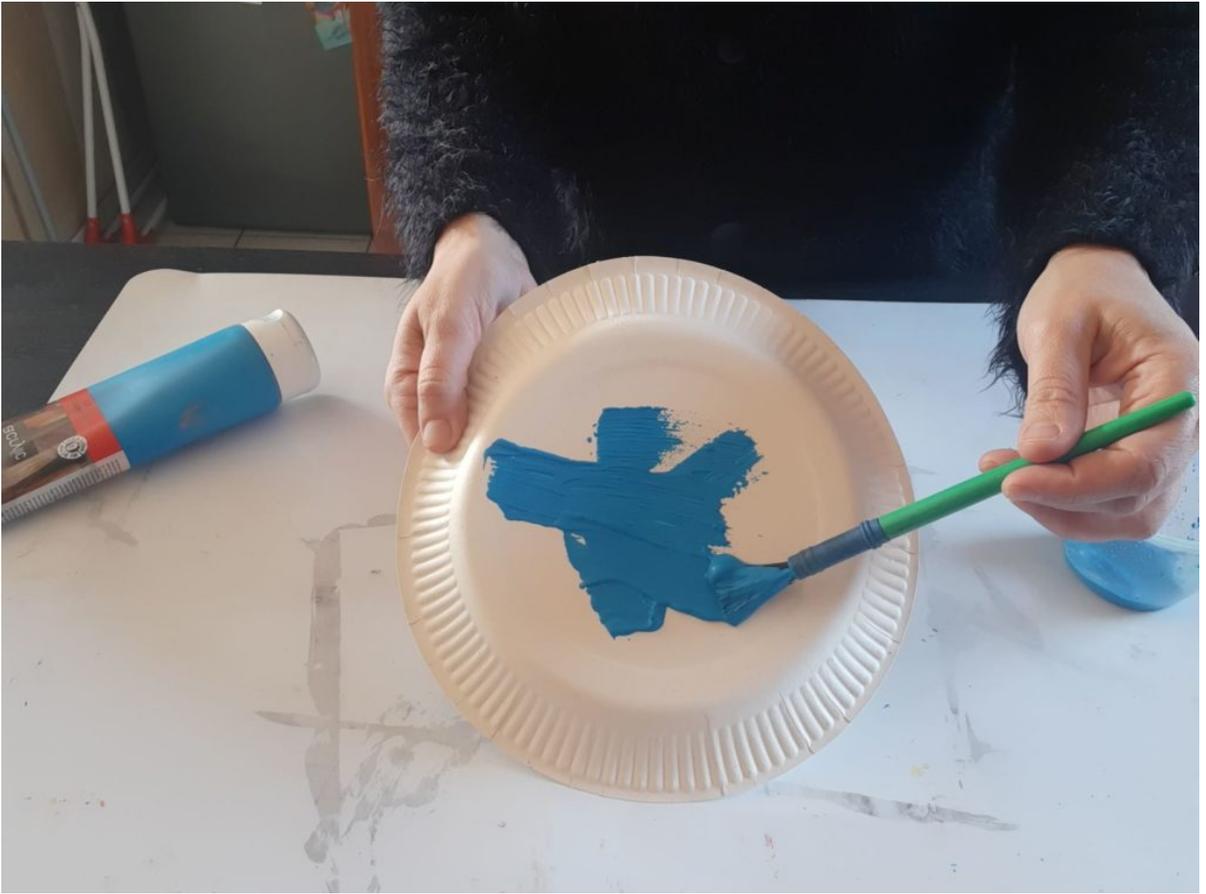
- Une assiette en carton
- Des grelots
- Des ruban de satin
- De la peinture
- Des gommettes de printemps ou tout autre déco
- Une perforatrice à main

Réalisation de l'activité :

Nous regroupons notre matériel



Ensuite, on peint l'assiette. Alors, vu que le thème est le printemps, j'aurai aimé peindre l'assiette en vert, mais pas fille n'a pas cédé !!! Donc ce sera du bleu.



Une fois la peinture sèche, on plie l'assiette en 2, et nous faisons des trous avec une perforatrice à main.



