

# Un Village Zen miniature dès 3 ans pour développer la sérénité

Voici une activité très apaisante qui va apporter calme et sérénité à l'enfant (idéale en cas d'émotion négative) !!!

A utiliser sans modération !!

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

- Sa créativité
- Son calme, sa sérénité
- Le lien entre lui et la nature, en l'amenant à la maison
- Son imagination

Pour réaliser cette activité, tu auras besoin de :

**MATERIEL NÉCESSAIRE :**

- Un plateau, un bac ou une coupelle
- Des éléments de la nature récoltés lors de promenades (pommes de pin, bois flotté, coquillages, galets, cailloux, mousse, écorce).
- Du sable, (ramassé à la plage ou acheté en magasin de jardinage) ou si tu n'en as pas cela peut être de la semoule, ou même du riz
- Un mini-râteau que tu peux fabriquer en assemblant à la colle chaude deux morceaux de baguette de bois, avec aux extrémités des cure dents pour faire les dents du râteau
- Des pinces, louche, passoire, éléments pour transvaser

On peut rajouter des fausses pierres précieuses, des carrés de mosaïque en bois ou en verre, des animaux, des personnages etc...

**TUTO :**



Après une promenade Montessorienne, nous avons ramassé plusieurs éléments naturels (on peut attendre d'avoir réalisé 2 ou 3 promenades et d'avoir récolté les éléments naturels suffisants pour commencer la réalisation du jardin , ou « village zen »)



On rince nos petits cailloux qui sont plein de terre tout en expliquant que la terre n'est pas sale, on effectue simplement un rinçage pour mieux voir leurs couleurs.



Nous débutons l'activité en disposant le sable (ou de la semoule ) sur tout le fond du plateau (ici c'est notre 2<sup>ème</sup> jardin zen, le premier ayant été réalisé avec une petite coupelle).

Pour celui-ci nous choisissons un joli plateau rectangulaire. J'avais opté dans un premier temps pour un plateau en bois mais ma fille a préféré ce plateau couleur beige saumon.



1er jardin zen réalisé dans une coupelle



Elle laisse passer le sable à travers les trous



*Elsa s'amuse avec une pince boule*



L'activité se transforme en activité de Manipulation, elle utilise une louche et une passoire et se passionne pour l'écoulement du sable



Moulage ...



Elle manipule le sable avec ses mains, ce qu'elle n'osait pas faire au départ.



Elsa choisit elle-même les éléments naturels qu'elle veut placer dans son « Village Zen ». Elle choisit d'abord des petites pommes de pin, du bois flotté, une jolie écorce.



Puis elle place des cailloux qu'elle s'est faite une joie de ramasser lors d'une promenade, et choisit de les placer d'abord à l'aide de 2 pinces, une en métal et une en plastique, ce qui fait travailler plus précisément sa motricité fine.



Puis elle se met à disposer les cailloux de diverses façons



En rond ...



Ensuite, elle ratisse le sable avec un petit râteau que nous

possédions déjà, et elle a ensuite l'idée de placer des petits animaux (que j'avais disposé pas très loin). Elle s'invente un monde imaginaire, ce qui lui fait beaucoup de bien après une journée d'école bien remplie et bruyante, et cela lui permet de sortir de cet état « d'hyper activation » dans lequel elle rentre souvent d'une telle journée.



Elle dispose ses petits carrés de mosaïque colorés en bois qu'elle affectionne particulièrement. Elle s'amuse à les cacher sous le sable, à les déplacer, ect... Cette activité la détend beaucoup.



*Elle place un galet décoré au préalable, lors d'une autre activité.*

Elle choisit d'aller chercher le bouddha qui était dans le jardin Zen pour le placer dans son village zen, elle me dit qu'il « surveille » les animaux...



Je laisse le plateau à disposition dans le salon sur un autre plateau à pieds en bois type plateau déjeuner, qui nous sert pour de multiples activités issues de la pédagogie

Montesssori.

Elsa y revient très souvent pour ratisser le sable et redisposer tous ces petits éléments...

**Avez-vous déjà réalisé cette activité avec votre enfant ?  
cette technique ?**

**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 ☺