

## Planning pour les 2H, semaine 4 au 8 mai

Avec le planning, vous aurez besoin des annexes. Cette fois-ci il y en aura 5. Il sera à nouveau plus adéquat si vous pouvez les imprimer ou si vous avez les versions papiers que Jacqueline vous prépare. Ce document ainsi que les annexes se trouvent sur Scolcast. Vous pouvez à nouveau contacter Jacqueline si vous souhaitez une version papier.

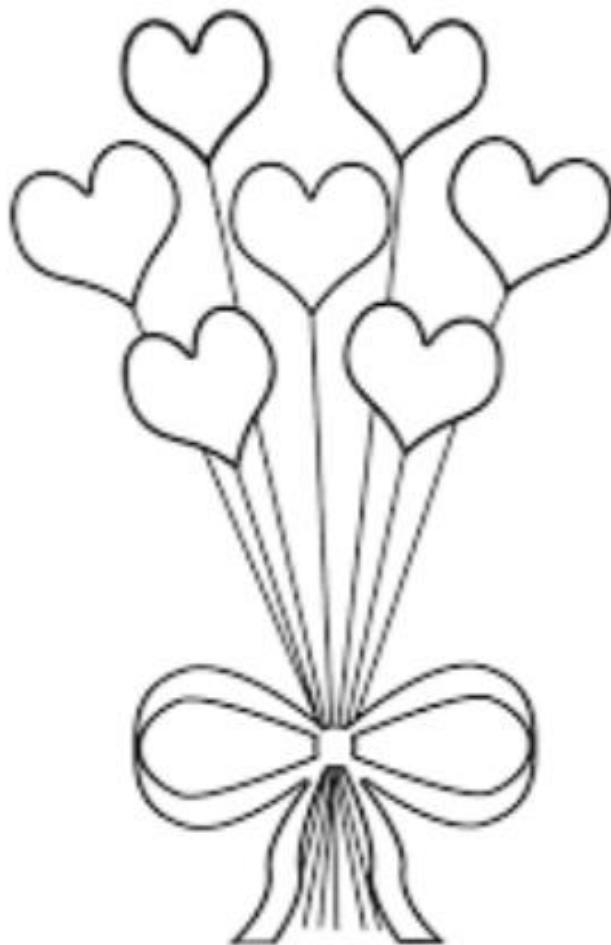
Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
<p><b>Graphomotricité, pré-écriture et prélecture, activités ritualisées, traditions et coutumes</b></p> <p><i>Objectifs :</i> apprendre à dessiner un cœur, maîtriser le geste technique, apprendre à reconnaître les lettres du mot «maman», à écrire un mot à l'aide d'un modèle et repérer des mots.</p> <p><b>Matériel nécessaire :</b> Annexe « Français 4-8 mai » envoyé par Whatsapp disponible sur Scolcast où à disposition en version papier auprès de Jacqueline.</p> <p><b>Activités :</b> Petit dossier avec quelques activités concernant la fête des mères. Suivre les instructions données sur l'annexe.</p> <p>Attention : choisir au minimum 2 activités.</p> <p>Le travail ne doit pas dépasser les 60 minutes.</p>	<p>Education nutritionnelle, cuisine, recette, santé et bien-être</p> <p><i>Objectifs :</i> apprendre à connaître le nom, certaines caractéristiques et utilités des ustensiles, mobiliers et ingrédients qui se trouvent dans votre cuisine. Se familiariser avec certains outils, ustensiles, recette, réfléchir aux thématiques liées à l'alimentation et à la santé.</p> <p><b>Matériel nécessaire :</b> Annexe « Environnement 4-8 mai » envoyé par Whatsapp disponible sur Scolcast où à disposition en version papier auprès de Jacqueline.</p> <p><b>Activité :</b> L'adulte lit l'introduction et les consignes puis commence par l'activité avec les questions. Les deux autres activités sont facultatives.</p> <p>Il est important que vous soyez dans la cuisine au moment où vous faites l'activité.</p> <p>Vous pouvez sans autre modifier les questions, en ajouter/enlever à votre guise. Sentez-vous libre de faire comme bon vous semble.</p>	<p><b>Mathématiques : dénombrement et comptage</b></p> <p><i>Objectif :</i> dénombrer et compter des éléments, repérage dans l'espace, trouver des stratégies pour s'orienter sur le plan et s'organiser</p> <p><b>Matériel nécessaire :</b> Annexe « Mathématiques 4-8 mai » envoyée par Whatsapp disponible sur Scolcast où à disposition en version papier auprès de Jacqueline.</p> <p><b>Activités :</b> L'adulte lit l'introduction et les consignes pour motiver l'enfant.</p> <p>Laissez ensuite l'enfant chercher et réaliser l'activité par lui-même.</p> <p>Vous pouvez le corriger par après et revenir sur le comptage s'il y a des erreurs. L'activité peut être adaptée en fonction des besoins / facilités/ difficultés.</p> <p>L'activité des puzzles est facultative : si l'enfant n'a pas encore travaillé durant 60 minutes, il peut faire 1 puzzle.</p>	<p><b>Bricolage et dessin : papillon ou coccinelles</b></p> <p><i>Objectif :</i> suivre un mode d'emploi avec l'adulte, développer sa créativité, améliorer la motricité fine, réussir à dessiner 2 objets similaires, dessiner en respectant une consigne simple.</p> <p><b>Matériel nécessaire :</b> Annexe « Bricolage et dessin 4-8 mai » envoyé par Whatsapp disponible sur Scolcast où à disposition en version papier auprès de Jacqueline.</p> <p>-Papier, ciseaux, crayons, colle, éventuellement attaches parisiennes ou ruban adhésif.</p> <p><b>Activités :</b> Vous et votre enfant choisissez l'une des deux activités.</p> <p>L'adulte lit l'introduction et la consigne et aide tout en laissant de l'autonomie à l'enfant.</p>	<p><b>Gymnastiques douces, rythmiques et psychomotricité</b></p> <p><i>Objectifs :</i> apprendre à connaître son corps, ses propriétés, ses limites, ressentir les 5 sens, imiter un modèle, réussir à reproduire des gestes, conscientiser, toucher, améliorer sa motricité globale</p> <p><b>Matériel nécessaire :</b> Annexe « Gymnastique douce, psychomotricité et rythmique 4-8 mai » disponible sur Scolcast, envoyé par Whatsapp ou à disposition en version papier auprès de Jacqueline.</p> <p><b>Activité :</b> L'adulte lit l'introduction et les consignes et prépare l'enfant.</p> <p>A l'aide du document, laissez à l'enfant le choix de 3-4 activités (en fonction de ses besoins, des possibilités et des contraintes que vous avez) Mettre en place un cadre sécurisant, calme et rassurant pour l'enfant.</p> <p>Vous pouvez éventuellement revenir sur les activités et demander à votre enfant de décrire ses émotions, ressentis.</p>

