FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #1 :
ACTIVITÉ D'ÉVEIL SENSORIEL ET MOTEUR

Intérêt de l'activité :
Permet d'accompagner l'enfant dans son développement moteur, de développer la coordination et la souplesse.

Matériel nécessaire :
- Tapis de gym

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Sol tendre (tapis d'intérieur, moquette)
- Si pas de tapis le sol peut suffire

https://youtu.be/AZmDKAHICLU

Titounis Gym - Danse, Comptines à gestes, Yoga et Gym pour bébés - Méli et Touni

Etapes de réalisation :
- Suivre les instructions de la narration.
- Effectuer les 8 premières minutes de la vidéo
- Après les 8 premières minutes, la vidéo vous proposera une chanson ou l'enfant pourra danser et se défouler dessus. Cette dernière etape et facultative. Si vous préférez vous pouvez terminer la séance sur le temps calme.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #2 :
CRÉER UN PARCOUS MOTEUR CHEZ SOI

Intérêt de l'activité :
Permet de travailler l'équilibre, la coordination des mouvements et les sensations.

Matériel nécessaire :
- Coussins, traversins, peluches. De différentes tailles et différentes matières.
- Chaises.

Etapes de réalisation :
- Mettre en place le parcours moteur dans un espace que vous pouvez sécuriser en enlevant tout objet dangereux où l'enfant pourrait se cogner
- Pour une sécurité maximale, accompagner votre enfant tout le long du parcours.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #3 :
ENCASTREMENTS MAISON

Intérêt de l'activité :
Se repérer dans l'espace. Associer des formes et des couleurs

Matériel nécessaire :
- Un grand carton plat
- Feutres
- Ciseaux pour les parents

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Feuilles de papier moins solides.

Etapes de réalisation :
- Dans un carton découper différentes formes : rond, carré, triangle…
- Reporter ces formes sur un carton plat. Pour les plus grands faire le contour des formes en couleurs.
- Activité valable pour des plus petits et plus grands.
- Bien sûr toujours en présence d'un adulte.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #4 :
Les 5 sens

Intérêt de l'activité :
Développer la préhension fine, des 5 sens: l'ouïe, le goût, la vue, l'odorat, le toucher apprendre le vocabulaire

Matériel nécessaire :
- Petit sac en tissus
- Pour le goût : chocolat
- Pour l'odorat : bâton de cannelle
- Pour le toucher : éponge
- Pour l'ouïe : grelot, clochette
- Pour la vue : feuille blanche + feutre noir pour créer des contrastes faire des ronds noirs sur la feuille de différentes tailles

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Pour le goût : pamplemousse, citron.
- Pour le goût : laurier, menthe, coriandre.
- Pour l'ouïe : bouchon de bouteille de lait ou couvercle de petit pot.

Etapes de réalisation :
- Etapes 1 : Mettre une étiquette sur chaque sac et noter dessus : goût, toucher, ouïe, odorat, vue et mettre chaque élément correspondant dedans.
- Etape 2 : Faire piocher l'enfant et avant qu'il sorte l'objet, lui faire deviner ce que c'est. Dire à l'enfant ensuite de sortir l'objet du sac, lui faire découvrir et le nommer ex : pour le goût lui faire goûter, pour l'ouïe lui faire écouter, pour l'odorat lui faire sentir et pour la vue lui faire regarder.

VILLE DE longjumeau

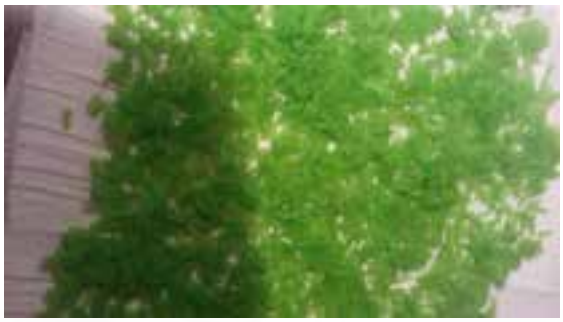
FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #5 :

FABRICATION DE MARACAS

Intérêt de l'activité :
Développement du sens de l'écoute, de la vue et de la perception. Découverte des sons, éveil musical.

