ACTIVITÉS EN FAMILLE

Semaine 1

HIGHSCOPE®

COR Advantage®

Traduction par
HIGHSCOPE® Québec

LA PENSÉE de la SEMAINE

par Holly Delgado, spécialiste en petite enfance à la fondation HighScope

Nous sommes arrivés à un moment dans nos vies qui est sans précédent ; partout autour de nous, le monde s'arrête. Des millions d'enfants ne peuvent pas fréquenter l'école, mais ceci ne veut pas dire que l'apprentissage doit s'arrêter. L'équipe de Highscope comprend bien le stress qui accompagne le bouleversement inattendu de nos horaires et routines quotidiennes. Cependant, nous persévérerons.
Que la fermeture de votre service de garde dure sept semaines ou plus, notre équipe vous recommande fortement de créer une routine pour vos journées à la maison. Appliquer une routine prévisible aide les enfants à avoir un sentiment de sécurité et de contrôle. Tentez d'équilibrer les jeux intérieurs et extérieurs, les activités libres (initiées par l'enfant) et celles avec le soutien des adultes et n'oubliez pas d'inclure des moments de repos et de relaxation.
Voici quelques astuces pour créer un horaire qui fonctionnera pour vous et votre enfant :

1. **Considérez les éléments de l'ancien horaire de votre enfant et posez-vous les questions suivantes :**
   - Quels aspects de la journée peuvent demeurer pareils ?
     (ex. la routine du matin, les repas, l'heure du coucher)
   - Quels éléments de la routine du service de garde de votre enfant pouvez-vous adapter pour la maison ?
     (ex. période de jeu/choix/travail, période de musique et mouvement, période de jeux à l'extérieur)
2. **Travaillez avec votre enfant afin de créer un nouvel horaire quotidien.**
   - Est-ce que des périodes de temps devant un écran font partie de votre journée ? Si oui, assurez-vous d'établir des limites de temps d'écran permis chaque jour.
   - Incorporez de nombreuses occasions pour l'apprentissage actif : des activités qui encourage le choix de l'enfant, la manipulation de matériel, le soutien au développement du langage et de la pensée et des activités qui permettent aux adultes de participer en tant que partenaire de jeu.
   - Permettez de la souplesse afin que les activités se chevauchent.
   - Si les adultes sont tenus de travailler de la maison, créer des moments tranquilles, afin que vous puissiez vous « sauver » pour accomplir votre propre travail chaque jour.
3. **Écrivez votre horaire quotidien sur une feuille ou un tableau et demandez à votre enfant de vous aider à illustrer chaque composante de votre nouvelle routine quotidienne.**
4. **Affichez votre horaire au mur où il vous sera facilement accessible à vous et votre enfant.**
   - Visez la constance et référez-vous souvent à votre horaire les premiers jours, alors que les enfants apprennent leur nouvelle routine.

L'équipe HighScope vous propose quelques idées d'activités afin de vous aider à planifier votre semaine. Surveillez cette trousse d'idées d'activités qui vous sera fourni sur notre site Internet à chaque semaine.
Nous vous invitons à diffuser cette trousse à tous les parents de vos milieux. Surmontons cette distanciation sociale ensemble!

LES POUPONS

Art, musique et mouvement : **Allez! On bouge!**

Les enfants expérimentent :
- Réagir aux sons
- Explorer des sons et de la musique

Amenez votre poupon dans un endroit sécuritaire et dites-lui que vous allez explorer des sons et des maracas. Agitez les maracas près de votre poupon afin qu'il puisse les voir et les entendre. Si votre enfant peut tenir des objets, offrez-lui une maraca. Assurez-vous d'avoir quelques maracas disponibles puisque votre enfant pourrait vouloir en tenir un dans chaque main. Commentez la réaction de votre enfant face au bruit produit par les maracas. Si votre enfant ne peut pas tenir encore d'objets, décrivez le bruit produit par la maraca lorsque vous l'agitez et répétez les sons que votre enfant semble apprécier (ex. « Tes yeux sont devenus très grands lorsque j'ai agité la maraca »). Si votre enfant arrive à tenir des objets, décrivez comment il agite les maracas et le bruit qui est produit (ex. « Tu tiens une maraca dans chaque main; l'un d'eux fait un son très fort et l'autre un son plus doux »). Votre poupon peut prendre plaisir à porter la maraca à sa bouche, le transférer d'une main à l'autre, en agiter un dans chaque main et répéter ces actions de manière à produire les mêmes bruits encore et encore.

