

Le petit journal de l'EPE du Teich

2^{ème} édition du 03 avril 2020

Idée motricité libre

Le parcours fait maison

Avec les objets du quotidien, il est possible de proposer à l'enfant un petit parcours à faire sur le ventre, à quatre pattes ou debout et qui permettra à l'enfant de faire des expériences physiques et ludiques. Il est possible par exemple de :

- Ramper ou marcher sur des coussins, un matelas, des peluches...
- Poser un traversin au sol pour l'escalader sur le ventre, l'enjamber...
- Monter sur une chaise, un banc, un canapé, une bassine...
- Passer sous une table, une rangée de chaises...
- Faire des marquages au sol avec des dessins sur des feuilles, du scotch, ...
- Créer une cible avec un récipient (bassine, saladier, caisse, carton...) et une balle ou une boule de papier.
- Faire un tunnel avec une couverture entre deux chaises, un carton ouvert des deux côtés...



La difficulté du parcours peut être adaptée à l'âge des enfants tout en respectant leur degré de développement. Il est également possible de proposer le même parcours à des enfants d'âges différents en ajoutant aux plus grands une « difficulté » (garder un objet en équilibre sur la tête, ne pas utiliser une de ses mains, ...). Pour le tout-petit, un tapis de sol confortable peut suffire pour lui permettre d'expérimenter librement les mouvements de son corps sous le regard encourageant des parents et des plus grands.

Idée recette à faire avec les enfants :

Le pain d'épices

Les ingrédients :

- 250 grammes de miel
- 250 grammes de farine
- 100 grammes de sucre
- 1 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 cuillère à café de noix de muscade en poudre
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 2 œufs
- 10 cl de lait

1. Cette première étape est réalisée par l'adulte : Faire chauffer le miel au micro-onde pendant quelques secondes, ou à la casserole afin qu'il soit bien liquide ;
2. L'enfant peut mélanger la farine avec la levure chimique, le sucre en poudre, le sucre vanillé et les deux épices ;
3. Il peut avec l'aide d'un adulte, ajouter le miel encore chaud en remuant ;
4. Et Incorporer petit à petit le lait juste tiède et les deux œufs entiers et mélanger le tout ;
5. Avec l'aide de l'adulte, verser la préparation dans un moule à cake bien beurré et fariné ou selon le matériel disponible à ma maison, fabriquer des formes diverses avec des emporte-pièces ;
6. Enfourner et laisser cuire pendant 1h à 1h15 à 160°
7. Bonne dégustation à toute la famille !



Un jour dans sa cabane...

Les enfants adorent les cabanes, les fabriquer, y jouer, s'y cacher... Ils peuvent s'y raconter mille histoires, s'isoler un peu du monde des adultes dans leur propre coin de paradis ou choisir de le partager.

Dans le jardin, sur le balcon, les enfants trouvent facilement l'endroit parfait. Mais cabane ne rime pas forcément avec construction d'extérieur. On peut également se concevoir de petits abris douillets et confortables dans sa chambre ou dans un coin du salon.

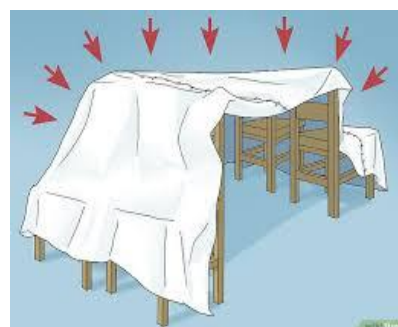
Des draps, une couverture, quelques chaises, un fauteuil, des coussins, quelques bâtons, de la ficelle, des élastiques, des cartons... voici de quoi se concocter une superbe cabane. D'autant que la phase de construction est aussi un très bon moyen de s'amuser !

Sœurs et frères y trouveront aussi leur compte où chacun peut s'approprier la cabane comme il le souhaite. Les plus jeunes pourront apprécier de s'y cacher, d'y feuilleter des livres, d'y installer leurs jouets, leurs doudous. Les plus grands pourront la décorer ou l'améliorer constamment.

Pour beaucoup la cabane est un endroit rassurant, un refuge pour rêver, une pièce secrète.