Matériel nécessaire :
- Riz ou haricots blancs : 75g
- 5 gouttes de colorant
- 10 ml vinaigre blanc
- Sacs de congélation
- Bouteilles en plastique
- Colle forte

Etapes de réalisation :
- Mélanger les ingrédients dans un sac de congélation durant 5 min.
- Puis étaler sur du papier absorbant et laisser sécher 1 à 2 h.
- Remplir les bouteilles en collant le bouchon avec de la glu.
- Bonne manipulation, le tout petit adore !



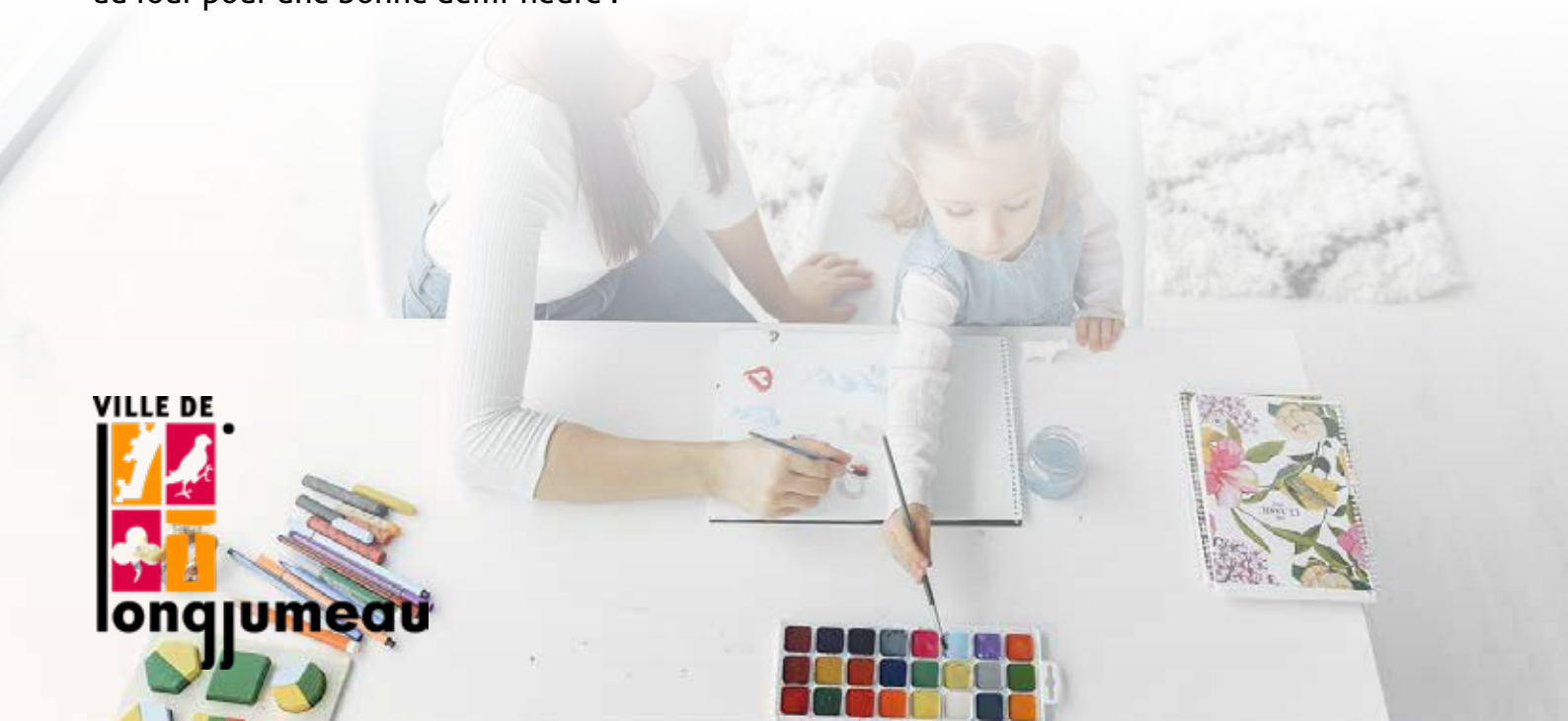
FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #6 :
LE GÂTEAU AUX CAROTTES

Intérêt de l'activité :
Découverte de nouvelles saveurs.

