

# Activité Montessori : Perles à enfiler sur cure-dents

Voici une activité Montessori qui permet de faire travailler motricité fine, de façon ludique. L'âge préconisé est très variable d'un enfant à l'autre : 3/7 ans environ

Lors de cette activité, l'enfant va :

- Développer **Sa motricité fine**
- Apprendre ou revoir **le nom des couleurs**
- On peut envisager un travail **d'association** des couleurs avec un algorithme

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE** : (clique sur le matériel)

- Des perles à repasser
- Une plaque de polyester
- Des cure-dents

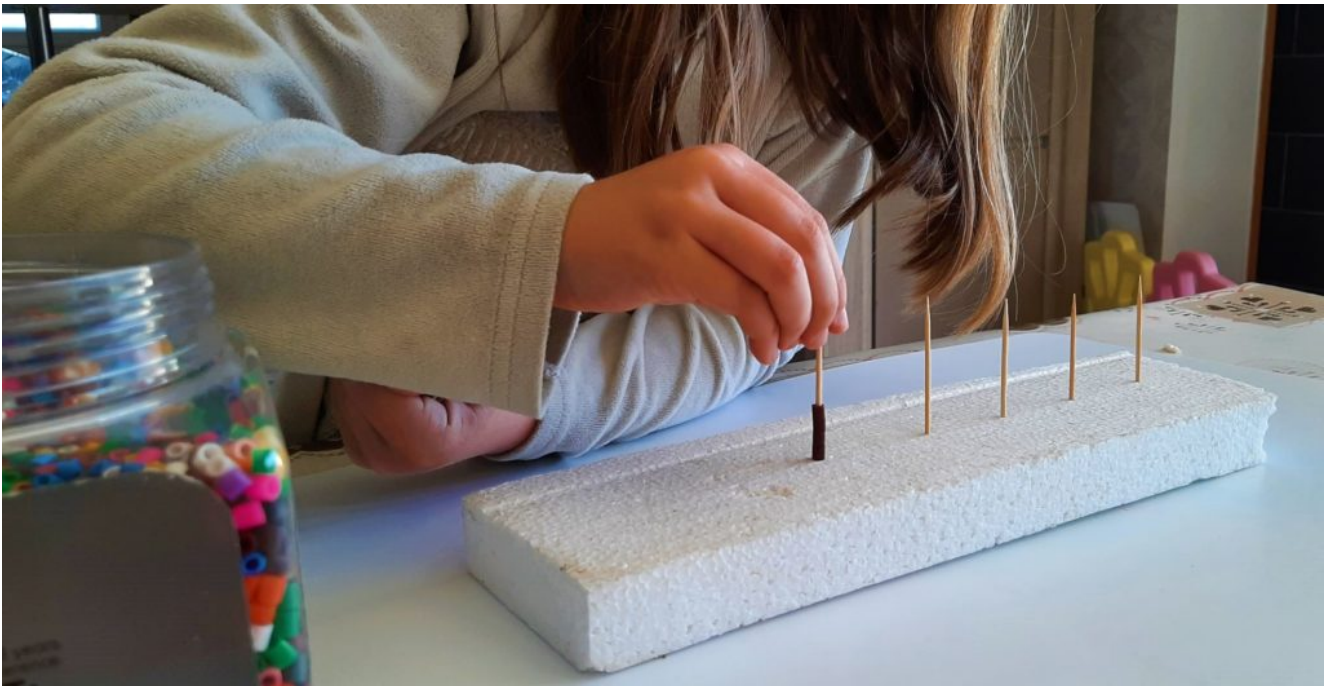
## Réalisation de l'activité :

Rien de plus simple pour **de longs moments de jeu !!!**

On découpe un morceau de polystyrène et on place des cure-dents dessus.

Selon l'évolution de l'enfant, on placera plus ou moins de cure-dents.

Ici, nous avons fait l'activité avec ma fille de 6 ans et elle a voulu rajouter plusieurs cure-dents.