Pour fabriquer vos propres maracas, choisissez une variété de différents contenants, tels que : des œufs en plastique, des pots à épices en plastique, des biberons, des pots de nourriture pour bébé en plastique, des bouteilles de shampoing format voyage ou des bouteilles d'eau. Ensuite, vous pouvez remplir les contenants avec, par exemple : du gravier pour aquarium, de la monnaie, du sable, du riz, des fèves sèches, des vis ou des clous.

Communication, langage et littératie : **Ça rime!!!!!**

Les enfants expérimentent:
- Entendre des mots qui riment
- Répéter des mots qui riment et des comptines

Faire des rimes (mots qui se terminent avec le même son, ex. acajou et bijou) et un élément important dans l'apprentissage à la lecture et la prononciation des mots. Des expériences ludiques avec les rimes peuvent augmenter le plaisir chez votre enfant ainsi que son habileté à retenir du nouveau vocabulaire et de nouveaux sons qui riment. Pour débuter cette activité, informer votre enfant que vous allez chanter des comptines. Voici quelques suggestions : « Menton fourchu », « La barbichette », « J'ai deux yeux », « Am Stram Gram », « Trois petits chats » et « Au clair de la lune ».

En chantant les comptines, faites ressortir les mots qui riment : « Au clair de la lune, mon ami Pierrot, prête-moi ta plume pour écrire un mot…» Lorsque vous avez terminé la comptine, faites remarquer les mots qui riment : « Pierrot et mot; ce sont des mots qui riment ! » Attirer l'attention des enfants sur les mots qui riment les aide également à saisir la cadence de la comptine. Répétez à plusieurs reprises la comptine afin que votre enfant puisse apprendre toutes les paroles de la comptine et entendre spécifiquement les mots qui riment sur lesquels vous avez mis l'accent. Les enfants peuvent demander que vous répétiez la comptine au complet, quelques paroles de la comptine ou quelques mots qui riment. La répétition est un facteur important pour se familiariser, soutenir l'intérêt et donner l'occasion aux enfants de se joindre à vous spontanément et chanter la comptine. Reconnaissez les mots connus qui riment ainsi que les mots inventés qui sont insensés.

LES POUPONS

Éveil et découverte des mathématiques : **Explorer des objets**

Si votre poupon n'arrive pas encore à agripper des objets, tenez simplement un jouet intéressant à observer devant son visage. Un poupon qui peut s'asseoir avec appui, mais qui ne peut agripper des objets peut observer des jouets que vous tenez dans chacune de vos mains. Allouez assez de temps à votre enfant pour qu'il puisse regarder un jouet et ensuite agiter le jouet dans votre autre main.

Les enfants expérimentent :
- Regarder ou manipuler un objet et ensuite un autre
- Ramasser trois objets ou plus

Si votre poupon peut agripper des objets et s'asseoir, soit avec appui ou de manière indépendante, donnez-lui un jouet à tenir et explorer. Les plus jeunes poupons peuvent simplement tenir le jouet avec une main tandis que les plus âgés peuvent transférer le jouet d'une main à l'autre. Présentez-lui un nouveau jouet et observez ce que fait votre enfant (ex. il peut jeter un coup d'œil au nouveau jouet, mais choisir de continuer à explorer le premier ou laisser tomber le premier et agripper le nouveau). Les poupons plus âgés prendront plaisir à s'asseoir au sol avec des jouets étalés alentour d'eux et peuvent tendre les bras et agripper deux jouets, un dans chaque main ; explorant les jouets en regardant un jouet et ensuite l'autre ; ou en plaçant un jouet dans leur bouche et ensuite l'autre.

Les poupons plus âgés peuvent commencer à ramasser des jouets et en empiler plusieurs. Lorsque les enfants rassemblent des jouets ou des objets de la sorte, vous saurez qu'ils peuvent être attentifs à plus d'un objet à la fois, ce qui représente une étape dans leur développement.