Ingrédients nécessaires :
- 2 belles carottes
- 65g de noisettes en poudre
- 100g de sucre roux
- 100g de farine
- 75g de beurre
- 1 œuf
- ½ cc de cannelle
- ½ sachet de levure chimique
- 1,5 cs de lait

Ingrédients de remplacement si on n'a pas l'ingrédients nécessaires prévus :
- 200g Potiron
- 65g Amande en poudre
- 100g Sucre
- 150g Maïzena
- 40g d'huile

Etapes de réalisation :
- Lavez, épluchez et râpez les carottes, mettez-les dans un saladier avec les noisettes, la farine, le sucre, la levure et la cannelle.
- Ensuite, incorporez l'œuf, le beurre (préalablement fondu) et le lait.
- Une fois tout ça mélangé, vous obtiendrez une pâte, qu'il suffit de mettre dans un plat et au four pour une bonne demi-heure !



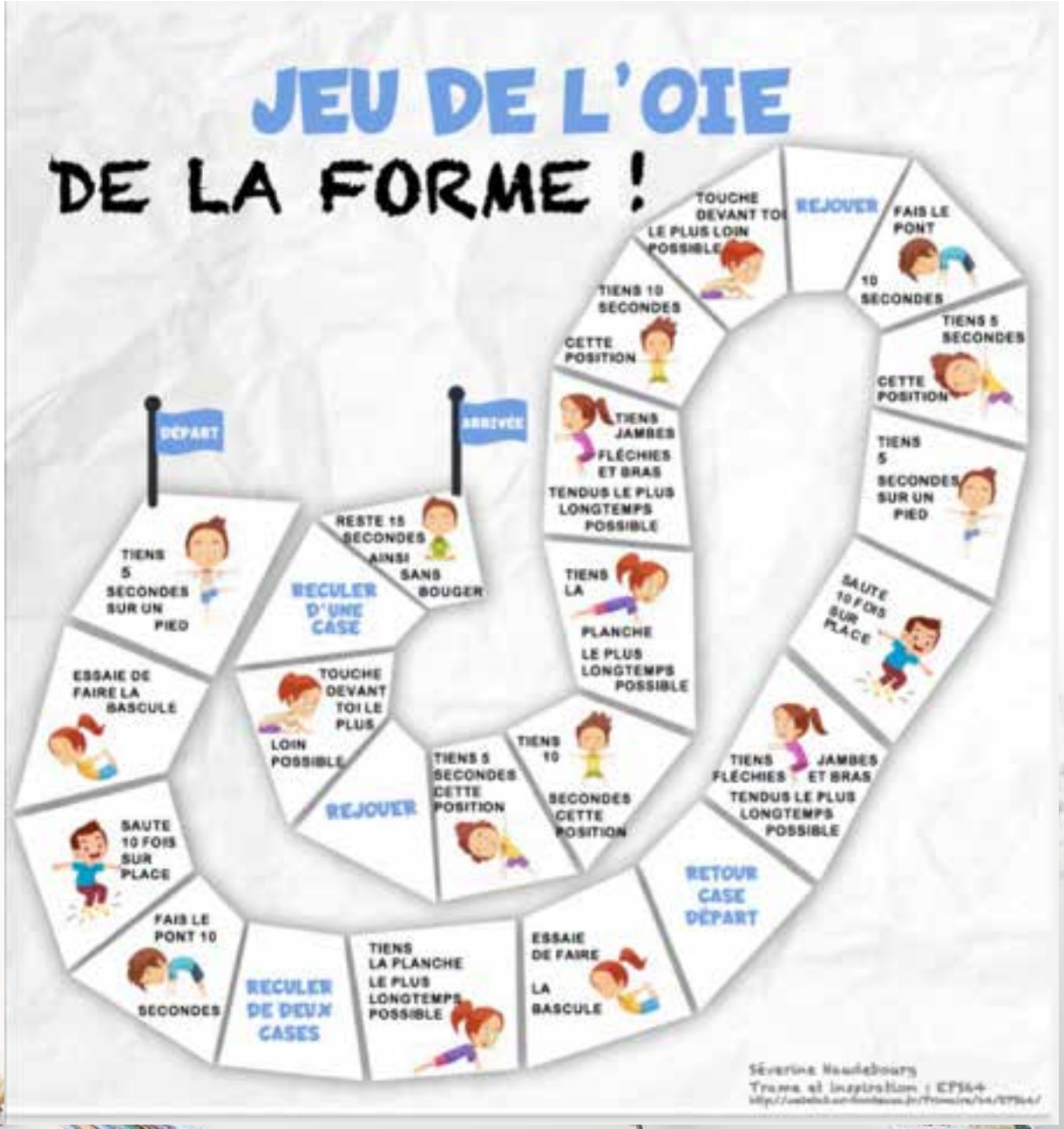
VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #7 :
LE JEU DE L'OIE

Intérêt de l'activité :
Premier jeu de société et faire de l'exercice en famille.

