

FICHE ACTION

« Olympiades du ménage »

DUREE : à déterminer

PUBLIC : jeux en famille, pendant le confinement

LIEU : lieu de résidence

DEROULEMENT des « Olympiades du ménage »

Pour aider papa ou maman, on organise un rangement d'une partie de la maison, dans un temps défini à l'avance. On peut utiliser le minuteur d'un téléphone pour rendre la partie plus « excitante ». Par exemple, papa plie le linge, pendant que l'enfant range ses jouets. Ou maman vide le lave-vaisselle pendant que l'enfant fait son lit. Le premier qui finit sa tâche, de façon correcte, remporte 1 point.

MATERIEL : Aucun

Paysage fleuri

Age : à partir de 3 ans

Lieu : intérieur

Objectif :

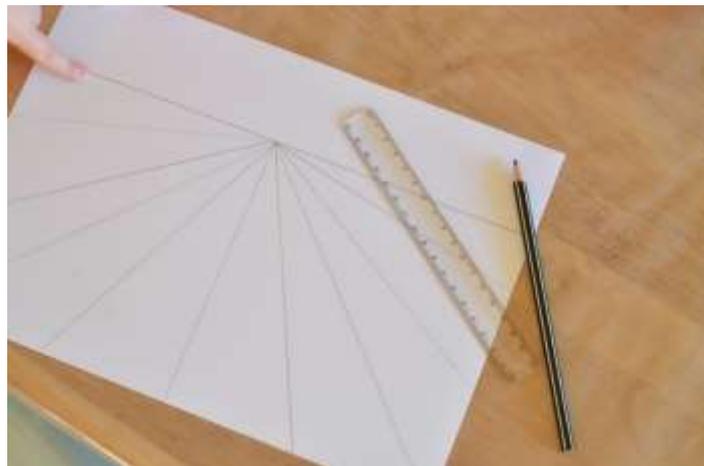
- Identifier les différentes couleurs
- Apprendre à se servir d'un pinceau, et d'autres outils de peinture
- Développer l'esprit artistique

Matériel :

- Une feuille A4 épaisse
- Un crayon de papier
- Une règle
- Des cotons tiges

Déroulement :

Tracer la perspective du champ. On trace l'horizon en haut de la feuille. Puis des lignes partant du centre vers les bords. Cette étape, peut être faite par un adulte si l'enfant est petit, mais on peut laisser faire les plus grands et aborder avec eux le thème de la perspective.



A l'aide d'un coton tige, l'enfant va faire pleins de petits points de couleurs dans chaque zone du champ. On met des couleurs vives, une couleur par zone.

Une fois que toutes les zones ont été faites, on va laisser sécher un petit peu. Puis avec du vert on va refaire des points cette fois-ci sur toutes les zones. Ceci va donner l'illusion de l'herbe en dessous des fleurs.



La dernière étape, faire le ciel. Avec un pinceau, il suffit de peindre la zone du ciel en bleu.



Une jolie création toute en couleur. Peut se faire sur toile.

Bonne réalisation

Recette du gâteau magique chocolat flan vanille caramel.



Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 45 min

Portions : 8 personnes

Liste des ingrédients

Gâteau au chocolat :

- 3 œufs
- 80 g de sucre
- 140 g de farine
- 80 g de beurre fondu
- 20 g de cacao
- 80 ml de lait
- 1 cuillère à café de levure

Flan vanille :

- 3 œufs
- 400 g de lait concentré sucré
- 400 ml de lait
- 1 gousse de vanille

Caramel : 100 g de sucre + 1 ou 2 cuillères à soupe d'eau

Étapes de la recette :

1. Réalisez le caramel : dans une casserole, mettez le sucre et 2 cuillères à soupe d'eau, laissez fondre et colorer, puis versez le caramel au fond du moule à gâteau préalablement beurré.
2. Préparez le gâteau au chocolat : dans un grand bol, fouettez les œufs avec le sucre, ajoutez le beurre fondu, le lait, puis enfin le mélange cacao farine et levure, mélangez pour obtenir une pâte homogène.
3. Préparez le flan : fouettez les œufs, avec le lait concentré sucré, les graines de la gousse de vanille, et le lait.
4. Versez la préparation au chocolat sur le caramel (une fois qu'il a refroidit), et ensuite délicatement, la préparation à flan sur la couche de chocolat.
5. Enfouez au bain marie pendant 45 min à four chaud 180°C.
6. Laissez refroidir et maintenez au frigo 3 ou 4 heures avant de démouler. Si vous avez du mal à démouler, aidez vous en passant une lame fine tout autour du moule (c'est sans doute la couche au chocolat).

Bonne dégustation...



Fiche Jeu

« Devine bouche »

Type de jeu : Sensoriel

Jouabilité/Faisabilité : Intérieur ou extérieur / 2 joueurs et +

Durée : Illimitée

Age : 3+

Matériel :

Bandeau pour les yeux et des aliments

But du jeu :

L'objectif est de deviner quels aliments nous avons dans la bouche tout en ayant les yeux bandés.

Déroulement :

Formez des équipes de deux. L'un a les yeux bandés, tandis que l'autre lui fait goûter des aliments qu'il doit deviner. On a le droit et le devoir évidemment de lui faire goûter des trucs « dégueu » ou improbables, genre curry, oignon cru, moutarde, anchois, mais aussi d'alterner avec des aliments plutôt bons mais originaux, comme le beurre de cacahuète, le lait de coco... **Attention aux allergies.** Comptez le nombre d'aliments trouvés par chaque joueur puis inversez les rôles. Le joueur qui trouve le plus d'aliments a gagné la partie.