**Introduction :**

Le 10 mai , c'est la fête des mères/ parents.

A cet occasion, nous t'avons concocté un petit dossier spécial « fête des mères/ parents ». J'espère qu'il te plaira !

**Dossier sur le thème de la fête  
des mamans, 1P et 2 P**



**Entoure tous les mots « maman ».**

Maman

Mouchoir

Marcher

MANGER

Maman

MAMAN

Maman

Mardi

Amandine

Mamie

Mandarine

Malhonnête

Maman

Mare

Amande

Maélie

Mélia

Méchant

Maman

Malade

Momie

Prénom : \_\_\_\_\_

A

B

N

F

E

O

T

M

BONNE

FÊTE

MAMAN

BONNE FÊTE MAMAN

Ecris les lettres manquantes du mot : Maman.

M a m a n

\_\_ a m a n

M \_\_ m a n

M a \_\_ a n

M a m a \_\_

\_\_ \_\_ m a n

\_\_ \_\_ \_\_ a n

\_\_\_\_\_

Passer plusieurs fois par-dessus les cœurs avec ton crayon gris et essayer de dessiner un cœur dans le carré gris. Tu peux ensuite les colorier en rouge.



Trace l'intrus de chaque groupe

1.

Maman	Maman	Manger	Maman
-------	-------	--------	-------

2.

Maman	Mandarine	Maman	Maman
-------	-----------	-------	-------

3.

Maman	Maman	Maman	Mare
-------	-------	-------	------

4.