Ensuite, on insère un grelot sur chaque ruban de satin, on fait un nœud, puis ensuite on insère le ruban dans un trou fait au préalable dans l'assiette.



C'est une très bonne activité de motricité fine pour exercer les petites mains ☺



Puis nous avons collé des gommettes en mousse sur le thème du printemps : coccinelles, papillons, fleurs, etc...

Ensuite, place à l'essai du tambourin !!!! on tape et on secoue en rythme !!!

Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Les ballons sensoriels des émotions

Nous avons réalisé des **ballons sensoriels des émotions** afin de coupler une activité **sensorielle** à « **l'apprentissage des émotions** », car il s'agit effectivement de tout un apprentissage, **un décodage** afin que l'enfant se sente plus **heureux et serein** dans son **chemin émotionnel**...

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- ☐ Sa motricité fine
- ☐ Sa sensorialité
- ☐ La reconnaissance des émotions
- ☐ Mieux accueillir ses émotions

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Des ballons de baudruche
- Des éléments pour remplir les ballons (semoule, riz, petits cailloux, lentilles sèches) etc...
- Les cartes des émotions

Tuto :

Il est loin d'être évident pour les enfants de pouvoir exprimer leurs émotions ; encore faut-il pouvoir mettre des mots dessus, **apprendre à les identifier**, pour ensuite pouvoir **les accueillir** et **les exprimer** de la meilleure façon.

Bien des colères évitées grâce à cet apprentissage et stop aux **frustrations étouffées** sur le moment, qui ressortent tôt ou tard... enfin tout ça, ça se travaille !

Nous aurons besoin de **8 ballons** dans cet exemple. Nous pouvons modifier le nombre de ballons selon l'âge de l'enfant.

Nous remplissons les ballons **par paires** ; nous remplissons 2 ballons avec de la semoule, 2 ballons avec du riz, 2 ballons avec des lentilles et 2 ballons avec des petits cailloux. Plusieurs techniques possibles pour le remplissage !!! Avec un petit **entonnoir** ou alors avec un genre de **pipette** pour les plus gros contenants qui ne passent pas dans l'entonnoir.





Nous obtenons donc **4 paires**.



Pour les plus petits, (2ans et demi), nos paires de ballons utilisées seront **de la même couleur** afin de faire un travail **d'apprentissage sur les couleurs** .

Mais également, dans un premier temps, cela sera plus simple d'utiliser des paires de même couleur afin de ne pas trop corser la difficulté et de bien apprendre à **identifier chaque émotion**.

Pour les plus grands, on utilisera des couleurs différentes.

Une fois nos ballons remplis, nous prenons nos cartes des émotions.

Nous choisissons 4 émotions, ici les **4 émotions primaires** qui sont : **la Joie, la peur, la tristesse, et la colère**.

L'enfant touche un premier ballon, le manipule, et lui associe une émotion : par exemple la peur. Selon le toucher, cela lui sera plus ou moins agréable par exemple. Ensuite, **il met le ballon sur la carte de l'émotion correspondante.**

Puis, Il touches les autres ballons, et il doit retrouver **le 2ème ballon « de la peur »**, avec par exemple, les petits cailloux à l'intérieur.

Il procède de la même façon avec les autres ballons, et place bien les ballons par paires sur la carte de l'émotion correspondante.

Nous profitons de cette activité pour parler des émotions avec l'enfant, nous pouvons par exemple lui demander quelle est **la dernière fois où il a ressenti telle ou telle émotion**, l'adulte accompagnant peut aussi parler de sa propre expérience et partager cela avec l'enfant.

A partir de 6 ans environ, nous pouvons ensuite partir sur 6 émotions, voir +, selon si l'enfant a déjà « travaillé » sur ce sujet ou non. (le dégoût, la surprise, la sérénité) etc..



