

*Activités manuelles...
Psychomotricité
Recettes
Coloriages
Histoires et comptines*

Et si on jouait...

*Le service petite enfance
de la ville d'Albi*



www.mairie-albi.fr



*Ce livret a été réalisé
à l'initiative des agents
du service petite enfance
de la Ville d'Albi.*

*Les histoires, les comptines
et les activités diverses qu'il
contient sont adaptées à l'âge
des tout petits et peuvent vous
permettre d'organiser des
temps ludiques avec
votre enfant durant cette
période de confinement.*

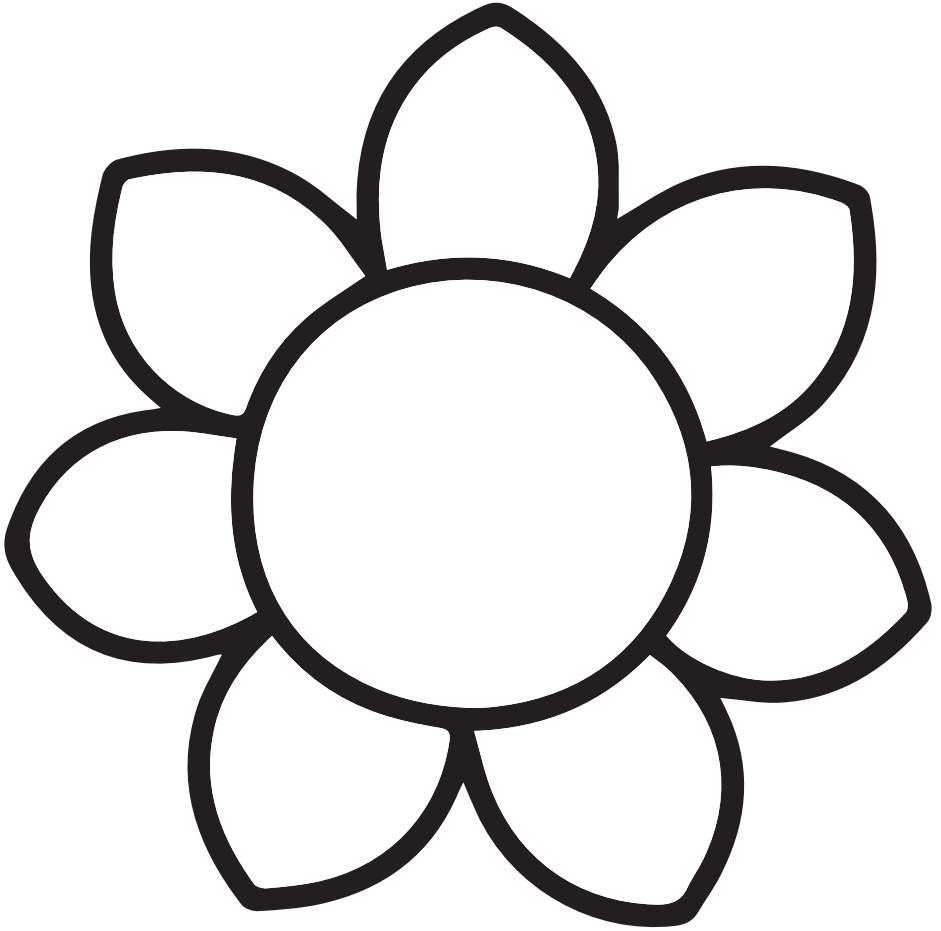
C est parti !

Ce cahier appartient à :

.....

.....

.....



Une fleur pour la crèche...

Nous proposons à tous les enfants de la crèche de colorier une jolie fleur et aux parents de la découper et de la rapporter lors de leur retour à la crèche pour l'accrocher dans le hall.

Peinture au ballon



Matériels :

- Petits ballons de baudruche
- Peinture de différentes couleurs
- Papier à dessin

Réalisation :

- Gonfler le ballon de manière à ce qu'il soit adapté à la tasse des petites mains de votre enfant.
- Proposer à l'enfant de manipuler le ballon pour le découvrir et apprendre à le tenir.
- Déposer de la peinture dans un assiette ou récipient dans lequel le ballon pourra rentrer.
- Suggérer à l'enfant de saisir le ballon entre ses mains et de le poser sur la peinture puis d'appuyer ensuite avec le ballon sur le support choisi.
- Laisser le créer des traces autant de fois qu'il le souhaite sur le support. Recharger en peinture le récipient si nécessaire.

Peinture gonflante



Ingrédients :

- 3 cuillères à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de sel fin
- 1 cuillère à café de levure chimique ou de bicarbonate alimentaire
- Un peu d'eau

Réalisation :

- Verser la farine, le sel fin dans chaque récipient.
- Ajouter le bicarbonate ou la levure.
- Ajouter un peu d'eau et mélanger (résultat une texture veloutée).
- Verser quelques gouttes de colorants alimentaires.
- Mélanger la préparation.
- Proposer à l'enfant de peindre sur la feuille des motifs épais et laisser le créer selon ses envies.
- Chauffer la feuille au micro-ondes pendant 10 secondes à 700 watts.