Maman	Maman	Maélie	Maman
-------	-------	--------	-------

5.

Marcher	Maman	Maman	Maman
---------	-------	-------	-------

6.

Maman	Maman	Maman	Mimer
-------	-------	-------	-------

## Introduction

Aujourd'hui nous allons parler un peu de cuisine. As-tu déjà observé combien de fois par jour tes parents font à manger ? Combien de fois par jour ils font de la cuisine ? La cuisine c'est important dans la vie. Si on sait bien cuisiner, on peut se faire de jolis plats et bien manger. Va donc faire un tour dans ta cuisine ! Les activités se dérouleront là-bas ! C'est parti !!!

## Consignes

On va te poser quelques questions concernant la cuisine. Sauras-tu y répondre ?

1. Quels ustensiles as-tu dans ta cuisine ?
2. Quels ingrédients as-tu dans ta cuisine ?
3. As-tu des meubles ou un mobilier spécial dans la cuisine exprès pour cuisiner ?
4. Comment dit-on quand on met quelque chose dans le four ? Ça doit ... (cuire).
5. Qu'utilise-t-on quand on ne sait plus par cœur une recette ? (un livre de cuisine, une recette imprimée, une recette sur le smartphone...)
6. As-tu des livres de cuisine chez toi ? Combien ?
7. Combien d'assiettes, de verres, de services dois-tu mettre sur la table pour que toute ta famille soit servie à midi/ le soir ?
8. Que met-on dans le réfrigérateur ? Pourquoi ?
9. Que met-on dans le congélateur ? Pourquoi ?
10. Avec quoi fait-on du pain ? (Farine, levure, eau ou lait, sel, levure, éventuellement beurre...)
11. A quoi sert un micro-onde ?
12. Est-ce qu'il serait possible de faire à manger sans électricité ? Comment ? (en faisant du feu, en mangeant froid, ...)



## Consigne 2

Si vous en avez l'occasion et l'envie, vous pouvez faire la recette de pâte à crêpe ci-dessous avec votre enfant. Vous pouvez bien entendu faire cela plus tard aussi.

# La pâte à crêpes

## Ingrédients

- 4 œufs
- 120g de farine
- 1 pincée de sel
- 1 c.s. de sucre
- 4 dl de lait



## Préparation

- Mettre dans un plat la farine, le sel et le sucre
- Ajouter les 4 œufs et bien mélanger pour qu'il n'y ait plus de grumeaux
- Ajouter le lait et bien mélanger
- Laisser reposer la pâte un moment
- Préparer les crêpes

Bon appétit !

# La santé des dents

Découpe les aliments et colle-les sur la bonne dent.

(Les aliments bons pour les dents, sur la dent joyeuse, les aliments mauvais pour les dents sur la dent triste !)



la dent triste



la dent joyeuse



# Mathématiques comptages, dénombrement et repérage dans l'espace

## Introduction :

C'est bientôt la fête des mamans. Ta maman, tes parents et ta famille t'offrent beaucoup d'amour tous les jours. Toi aussi, je suis sûre. C'est quelque chose de très important et quelque chose qui a beaucoup de valeur que de recevoir et de partager de l'amour. Sais-tu quel est le symbole de l'amour ?

Le cœur bien sûr !

## Consignes :

Ci-dessous quelques activités de mathématiques autour de la fête des mère / parents. Il faudra compter et aussi retrouver l'ordre des pièces. Bon travail !

Compte le bon nombre de coeurs et écris le bon chiffre dans la première colonne.

Colorie le bon nombre de cœurs.

3



8



9



5



7



1



2



# Qu'est-ce qui manque?

Découpe et colle le chiffre qui manque dans chaque rangée.

1	2	3		5	2
	4	5	6	7	3
2	3	4	5		4
3	4		6	7	5
1		3	4	5	6
4	5	6		8	7



## Maths : Espace :

---

Nous savons que tu adores faire des puzzles alors on a pensé à toi. 😊 Voilà deux beaux puzzles que tu peux découper à l'aide de tes parents. Si tu le souhaites, tu peux en faire un seul bien sûr. À tes ciseaux !