Elle a d'elle-même regroupé les perles par couleurs, ce qui l'a beaucoup amusée, mais aussi apaisée... c'est un travail minutieux, même à 6 ans et il faut se concentrer ☺



On peut aussi imaginer reproduire un algorithme, comme par exemple ici, mais avec des perles à repasser :



C'est-à-dire que l'on reproduit dans le même ordre un modèle donné. Ceci est une bonne entrée en matière pour les mathématiques, en suivant une suite logique.



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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir 😊**

---

# Verser d'eau colorée avec repères élastiques : Activité Montessori

Voici une activité Montessori qui permet de faire travailler la motricité fine, de façon ludique, couplé à l'utilisation de l'eau colorée, les enfants adorent !

**Lors de cette activité, l'enfant va :**

- Développer **Sa motricité fine** au niveau du poignet
- Apprendre à s'entraîner à verser de l'eau en autonomie, et selon un repère donné

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- Des verres transparents
- Des élastiques en caoutchouc
- De l'eau
- Du colorant alimentaire (pas obligatoire mais plus fun)
- Un pichet
- Une éponge

## Réalisation de l'activité :

Rien de plus simple pour **de longs moments en autonomie** ( à **surveiller tout de même avec l'eau hein** ) !!!

On dispose 3 verres transparents sur un plateau, et l'on place un élastique (d'une couleur différente à chaque fois) sur chaque verre, à un niveau différent, qui représente le repère jusqu'où l'enfant devra verser de l'eau. On peut aussi marquer le repère d'un trait au marqueur.

On colore l'eau pour un moment vraiment ludique ♥



L'enfant remplit ainsi les 3 verres, nous l'invitons l'enfant à verser de l'eau en s'arrêtant au trait, pour chaque verre.

Il peut recommencer s'il le souhaite.



Ainsi, il peut s'exercer plusieurs fois, ce qui n'est pas possible à table, et il n'est pas évident pour l'enfant d'apprendre à verser de l'eau sans « accident » dans son verre.

L'enfant essuie l'eau qui est tombée avec l'éponge lorsqu'il en renverse.



Ensuite, on peut inclure d'autres accessoires si l'enfant est à l'aise : comme un chinois par exemple : encore plus de travail de la motricité fine !!!



La difficulté augmente de façon croissante, et l'âge auquel nous proposons cette activité peut être très variable d'un

enfant à l'autre.

Avec un entonnoir...



Introduction d'une pipette pour transvaser ☺



Possible dérive en soupe colorée ☺

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](mailto: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](mailto: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** 😊