Moi et les autres : **Les émotions**

Les enfants expérimentent:
- Exprimer les émotions avec leur visage ou corps
- Initier un contact physique avec d'autres personnes afin d'exprimer des émotions

Lorsque vous passez du temps avec votre poupon, observez comment votre enfant communique différentes émotions — en pleurant, se crispant, souriant, agitant les pieds, gazouillant, riant ou simplement en fixant avec contentement. Les poupons plus âgés commenceront à initier des contacts physiques avec d'autres en les embrassant, les tapotant, les frappant ou même en les mordant. La manière dont vous réagirez dépendra de ses besoins, ses émotions et son niveau de développement.

Lorsque les poupons pleurent, ils communiquent généralement un besoin. Parlez à votre enfant et identifiez ses émotions et besoins (ex. « Tu es tellement fatigué en ce moment. Ton ventre a tellement faim »). En agissant de la sorte, votre enfant apprend à être réconforté par votre voix et votre contact physique. Lorsque les poupons sourient, ils communiquent qu'ils sont heureux et apprécient votre compagnie. Souriez-lui, parlez-lui, embrassez-le et touchez-le doucement pour lui exprimer que vous affectionnez également sa compagnie. En grandissant, le répertoire d'expression émotionnel des poupons se développe (ex. la peur, la colère, l'amusement). Soyez attentifs aux indices qu'il vous fournit et continuez à faire ce qui amuse votre enfant, ou inversement, trouvez un jouet ou un emplacement différent, ou une position ou activité différente si votre enfant démontre des signes de désintéressement.

LES POUPONS

Les poupons plus âgés commenceront à initier des contacts physiques avec vous et d'autres personnes. Certains contacts physiques initiés par les poupons peuvent être déplaisants ; lorsque votre enfant vous mord sous l'effet de la colère ou la frustration, ceci peut vous contrarier. Il est important de dire calmement à votre poupon, par exemple, « Tu es fâché parce que je t'ai retiré ceci, mais il est dangereux de le mâcher. » En réagissant de la sorte, vous reconnaissez la colère de votre enfant, vous nommez l'émotion et vous expliquez la raison derrière l'émotion. Ceci outille les poupons à gérer leurs émotions de manière appropriée à mesure qu'ils se développent.

Développement physique et saines habitudes de vie : **Donner des coups de pied**

Pour les poupons non mobiles : Alors que votre poupon est assis ou allongé, touchez-lui les pieds avec la paume de vos mains. Ceci incitera probablement votre enfant à pousser sur vos mains ou donner des coups de pied.

Pour les poupons mobiles : Choisissez un endroit ou votre poupon pourra avoir de l'espace pour se déplacer et offrez-lui des ballons à botter. Acceptez que votre enfant puisse plutôt choisir de lancer les ballons.

Décrivez les actions que fait votre poupon. Par exemple, vous pouvez dire « Tu donnes des coups de pied sur mes mains ! Donne des coups, donne des coups ! »

Les enfants expérimentent:

- Allonger les muscles de leurs jambes et donner des coups de pied
- Cause et effet — bouger leur corps afin de causer le déplacement d'objets

Pour les poupons non mobiles : Recommencez cette activité en plaçant les pieds de votre poupon contre un meuble rembourré et solide (ex. un sofa). Vous pouvez également suspendre des rubans ou une petite couverture près des pieds de votre enfant pour qu'il puisse donner des coups de pied. Les poupons prennent plaisir à regarder les rubans se déplacer et à les sentir avec leurs pieds tout en donnant des coups. Ceci augmente la prise de conscience de leur corps et des différentes façons qu'ils peuvent l'utiliser.

Pour les poupons mobiles : Commentez la manière dont votre enfant choisit d'utiliser les ballons et utilisez-les de la même manière. Décrivez la manière dont votre enfant déplace son corps et les effets que ces mouvements ont sur le ballon. Par exemple, vous pouvez dire « Tu as balancé ta jambe vers l'arrière et frappé le ballon. Il a roulé loin là-bas sous la fenêtre » ou « Tu as tenu le ballon dans tes mains et l'as lancé tout haut. » Ces commentaires augmentent la prise de conscience de leur corps et des différentes manières qu'ils peuvent l'utiliser.