### MON PUZZLE DE CROCODILE 1

---



## MON PUZZLE DE CROCODILE 2

---





### Introduction :

Aujourd'hui tu vas faire un peu de bricolage et de dessin. As-tu déjà réfléchi si tu préfères l'un ou l'autre ? Aujourd'hui tu pourras choisir entre deux activités. Mais bien entendu, tu peux les réaliser les deux si tu le veux.

Amuse-toi bien !

### Consignes :

Votre enfant peut réaliser l'une ou l'autre activité. Une fois la marche à suivre expliqué, il est important qu'il puisse réaliser cette activité de la manière la plus autonome possible.

## La coccinelle

1. Découpe un cercle de 10cm de diamètre dans le papier noir.
2. Découpe un cercle de 10cm de diamètre dans le papier rouge.
3. Coupe le cercle rouge en deux.
4. Dessine ensuite des petits points noirs sur les ailes rouges.
5. Fixe ensuite les ailes avec les attaches parisiennes sur le cercle noir.  
(Tu dois d'abord faire un trou dans les ailes et le cercle noir).
6. Colle alors les petits yeux ainsi que les mandibules.

**Matériel utilisé**  
papier rouge  
papier noir  
2 attaches parisiennes  
2 petits yeux  
cure-pipe rouge  
ciseaux, colle  
stylo feutre noir

Ta jolie coccinelle peut

maintenant ouvrir et fermer ses ailes !



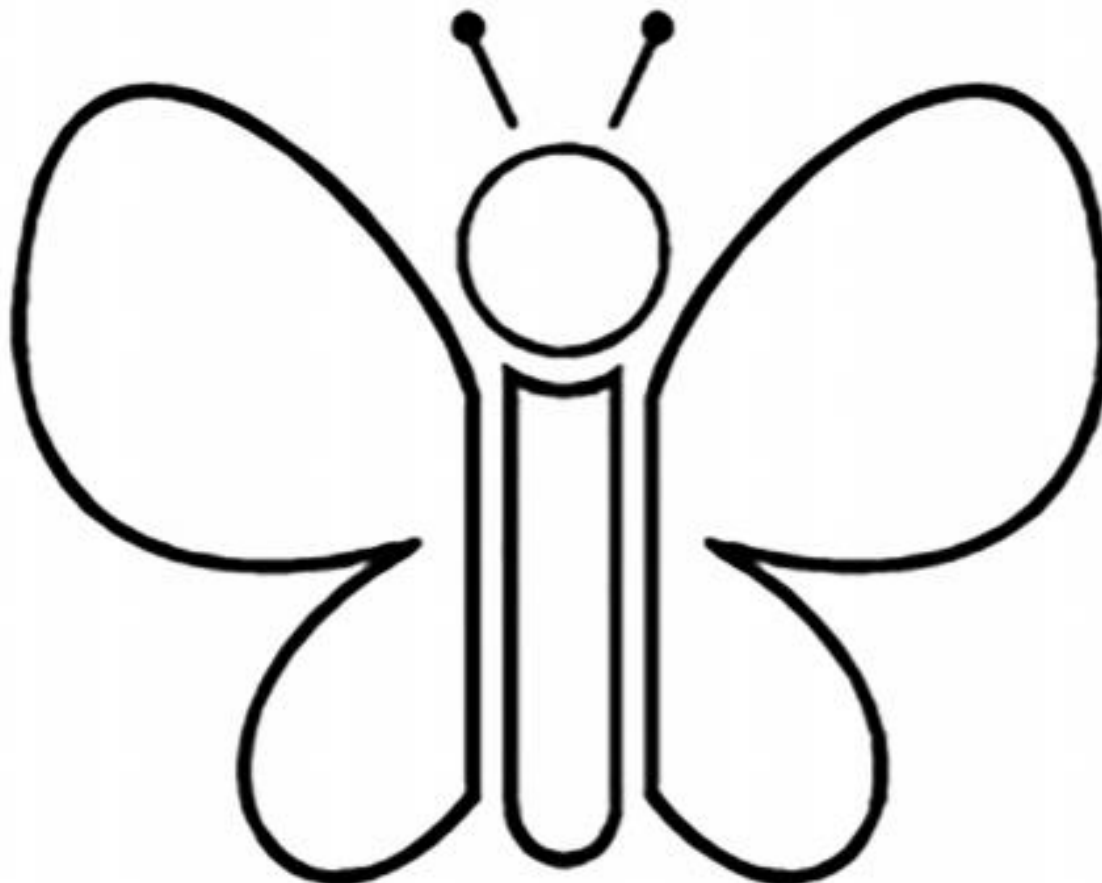


### Consignes

Décore ce papillon comme tu le souhaites, mais fait attention à respecter le critère ci-dessous :

**Un papillon a toujours deux ailes identiques !**

Si tu as une photo de toi, tu peux la coller sur la tête du papillon, sur le rond.