Pâte à modeler

(non comestible)



Ingrédients :

- 2 tasses de farine
- ½ tasse de sel fin
- ½ tasse de maïzena
- 1 cuillère à soupe d'alun de potassium (en pharmacie)
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 2 tasses d'eau
- Colorants alimentaires

Réalisation :

- Tout mélanger, mettre dans une casserole, touiller avec une cuillère en bois (feu doux) en cuisant jusqu'à ce que la pâte ne colle plus aux parois.
- Conserver dans un tupperware.
- des pots hermétiques.

Pâte à sel

Ingrédients :

PÂTE À SEL :

- 1 verre de sel fin
- 1 verre d'eau tiède
- 2 verres de farine

PÂTE À SEL COLORÉE :

- Du curry pour le jaune
- Du piment en poudre pour faire le rouge
- Du colorant alimentaire



Réalisation :

- Mettre la farine et le sel dans un saladier.
- Verser l'eau* en une seule fois et mélanger bien la pâte avec une cuillère, puis les mains jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

** Si vous utilisez un colorant liquide, versez-le dans l'eau avant d'ajouter celle-ci à la farine et au sel.*

- La pâte doit être souple et ne pas coller aux doigts !
- Elle est trop friable ou ressemble à des grains de sable ? Ajouter un peu d'eau jusqu'à ce qu'elle soit facile à travailler.
- Si elle est trop liquide et collante, ajouter de la farine et travailler la pâte à nouveau.

Deinture maison

Activités manuelles...



Ingrédients :

- 2 tasses de farine
- ½ tasse de sel
- ¼ de tasse de sucre
- 2 tasses d'eau
- Colorants alimentaires
- Pots hermétiques

Réalisation :

- Mélanger dans un saladier la farine, le sel et le sucre.
- Ajouter petit à petit l'eau tout en mélangeant.
- Séparer la préparation dans plusieurs contenants.
- Ajouter le colorant alimentaire et remuer.
- Verser les peintures maison dans des pots hermétiques.

La peinture propre

Activité manuelle...



Matériels :

- Feuille de papier épaisse (A4 / A5)
- Ruban adhésif
- Scotch
- Sac de congélation ou pochette plastique

Mode d'emploi :

- En amont, faire des tas de peinture sur la feuille de papier. Glisser la feuille dans un sac de congélation ou dans une pochette plastique puis refermer avec du scotch.
- Laisser l'enfant manipuler la peinture comme il le souhaite... Il va adorer cette nouvelle expérience !

Sable magique



Matériels :

- 1 saladier ou bassine
- 1 kg de farine
- 1 verre et demi d'huile de tournesol
- Mini moules de différentes formes comme ceux que l'on prend sur le sable à la plage, petite cuillère, pelle, ustensiles de jeu de dinette...
- Grand sac de congélation pour conserver le sable après utilisation.

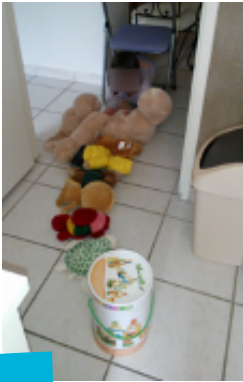
Réalisation :

- Verser 1 kg de farine dans le saladier, ensuite y verser 1 verre et demi d'huile de tournesol puis bien mélanger à la main jusqu'à obtenir comme un effet de sable de plage.
- Une fois cet effet obtenu, le tour est joué.
- Installer le sable dans un bac et protéger le sol d'une nappe en plastique ou se placer dehors si le temps le permet.
- Il se conserve à température ambiante dans un sac hermétique type sac de congélation environ 6 mois (vérifier l'aspect entre chaque utilisation).

Parcours psychomoteur maison

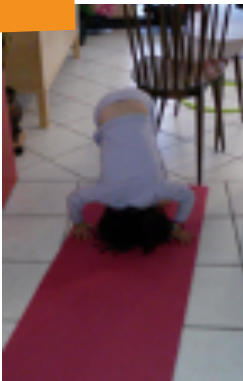
Les jours de pluie ou lorsque vous sentez que votre enfant est trop excité, vous pouvez créer un parcours de motricité maison avec ce que vous avez sous la main :

Coussins, traversins et peluches



Marcher sur des coussins, des traversins ou des peluches permet de travailler l'équilibre, la coordination des mouvements et les sensations. Essayez d'en trouver de différentes tailles (épais, fins, rembourrés...) et de différentes matières (velours, coton, polyester...) pour que votre enfant les sente et les mette en mot : « c'est doux ! », « c'est lisse ! », « ça gratte »...

Tapis



Pour développer les capacités motrices des enfants, rien de tel que leur faire faire des déplacements divers et variés : une roulade sur un tapis en mousse, reproduire les gestes de la nage, rouler comme un saucisson...

Les tapis pourront aussi servir d'aire de réception si vous prévoyez des activités de saut dans votre parcours de motricité.

Cerceaux

Vous pouvez disposer des cerceaux dans lesquels l'enfant devra sauter. Vous pouvez varier la taille des cerceaux (plus ils sont petits, plus c'est difficile de viser juste), les consignes (sauter pieds joints dedans, sauter avec les pieds à l'extérieur du cerceau...).

