

ACTIVITÉS EN FAMILLE

Semaine 3



 HIGHSCOPE®

COR *Advantage*®

Traduction par
 HIGHSCOPE®
Québec



LA PENSÉE

de la

SEMAINE



par Holly Delgado, spécialiste en petite enfance à la fondation HighScope

Préserver la santé mentale de votre famille pendant la période de fermeture des services de garde

Mardi en soirée, après avoir été enfermé onze jours dans notre maison, dans l'impossibilité de voir ses amis ou les membres de notre famille élargie, notre fils de huit ans s'est mis à pleurer. Pendant plus d'une heure, il a balancé entre des sanglotements incontrôlables et la reprise de son souffle assez longtemps pour nous partager de courtes phrases liées à ses sentiments. Qu'est-ce qui avait cassé l'«élastique» de mon fils? La goutte qui a fait déborder le vase est arrivée lorsqu'il était assis à côté de moi sur le canapé et son petit frère de trois ans est venu se blottir entre nous deux.

Ceci est une période sans précédent et nous, toute la famille, devons nous ajuster à la nouvelle normalité. Mes trois enfants, trois garçons de 8, 5 et 3 ans, sont à présent TOUJOURS ensemble. Ceci était en train de créer d'intenses sentiments qui couvaient silencieusement et dont, en tant que maman, je ne m'étais pas rendu compte.

Pendant cette période-ci, de réserver quelques minutes chaque jour pour vérifier l'état d'âme de nos enfants, peut s'avérer très rentable. Le développement d'un vocabulaire relatif aux émotions aidera les enfants à apprendre à définir et exprimer leurs émotions de manières plus appropriées. Trouvez une occasion de parler avec vos enfants plus âgés à propos de leurs émotions. Demandez-leur comment ils se sentent, reconnaissez ces sentiments et démontrez-leur de l'empathie. S'ils haussent les épaules et disent « Je vais bien », fournissez-leur des mots qui pourraient avoir de la difficulté à exprimer par eux-mêmes. Par exemple, « Je me demande si cela est décevant et que tu te sens seul de ne pas pouvoir voir des amis régulièrement? » ou « Être obligé de jouer avec des frères plus jeunes toute la journée me bouleverserait. Et toi? »

Les plus jeunes enfants, qui ont un vocabulaire encore plus limité, peuvent ne pas posséder les mots pour exprimer leurs émotions et nommer leurs sentiments. Ils peuvent, à la place, réagir physiquement. Dans ces situations, nous, les parents, devons apprendre à lire le langage corporel. Frapper et crier peut signifier de la frustration ou de la colère; bouder ou s'éloigner en tempêtant peut signifier la déception. Lorsque nous profitons de l'occasion pour nommer ces émotions et sentiments même avec nos tous petits, nous les aidons à développer les compétences dont ils auront besoin pour résoudre des problèmes dans le futur.

En tant que mère, j'ai remarqué que mes enfants ont besoin d'être plus près de moi physiquement qu'à l'habitude. Cette dernière semaine, j'ai remarqué que leurs comportements ont changé — par exemple, au lieu de s'asseoir à côté de moi, ils veulent être sur moi; au lieu d'avoir une conversation avec moi, ils crient les uns par-dessus les autres dans le but d'être entendus. Ce n'est que lorsque j'ai pris du recul et observé leurs comportements d'une autre perspective que j'ai réalisé qu'ils cherchaient de l'attention et du réconfort. Ce que j'avais initialement interprété comme un comportement agaçant était en fait un appel à l'amour et l'encadrement. Mais, afin de réaliser ceci, j'ai dû baisser ma garde.

Me concentrer sur la santé mentale de ma famille est très important en ce moment. Alors, dans ma famille, nous tentons de passer plus de temps de qualité avec chacun des enfants — même dans nos espaces restreints. Nous avons créé plus d'occasions d'aller dehors pour faire des randonnées ou de la bicyclette tout en préservant une distanciation sociale des autres. Les moments calmes, où tous s'éloignent de la technologie et choisissent un livre, un jouet tranquille ou font une sieste, font maintenant partie intégrante de tous nos après-midis. Les vidéoconférences avec notre famille élargie nous aident à conserver les liens et nous avons découvert que les soirées en famille à regarder des films ou jouer à des jeux nous aident à réduire le stress. Et, au final, mon mari et moi prenons un moment chaque soir pour simplement s'asseoir sur le canapé et visionner en rafale quelques émissions sur Netflix.