# Gymnastique douce, rythmique et psychomotricité

## Introduction :

Il est important de bouger tous les jours pour garder la forme, pour être de bonne humeur mais aussi pour mieux travailler. Aujourd'hui, nous te proposons quelques activités de gymnastiques, de rythmique et de psychomotricité qui j'espère t'apporteront beaucoup de plaisir.

Le but est que tu t'amuses, que tu te défoules et que tu dépenses ton énergie mais aussi que tu apprennes à la canaliser

Enfile vite un training et un T-shirt pour faire du sport ! C'est parti !!!

## Consignes :

Certaines activités sont « plus sportives » que d'autres. A vous de voir à quel moment il est opportun de réaliser telle activité en fonction de l'énergie et de l'environnement de vie de votre enfant. Vous pouvez bien sûr réaliser les activités dans l'ordre que vous préférez. N'hésitez pas à modifier, à changer ou adapter certains éléments. Nous espérons que vous aussi, vous y prendrez du plaisir.

Jeu de mains n°1

Mes mains se regardent	 <i>Palmes face à face</i>
Mes mains s'embrassent	 <i>Palmes collées</i>
Comme un poisson elles nagent	 <i>Bouge tes 2 poignets</i>
Comme un oiseau elles volent	 <i>Ouvre tes 2 mains. Poignets collés, bouge tes doigts</i>

Jeu de mains n°2

Mon doigt sait parler	 <i>l'index levé</i>
Il dit : Viens par ici,	 <i>l'index recroquevillé, fais-le bouger</i>
Non, non, non	 <i>balance-le de gauche à droite</i>
Par là-bas	 <i>tends ton bras en pointant l'index</i>
Attention ! gare à toi !	 <i>bouge ton index d'avant en arrière</i>
Chut !	 <i>l'index sur la bouche</i>
Je ne suis plus là !	 <i>forme ton poing</i>

## LES JOURS DE LA SEMAINE



### Description

Demande à tes parents d'écrire les jours de la semaine sur des post-it ou du ruban adhésif collé par terre chez toi.  
Saute du lundi au dimanche en nommant les jours.

1x à pieds joints

1x sur un pied

1x sur l'autre pied

Réussi ?

Maintenant saute :

- Jusqu'au jour correspondant à « aujourd'hui ».
- Au prochain coup, arrête-toi sur le jour correspondant à « demain »
- Puis une dernière fois jusqu'au jour qu'il était « hier »



## La brouette

Dos face au sol, en s'appuyant sur les coudes et les talons, maintenir le corps droit pendant 5 à 10 secondes

Effecture l'exercice plusieurs fois !



Je bouge  
pour ma santé!

## La danse du ventre

Debout, mains sur les hanches, effectue des mouvements du bassin :

- en cercle
- de côté
- d'avant en arrière



Je bouge  
pour ma santé!

## Posture corporelle n°1

Utilise ton corps et ta peluche préférée pour faire des lettres de l'alphabet et écrire un mot.

Essaie de former les lettres à la suite les unes après les autres afin de former le mot de l'animal du jour !