Ca vous plait ? Retrouvez la thématique complète des émotions [ici](#)

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Le pot en argile du bonheur et de la gratitude ♥

Nous avons réalisé un joli pot en argile, dans lequel nous y avons inséré des petits billets de gratitude ☺

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

-□ Sa motricité fine

-□ Un sentiment de gratitude, de bonheur, et il va apprendre à se centrer sur le positif

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Argile
- De strass
- De papier/stylo

Réalisation de l'activité :

Pour cette activité, nous allons mouler un pot à l'aide de nos simples mains. Le but n'est pas que ce soit parfait ☺

Si nous voulons une forme plus régulière, nous pouvons utiliser un pot qui nous servira de moule.



Ensuite, nous avons utilisé des strass que nous avons enfoncé dans l'argile après avoir moulé la forme du pot.

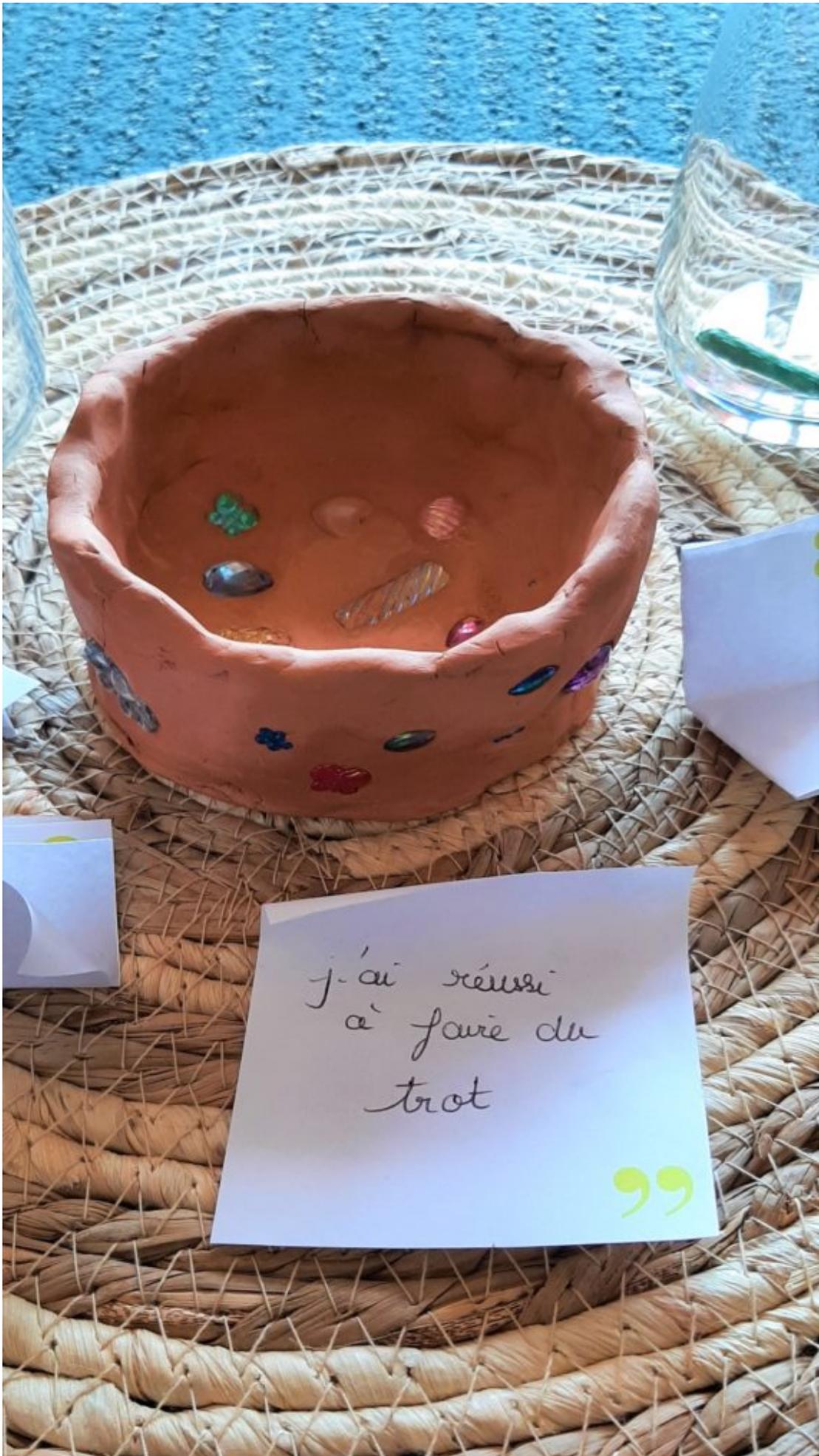


Une l'argile sèche, avec ma fille, nous avons réfléchi à **des petites choses qui la rendent heureuse**, et qu'elle a accompli, ou vécu.

Par exemple, « j'ai adoré monter Pistache au dernier cours de poney », « je suis contente d'avoir réussi à faire du toboggan aquatique », « j'adore ramasser et faire un bouquet de fleurs », « j'aime quand maman me lit une histoire », « je suis fière d'avoir réalisé telle ou telle création/apprentissage/sport, etc »...

Ensuite, nous avons écrit tous **ces petits moments de bonheur** sur des petits papiers, que nous avons mis dans **notre pot du bonheur** 😊





j'ai réussi
à faire du
trot

”

Ainsi, lorsqu'on se sent un peu moins bien, lorsqu'on est malade, ou que le cafard nous guette, on pioche un petit billet, et tout de suite, **les nuages disparaissent**, on se concentre alors sur le positif ; **super habitude géniale à inculquer dès l'enfance**, qui servira tellement à l'enfant aussi plus tard, dans sa vie adulte...

Combien d'adultes ronchonnent, et ressassent en permanence les choses négatives sans pourtant autant tenter d'y apporter des solutions...

Le pot du bonheur, aussi appelé **pot de la gratitude**, permettra à l'enfant de conserver toujours **un regard positif** sur les choses, sur la vie, malgré les obstacles, les embûches...

A tester sans modération !!!!!!!

On peut aussi réaliser cette activité dans un simple pot en verre par exemple ☺