Ce sont des temps difficiles. Parlez-vous. Réconfortez-vous les uns les autres. Si vous êtes limités dans l'espace (et la distance), déterminez ce que vous pouvez faire à l'intérieur de l'espace que vous avez, et ce non seulement dans le but de survivre, mais de vous épanouir. Prenez le temps de vous concentrer sur votre propre santé mentale — peu importe ce que cela signifie pour vous.

LES POUPONS



Art, musique et mouvement (poupons et trottineurs) : Chante avec moi

Débutez en chantant une chanson familière et dites à votre enfant que vous allez également chanter diverses chansons. Choisissez une autre chanson qui reflète les intérêts de votre enfant (ex. si votre enfant aime les animaux, chantez « Dans la ferme à Mathurin »). Gardez les chansons simples, chantez seulement un couplet et lorsque votre enfant aura entendu plusieurs fois les mots et la mélodie, vous pourrez ajouter les mouvements des mains ou autres actions.

Les enfants expérimentent :

- Écouter et chanter des chansons familières
- Explorer les tons de la voix

Après avoir chanté une chanson à plusieurs reprises, ajouter quelques mouvements/actions. Dans un premier temps, pratiquez les mouvements (limitez-vous à deux ou trois mouvements par chanson pour débiter) et encouragez votre trottineur à vous imiter avant d'ajouter les mots. Vous pourrez ajouter plus de mouvements lorsque votre enfant sera familier avec les mots et les mouvements ou actions initiaux. Acceptez le niveau de participation de votre enfant, qu'il observe tout simplement qu'il essaie quelques actions ou chante quelques-uns des mots.

Invitez les enfants plus jeunes à s'approcher de vous afin qu'ils puissent entendre votre voix et observer la manière dont vous bougez. Observez comment ils réagissent lorsque vous chantez (ex. vous fixent de manière intentionnelle, tapent dans les mains ou produisent des sons avec leur bouche). Faites des commentaires sur leurs efforts de chanter ou bouger avec vous.



Communication, langage et littératie : Parle-moi, mon bébé

Les enfants expérimentent :

- Produire des sons verbaux tels que roucouler et gazouiller
- Dire ou chanter un mot

Notez lorsque votre poupon tente de parler pendant un moment de contentement, écartez toutes distractions et préparez-vous à avoir une « conversation »!

Lorsque votre poupon commence à roucouler, réagissez en imitant ses vocalises ou en lui parlant (ex. vous pouvez dire, « Tu as beaucoup de choses à dire. Peux-tu me raconter d'autres histoires ? »). Démontrez la manière de converser en prenant occasionnellement des pauses afin que votre enfant ait le temps d'explorer vos expressions faciales, penser à ce qu'il fera ensuite et préparer une réaction. Lorsque votre enfant utilise des intonations en roucoulant, réagissez aux changements de ses vocalises.

Les poupons plus âgés peuvent commencer à gazouiller, ce qui ressemble plus à la parole. Lorsque votre enfant commence à faire ces sons, répétez-les et présentez-lui de nouveaux sons. Par exemple, si votre enfant produit le son/m/, placez-vous devant votre poupon et répétez le son/m/à plusieurs reprises : « Ma, ma, ma, ma. » Vous pouvez lui présenter un nouveau son,/b/; répétez le nouveau son en disant, « Bé, bé, bé, bé »; et donnez-lui la chance de répondre. Même si les enfants ne sont pas tout à fait prêts à imiter de nouveaux sons, ils en produiront dans les mois à venir, lorsque leur langage se développera.