Vous pouvez aussi le faire avec des boissons/sirops en créant ou en réalisant des cocktails. N'hésitez pas à vous filmer pendant le jeu pour visualiser les vidéos ensemble à la fin de la partie. Fou rire garanti.

Balle anti-stress

Une balle anti-stress à offrir à tes parents !!!

Cette activité est assez salissante donc installe toi dans un endroit adapté (cuisine, terrasse, jardin) et sur une surface facile à nettoyer.



Matériel :

- 4 cuillères à soupe de Maïzena (farine de maïs)
- 1 gobelet avec de l'eau
- 1 récipient pour mélanger
- 1 bâtonnet en bois ou une cuillère en métal pour mélanger
- 2 ballons de baudruche (pour une seule balle).
- 1 pic à brochette
- 1 entonnoir

Les étapes :

- Verse 4 cuillères de maïzena dans ton petit récipient.
 - Le secret pour fabriquer une super balle anti-stress est le mélange d'ingrédients : commence par verser une cuillère d'eau sur la farine et mélange-les bien.
- Au début c'est difficile car la farine devient super dure... Un peu de patience, ne te décourage pas et continue de mélanger !
- Ajoute une deuxième cuillère d'eau et mélange-la bien avec la farine. Continue avec une troisième cuillère et même une quatrième...
- Le mélange sera prêt quand tu pourras attraper la pâte avec les doigts : si tu la serres fort, elle devient dure. Si tu arrêtes de presser, elle coule comme de l'eau !
- Si ton mélange semble trop liquide, ajoute de la farine petit à petit jusqu'à atteindre une concentration d'ingrédients idéale.
- Mets un ballon à l'intérieur de l'autre : ceci va rendre la balle plus solide et ainsi réduire le risque d'explosion.
- La manipulation peut être difficile et te demander un peu de patience, mais si tu n'y arrives vraiment pas, n'hésite pas à demander de l'aide.



- Place ton entonnoir dans le ballon et verse la totalité de la pâte à l'intérieur.
- Pour faciliter le remplissage, sers-toi de ton pic à brochette pour pousser la pâte dans l'entonnoir.

- Une fois ton ballon rempli, aspire doucement l'air qui peut rester dans le ballon avec ta bouche, en évitant bien sûr d'avaler la pâte : ceci va rendre les sensations plus agréables au toucher et la texture de la balle plus bizarre.

Ferme bien ton ballon avec un double nœud et amuse-toi : on te garantit que tu vas avoir du mal à arrêter de jouer avec !

Explications :

La balle anti-stress est un jouet souple destiné à être pressé et malaxé dans la main. Certains médecins attribuent à ce type de jouets des propriétés relaxantes. : le mouvement mécanique et répété de la balle dans la main sollicite notre cerveau, le forçant alors à se concentrer sur autre chose que le stress.



La pâte que tu viens de créer est connue comme étant un « liquide non-newtonien ». Ces liquides ont une consistance ou une viscosité qui varie en fonction de la force qu'on lui applique : si j'appuie sur le liquide il deviendra solide et si je libère la pression il se comportera comme un liquide ! C'est le cas des sables mouvants !

La combinaison d'un ballon et d'un liquide non-newtonien t'a permis de créer une balle anti-stress super agréable au toucher ! Attention toutefois, cet objet a une durée de vie limitée.

Après l'avoir beaucoup utilisée, il faudra penser à la changer ! Evite, bien sûr, de la percer, de la donner à ton chien, ou de manière générale, de l'approcher d'un objet pointu.

N'oublie pas de bien ranger et nettoyer ta surface de travail une fois que tu as terminé ta balle.

Fiche Activité : Porte couteau ou stylo



Type activité : Bricolage

Faisabilité : A partir de 1

Durée approximative : 30mn

Age conseillé : 8 +

Matériel

Bambou ou boîte cylindrique

Règle et crayon à papier

Scie à métaux, scie à onglet ou
ciseaux

Serre-joint (selon cylindre utilisé)

Vieille brosse à dent

Papier abrasif

Scotch

Introduction :

En fonction de l'âge des enfants on peut les laisser manipuler des outils tout en restant vigilant quant à leur bonne utilisation.

Préparation :

Préparer votre plan de travail pour chaque étape. Cela est important pour éviter de se blesser ou de blesser les autres lors de la manipulation d'outils.



Dérroulement

- 1) Placer les bouchons de liège à l'intérieur du cylindre
- 2) Utiliser le serre-joint pour fixer le cylindre en bambou, au plan de travail (pour éviter d'abimer le cylindre vous pouvez utiliser un mouchoir (propre) à placer entre le cylindre et le serre joint).
- 3) Mesurer la taille souhaitée et faire une marque au crayon (prendre en compte le fond).
- 4) Couper le morceau de bambou ou la boîte cylindrique.
- 5) Poncer l'intérieur du bambou.

Pour atteindre le fond, il est possible d'assembler, une vieille brosse à dent à un bout d'abrasif avec du scotch.

- 6) Pensez à décorer votre pot (peinture, paillettes...)



Bon



bricolage