Pour tous, c'est l'endroit pour développer leur imagination soit en reproduisant des situations du quotidien, soit en se livrant à des jeux d'imitation ou encore en s'inventant des histoires au calme et à l'abri des regards.

C'est le moment de sortir les vieux tissus et cartons et de faire marcher votre imagination en famille !



Plutôt pour les enfants de 3 à 6 ans

Je fabrique ma peinture aux épices

Tout d'abord les ingrédients nécessaires à la recette aux épices :

- 2 doses (tasse) de farine
- ½ dose de sel
- ¼ dose de sucre
- 2 doses d'eau
- Des colorants alimentaires
- Des épices

La recette de la peinture maison aux épices et comestible
Mélanger les ingrédients solides (farine, sel et sucre),

Ajouter petit à petit l'eau.

Séparer le mélange dans plusieurs pots et ajouter de la couleur avec des colorants alimentaires et remuer.

Les colorants alimentaires tâchent, faire attention aux vêtements, mettez un tablier si nécessaire ! Cette peinture est assez liquide.

Ajouter des épices pour donner un côté sensoriel à l'activité et développer l'odorat.

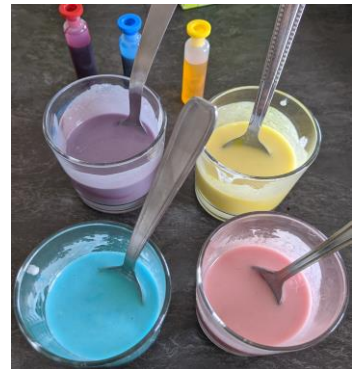
On peut y mettre par exemple de la cannelle, du paprika, du massalé, de la coriandre. Il est tout à fait possible d'en utiliser d'autres. Mélanger, vous pouvez même goûter et sentir !

Ensuite, prendre une feuille blanche et déposer de la peinture maison aux épices.

Puis placer la feuille dans une pochette plastique et fermer la pochette avec du scotch.

L'enfant peut toucher, patouiller, mélanger.

Pratique sans en mettre partout ! La peinture peut être utilisée sans la pochette plastique et l'enfant peut toucher, goûter (sauf si allergie), sentir et découvrir.



Le jeu du « Jacques a dit »

Jacques a dit est un jeu très divertissant qui fait appel à vos réflexes et demande de l'attention.

Ce jeu très simple est populaire sur toute la planète même si son nom change de pays en pays. Adoré des enfants, les adultes peuvent aussi y jouer, c'est un excellent moyen de réunir les petits et les grands. Vous pouvez y jouer à 3 en l'adaptant comme à 4, 5, 6....

Les joueurs se tiennent normalement debout pendant toute la partie, mais il est également possible de jouer assis.

Décider qui est Jacques. Avant de commencer une partie, choisir une personne qui aura le rôle de Jacques (celui qui donne les *consignes*). Pendant la partie, il se tiendra face aux autres joueurs tout en étant tourné vers eux.

Les joueurs doivent écouter attentivement ce que dit Jacques et réagir ou non à ses phrases. Lorsque Jacques donne une consigne en commençant par la formule « *Jacques a dit* », les joueurs doivent effectuer les gestes ou les mouvements. Si par contre Jacques donne une consigne sans dire la formule « *Jacques a dit* » au début de sa phrase, ils ne doivent absolument pas bouger.

- Quand un joueur se trompe et bouge alors qu'il ne devait pas le faire, il est éliminé. Il doit attendre que la partie se termine pour pouvoir jouer à nouveau dans la suivante.
- Et quand Jacques dit : « Jacques a dit d'arrêter de jouer », le jeu cesse mais après s'être bien amusé !

Idées de quelques actions simples à réaliser :

- Jacques a dit touchez vos pieds.
- Jacques a dit dansez.
- Jacques a dit mettez les mains sur la tête de votre voisin.
- Jacques a dit sautez à pieds joints

Quelques variantes :

Si vous avez une imprimante à la maison, vous pouvez imprimer le jeu de cartes du « Jacques a dit » en allant sur le site suivant <https://www.unjourunjeu.fr/printable/jacques-a-dit-bouge-ton-body/> . Même sans imprimante, vous pouvez écrire à l'avance des actions simples sur des petites feuilles, les disposer à l'envers sur une table et en choisir une par une au hasard.