Vous pouvez également leur présenter quelques signes pour les mots utilisés plus fréquemment, tels que « encore », « fini », « boire » (faites une recherche sur les sites de la langue des signes québécoise [LSQ] afin de trouver ces signes élémentaires.) Tout comme votre enfant ne commencera pas à répéter des mots immédiatement, il n'imitera pas non plus des signes immédiatement ; votre enfant a besoin de temps pour observer, écouter et pratiquer l'usage des signes. Vous remarquerez peut-être, cependant, que les poupons utilisent les signes de ces mots communs bien avant être capable de les dire.

LES POUPONS



Éveil et découverte des mathématiques : Les odeurs et les arômes

Rassemblez des objets qui ont un arôme agréable tels que des citrons, pommes, pots d'épices vides, fleurs et une variété d'aliments. Soyez créatif! Vous avez peut-être à la maison un pain de savon ou des chandelles qui sentent bon, ceux-ci seraient parfaits pour cette activité.

Portez un objet à votre nez et sentez-le en premier, ensuite placez doucement l'objet près du nez de votre enfant. Observez si votre enfant agrippe un objet et le porte à son nez ou sa bouche. Est-ce que votre enfant démontre des préférences ou aversions à certaines odeurs? Prenez-en note!

Lors de cette activité, parlez à votre enfant à propos de ce qu'il fait ou sent en utilisant des mots familiers et d'autres non familiers. Que sent chaque objet? Vous rappelle-t-il quelque chose? Partagez vos observations en sentant chaque objet.

Lorsque votre enfant commence à se désintéresser à cette activité, faites-lui savoir que vous allez sentir un dernier objet et ensuite faire une transition vers une autre activité!

Les enfants expérimentent :

- Sentir et réagir à une variété d'aliments
- Observer le monde de la nature qui les entoure



Moi et les autres : Tout près

Les enfants expérimentent :

- Se tourner vers des objets ou personnes ou s'en détourner
- Persévérer à se déplacer vers des choses

Remarquez quels jouets, objets ou sons attirent l'attention de votre enfant (ex. de tout jeunes poupons peuvent se tourner la tête vers un biberon; les poupons plus âgés peuvent agripper un toutou vibrant de couleur et qui tinte lorsqu'il est agité). De même, portez attention aux objets, sons ou autres signaux sensoriels que votre enfant peut essayer d'éviter (ex. les poupons peuvent se détourner d'une lumière vive).

Si votre poupon n'est pas encore mobile, tenez un jouet haut en couleur qui produit un son agréable à environ 25 à 30 cm au-dessus de son visage (vous saurez si votre enfant voit ou entend le jouet puisqu'il sourira, roucoulera ou donnera des coups de pied d'excitation). Déplacez le jouet doucement d'un côté à l'autre (en l'agitant de temps à autre) et cessez à plusieurs reprises pour vous assurer que votre enfant le suit toujours. Si votre poupon est mobile, placez un jouet intéressant près de votre enfant, en vous assurant qu'il est conscient qu'il est là. Lorsque votre enfant tente d'atteindre le jouet, encouragez-le en lui disant, par exemple « Étire-toi juste un peu plus! » ou « Tu vas y arriver! ».

Alors que les poupons grandissent, ils sont capables de ramper au sol, s'asseoir sans aide et s'installer à quatre pattes. À ce stade, placez un jouet intéressant juste hors de la portée de votre enfant. Au fil du temps, votre enfant commencera à démontrer plus de persévérance à se déplacer vers l'objet. Lorsque votre enfant aura atteint l'objet à plusieurs reprises, vous pourrez le placer un peu plus loin. Portez attention à la réaction de votre enfant face à ce défi, cependant, puisqu'il pourrait devenir frustré et perdre de l'intérêt si l'objet semble trop éloigné. Pour retenir l'intérêt des enfants face à un défi, assurez-vous qu'ils expérimentent fréquemment des réussites et de l'encouragement. ↓

LES POUPONS

Avant même de vous en apercevoir, votre enfant commencera à ramper, se lever, se déplacer le long des meubles et prendre ses premiers pas. La tendance naturelle qu'ont les poupons de se déplacer vers des objets intéressants peut devenir dangereuse si les objets d'intérêt ne sont pas adaptés aux enfants ou des obstacles dangereux sont dans leur chemin ; assurez-vous de rendre l'environnement à l'épreuve des bébés au besoin. Vous pouvez également placer d'intéressants objets et jouets désignés aux poupons dans l'aire de jeu de votre enfant, ce qui l'encouragera à ramper et se déplacer.