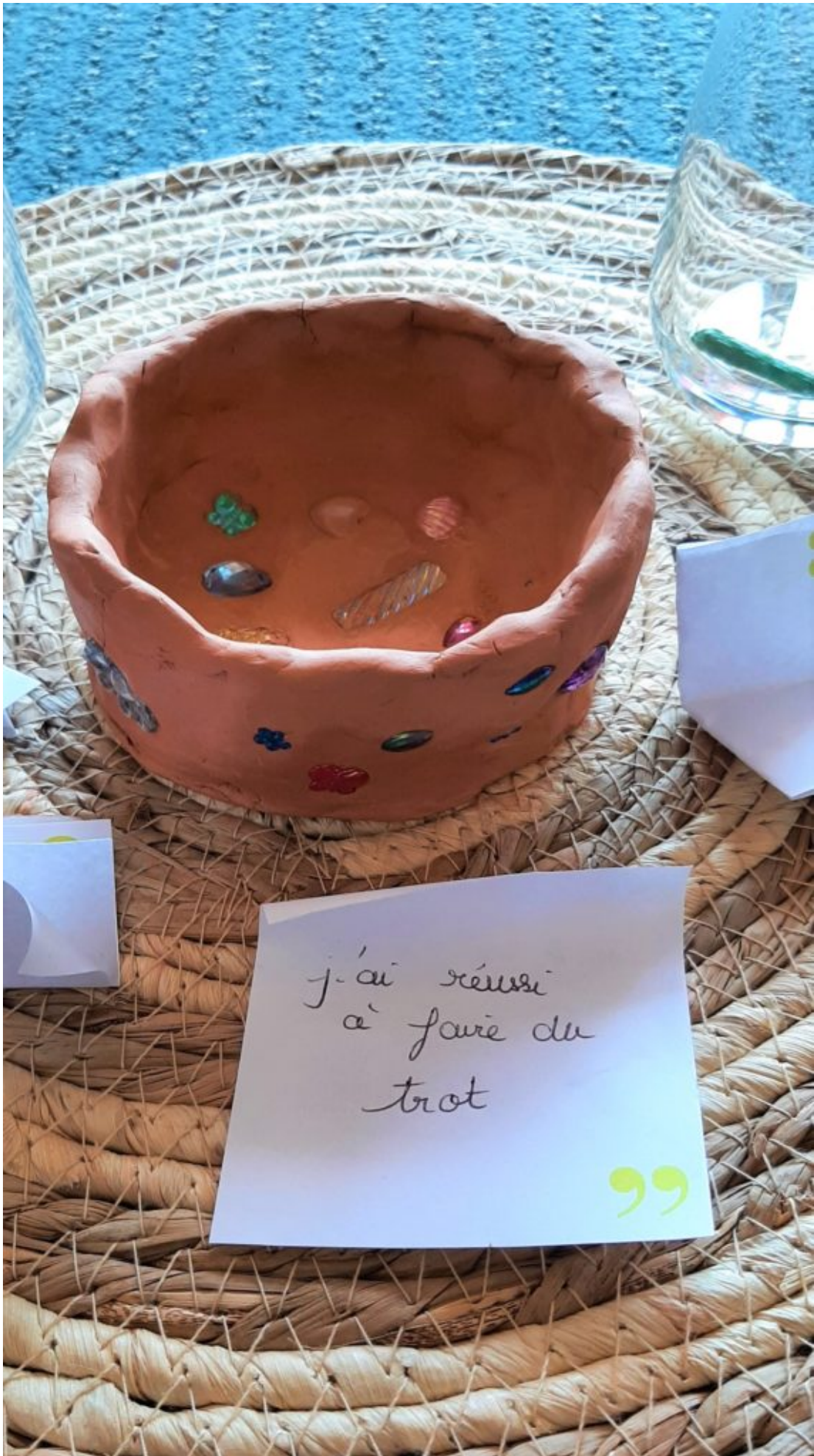












j'ai réussi  
à faire du  
trot

”

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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺

---

## Le nuancier des émotions

Cette activité créative va permettre à l'enfant d'apprendre qu'il existe plusieurs **intensités émotionnelles**, il pourra alors situer son émotion : **est-elle petite, moyenne ou grande** ?

## Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa motricité fine
- La compréhension des différentes intensités d'une émotion
- Une première prise de recul par rapport à ses émotions
- Le fait de mieux accueillir ses émotions

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

## MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Une feuille de papier fort d'au moins 220 g/m<sup>2</sup>
- De la peinture acrylique de 4 couleurs différentes et des pinceaux
- Pincettes à linge, une ficelle
- Un marqueur

## Tuto :

Un enfant vit ses émotions avec **la même intensité**, quelque que soit la raison du déclenchement de l'émotion en question ;

Cette activité créative lui permettra ainsi d'apprendre que l'on peut ressentir une émotion plus ou moins intensément.

Ici, nous proposons à l'enfant 3 niveaux d'intensité émotionnelle : **petite, moyenne ou grande**. Cela lui permettra d'avoir une **première prise de recul** par rapport à ses émotions, de comprendre la notion de **nuance**.

Nous allons réaliser ce nuancier des émotions sous forme de cartes rectangles.

