

Temps d'Parents

Le rendez-vous des jeunes enfants et des parents en Trièves

Voici une nouvelle lettre en attendant de se revoir.

Nous souhaitons organiser des activités en extérieur en juin et cet été.

Nous aurons plus de détails dans les jours à venir.

En attendant, n'hésitez pas à nous proposer vos idées et envies et à nous dire si vous serez dans le coin cet été.

Créer

Tracer dehors - Dès 12 mois

Matériel :

Craies de trottoir, vaporisateur rempli d'eau, supports variés (sol de terrasse, mur, trottoir, écorce, grosse pierre, grand tableau noir fixé à un mur du jardin...)

Installez les supports à hauteur des enfants et proposez leur de dessiner dessus avec de grosses craies. Laissez les enfants manipuler les craies et le pulvérisateur à sa guise. Les plus grands s'amuseront peut-être à dessiner la très connue "marelle"

On peut aussi proposer une variante en dessinant à l'aide d'un pinceau trempé dans un bol d'eau. La magie des traces qui s'estompent au soleil est une expérience physique intéressante!

Manipuler

Sable de lune - dès 12 mois

Mélanger huit doses de farine pour une dose et demie d'huile.

La texture obtenue est magique : elle ne colle pas aux doigts, ne sèche pas, mais glisse comme le sable sec ou se modèle, bien tassée, comme le sable mouillé!

Jeux de lumière

Ombres chinoises - dès 3 ans

L'art millénaire des ombres chinoises consiste à interposer des silhouettes dans un faisceau lumineux qui éclaire un écran pour les projeter. Mais elles sont aussi magiques réalisées avec les mains et une lampe de poche!!

Pour les plus jeunes :

On peut commencer par présenter la lampe de poche à l'enfant, en théâtralisant un peu.

Tamiser la lumière de la pièce et laisser l'enfant manipuler la lampe. Puis attirer son attention sur le cercle lumineux du faisceau projeté au mur. Placer la main devant la lampe de façon à ce que l'ombre se découpe dans le cercle lumineux et agiter la main doucement. puis inverser : tenez la lampe et l'enfant explore l'ombre de sa main.

Dès 3/4 ans :

Proposez des petits défis! l'ombre de la main peut-elle danser? tourner? l'ombre de la main a la forme d'une main, mais, peux-tu lui donner d'autres formes? celle d'un oiseau? d'un canard? d'un chien? d'un lapin? les enfants auront ensuite beaucoup d'idées!...

Bouger / Agilité

Jeu de pomme (ou autre...) - dès 3 ans

Donnez à vos enfants une pomme, ou un autre objet, et proposez-leur d'aller d'un point à un autre en maintenant la pomme entre leurs deux corps (sans utiliser les mains) sans la laisser tomber (sinon c'est retour au point de départ).

On peut aussi se déplacer en tenant un crayon entre l'un des index de chaque enfant.

C'est un excellent jeu pour fratrie qui développe la coopération et l'esprit d'équipe !!

Exploration sensorielle

Sentir ou humer? - pour tous

On peut partager avec les enfants toutes sortes de découvertes olfactives.

Par exemple, en cuisinant, on peut leur faire sentir les épices, les herbes aromatiques, un peu de menthe du jardin en nommant à chaque fois le parfum.

Une promenade en pleine nature s'accompagne aussi souvent d'une expérience olfactive.

L'odeur terreuse de l'humus dans une forêt de feuillus, les effluves d'une haie de conifères, ou d'un forêt de pins, le crottin de cheval, le parfum des fleurs, l'humidité après la pluie, l'herbe coupée sont autant de paysages odorants que nous identifions sans peine.

Comptine

Une comptine de saison : les sons de la nature - pour tous!

Un petit doigt sur mon front, j'écoute voler un papillon
Un petit doigt sur mon nez, j'écoute voler un perroquet
un petit doigt sur ma joue, j'écoute voler hibou
Un petit doigt sur mon oreille, j'écoute voler une abeille
Un petit doigt sur mon menton, j'écoute voler un bourdon
Un petit doigt sur ma bouche j'écoute voler une mouche

Temps calme

Méditation guidée : danser avec les dauphins - pour tous!

Petit à petit, le temps de sieste devient un temps calme...

Nous vous proposons d'offrir à votre enfant une séance de méditation guidée qui les transportera près de dauphins énergiques et bienveillants.

Il est conseillé, avant l'écoute, de définir de qu'est un aileron de dauphin car c'est à lui qu'il faudra s'accrocher pour ce doux voyage et ces sauts exaltants au-dessus de l'océan !

L'association Temps d'parents s'adresse à toutes les personnes (parents, futurs parents, grand-parents) animées par l'envie ou le besoin d'échanger, de se questionner et de partager des informations sur la grossesse, la naissance, la petite enfance, la famille, la communication et la relation.

Association soutenue par la CAF - Plus d'info : www.tempsdparents.org