Développement physique et saines habitudes de vie : **Le panier aux trésors**

Pour les poupons non mobiles, créez un panier aux trésors rempli de matériel attrayant tel que des objets faciles à agripper et explorer. Vous pouvez inclure : du papier d'aluminium, cuillères de bois, des pinceaux, des pochettes de fèves, des tubes en carton, des hochets, des brosses, de petits jouets. Placez le tout dans un contenant peu profond et mettez-le près de votre poupon afin qu'il puisse facilement atteindre son contenu et agripper quelque chose qui semble amusant!

Les enfants expérimentent :

- Agripper différents objets
- Bouger des parties du corps

Notez lorsque votre poupon tend le bras vers des objets spécifiques et les déplace d'une main à l'autre. N'hésitez pas à faire des observations à haute voix à propos de ce que l'enfant fait, en lui disant par exemple, « As-tu vu celui-ci ? » et « Tu as pris la pochette bleue ! » Portez attention à toutes préférences que l'enfant démontre pour différents types de jouets et/ou couleurs.

Permettez aux poupons d'explorer le matériel jusqu'à ce qu'ils commencent à s'en désintéresser, ensuite faites une transition vers la prochaine activité.

LES TROTTINEURS



Art, musique et mouvement : L'eau colorée !

Les enfants expérimentent :

- Mélanger des couleurs
- Remarquer le changement de couleur dans l'eau

Cette activité peut se faire en se penchant sur le rebord d'un bain ou d'un évier. Remplissez le bain/évier avec une petite quantité d'eau tiède. Offrez à votre trottineur les bouteilles vaporisateur ou des bouteilles distributrices à savon remplies d'eau colorée et invitez votre enfant à vaporiser ou pomper l'eau dans le bain/évier.

Offrez assez de temps à votre trottineur pour qu'il puisse explorer la bouteille et comprendre comment presser la pompe pour faire sortir l'eau. Si votre enfant devient frustré, démontrez-lui doucement comment l'appuyer (votre enfant peut avoir besoin de ses deux mains). Alors que votre

enfant vaporise l'eau sur les côtés de la baignoire ou de l'évier, faites des commentaires sur les couleurs, décrivez comment les couleurs dégoulinent sur le côté et ce qui se passe lorsque les couleurs se mélangent. Joignez-le en prenant une autre bouteille et en ajoutant de la couleur sur un des côtés. Assurez-vous d'échanger de bouteilles si votre enfant en fait la demande.



Communication, langage et littératie : Un nouveau livre préféré

Avant de débiter :

1. Prenez des photos de personnes (ou animaux de compagnie) importantes dans la vie de votre enfant de même que d'objets qui lui sont familiers (ex. un toutou). (Le nombre de photos que vous utiliserez sera déterminé par le temps de concentration de votre trottineur ; quatre ou cinq pour les plus jeunes trottineurs et une sélection plus importante pour les trottineurs plus âgés.)
2. Découpez un papier cartonné à la taille désirée — fabriquez le livre plus grand pour pouvoir placer plusieurs photos sur une page ou plus petit pour placer moins de photos par page. (Avec les trottineurs plus jeunes, placez une ou deux photos par page.) Fixez les photos avec du papier adhésif ou de la colle et utilisez un perforateur pour créer deux ou trois trous alignés du côté gauche de chaque page. Attachez les pages ensemble avec de la laine, une ficelle ou des anneaux à feuilles mobiles.
3. Placez une photo de votre enfant (ou vos enfants) sur la page couverture et écrivez un titre.

Les enfants expérimentent :

- Regarder ou pointer du doigt des objets familiers sur des photos
- Dire des phrases d'un, deux ou trois mots à propos des photos
- Répondre aux énoncés de l'adulte

Présentez le nouveau livre à un moment où vous lisez habituellement à votre trottineur.