Vous pouvez aussi utiliser le cerceau comme une cible dans laquelle jeter un objet (petite balle, paire de chaussettes, boulettes de papier...)



Bassines

Vous pourrez vous servir des bassines renversées comme des poutres ou des points d'appui à partir desquels sauter.

Vous pourrez aussi vous servir de bassine comme de cibles dans lesquelles jeter un objet.

Chaises

Ramper sous une chaise permet de travailler les mouvements du corps afin que l'enfant comprenne qu'il peut adapter ses mouvements en fonction des contraintes qu'il rencontre.

Cordes ou fil

Vous pouvez dérouler une corde en ligne droite et inviter l'enfant à marcher dessus en suivant bien la ligne formée. Vous pouvez aussi imaginer d'autres déplacements à l'aide de la corde : en spirale, en carré, en ligne brisée.



Un parcours sensoriel

Mélanger plusieurs matériaux (papier de magazine et d'emballage froissé, carton, tapis de gym, paillason, papier à bulle et sacs en plastique).

Idées en vrac...



QUELQUES RÈGLES DE SÉCURITÉ

- **évit**ez les chaussettes : les enfants risquent de glisser. Ils peuvent rester pieds nus.
- **rest**ez à côté de votre enfant pour éviter qu'il ne se blesse en tombant ou en glissant
- **ne proposez** que des activités faciles et ne présentant pas de danger (pas de roulade à même le carrelage par exemple, pas d'équilibre sur une poutre improvisée trop haute ou trop étroite, pas d'édifice branlant à escalader...)

Laine en Bouteille



Matériels :

- Bouteilles en plastique
- Laine de différentes couleurs

Préparation :

- Coupez des morceaux de laine.
- Remplissez certaines bouteilles de laine, laissez-en d'autres vides.
- Laissez votre enfant manipuler la laine et les bouteilles

Chamboule tout maison



Matériels :

- Boîtes de lait en poudre
- Peinture (blanc + couleurs)
- Gommettes, feutres...
- Balle

Préparation :

- Facultatif : en amont, peignez en blanc les boîtes de lait en poudre récupérées et leur couvercle.
- Quand la peinture est bien sèche, proposez à votre enfant de les décorer selon ses envies : peinture, gommettes, feutres...
- Sur une table basse, formez une pyramide avec les boîtes de lait et laissez votre enfant expérimenter.

Structure en rouleaux de papier toilette



Matériels :

- Rouleaux de papier toilettes ou essuie-tout vide
- Peinture, gommettes, feutres...
- Paire de ciseaux

Préparation :

- Découpez les rouleaux pour avoir différentes tailles et créez des fentes de 5 cm environ sur les bordures des rouleaux.
- Proposez à votre enfant de décorer les rouleaux selon son imagination : peintures, feutres, gommettes.
- Amusez-vous à construire des tours avec votre enfant en utilisant ses nouvelles « briques ».
- Il va pouvoir ainsi laisser exprimer sa créativité.

Manipulation de papier



Matériels :

- Tout type de papier : journaux, publicité, papier à recycler...
- Une déchiqueteuse (facultative)
- Contenant (bouteilles, plat...)

Préparation :

- Passez le papier à la déchiqueteuse ou arrachez-le à la main. Votre enfant participera avec plaisir à cette étape.
- Montrez à votre enfant ce qu'il peut faire avec les chutes de papier : jeter, froisser, arracher, lancer... et laissez-le expérimenter.

Boîte à pailles



Matériels :

- Boîte avec couvercle en plastique
- Pailles ou pâtes, couvercles, bouchons...

Préparation :

- Récupérez une grande boîte et percez le couvercle en faisant plusieurs trous de la largeur d'une paille.
- Disposez la boîte et les pailles devant votre enfant et laissez-le découvrir par lui-même.

Bassine toile d'araignée



Matériels :

- Un panier à linge en plastique
- Des objets de différentes tailles et couleurs :
balle, peluche, dinette, jouets...
- De la laine

Préparation :

- Déposez plusieurs objets dans le panier à linge.
- Coupez une bonne longueur de laine et passez le fil dans les trous du panier pour obtenir une toile d'araignée. Laissez des espaces plus ou moins larges en fonction de l'âge de votre enfant.
- Proposez à votre enfant d'attraper les objets disposés à l'intérieur du panier et observez le trouver des trucs et astuces pour réussir à les sortir.

Cartons en folie



Matériels :

- Des cartons
- Des crayons, feutres, peinture, gommettes...
- Des ciseaux

Préparation :

- Récupérez des cartons de toutes tailles.
- Dans certains cartons, découpez des ouvertures pour que votre enfant puisse y passer ses bras, ses jambes ou simplement regarder au travers.
- Proposez à votre enfant de les personnaliser comme il le souhaite avec des feutres, des gommettes, de la peinture...
- Laissez libre cours à son imagination et s'amuser avec les cartons qu'il a lui-même décorés ! Il en fera peut-être une voiture en passant ses jambes dedans pour se déplacer ou un bateau en passant ses bras dans les trous pour faire des pagaies ou encore un casque en passant sa tête...