LES TROTTINEURS

Art, musique et mouvement : **Le chef d'orchestre**

Les enfants expérimentent :
- Bouger leur corps de plusieurs manières
- Initier et imiter des mouvements

Encouragez votre trottineur à faire de la musique de différentes manières en utilisant un instrument. Imitez les actions de votre enfant avec votre instrument et décrivez ce que vous faites pour aider votre enfant à prendre conscience de la confiance qu'il a en ses idées. Présentez une autre manière de jouer de votre instrument (ex. rapidement, lentement, doucement) et décrivez ce que vous faites (ex. « Tu tapes le tien vraiment vite ; je vais essayer de taper le mien lentement »). Ceci aide les enfants à penser à de nouvelles et différentes manières d'utiliser leur corps et les objets. Après un certain temps, invitez votre enfant à faire une parade alentour de la pièce ou un autre endroit. Permettez à votre enfant d'être le meneur et de choisir où aller.

Idées pour des instruments de musique fabriqués à la maison :

- Utilisez des boîtes recyclables de café, des boîtes avec des couvercles, des boîtes de gruau ou des petits bols ou paniers comme tambours sur lesquels les enfants peuvent frapper avec leurs mains ou avec des ustensiles de cuisine (ex. cuillères de bois, spatules).
- Placez quelques petits objets (ex. billes, cailloux) dans une bouteille d'eau ou de boisson gazeuse en plastique recyclée et fixez le bouchon pour créer des maracas.
- Utilisez des bols ou des chaudrons de métal que les enfants peuvent tapoter avec des fouets, cuillères, fourchettes de plastique ou peigne en plastique afin de les faire tinter.
- Donnez aux enfants deux couvercles ou deux assiettes à tartes en métal à utiliser en tant que cymbales.

Communication, langage et littératie : **Écoutez !**

Les enfants expérimentent :
- Réagir à votre voix de différentes manières
- Répondre non verbalement à des énoncés ou demandes simples

Déposez vos jeunes poupons sur le dos sur une couverture au sol, sur une table à langer ou un lit. Les poupons plus âgés peuvent s'asseoir de façon indépendante (au sol ou à un autre endroit). Si votre poupon est allongé sur le dos, commencez à parler et dites, par exemple « Ça fait du bien d'être allongé et de bouger tes jambes ! » Démontrez la manière dont se déroule une conversation en faisant des pauses entre vos phrases, donnant à votre poupon le temps d'explorer vos expressions faciales, comprendre vos mots et la modulation de votre voix et d'exprimer une réponse. Votre poupon peut réagir à votre voix en établissant un contact visuel, en souriant ou en roucoulant.

Déplacez-vous du côté opposé du regard de votre enfant, dites son prénom et observez s'il réagit. Transformez cela en jeu et déplacez-vous de l'autre côté de votre poupon afin de voir s'il tourne sa tête pour localiser votre voix.

Si vous offrez fréquemment à votre poupon des occasions d'entendre du langage (nommé langage réceptif), il commencera à comprendre quelques-uns de vos mots. Essayez de jouer un jeu en disant, par exemple, « Je vais toucher à ton nez ! » et ensuite faites une pause. Si votre enfant ne réagit pas (en plissant son nez ou en le touchant), touchez son nez et dites « J'ai trouvé ton nez ! » Si votre poupon touche son nez, vous serez en mesure de savoir qu'il comprend et qu'il est prêt à continuer à jouer (ex. en remplaçant « nez » par « orteils »).