Encouragez votre trottineur à vous aider à tourner les pages ou tenir le livre seul. Laissez du temps à votre enfant afin qu'il puisse regarder et réagir aux photos. Les jeunes trottineurs peuvent simplement montrer du doigt les photos qui attirent leur attention ou peuvent utiliser un mot ou un geste pour décrire une photo qu'ils voient. Les trottineurs plus âgés peuvent décrire une photo, commencer à utiliser des phrases de deux ou trois mots pour parler de celles-ci et répondre aux énoncés ou questions à propos des photos.

Tout comme plusieurs activités pour trottineurs avec des capacités de concentration et des intérêts variables, vous allez avoir besoin de déterminer quand votre enfant commence à perdre de l'intérêt à regarder le livre. Si votre enfant veut continuer à regarder le livre lorsque c'est le temps de passer à autre chose, dites-lui que vous allez le regarder une dernière fois avant de le ranger. Assurez-vous que votre enfant pourra le regarder de nouveau prochainement.

LES TROTTINEURS



Éveil et découverte des mathématiques : **Compter n'a jamais goûté si bon**

Placez une petite quantité de nourriture dans l'assiette de votre enfant ou dans le plateau de sa chaise haute (placez une quantité de nourriture sur la table dans un bol ou une assiette afin que votre enfant puisse voir qu'il en a plus de disponibles). Laissez du temps à votre enfant pour qu'il puisse prendre chaque morceau de nourriture et le manger. Parlez à propos de la nourriture que vous offrez à votre enfant, par exemple « Tes craquelins sont tous partis! ».

Lorsque leur assiette ou plateau est vide, les trottineurs peuvent communiquer qu'ils en veulent encore en tendant le bras vers le bol ou l'assiette de nourriture et/ou en vocalisant. Demandez, « Est-ce que tu veux d'autres bananes? » Vous pouvez dire le mot « encore » de nouveau et/ou utiliser le signe (chercher comment faire le signe « encore » dans la langue des signes québécoise). Progressivement, si vous répétez « encore » à votre trottineur, il commencera à dire ou faire le signe « encore » lorsqu'il voudra encore quelque chose.

Si votre enfant est rendu plus avancé dans son développement, lorsque votre trottineur demande à avoir plus de nourriture, comptez à haute voix (ex. « 1, 2, 3, 4, 5 ») en plaçant les morceaux sur son assiette ou plateau. Peu à peu, vous remarquerez que votre enfant commencera à utiliser des mots représentant des nombres ou à compter par cœur; cela est très bien même s'il ne comprend pas ce que chaque nombre signifie parce que le fait d'expérimenter avec des mots représentant des nombres et compter par cœur fait partie des étapes importantes dans l'apprentissage de compter. Encourager les efforts que fait votre enfant avec l'usage des mots représentant des nombres et continuer à compter en sa présence.

Les trottineurs plus âgés qui se sont exercés à dire les mots représentant les nombres commenceront à compter en utilisant la correspondance un à un, en débutant avec seulement quelques objets et compteront graduellement jusqu'à 10 objets ou plus.

Cette activité n'est pas destinée à être « un exercice ou un entraînement pour apprendre à compter »; elle devrait plutôt être un processus naturel pendant les repas. L'activité se termine lorsque le repas est fini.

Les enfants expérimentent :

- Utiliser le mot « encore »
- Utiliser un mot représentant un nombre
- Compter par cœur (dire des nombres en les mémorisant)
- Compter en utilisant la correspondance un à un (développer le sens des nombres; toucher chaque objet et associer un nombre avec chaque objet)

LES TROTTINEURS



Moi et les autres : **Explorer des magazines!**

Pour commencer, rassemblez une variété de cartes postales et/ou des images de magazines incluant des enfants, animaux et objets communs dont les enfants pourront choisir, manipuler et regarder. Vous pouvez placer ces images dans des enveloppes ou des boîtes avec une fente (comme une boîte aux lettres). De cette manière, votre enfant pourra expérimenter « ouvrir le courrier » tout comme vous.

En examinant différentes images, parlez à votre enfant à propos des images et écoutez ses réponses. Vous pouvez poser les questions suivantes :

- Que fait cette personne ?
- Comment cette personne se sent-elle aujourd'hui ?
- Pourquoi la personne dans l'image fait-elle cela ?
- De quelle manière cette personne est-elle comme toi ? De quelle manière est-elle différente ?