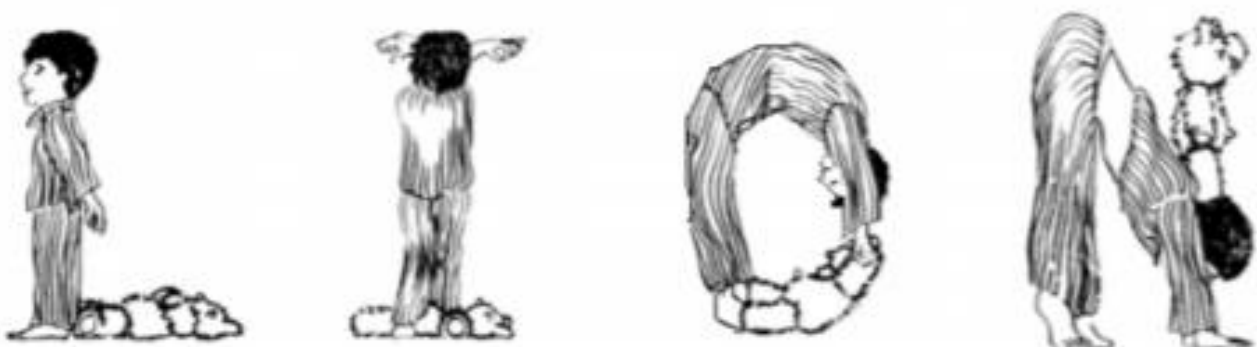
Aujourd'hui, je te propose le mot **LAPIN**.



## Posture corporelle n°2

Aujourd'hui, je te propose le mot **LION**.

Tu peux même le faire en musique comme un petit spectacle !

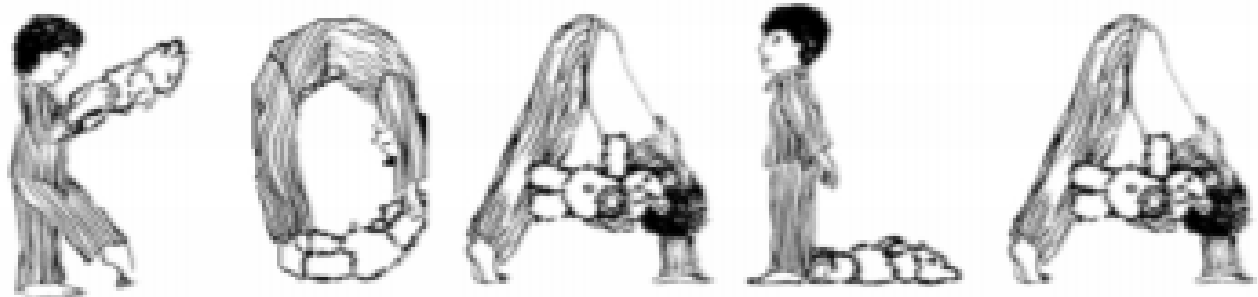


## Posture corporelle n°3

Utilise ton corps et ta peluche préférée pour faire des lettres de l'alphabet et écrire un mot.

Essaie de former les lettres à la suite les unes après les autres afin de former le mot de l'animal du jour !

Aujourd'hui, je te propose le mot **KOALA**.



## Posture corporelle n°4

Aujourd'hui, je te propose le mot **POISSON**.

Tu peux même le faire en musique comme un petit spectacle !



## En équilibre

En équilibre sur une jambe, les élèves posent le pied levé sur l'autre pied, derrière le genou opposé ou contre l'autre jambe. Ils cherchent une position confortable pour les bras, par exemple croisés sur le ventre ou dans le dos, ou encore levés en l'air. Ils respirent calmement, changent de temps en temps de jambe d'appui, jusqu'à ce que l'exercice se termine au bout de quelques minutes.

### VARIANTE 1

Durant l'exercice, les élèves tiennent en équilibre un ou plusieurs objets, par exemple une gomme, un dessous-de-verre ou un footbag, sur une partie de leur corps, telle que la tête, l'épaule, la main ou le pied.





## LA TORTUE

La posture de la tortue dissipe l'excitation, donne une sensation de sécurité et aide à prendre conscience du fait qu'on est responsable de son corps.



- 1** Tu t'assois en tailleur et tu mets en douceur tes deux pieds l'un contre l'autre.



- 2** Tu installes tes bras, tous les deux devant toi, et tu les fais passer sous tes mollets.



- 3** Tu tournes tes paumes de mains vers le haut, tu rentres ta tête et ton dos. Tu descends ton menton vers ta poitrine... Te voici devenu tortue !



- 4** Tu es chez toi, tu ne bouges plus, tu restes ainsi bien à l'abri dans ta carapace-maison.