Matériel nécessaire :
- Imprimer ou recopier l'image ci-dessous
- Un dé et un pion par joueur

Règles du jeu :
- Arrivé au bout du parcours.
- Suivre les indications de chaque case



FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #8 :
MANIPULATION DE MAÏZENA

Intérêt de l'activité :
Activité sensorielle. Développement du toucher. Découverte d'une texture particulière.

Matériel nécessaire :
- Maïzena : 10 cuillères à soupe
- Eau : à peine 100 ml
- Colorant alimentaire : 2 gouttes (facultatif)

Etapes de réalisation :
- Mettez la maïzena dans la boîte, puis versez l'eau tout doucement. Pour savoir la quantité à utiliser, on mélange avec ses mains.
- Il faut que la pâte ne soit pas liquide mais plutôt résistante sous vos doigts.
- Vous pouvez ajouter du colorant mais attention ça tache les doigts !!
- Et c'est prêt ! Et magique !

VILLE DE Longjumeau

Fiche activités pédagogiques #9 : Lapins et cloches de Pâques en mosaïques de gommettes

Intérêt de l'activité :
Activité créative, motricité fine.

Matériel nécessaire :
- Des feuilles classiques
- Un feutre noir
- Des gommettes géométriques
- Yeux mobiles
- De la ficelle
- Ciseaux pour adulte
- Perforatrice rond

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Une silhouette imprimée
- Raphia, bolduc…

Etapes de réalisation :
- Dessiner sur des feuilles des silhouettes de cloche et de lapin avec le feutre noir
- Coller les gommettes sur les silhouettes
- Coller les yeux mobiles et dessiner une bouche et des moustaches pour le lapin
- Faire découper par l'adulte les silhouettes, perforer le haut et les suspendre avec la ficelle.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #10 :
PANCAKES À LA BANANE

Intérêt de l'activité :
Découverte cunlinaire.

Ingrédients nécessaires :
- 250g de farine
- 30g du beurre
- 3 œufs
- 50cl lait
- 2 bananes mûres
- 1 sachet levure

Ingrédients de remplacement si on n'a pas les ingrédients nécessaires prévus :
- 250g flocons d'avoine
- 30g du beurre
- 3 œufs
- 50cl lait
- 6 fraises
- Sans levure

Etapes de réalisation :
- Etape 1 : Dans un blender, mélanger rapidement les œufs, la banane, la farine, 2 pincées de sel, la levure, le lait et le beurre fondu.
- Etape 2 : Laisser reposer 30 min.
- Etape 3 : Faites chauffer une poêle à crêpes. Verser des petites louches de pâte, dès que les bulles apparaissent, retourner le pancake et laisser le cuire quelques secondes.
- Etape 4 : Servir tiède, accompagné de sirop d'érable, miel ou nature

VILLE DE longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #11 :

PEINTURE EMPREINTE DE MAIN, LAPINS ET POULES DE PÂQUES

Intérêt de l'activité :
Sensoriel : textures et sensations différentes sur la main avec la peinture et le pinceau.
L'enfant laisse son empreinte, c'est SA main qui a fait ce joli lapin.

Matériel nécessaire :
- Feuille (colorée ou blanche, canson ou classique)
- Peinture
- Pinceau
- Feutres
- Récipient pour la peinture

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Crayons de couleurs ou feutre (en remplacement de la peinture. Dans ce cas, il faudra faire le contour de la main au feutre et colorier)
- Spaghettis, gommettes

Etapes de réalisation :
- Demandez à votre enfant, tout en lui montrant comment faire, de mettre sa main paume vers le haut et d'écarter les doigts. Avec le pinceau, étalez-lui la peinture sur toute la paume et les doigts SAUF le pouce !
- Retournez sa main et plaquez-la sur la feuille. Appuyez légèrement sur sa main et ses doigts pour que l'empreinte soit bien marquée sur la feuille. Retirez-la en un coup rapide vers le haut pour que la peinture ne s'étale pas sur la feuille.
- Laissez sécher et une fois sec faites-lui les yeux, le nez, les moustaches avec les feutres !
- Et voilà, le lapin de Pâques est fait !
- Adaptez la procédure pour faire les poules.