LES TROTTINEURS

Éveil aux mathématiques et aux découvertes : **Un ensemble « Pairefait »**

Les enfants expérimentent :
- Assembler les chaussettes en se basant sur la couleur ou d'autres attributs
- Remarquer des similarités et des différences

Dites à votre enfant que vous aurez besoin de son aide aujourd'hui pour la lessive. Placez tous les chaussettes dans une pile et dites, par exemple, « Toutes les chaussettes sont mélangées et j'ai besoin de ton aide. Peux-tu trouver quelles chaussettes vont ensemble ? »

Permettez à votre enfant d'examiner les chaussettes de près et de les soulever deux par deux. Votre enfant pourrait trouver des chaussettes qui font la paire, des chaussettes de la même couleur, mais de longueur différente, des chaussettes de la même longueur, mais de différentes couleurs ou votre enfant peut simplement jouer avec les chaussettes. Décrivez ce que votre enfant fait tout en identifiant des caractéristiques des chaussettes. Par exemple, vous pouvez dire, « Tu as trouvé deux petites chaussettes blanches ; voilà une paire ! » ou « Tu as trouvé une petite chaussette noire et une longue chaussette noire ; je me demande si tu peux trouver deux chaussettes qui sont à la fois petites et noires » ou « Tu explores la pile de chaussettes. Je vois une chaussette rouge, une jaune et une bleue. » En faisant tout remarquer les caractéristiques des chaussettes, cela augmentera la prise de conscience des similarités et des différences ainsi que le vocabulaire correspondant.

Communication, langage et littératie : **Écoutez !**

Les enfants expérimentent :
- Revenir vers un objet d'intérêt
- Indiquer ou démontrer quelque chose avec laquelle ils ont joué

Pendant que vous jouez avec vos enfants, portez attention au jouet ou à l'objet qu'ils préfèrent et la manière dont ils les utilisent. Recueillir ce type d'information vous aidera à soutenir le début du développement de leur habileté à former et retenir des images dans leur tête.

Attirer l'attention au développement de l'habileté à se rappeler où se trouve quelque chose qu'il l'intéresse. Par exemple, lorsque votre enfant revient vers son gobelet, vous pouvez dire, « Tu avais laissé ton gobelet sur le sofa avant la sieste. Tu t'es souvenu qu'il était là ! » Les trottineurs plus âgés peuvent indiquer ou démontrer quelque chose avec laquelle ils ont joué et éventuellement pourront vous dire ce qui s'est passé tout de suite après que l'évènement a eu lieu. Pour soutenir le développement de ces habiletés, parlez à vos trottineurs lorsqu'ils jouent, imitez leurs actions et commentez ce que vous faites tous les deux.

LES TROTTINEURS

Développement physique et saines habitudes : **Suivez le chef**

Les enfants expérimentent :

- Essayer différents mouvements physiques
- Suggérez aux autres la manière de bouger
- Imitez les idées des autres

Débutez l'activité en chantant une chanson simple, une chanson familière (ex. Bonhomme, bonhomme) ou utilisez une mélodie familière et chanter, par exemple :

Bonhomme bonhomme sais-tu marcher,
Bonhomme, bonhomme sais-tu marcher,
Sais-tu marcher avec tes pieds….

Demandez à votre enfant de vous démontrer (si non verbal) ou vous dire (si verbal) une autre manière de bouger. Donnez-lui un moment pour y penser, décider et démontrer le mouvement et ensuite imitez et nommez son idée. (ex. « Tu bouges les fesses »). Continuez à chanter la chanson du début en changeant les paroles pour qu'elles correspondent à ses actions (ex. Bonhomme, bonhomme sais-tu bouger… sais-tu bouger avec les fesses) ou simplement, imitez les mouvements de votre enfant. Expérimentez plusieurs idées, sollicitez la contribution de votre enfant et suggérez d'autres façons de bouger ou de se déplacer. Pratiquez cette activité dans un petit endroit (ex. marcher sur place) ou déplacez-vous dans un espace plus grand (ex. marcher en rond).