Formulez des questions ouvertes et laissez votre enfant faire ses propres observations à propos des différentes images ! Ses réflexions peuvent vous aider à en apprendre plus sur ses champs d'intérêt et vous fournir de l'inspiration pour d'autres d'activités.

Les enfants expérimentent :

- Prendre plaisir à regarder du matériel de lecture
- Identifier ce qui se passe dans différentes photos



Développement physique et saines habitudes de vie : **Déchirer et coller**

Les enfants expérimentent :

- Bouger des parties du corps
- Être créatif avec différents types de matériel

Rassemblez de petits bouts de matériel facile à déchirer tels que des papiers mouchoirs, du papier aluminium et du papier journal. Placez-les tous ensemble sur une surface à un endroit où votre enfant pourra facilement s'asseoir et jouer. Fournissez également de la colle à votre enfant. Vous pouvez utiliser un bâton de colle ou de la colle liquide.

Encouragez votre enfant à déchirer et coller de petits morceaux du matériel fourni sur une feuille cartonnée. Alors que votre enfant manipule le matériel, posez des questions telles que « Que fais-tu ? » et « Que vas-tu ajouter ensuite ? » Vous pouvez également passer à l'action en déchirant plusieurs morceaux de différentes manières en respectant le niveau d'habiletés de votre enfant et observez si celui-ci vous imite !

Assurez-vous l'afficher l'œuvre de votre enfant à sa hauteur quelque part dans la maison !

Les enfants d'âge préscolaire



Art, musique et mouvement : Le drap qui bondit

Faites éclater du maïs soufflé avec les enfants. Une machine à air chaud ou un contenant pour micro-ondes est l'idéal puisque les enfants peuvent observer le maïs éclater, mais un sac pour micro-ondes peut bien faire le travail. Parlez des étapes pour faire du maïs soufflé ou la raison pour laquelle le maïs éclate. En parlant avec vos enfants, vous pouvez leur dire :

- « Ho ! J'entends beaucoup de bruit ! Que penses-tu qu'il se passe ? »
- « Comment penses-tu que ces grains secs et durs de maïs se transforment en maïs soufflé léger ? »
- « Quelle sensation le maïs soufflé a-t-il dans ta bouche ? »
- « Regarde les morceaux de maïs soufflé et trouve ta forme préférée »

Les enfants expérimentent :

- L'activité physique
- Comment une chose peut-elle en affecter une autre (cause et effet)
- Les relations spatiales
- Bouger au son de la musique

Laissez les enfants vous aider à terminer de faire le maïs soufflé en le vidant dans un bol et en ajoutant du beurre et du sel. Quand vous et les enfants aurez mangé le maïs soufflé, passez à la prochaine partie de l'activité.

Étalez un drap et demandez aux enfants de tenir un bout. Demandez aux enfants de faire semblant que le drap est une énorme machine à maïs soufflé et que vous aimeriez qu'ils vous aident à faire du maïs soufflé. Placez des balles de pingpong ou des chaussettes enroulées au milieu du drap. Selon le type de machine à maïs soufflé que vous avez à la maison, faites semblant d'ajouter de l'huile et/ou la mettre en marche.

Faites jouer la musique doucement et aider les enfants à agiter le drap. Secouez doucement au début pour imiter le maïs qui devient de plus en plus chaud. En secouant avec les enfants, parlez de la manière dont les balles se déplacent. Utilisez des mots tels que rouler, bondir et sauter. Utilisez d'autres mots qui décrivent l'orientation, tels que par-dessus, par-dessous, dedans et en dehors. Augmentez le volume de la musique et secouez le drap de plus en plus rapidement afin que les balles bondissent dans les airs. Lorsque les balles tombent à l'extérieur du drap, encouragez les enfants à les replacer sur le drap.

Lorsque vous et les enfants commencez à vous fatiguer, ralentissez la cadence ; baissez le volume de la musique. Ralentissez l'« éclatement » et finalement, arrêtez-vous.