**Nb : une carte sur l'émotion de la douleur peut être utile lorsque votre enfant est malade, pour qu'il apprenne ainsi à situer son niveau de douleur.**



**Étape n°1 :**

Nous prenons notre feuille de papier fort : ici j'ai utilisé une feuille de papier aquarelle en 300 g/m2

Nous la divisons en 4 rectangles de dimensions égales, puis nous les découpons

### **Étape n°2 :**

L'enfant choisit lui-même une couleur pour représenter chaque émotion. Il est important que ce soit lui qui choisisse les différentes couleurs afin qu'il s'approprie le nuancier.

### **Étape n°3 :**

On peut diviser chaque rectangle en traçant des traits au crayon de papier et à la règle afin de donner 3 repères à l'enfant.



### **Étape n°4 : la peinture**

L'enfant choisit par exemple la couleurs bleue pour la tristesse : il va alors peindre en bleu  $\frac{1}{3}$  de son rectangle avec cette couleur.















Ensuite, on rajoute un peu de gouache blanche pour éclaircir d'un ton la couleur bleue, puis l'enfant applique cette couleur plus claire dans la deuxième partie du rectangle.



















On rajoute encore un peu de blanc pour éclaircir encore un peu plus cette couleur, puis on l'applique dans notre dernier tiers du rectangle.













Nous avons ainsi obtenu **la carte de la tristesse**, avec une couleur foncée qui représente une très grande tristesse, une partie plus claire pour une tristesse moyenne, et puis une claire, pour une tristesse légère.

## **Étape n°5 :**

Une fois les cartes sèches, nous pouvons écrire en bas de chaque carte l'émotion correspondante, ou nous pouvons aussi dessiner, ou coller un symbole pour chaque émotion pour un enfant non lecteur.

## **Étape n°6 :**

Lorsqu'ils sont secs, nous accrochons les 4 rectangles à une ficelle, à l'aide de pinces à linge.

Puis, avec une autre pince à linge, l'enfant peut placer la pince sur le niveau d'intensité émotionnel qu'il ressent et ainsi exprimer, tout en nuance, son état intérieur.

En plus d'apprendre à nuancer, cela permettra à l'enfant de se libérer de cette émotion par cette méthode ludique. ☺

**Ce nuancier a beaucoup aidé ma fille à comprendre que les émotions ont plusieurs intensités, ce qui lui a vraiment permis d'avoir une approche différente et de relativiser. cela l'aide à beaucoup mieux accueillir ses émotions**



**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺

---

## La boîte à colères : se libérer de cette émotion

Voici un croqueur de colères quand l'enfant se sent dépassé par cette émotion qui peut être dévastatrice !!

Retrouve toute la thématique sur les émotions [ici](#)

**Lors de cette activité, l'enfant va développer :**

-☐ Sa motricité fine

-☐ La reconnaissance et la compréhension de cette émotion

→ □ Mieux accueillir cette émotion et s'en débarrasser en la déposant quelque part

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

### **MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- Une boîte de mouchoirs
- De la peinture
- Des paillettes (facultatif)
- Un feutre
- Une feuille blanche
- Des pastels à aquarelle

### **Réalisation de l'activité :**

Nous regroupons notre matériel et nous proposons à l'enfant de peindre la boîte de mouchoirs . L'enfant utilise une couleur qui représente pour lui la colère. On pense notamment au rouge, mais c'est à l'enfant de choisir la couleur afin qu'il s'approprie son croqueur de colères ☺





Une fois la peinture sèche, on dessine un visage qui représente la colère autour de l'ouverture de la boîte de mouchoirs, qui sera en fait la bouche du « croqueur ».

L'enfant peut aussi dessiner des choses qui lui font penser à la colère : des formes, des motifs, etc...







Ensuite, ma fille a souhaité agrémenté sa boîte de paillettes. On met de la colle au pinceau, puis les paillettes.



L'enfant peut aussi laisser s'exprimer ses émotions en peignant de façon libre.