Les enfants d'âge préscolaire

Art, musique et mouvement : **Le livre de chansons de la famille**

Les enfants expérimentent :
- Dessiner
- Chanter
- Écrire

Partagez une de vos chansons préférées avec vos enfants ou demandez à votre enfant de chanter une de ses chansons préférées. Dites aux enfants que vous voulez créer un livre qui inclut toutes leurs chansons préférées. Demandez à chacun d'écrire ses chansons préférées sur une feuille de papier séparée et faites de même. S'ils ne peuvent pas écrire toutes les paroles, vous pouvez les aider ou les laisser écrire un seul mot pour représenter la chanson. Même les trottineurs ont des chansons préférées, alors vous pouvez dessiner des images simples qui représentent les chansons qu'ils aiment. Par exemple, s'ils aiment « Une souris verte », dessiner une souris sur une page. Ensuite, laissez-les décorer chaque page de chanson afin de rendre les pages plus colorées et agréables à regarder. S'ils ne sont pas capables d'écrire le titre complet de la chanson, encouragez-les à dessiner des images ou motifs qui les aideront à se rappeler de quelle chanson il s'agit. Lorsque toutes les pages sont complétées, perforez des trous et placez-les dans un cartable ou simplement dans une chemise. Vous pouvez également enregistrer les enfants en train de chanter et performer leurs chansons et diffuser l'enregistrement à un moment ultérieur afin qu'ils puissent s'accompagner en chantant.

Communication, langage et littératie : **Deviner les lettres**

Les enfants expérimentent :
- Connaissance de l'alphabet

Dites aux enfants que vous allez leur donner un indice et qu'ils devront deviner quelle lettre vous allez dessiner. Tracez une ligne de la lettre à la fois et demandez aux enfants de deviner de quelle lettre il s'agira. Répondez aux enfants avec des commentaires, tels que les étapes suivantes pour deviner la lettre R :

1. Tracez une ligne droite à la verticale. Ensuite, dites, par exemple, « Alors, ceci pourrait être un L parce qu'un L à une longue ligne droite, mais, je pense à une autre lettre. »
2. Tracez maintenant une ligne courbée dans le haut et dites, par exemple, « Ceci ressemble vraiment à un P, n'est-ce pas? Mais je n'ai pas fini de faire la lettre à laquelle je pense. »
3. Ensuite, dites, par exemple, « Je vais tracer une autre petite ligne (tracez la ligne diagonale du bas). Pouvez-vous me dire ce que c'est maintenant? »

Pour les plus jeunes enfants, utilisez des lettres avec lesquelles ils sont familiers, incluant la première lettre de leur prénom ou nom de famille. Ce jeu peut être adapté pour tous dessins que vous commencez à faire, comme un visage ou un oiseau. Pour les enfants plus âgés, vous pouvez leur demander de deviner un mot complet, alors qu'ils vous observent en train d'écrire une lettre à la fois, ou vous pouvez leur demander d'écrire et ce sera à vous de deviner !

Les enfants d'âge préscolaire

Art, musique et mouvement : **Le livre de chansons de la famille**

Les enfants expérimentent :
- Mesurer
- Comparer les grandeurs
- Couper
- Les chiffres

Tendez un bout de laine de la tête aux pieds de vos enfants. Couper la laine. Coller la laine au mur en vous assurant de mettre un bout de ruban adhésif dans le bas pour former une ligne droite. Étiquetez la laine avec le nom des enfants. Utiliser la laine pour montrer aux enfants comment grands ils sont ! Ensuite, dites aux enfants qu'ils vont chercher des choses dans la maison et découvriront leur longueur. Laissez les enfants choisir ce qu'ils veulent mesurer. Assurez-vous qu'ils aient à leur disposition des outils standard de mesure, tels qu'une règle, un mètre en bois ou un ruban à mesurer. Aidez-les à compter le nombre de centimètres que mesurent les objets qu'ils trouvent. Ensuite, mesurez un bout de laine de la même longueur et coupez-le. Collez-le avec un ruban adhésif dans le haut et le bas à côté de celui qui représente leur grandeur. Étiquetez ce bout de laine avec un ruban à masquer pour indiquer l'objet qu'il représente.

Lorsque les enfants auront terminé de mesurer leurs objets, faites des observations à propos de leurs résultats, incluant :

- « Le _____ est l'objet le plus long que tu as mesuré. »
- « Le _____ est le plus court. »

Et posez des questions afin d'engager une conversation, incluant :

- Comment pouvons-nous réorganiser ces bouts de laines? (du plus long au plus court, du plus court au plus long)
- Quel était ton objet préféré à mesurer?