## LA GRENOUILLE

Avec la posture de la grenouille, on assouplit les articulations des hanches et des genoux, et on rit beaucoup !



- 1** Les bras calés entre tes jambes écartées, pieds et mains posés sur le sol, tout accroupi, te voici... une verte grenouille, toute jolie !

- 2** Tes mains restent au sol, tu sautilles plusieurs fois et tu rebondis sur tes 2 pieds, comme une grenouille bien réveillée !



- 3** Puis tu appuies bien fort sur la terre, avec tes mains, avec tes pieds. Tes genoux sont encore un peu pliés, tu te prépares à remonter !



- 4** Te voici maintenant debout, bien planté et les bras relâchés. Tu redeviens un enfant, tel que tu étais, juste avant !

## Gym tout en douceur 1



Je masse mon  
visage et mon  
cou

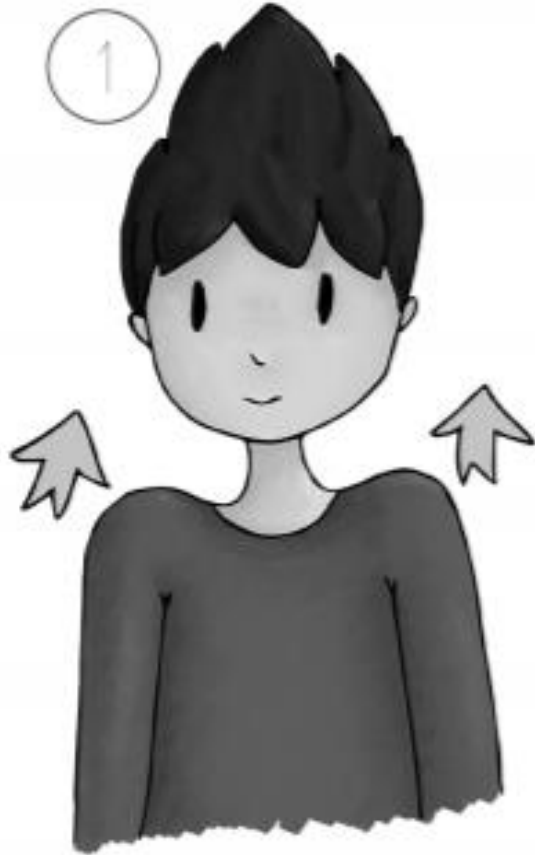


Je réchauffe  
mes paumes  
et les pose  
sur mes yeux



Je penche ma  
tête en avant,  
en arrière, d'un  
côté et de l'autre

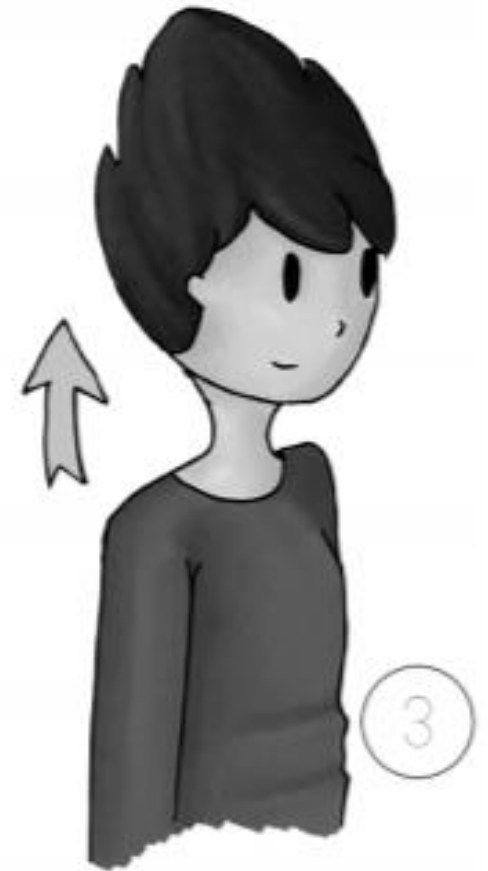
Gym tout en douceur 2



Je tire mes  
épaule vers le  
haut sans bouger  
le reste du corps



Je fais rouler  
mes épaules vers  
l'avant puis  
vers l'arrière



Bien droit(e), je  
me grandis le  
plus possible