On peut aussi dessiner des éléments qui font redescendre la tension, qui **apaisent** l'enfant.

Ensuite, on invite l'enfant à dessiner sur une feuille une colère qu'il ressent ou qu'il a vécu récemment.

De mon côté, j'ai proposé à ma fille de dessiner avec **des crayons pastels aquarellables**, qui permettent de jolies représentations et nuances. Car une émotion peut avoir plusieurs paliers, plusieurs intensités, elle peut être **petite, moyenne, ou très importante**. Il est intéressant de faire comprendre cela à l'enfant, et je vous montrerai prochainement comment l'enfant peut exprimer le niveau de son ressenti émotionnel à l'aide d'une autre activité créative.



Enfin, quand l'enfant a terminé son dessin, il pense très fort à sa colère, déchire le dessin et dépose les morceaux dans la bouche du croqueur de colères !!!!!

C'est une **technique de libération émotionnelle** qui va permettre à l'enfant de déposer quelque part sa colère, en dehors de lui-même, pour ainsi s'en sentir libéré, soulagé.

En déposant les morceaux, l'enfant peut encore davantage se libérer de cette émotion négative en s'exprimant oralement, en disant par exemple : « **va t'en ma colère, je croqueur de colère te croque** »

Ainsi libéré, on évite bien des maux et des crises qui peuvent être évitées ☺

**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**

---

## **Le petit sac magique pour adoucir la peur**

**La confection de ce petit sac rempli de plantes apaisantes et relaxantes va permettre à l'enfant de se sécuriser et d'atténuer sa peur ☺**

**Aujourd'hui on a choisi de travailler sur la peur, émotion encombrante pour ma fille Elsa, qui a souvent peur le soir au moment où la nuit tombe, et au moment d'aller dormir seule**

dans son lit...

**Cette activité va permettre à l'enfant de :**

- ☐ Réduire sa peur
- ☐ Rassurer l'enfant
- ☐ Découvrir les plantes
- ☐ Rassembler son courage

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- Un morceau de tissu doux (au moins 30 x 30 cm)
- Un ruban fin pour faire un nœud
- Un saladier ou Tupperware d'environ 20 cm
- Des graines de lavande ou de camomille
- Un crayon à papier
- Une règle
- Des ciseaux, à cranter de préférence

**TUTO :**



L'enfant trace le contour du saladier sur le tissu avec un crayon à papier

Ensuite, nous découpons le cercle de tissu

Nous posons le cercle, puis nous y déposons dans le centre plusieurs poignées de graines de lavande ou de camomille.



Puis, nous ramenons les bords du tissu pour former une bourse.

Nous faisons un nœud autour avec un joli ruban

Nous pouvons aussi ajouter quelques gouttes d'huile essentielle : fraise, poire, petit grain bigarade, etc...

L'enfant peut par exemple glisser son petit sac magique sous son oreiller s'il a peur la nuit, ou s'il fait des cauchemars...



Il peut l'emporter avec lui dans les moments difficiles pour l'aider à rassembler son courage . Il peut aussi par exemple y glisser un petit cailloux porte-bonheur, etc...

**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**

---

## **Les émotions : apprendre à les reconnaître pour mieux « les apprivoiser »**

Aujourd'hui, nous commençons notre nouveau thème : celui **des émotions**. Nous avons utilisé un très joli support pour apprendre à reconnaître nos émotions, les nommer, puis les « trier ».

## Lors de cette activité, l'enfant va développer :

- Sa connaissance des émotions
- Apprendre à les reconnaître en fonction des sensations ressenties dans le corps
- Classer les différentes émotions selon les expressions des visages

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

## MATERIEL NÉCESSAIRE : (clique sur le matériel)

- Le document des émotions à télécharger ici sur le blog de mes tresses d zécolles

## Réalisation de l'activité

Dans ce joli pdf, on trouve 6 émotions :

La joie, la peur, la tristesse, la colère, la sérénité et l'amour (qui regroupe plusieurs émotions et forme alors un « sentiment », plus durable qu'une émotion).