Pour les plus jeunes enfants, n'utilisez pas de règles et demandez-leur simplement de trouver de petits ou grands objets. Pour les enfants plus âgés, demandez-leur d'écrire la longueur des objets qu'ils mesurent.

Moi et les autres : **Le Cube des émotions**

Les enfants expérimentent :
- Comprendre et exprimer des émotions
- Lire

Nous avons tous nos hauts et nos bas et les enfants ne sont pas différents ! Aider les enfants à exprimer leurs émotions peut être très bénéfique afin de garder le calme dans votre maisonnée. Commencez en fabriquant un cube des émotions pour les enfants. Collez des photos sur une petite boîte (photos des membres de votre famille, des découpures de magazines ou des images trouvées sur Internet) de personnes exprimant une variété d'émotions.

Les enfants d'âge préscolaire

Ensuite, lisez un livre à propos des émotions avec votre enfant. Après avoir lu l'histoire, retournez voir quelques pages et réexaminez ce qu'il s'est passé. Posez des questions, telles que :

- « Est-ce que tu te souviens ce qui est arrivé sur cette page? »
- « Pourquoi penses-tu que ce personnage se sentait tellement _____? »
- « Aimes-tu ou n'aimes-tu pas cette histoire? Pourquoi? »

Après avoir parlé de l'histoire, montrez le cube des émotions aux enfants. Dites-leur qu'ils vont faire rouler le cube et qu'ils devront imiter le visage qui se retrouve sur l'image du dessus ! Roulez le cube à votre tour et exagérez vraiment votre expression faciale ! Alors que les enfants font des mimiques, utilisez des mots d'émotion pour décrire ce que vous observez. Pour les plus jeunes enfants, utilisez des mots avec lesquels ils sont familiers, tels que : « Oh, tu as l'air triste. » Pour les enfants plus âgés, profitez de cette occasion pour développer du nouveau vocabulaire, tel que « Tu as l'air déprimé ou inquiet. » Orientez la conversation afin de parler de la façon de gérer cette émotion de manière appropriée, tel que de les exprimer avec des mots (p. ex. : « Je suis fâché! ». Terminez en chantant des émotions sur l'air de « Si tu aimes le soleil » en modifiant les mots. Par ex. : « Si tu te sens joyeux, tape des mains! ». Pour les enfants plus âgés, vous pouvez transformer ceci en une pratique quotidienne où ils peuvent créer un journal personnel :« Mon journal » et d'y écrire ou dessiner leurs émotions de la journée.

Développement physique et saines habitudes de vie : **Jeu de poches**

Les enfants expérimentent :
- Lancer
- Coordination œil-main

Invitez les enfants à échauffer leurs bras en faisant quelques exercices simples, soit le moulin à vent ou faire rouler les épaules. Fournissez une éponge aux enfants et placez une boîte à une courte distance d'eux. Dites aux enfants d'essayer de lancer leur éponge dans la boîte. Ensuite, placez quelques boîtes autour d'eux ou placez les boîtes côte à côte et observez si les enfants peuvent lancer l'éponge dans chacune des boîtes. Vous pouvez leur offrir différents objets à lancer, tels que des balles, des petits coussins, des poches ou des bas enroulés. Déplacez les boîtes plus près ou plus loin afin de créer un défi et que ce soit amusant et non frustrant. Jouez à tour de rôle. Démontrez de l'excitation lorsque les enfants atteignent leur cible et offrez des questions ou commentaires permettant de les guider lorsqu'ils n'y arrivent pas.

Offrez des commentaires, tels que « Peux-tu penser à une autre manière de lancer ton éponge? » ou « La dernière fois, tu as réussi lorsque tu as ralenti et as pris une respiration avant de la lancer. » Pour les plus jeunes enfants, fournissez-leur de grands contenants avec une grande embouchure tels qu'un panier à lessive et placez-le près des enfants. Pour les enfants plus âgés, vous pouvez utiliser différents contenants, tels un panier à lessive ou des bols à mélanger. Ou, vous pouvez assigner un chiffre à chacun des contenants et demander aux enfants d'écrire ce chiffre chaque fois qu'ils réussissent à lancer dans ce panier.