

MON TEMPS CALME

EN AUTONOMIE

Un temps calme peut-être un moment de partage (une lecture, un massage, un jeu calme) mais également un moment où l'enfant s'occupe seul. **Créer avec lui son trousseau d'idées peut l'aider à choisir une activité adaptée !**



- Identifier les jeux que vous estimez calmes et que l'enfant est capable de faire en autonomie.
- Imprimer le trousseau et sélectionner les vignettes qui vous correspondent (vous pouvez également représenter chaque activité par un dessin, une photo...).

Jeux / Constructions

- Puzzle,
- Plus-plus,
- Kaplas,
- Jeux de figurines, poupées à habiller,
- Jeux de réflexion (Rush Hour...).

Lecture

À lire ou à regarder : un enfant s'invente l'histoire avec les images

Histoires audios

France Inter / Livre audio (lecteur CD)

Dessins

Prendre exemple sur internet ou imprimer :

- Mandalas,
- Dessin pas à pas,
- Pixel arts,
- Pochoirs.

Activités manuelles

Petites créations libres

- Découpage/collage,
- Gommettes,
- Perles, pâtes à enfiler,
- Perles à repasser,
- Scoubidous.

Avec l'aide de l'adulte pour installer et nettoyer

- Pâte à modeler,
- Pâte à sel,
- «Patouille» (mélange de farine, eau et brin d'herbe).

À manipuler

- Ardoise magique,
- Rubik's cube,
- Ardoise à billes aimantées «Magpad»,
- Pop It, Tangle, Fidgets, handspinner,
- Casse-tête.

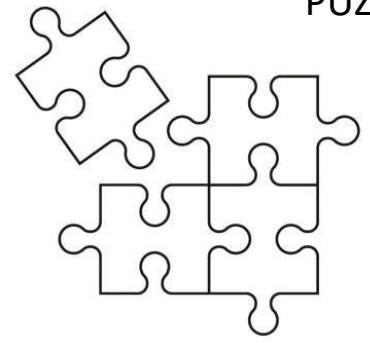
NOTRE ASTUCE : proposez à votre enfant de colorier son trousseau, il pourra ainsi se l'approprier. Voici une activité parfaite pour un temps calme !



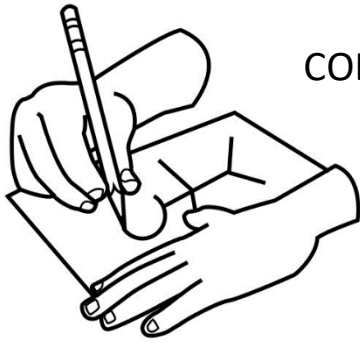
●
**Mon temps calme
en autonomie**



PUZZLE



DESSIN
COLORIAGE



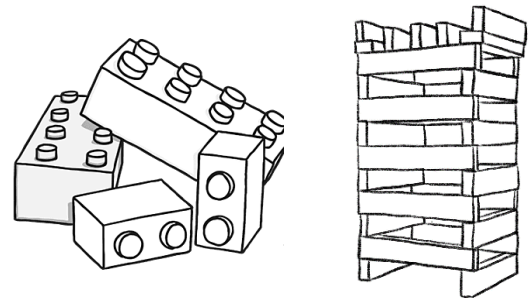
LECTURE



RELAXATION



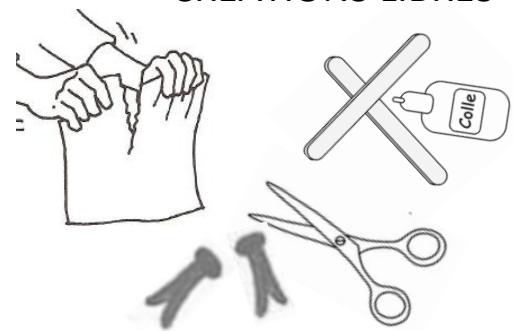
JEUX DE CONSTRUCTION



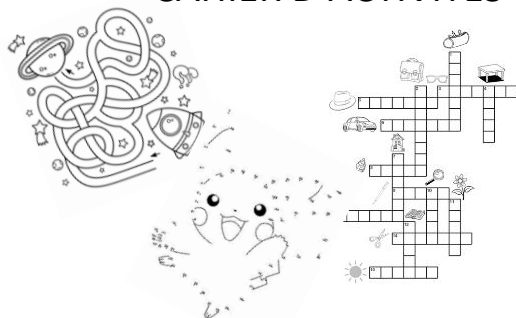
LECTURE AUDIO



CREATIONS LIBRES



CAHIER D'ACTIVITES



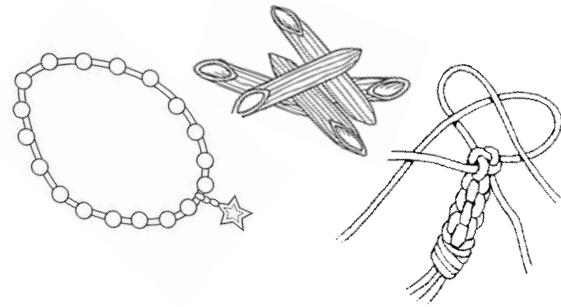
MODELAGE - PATOUILLE



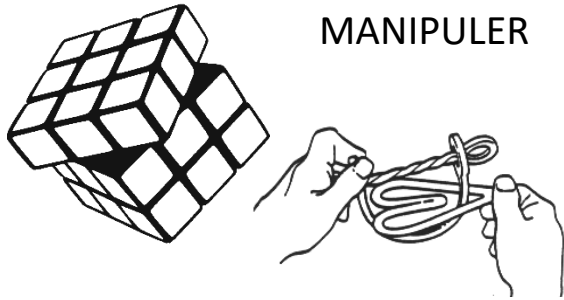
JEUX DE FIGURINES ET D'IMAGINATION



ENFILER – TRESSER



JEUX A MANIPULER



LOISIRS CREATIFS