Bouchons scotchés



Matériels :

- Support vertical ou horizontal (table, table pour enfant inclinée, planche, sol...)
- Scotch large
- Bouchons en plastique de différentes couleurs (de bouteilles de lait)

Préparation :

- Disposez des bandes de scotch sur le support choisi.
- Scotchez les extrémités pour les maintenir.
- Proposez à votre enfant de coller les bouchons de différentes couleurs sur les bandes de scotch. Il se fera une joie de coller / décoller les bouchons le long des bandes !

Boîtes sensorielles



Matériels :

- Des boîtes à mouchoirs vides
- Feutrine, tissus, papier de soie, papier crépon... pour recouvrir et décorer les boîtes
- Ballons de baudruche remplis avec un peu d'eau, riz, farine, boulettes de papier, bouchons en plastique ou en liège, papier à bulles, pailles de différentes tailles, playmaïs, pompons... pour mettre à l'intérieur des boîtes.

Préparation :

- Proposez à votre enfant de décorer les boîtes à mouchoirs en collant différentes matières (feutrine, tissus...) prédécoupées aux dimensions de la boîte.
- A l'intérieur des boîtes, disposez d'autres matières que votre enfant pourra toucher, attraper, manipuler, presser...
- Laissez votre enfant découvrir ces différentes textures. Et pour les plus grands, proposez-leur de deviner ce qu'il touche.

Un peu de psychomotricité...

Transvasement



Matériels :

- Un grand bac (à sable, à eau...).
- Plusieurs récipients en plastique (bol, verre, biberon, petite bouteille).
- Des cuillères ou des pelles.
- Des pâtes sèches ou de la semoule du riz, sable, marron, lentilles, haricots, bouchons...
- Un récipient pour mettre de l'eau tiède.
- Un tablier en plastique, body ou maillot de bain en fonction du contenu à transvaser.
- Des serviettes éponges ou ramasse-poussière.

Un peu de psychomotricité...

Jeu des pinces à linge à linge



Matériels :

- Un rond de carton de 20 cm de diamètre
- 18 pinces à linge
- Peinture ou feutres

Préparation :

- Diviser le cercle en 8 parties égales
- Peindre ou colorier chaque partie en une couleur différente
- Peindre le bout des pinces à linge (3 pinces par couleur)

Bouteilles sensorielles

Matériels :

- Petites bouteilles
- Petites pailles découpées, perles, paillettes, coquillages, pâtes, boutons, pompons...
- Eau
- Scotch



Préparation :

- Nettoyer les bouteilles
- Laisser sécher
- Remplir un type d'objet par bouteille et éventuellement ajouter de l'eau (pour les paillettes ou les coquillages par exemple...)
- Coller les bouchons au scotch ou au pistolet à colle.

Gâteau marbré



Ingrédients :

- 125 g de beurre
- 200 g de sucre
- 200 g de farine
- 3 œufs
- 6 cuillères à soupe de lait
- 1 paquet de levure chimique
- 1 paquet de sucre vanillé
- 25 g de chocolat en poudre

Préparation :

- Travailler le beurre et le sucre.
- Ajouter les jaunes d'œufs, le lait, la farine et la levure. Séparer la pâte en deux et aromatiser l'une avec la vanille, l'autre au chocolat.
- Verser en alternance dans un moule.
- Mettre au four, thermostat 4 ou 5, pendant 40 minutes.

COOKIES



Matériels :

- 150 g de farine
- 100 g de pépite de chocolat
- 50 g de sucre
- 50 g de beurre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 œuf
- 1 c. à c. de levure
- 1/2 c. à c. de sel

Préparation :

- Ramollir le beurre aux micro-ondes (mais ne pas le faire fondre).
- Mélanger beurre, œuf, sucre et sucre vanillé.
- Ajouter la farine, le sel et la levure petit à petit, puis les pépites de chocolat.
- Faites de petites boules, les mettre sur du papier sulfurisé.
- Enfourez à 180°C pendant 10 à 12 min.

Gâteau au yaourt



Ingrédients :

- 3 œufs
- 1 yaourt nature
- 1 sachet de levure en poudre (5,5 g)
- 2.5 pots de yaourt vides de farine
- 1.5 pot de yaourt vide de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé (7,5 g)
- 1/2 pot de yaourt d'huile
- 10 g de beurre

Préparation :

- Mettre dans cet ordre un pot de yaourt nature, la farine, le sucre, le sucre vanillé et mélanger.
- Rajouter les 3 œufs, mélanger.
- Mettre l'huile, mélanger et ajouter le sachet de levure.
- Mélanger encore, la pâte doit être lisse.
- Beurrer un moule à manquer et y verser la pâte.
- Mettre au four 30 min à 180°C (thermostat 6), en surveillant régulièrement.