Selon l'âge de l'enfant, on peut d'abord travailler sur une ou 2 émotions, puis sur les 6. J'ai demandé à ma fille de classer les photos selon les expressions des différents visages, et de les placer dans le tableau de la bonne émotion. Le fait qu'il y ai des couleurs différentes permet de bien différencier chaque émotion.

2 ou 3 erreurs à 6 ans, comme quoi, certaines émotions ne sont pas forcément simples à décoder !!!

Ce support nous a permis de discuter des émotions, j'ai par exemple demandé quelle émotion elle préfère, et celle qu'elle aime le moins ; celle qu'elle ressent le plus souvent : cela permet à l'adulte de savoir vers quelle émotion axer les différentes activités ; et à l'enfant d'extérioriser ainsi certaines choses qu'il a en lui, et de ne pas les garder à l'intérieur...

Il existe bien sûr d'autres émotions, et ce n'est pas toujours

simple, même pour les adultes, de les apprivoiser, ce support a permis une bonne entrée en matière et sera parfait jusqu'à 4/ 5ans.

Ensuite, pour les plus grands, on continue avec d'autres supports que je vous montrerai dans les prochains jours.



Pour terminer l'activité, j'ai proposé un petit jeu : j'ai changé de place une carte sur les 4 pour chaque émotion !!

A l'enfant de retrouver l'intrus !!!! Et vous verrez, ce n'est pas si simple !!





AMOUR



LA PEUR





LA JOIE





TRISTESSE



LA COLÈRE



LA SÉRÉNITÉ



**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**

---

# Bombe de bain avec Dino caché à assembler

Voici une activité ludique et scientifique qui plaira beaucoup aux enfants !

**Lors de cette activité, l'enfant va développer :**

- ☐ Sa compréhension d'une expérience scientifique
- ☐ Prendre plaisir à réaliser une activité ludique avec la surprise de trouver des morceaux de dinos à l'intérieur !

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- Une bombe effervescente
- Un dinosaure à assembler

**TUTO :**



Nous avons d'abord commencé par déterrer des morceaux de dinosaure dans du plâtre



Puis nous avons récupéré notre dino dans une matière tout visqueuse ! Puis dans du slime !!











J'ai préparé au préalable la bombe de bain dans laquelle j'ai « caché » des morceaux de dinosaure. Je vous donnerai prochainement **une recette maison sur le blog**, ou bien vous pouvez aussi en acheter des « toutes faites » dans le commerce.

Je la présente à ma fille avec un grand récipient d'eau



Je vous laisse regarder cette petite vidéo qui vous montre le concept 😊



L'effet est toujours très ludique à observer pour les enfants, avec la réaction qui se produit grâce au bicarbonate de soude ; on peut aborder quelques notions scientifiques avec l'enfant selon son âge. Ensuite, l'enfant trouve les morceaux dinosaure que j'avais dissimulé dans la bombe de bain effervescente , et quelle surprise !!!!



On assemble ensuite tous les morceaux du dinosaure qui étaient cachés dans le slime, le plâtre, la bombe de bain et la

matière visqueuse, pour créer un dinosaure ! Effet garanti  
waouh !!!! ☺☺



**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**

---

# Tricératops en perles flashy

Voici une activité que l'on peut décliner avec toutes sortes de formes, et de perles ! De quoi faire travailler la motricité fine des petites mains de façon créative