Vous pouvez remplacer les dessins aux feutres des yeux par des gommettes, moustaches par des spaghettis, des graines par du riz, etc. vous pouvez ajouter des plumes aux poules, de la paille… laissez parler les idées !

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #12 :

PEINTURES GLONFLANTE

Intérêt de l'activité :
Développer la créativité. Améliorer la motricité fine et la coordination des mouvements.

Matériel nécessaire :
- 3 cuillères à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de sel fin
- 1 cuillère à café de levure chimique
- colorant alimentaire
- 8 à 10 cuillères à soupe d'eau

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Fécule de maïs
- 3 cuillères à soupe de sel fin
- bicarbonate alimentaire
- peinture

Etapes de réalisation :
- Verser la farine, le sel fin, la levure (ou le bicarbonate) dans un récipient,
- Ajouter un peu d'eau et mélanger (résultat : une texture veloutée)
- Mélanger la préparation et le tour est joué !!!
- Répartissez la préparation dans plusieurs petits pots et ajouter le colorant alimentaire ou la peinture pour colorer.
- Appliquer sur une feuille à l'aide de pinceaux, coton tige, tampons....
- Lorsque votre dessin est terminé, passez votre feuille 30 secondes au micro-ondes à 700w.

VILLE DE longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #13 :

POUSSINS ET LAPINS EN ROULEAU DE PAPIER TOILETTE

Intérêt de l'activité :
Développer la créativité. Améliorer la motricité fine et la coordination des mouvements.

Matériel nécessaire :

- Rouleaux de papier toilette vides
- Peinture + pinceau
- Feutrine
- Stylo Noir
- Plumes
- Yeux mobiles
- Ciseaux pour l'adulte
- Colle

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :

- Feuilles à dessin colorés
- Rouleau d'essuie tout vide
- Feutres
- Crayons

Etapes de réalisation :

- Peindre le rouleau de papier toilette : jaune pour le poussin et blanc pour le lapin ;
- Faire découper par l'adulte dans la feutrine les oreilles, les pattes et le nez ;
- Pour le lapin : Coller les oreilles sur le dessus, les pattes sur le bas et le nez au milieu du rouleau ; coller les yeux ;
- Pour le poussin : Coller les pattes et le nez. Puis coller des plumes pour les ailes et la crête ; coller les yeux ;
- Dessiner les moustaches et la bouche du lapin au stylo noir.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #14 : SABLÉS

Intérêt de l'activité :
Découverte cunlinaire.

Ingrédients nécessaires :
- 160g farine
- 100g sucre
- 2 jaunes d'œuf
- 70g de beurre
- 1 pincée sel

Etapes de réalisation :
- Versez la farine dans un saladier et mélangez avec le sel et le sucre.
- Incorporez 1 jaune d'œuf et le beurre mou coupé en dés et travaillez le mélange pour obtenir une pâte homogène (ajoutez au besoin un peu d'eau).
- Formez une boule et laissez reposer au frais 1 h. Préchauffez le four à 180°C (th.6). Étalez la pâte.
- A l'aide d'emporte-pièces, découpez des sablés de la forme de votre choix (lapin, poule...) et disposez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson.
- Badigeonnez les sablés de jaune d'œuf délayé dans un peu d'eau, enfournez pour une dizaine de minutes en surveillant la cuisson.
- Laissez tiédir avant de servir.

VILLE DE Longjumeau

FICHE ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES #13 :

POUSSINS ET LAPINS EN ROULEAU DE PAPIER TOILETTE

Intérêt de l'activité :
Activité ludique, très bon pour la motricité fine, pour l'apprentissage de l'habileté.

Matériel nécessaire :
- Différents contenants de tailles différentes (bols, pots, casseroles, saladier, caisses, boites)
- Du contenu (céréales, briques de légos, personnages, graines de haricots…)
- Une cuillère à soupe ou louche.

Matériel de remplacement si on n'a pas le matériel nécessaire prévu :
- Mettre une caisse remplie de peluches ou jouets au bout de la pièce ou dans une autre pièce. Puis une caisse vide plus loin. Le but étant de remplir la caisse vide.

Etapes de réalisation :
- L'adulte reste présent durant l'activité (petites pièces). L'adulte prépare différents contenants et une certaine quantité de contenu.
- Si vous le faites avec des caisses de peluches, l'activité peut évoluer vers de la motricité globale en proposant un parcours sécurisé entre les deux caisses (enjamber des manches à balai, passer sous la table, slalomer entre des boîtes de conserves…)

VILLE DE Longjumeau