Ca vous plait ? Avez-vous testé le pot du bonheur ????

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne ici

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et

recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi

désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺

Les cartes de retour au calme pour gérer la colère !

Pour un retour au calme en douceur ♥

Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa capacité à revenir au calme lorsqu'il est en colère, énervé ou excité
- Donc mieux accueillir cette émotion
- Commencer à apprendre à revenir au calme seul, en autonomie grâce aux cartes que vous aurez vues au préalable avec lui

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Les cartes de retour au calme

Réalisation de l'activité :

Voici 27 cartes bien utiles dans **la gestion de la Colère**. Il s'agit d'un outil précieux pour accompagner les enfants de façon positive, à travers l'émotion de la colère.

Dans un premier temps, l'enfant découvre les cartes, et peut en piocher une ou 2 par jour. L'adulte accompagne l'enfant pour qu'il teste la méthode présentée pendant quelques minutes.

Après quelques utilisations, l'enfant pourra piocher en toute autonomie dans les méthodes choisies dès que le besoin ou l'envie se fera sentir.

Ces cartes sont utiles pour se **libérer de la colère, diminuer le stress en utilisant différentes méthodes de retour au calme.**

On peut les emporter en voiture par exemple ☺

Contenu : 27 cartes de retour au calme, à plastifier, puis découper, ou à imprimer sur du papier fort

Ca vous plait ?

N'hésitez pas à écrire un commentaire tout en haut ou en bas de l'article, dans la partie « laisser un commentaire »

Pour aller plus loin dans l'épanouissement de ton enfant, Retrouve nos programmes d'accompagnement en ligne [ici](#)

Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !

Rejoins-moi sur Insta, où je post toutes nos activités, n'hésite pas à venir commenter ♥

Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !

Retrouve moi aussi désormais sur ma chaîne YouTube Jeux et Partage où je te partage toutes mes réflexions autour des enfants, pour une aide à la parentalité bienveillante ☐

Une question ? Un conseil ? tu peux me joindre à tout moment par mail à : laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com je te répondrai avec plaisir ☺