Roses des sables

Matériels :

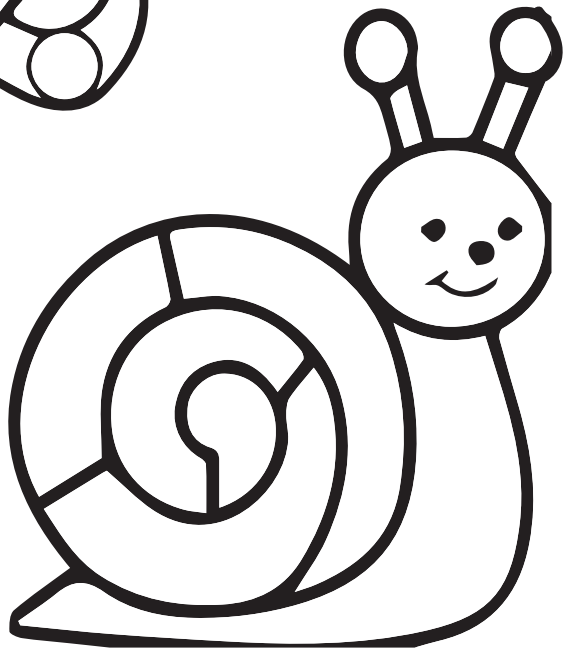
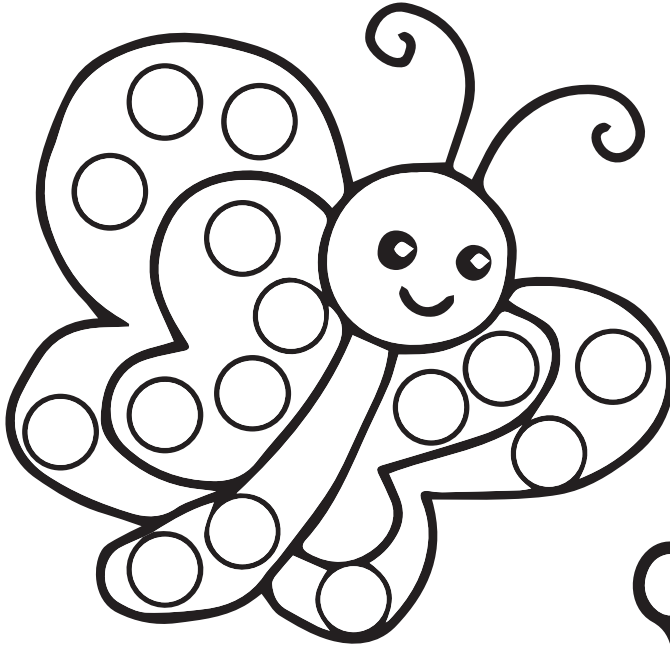
- Corn Flakes 170 g
- Chocolat noir 150 g
- Beurre 100 g
- Sucre glace 50 g