**Lors de cette activité, l'enfant va développer :**

- Sa créativité
- Sa motricité fine
- La coordination main/œil

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

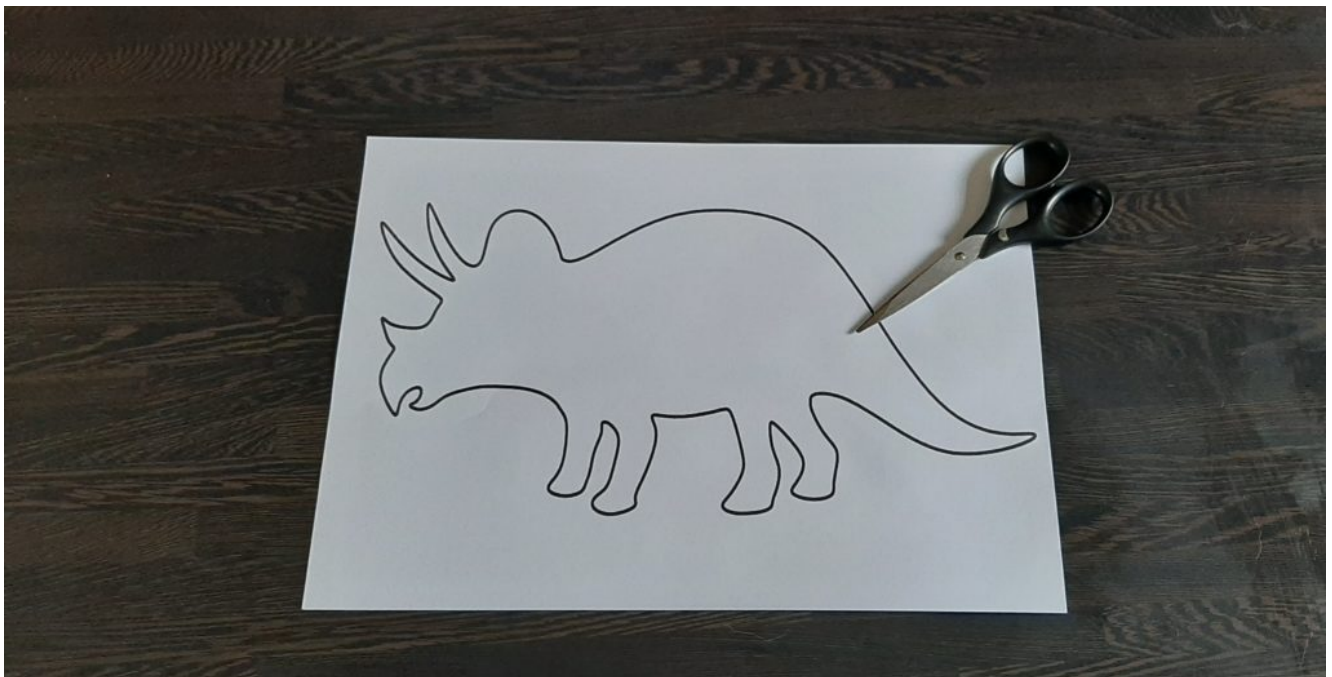
**MATERIEL NÉCESSAIRE :** (clique sur le matériel)

- Le gabarit du tricératops ici (tu peux l'agrandir encore pour avoir une forme plus grande)
- Des perles (Action) on peut aussi utiliser des perles à repasser, ou des galets de verre par exemple pour les plus petits, des éléments naturels, des cailloux, des

marrons, etc...

## TUTO :

Nous imprimons notre gabarit du tricératops et nous le découpons



L'enfant place les perles du mieux qu'il peut sur le tricératops (selon son âge et sa motricité fine)

J'ai trouvé les perles à Action, mais on peut aussi utiliser des perles à repasser, ou des galets de verre par exemple pour les plus petits, des éléments naturels, des cailloux, des marrons, etc...



L'enfant intègre de cette façon sensorielle la forme du dinosaure, et il mémorisera beaucoup mieux ainsi. On peut associer une carte de dinosaure et discuter des ses particularités à l'aide d'un livre, etc..



Tu peux télécharger les cartes classifiées des dinosaures ici (site de fofyalecole)

**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](mailto:laetitia-activites-enfance@jeux-et-partage.com) je te répondrai avec plaisir ☺**