Communication, langage et littératie : Parlons « char »

Essayez cette activité la prochaine fois que vous êtes en voiture avec des enfants qui s'ennuient.

Attention... Pour que cette activité soit une réussite, vous allez devoir réfléchir et dire des mots qui sonnent drôles. Dites aux enfants que vous allez jouer à un jeu de rimes — ils devront dire un mot et vous allez réfléchir à quelque chose qui rime avec ce mot.

Choisissez un des mots que vous entendez et ensuite pensez à au moins un mot qui termine avec le même son, ou qui rime ! Si vos enfants disent « auto », vous pouvez répondre avec « bateau »,

« ruisseau » ou « bureau ». Vous pouvez trouver autant de vrais mots qui riment, mais ce qui rend ce jeu amusant, c'est lorsque vous dites des mots ridicules. Alors, continuez avec « plateau » et « cerveau » et ensuite ajoutez « zozo », « gogo », « toto » !

Continuez jusqu'à ce que vos enfants se désintéressent du jeu !

Les enfants expérimentent :

- Faire des rimes
- Écrire des lettres et des mots
- Développer le vocabulaire

Les enfants d'âge préscolaire



Mathématique, science et technologie : **La lessive**

Dites aux enfants qu'il y a tellement de lessive à faire que vous avez besoin de leur aide

Options :

- Demandez aux enfants d'assortir les chaussettes et de nommer leurs couleurs.
- Classifiez tous les vêtements en piles en se basant sur la personne à qui ils appartiennent ou par le type de vêtement (tous les chandails, ensuite tous les pantalons...)
- Comptez le nombre de morceaux de vêtement dans la pile.
- Triez toutes les mêmes couleurs ensemble.
- Comptez tous les vêtements qui doivent être suspendus. Demander aux enfants d'aller chercher le même nombre de cintres et de mettre un cintre sur chaque morceau de vêtement.

Les enfants expérimentent :

- Développer les habiletés de motricité fine
- Suivre des directives
- Les couleurs
- L'autonomie

Demandez aux enfants de transporter les vêtements dans la chambre de chaque personne. Une fois rendus dans leur chambre, ils rangeront leurs vêtements. Lorsque cette activité sera terminée, votre maison devrait être plus en ordre que lorsque vous avez commencé !

Les enfants plus jeunes :

- Les plus jeunes enfants auront de la difficulté à plier les vêtements et les serviettes. Ajustez vos attentes en conséquence et acceptez les efforts qu'ils déploient.
- Ou bien, donnez aux enfants plus jeunes des tâches simples qui ne requièrent pas de pliage ou de travail précis, par exemple assortir les chaussettes ou mettre les sous-vêtements dans un tiroir. À mesure qu'ils grandissent, donnez-leur plus de responsabilités.

Les enfants plus âgés :

- Démontrez aux enfants plus âgés comment plier des serviettes, rouler les chaussettes et suspendre leurs propres vêtements. Lorsqu'ils ont appris comment le faire, vous pourrez leur confier cette tâche périodiquement pour aider la famille.
- Expérimentez les fractions aux enfants plus âgés, alors qu'ils plient les serviettes en deux « moitiés » et en quatre « quarts ».
- Accompagnez les enfants plus âgés à faire la lessive du début à la fin. Demandez-leur de vous aider à transporter la lessive jusqu'à la machine à laver, ensuite montrez-leur comment mettre le détergent et comment transférer les vêtements dans la sècheuse lorsque le cycle de lavage est terminé.

Plier les vêtements peut sembler assez simple, mais ceci peut soutenir plusieurs apprentissages ! Prenez le temps maintenant, alors que les enfants sont jeunes, de les impliquer dans une routine d'aide; lorsqu'ils seront plus âgés et seront capables d'assumer plus de responsabilités, ils seront davantage en mesure de faire cette tâche de manière autonome.

Les enfants d'âge préscolaire



Moi et les autres : Dessine ta journée

Débutez cette activité tôt le matin avant qu'une bonne partie de la journée soit déjà passée. Asseyez-vous avec les enfants et parlez à propos de ce que vous allez faire aujourd'hui. Dites-leur qu'ils peuvent vous aider à faire un dessin simple pour chaque chose que vous ferez ensemble pendant la journée, du moins l'avant-midi.