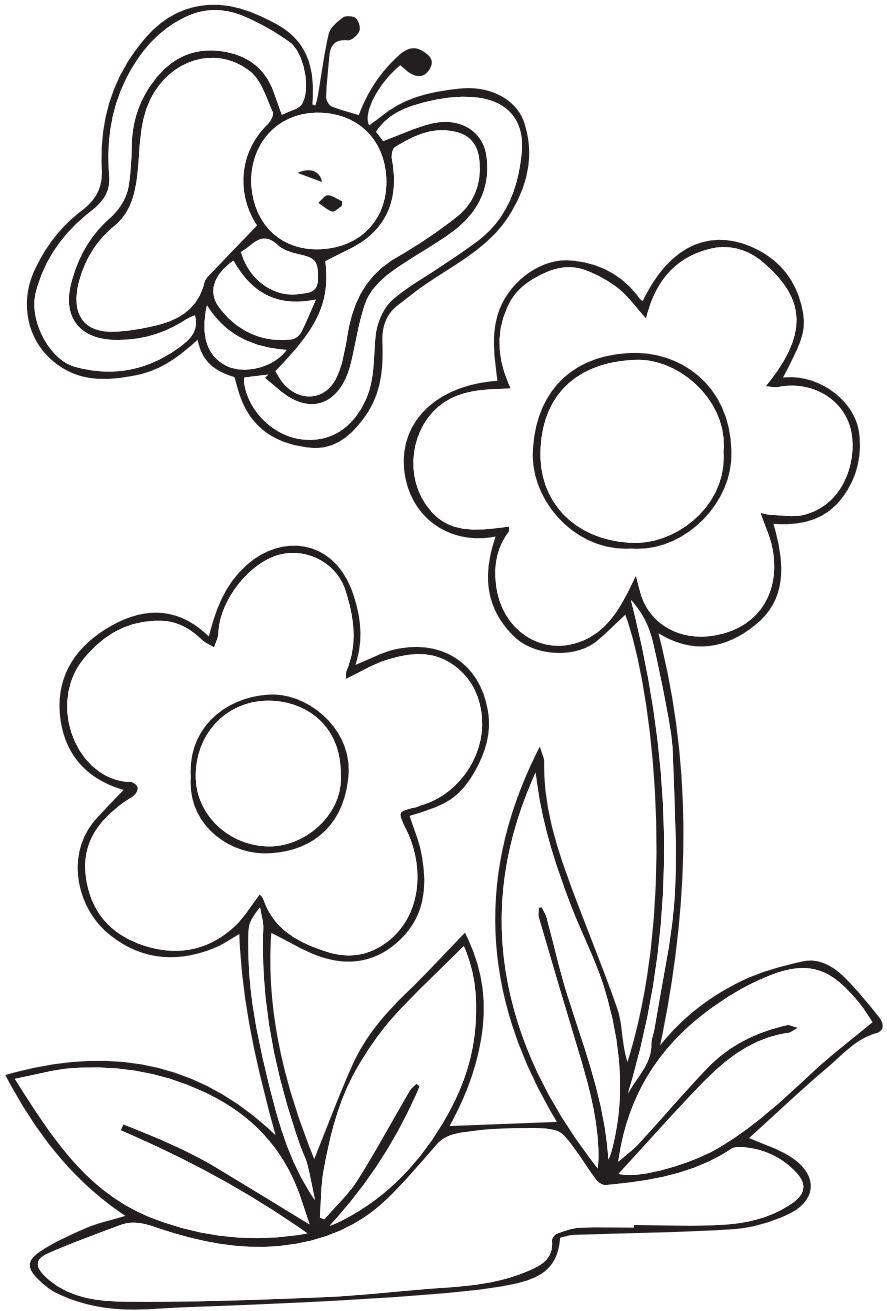


Préparation :

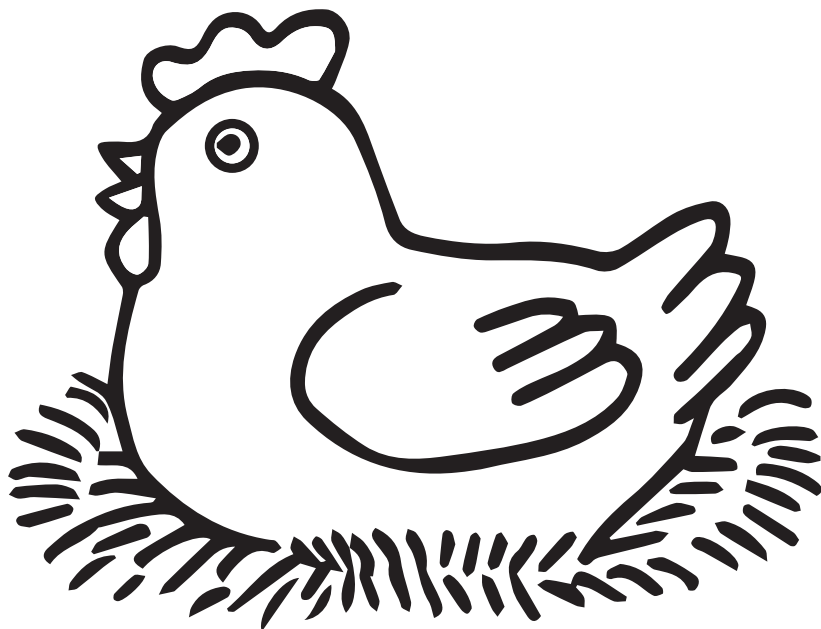
- Recouvrir la plaque du four de papier aluminium.
- Faire fondre au micro-ondes le chocolat et le beurre coupés en morceaux.
- Hors du feu, ajouter le sucre et mélanger.
- Dans un saladier, mixer très délicatement les corn flakes et la sauce au chocolat.
- Former des rochers à l'aide de 2 cuillères à café ou à soupe et déposer les sur la plaque.
- Pour finir laisser les refroidir à température ambiante pendant 1 heure au moins avant de les disposer sur un plat. Servir.

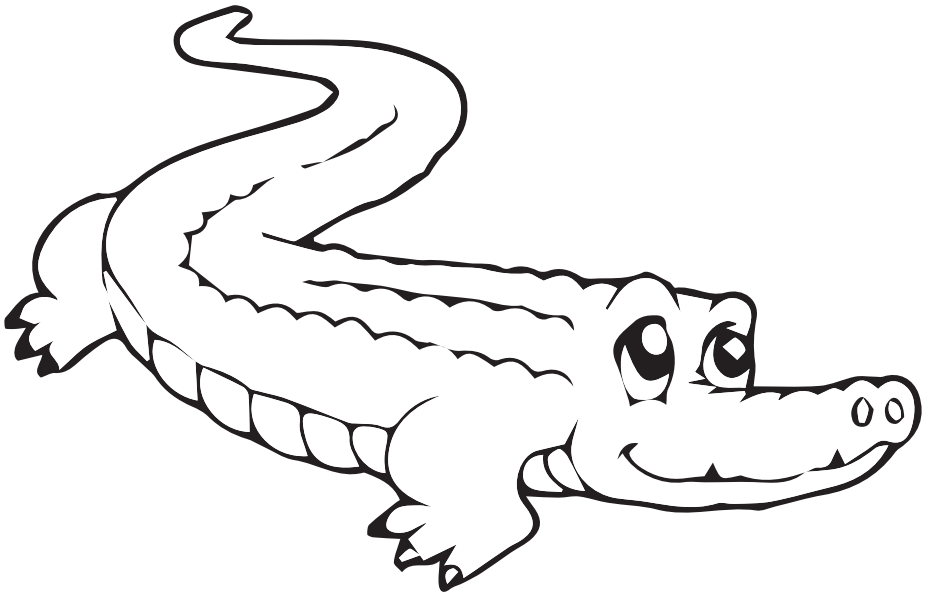
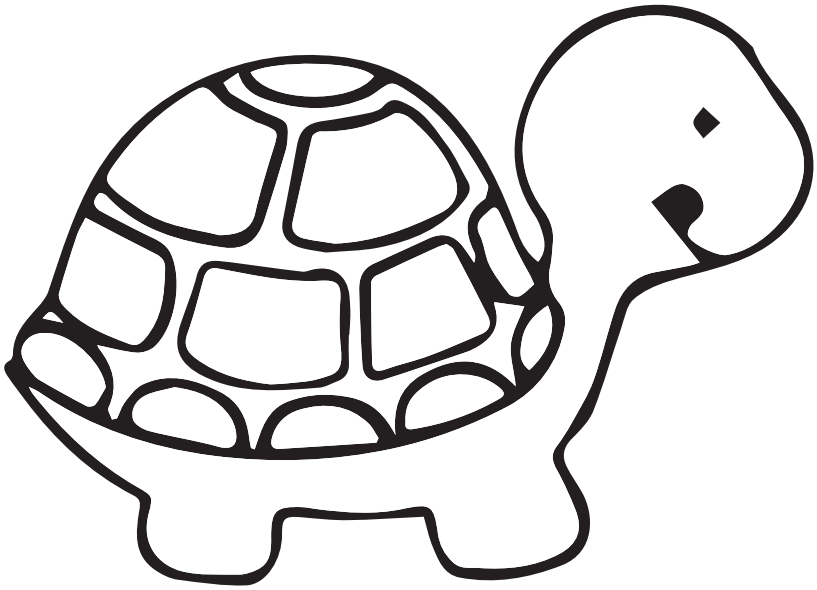
Quelques coloriages...





