



ACTIVITES PROPOSEES POUR LA PETITE SECTION

Semaine 8 : le doudou

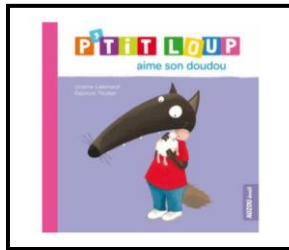
(Il ne s'agit que de suggestions et non d'obligations pour la continuité pédagogique)

- Langage :

Ecoute d'une histoire : P'tit Loup aime son doudou

avec le lien :

https://www.youtube.com/watch?v=A_tLZFQIIHs



→ Ecouter l'histoire du début à la fin sans parler. Demander à votre enfant ce qu'il en a compris. Réécouter avec lui en marquant des pauses, poser des questions.

→ laisser son enfant s'exprimer sur ses expériences avec son doudou.

→ demander à votre enfant le nom de son doudou et quel animal est-ce (lapin, chat, ours...)?

- Mathématiques/ Explorer le monde:

→ Décorer une photo ou un dessin de son doudou avec des papiers et du tissu :

Prendre une photo du doudou ou le dessiner puis demander à l'enfant de décorer autour en collant des papiers de couleurs déchirés et des morceaux de tissu ou laine dessus.



→ Reconnaître un doudou par le toucher

laisser choisir 3 ou 4 doudous à votre enfant. Les décrire, les toucher.

Cacher un doudou dans une boîte et demander à l'enfant de retrouver lequel est caché par le toucher. Lui faire décrire ce qu'il ressent (il est petit, il a de grandes oreilles...)



→ Chasse aux doudous:

Cherchez tous les doudous de la maison.

→ Laissez votre enfant jouer librement avec ceux-ci.

→ Faites lui trier les doudous par

- 1) tailles
- 2) couleurs
- 3) formes.



→ Recettes doudous :

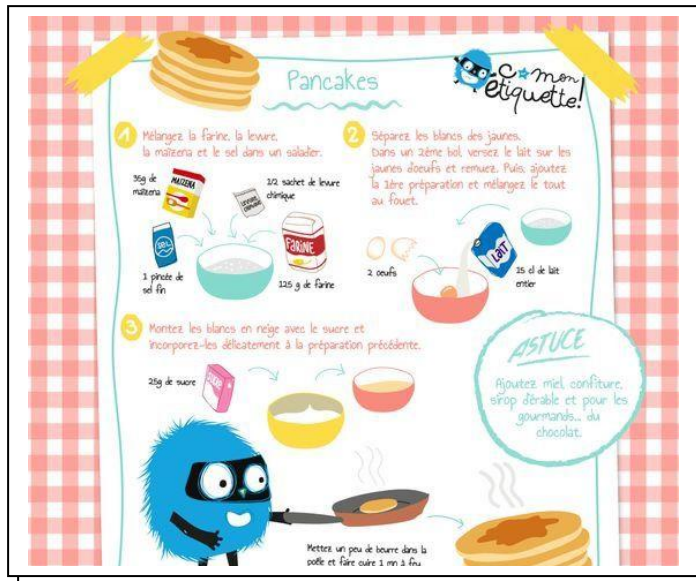
Réaliser des toasts doudous



et/ ou

doudous pancakes





Recette Pancakes :

<http://petitscrabichounes.over-blog.com/tag/cuisine/>

Bonne dégustation à tous.

N'hésitez pas à nous envoyer des photos.

● Graphisme :

dans un bac rempli de farine, riz ou semoule, le parent commence par dessiner le doudou et l'enfant le complète : yeux, bouche, oreilles, pattes....



● Arts visuels : voir défi arts visuels semaine 8

• Activités sportives :

chanson des doudous : <https://www.youtube.com/watch?v=h9ewOdnWJxY>

→ Ecoute attentive.

→ Laissez votre enfant s'exprimer librement sur la musique.

→ Réaliser les actions avec un doudou en famille.



→ Yoga

Petit yoga

L'éléphant

Cette posture amusante peut se faire plusieurs fois de suite, y compris en se déplaçant. Elle assouplit la colonne vertébrale et favorise la stimulation des organes internes. Comme de nombreuses postures, elle ne se pratique pas le soir, au coucher !



1 Tu es debout, les pieds un peu écartés, bien enfoncés dans le sol. Tu te sens fort comme un éléphant !

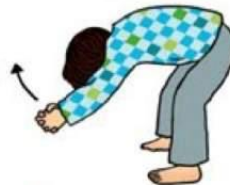
2 Tu places tes mains ensemble, les doigts entrelacés : c'est la trompe de l'éléphant !



3 En inspirant, tu montes tes bras au-dessus de ta tête, en gardant bien les doigts entrelacés.



4 En expirant, tu plies les genoux et tu redescends tes bras - ta trompe ! - vers le bas. Tes gros pieds d'éléphant n'ont pas bougé, ils sont bien à plat.



5 Tu balances ta belle trompe 3 ou 4 fois entre tes pattes puissantes. Tu gardes la tête bien relâchée.



6 Puis tu appuies bien fort sur tes pieds et tu remontes doucement à la verticale.

7 Et te revoilà debout ! Tu recommences ?



L'ABEILLE

La posture de l'abeille est une posture de torsion assise. Elle calme la nervosité, elle ventile les poumons par l'ouverture de la cage thoracique.

Pendant les torsions à droite et à gauche, il est possible de faire faire à l'enfant le son de l'abeille afin d'approfondir l'expiration. Cela rend la posture encore plus ludique !



1 Tu es assis tranquillement, les 2 mains l'une dans l'autre. Tu es une jolie petite abeille, tes ailes sont au repos.

2

Tu vois des fleurs toutes colorées et ça te donne des idées...

Tu accroches tes mains derrière ta nuque, doigts croisés. Tes ailes sont déployées. Tu inspires fort avec le nez et...



3

... vers une de ces fleurs, tu vas te diriger. Tu penches ta tête et ton coude droit en direction de ton genou gauche, comme pour aller le butiner... Tout ça en expirant bien.



4

Tu te redresses, tu ouvres grand tes ailes et te voilà maintenant attirée par une autre fleur !



5

Maintenant, tu te penches de l'autre côté, ton coude gauche vers ton genou droit. Ta petite tête n'arrête pas de butiner !



6

Maintenant, tu as fini ta provision de pollen, tu vas pouvoir aller fabriquer ton miel, petite abeille !

Ces pages vous sont offertes par le magazine **POMMEAPI**

→ Jeux de ballons à l'extérieur :

Lancer puis rattraper un ballon.

Lancer et atteindre un cilbe une caisse par exemple.

Jeu de la tomate.

Rouler rattrapper



Évitez le plus possible de laisser votre enfant devant des écrans (TV, ordinateur, tablette, Téléphone portable, jeux vidéos...) Nous vous rappelons que le temps d'écran pour des enfants de moins de 6 ans est de 30 minutes par jour. Au-delà, cela présente un danger pour son développement et sa capacité de concentration