Par exemple :

1. S'habiller et se préparer à partir
2. Une activité de danse
3. Une période de jeu
4. Manger le dîner
5. Faire la sieste

Il y aura donc, pour cet exemple, cinq dessins. Trouvez un endroit pour afficher ces dessins et placez-les dans la bonne séquence. Dites aux enfants que chaque fois qu'ils commenceront une nouvelle partie de la journée, ils pourront coller un autocollant sur le dessin qui représente cette partie de la journée. De plus, laissez les enfants choisir une chose qu'ils aimeraient faire pendant chacune des parties de la journée.

Ceci pourrait ressembler à :

1. **S'habiller** – Ils peuvent choisir ce qu'ils aimeraient porter.
2. **Une activité de danse** – Ils choisissent une nouvelle danse qu'ils aimeraient essayer.
3. **Une période de jeu** – Ils peuvent choisir ce à quoi ils aimeraient jouer.
4. **Manger le dîner** – Ils peuvent choisir un aliment qu'ils aimeraient manger pour ce repas.
5. **La sieste** – Ils peuvent choisir l'histoire qu'ils aimeraient lire avant de s'endormir.

Laissez les enfants placer un autocollant sur la première chose à faire et préparez-vous à vous mettre en action.

Continuez de cette manière pour chaque partie de la journée. À mesure que la journée progresse, parlez à propos de ce qui arrive en premier, en deuxième, en troisième lieu... Demandez aux enfants de parler de ce qui arrivera ensuite et ce qu'ils choisissent de faire pendant cette partie de la journée.

Cette activité se termine lors de la dernière partie de la journée que vous avez identifiée avec les enfants. Retournez aux dessins qu'ils ont faits représentant les parties de la journée. Demandez-leur s'ils se souviennent de ce qu'ils ont fait pendant chacune des parties. Parlez de leur journée.

Les enfants expérimentent :

- L'apprentissage du temps
- Décrire les séquences des événements
- Faire des choix
- Prendre des initiatives

Les enfants d'âge préscolaire



Développement physique et saines habitudes de vie : Cuisiner des barres granolas

Parlez aux enfants de leurs aliments préférés. Partagez à propos de vos préférences aussi! Dites aux enfants qu'ils vont cuisiner quelque chose de nouveau et qu'il est possible que ceci devienne une de vos préférences. Décidez à l'avance ce que vous allez cuisiner avec les enfants. Écrivez les directives sur quelques cartes d'index, de façon simple, comme suit :

1. Mesurer tous les ingrédients
2. Mélanger dans un bol
3. Brasser
4. Cuire au four

Ensemble, rassemblez tous les ingrédients. Ensuite, lavez vos mains avec les enfants. Avec leur aide, commencez à faire la gâterie saine de leur choix en leur présentant les directives que vous avez écrites sur les cartes d'index.

Barres granolas

Activités d'apprentissage :

1. Lorsque vous faites la recette ci-dessous, jetez un coup d'œil de temps à autre pendant la cuisson des barres. Demandez aux enfants de décrire les changements qu'ils observent.
2. Demandez aux enfants « Pourquoi pensez-vous que la chaleur les transforme ? »

Accessoires

- Grand bol
- Cuillère à mélanger
- Cuillères et tasses à mesurer

Ingrédients

- 4 tasses de gruau à cuisson rapide, non cuit
- 1½ tasse de noix hachées
- 1 tasse de cassonade bien compactée
- ¾ tasse de beurre fondu
- ½ tasse de miel
- 1 cuillère à thé de vanille
- ½ cuillère à thé de sel (optionnel)

Réchauffez le four à 350° F.

Bien mélangez tous les ingrédients.

Pressez le mélange fermement sur une plaque à biscuit 40 cm x 26 cm.

Cuire de 10 – 12 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré et bouillonne.

Laissez refroidir ; coupez en barres ou émiettez-le pour en faire du granola.

Les enfants expérimentent :

- Mesurer
- Apprendre à propos des aliments sains
- Les sens du goût et de l'odorat
- Développer les habiletés de motricité fine