Quelques coloriages...





Justin le petit lapin...

Il faut juste mimer les gestes...



www.youtube.com/watch?v=M65TAOXsDdc

Roule galette

Il faut juste mimer les gestes...



<https://www.youtube.com/watch?v=W7s2Z-6W25M>

La poulette



La poulette ce matin est allée chercher du grain

Elle pique, elle pique dans la terre et dans ma main
(taper le sol puis la paume de la main avec l'index)

Elle pique, elle pique tout autour de mon jardin
(taper le sol puis la paume de la main avec l'index)

La poulette entend sonner le coq sur le cloché

Elle danse, elle danse d'un tout petit pas léger

Elle danse, elle danse puis retourne dans son verger

La poulette a vu le loup. Hoouuuuuuuuuuuuuuu

caché tout au fond d'un trou,
(cacher sa tête avec ses bras)

elle vole, elle vole pour fuir le grand méchant loup
(faire semblant de voler avec les bras)

Elle vole, elle vole puis retourne dormir chez nous
(la tête sur les deux mains les yeux fermés)



Les crocodiles

*Un crocodile, s'en allant à la guerre
Disait au revoir à ses petits-enfants.
Trainant sa queue, sa queue dans la poussière
Il s'en allait combattre les éléphants.*

Refrain :

Ah ! Les cro, cro, cro

Les cro, cro, cro

Les crocodiles

Sur les bords du Nil, ils sont partis,

N'en parlons plus.



Pomme de reinette et pomme d'api

Pomme de reinette et pomme d'api

Tapis tapis rouge

Pomme de reinette et pomme d'api

Tapis tapis gris

Cache ton poing derrière ton dos

Ou je te donne un coup de marteau



<https://www.youtube.com/watch?v=pwGR7vpQVCo>

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

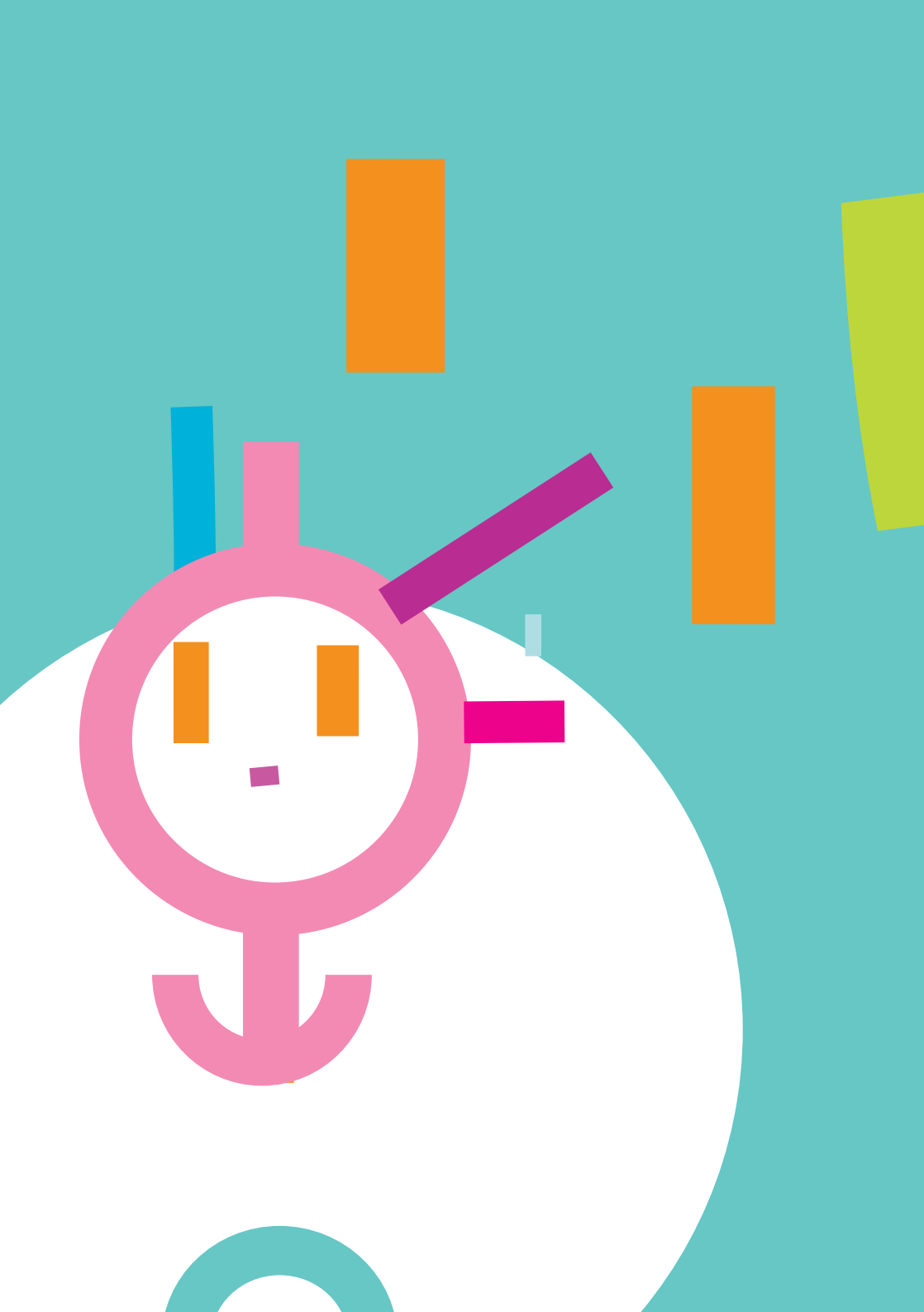
.....

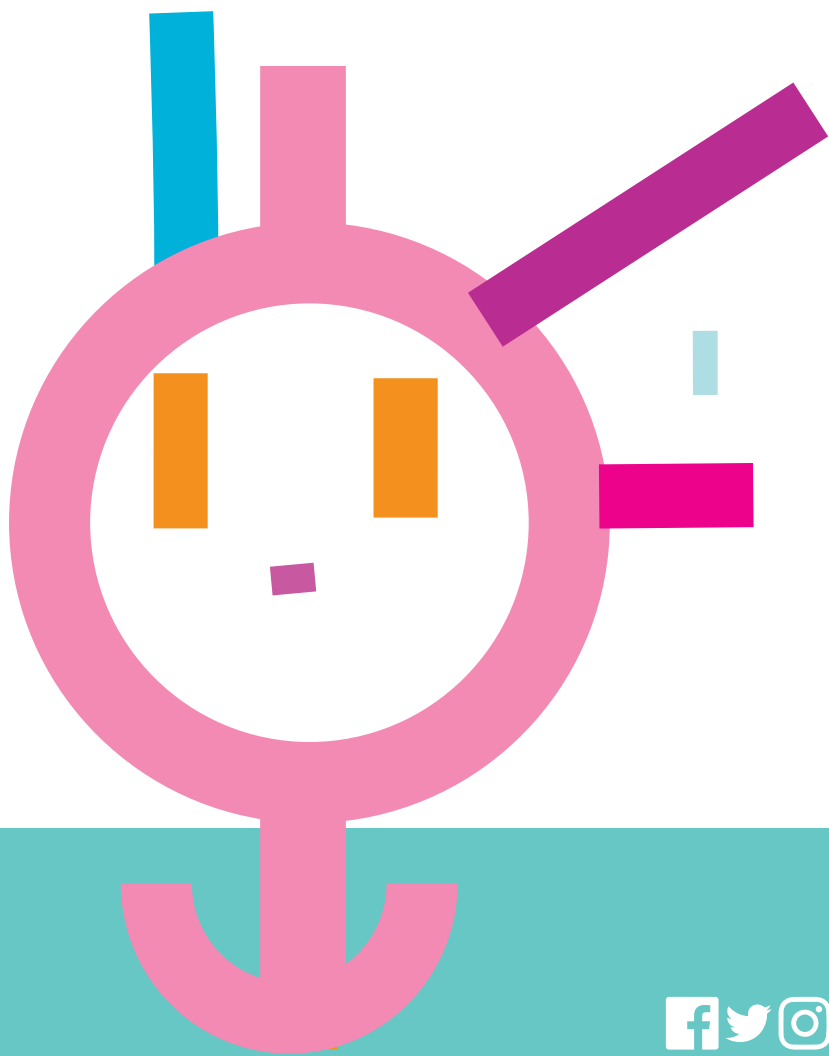
.....

.....

.....

.....





www.mairie-albi.fr

