

Fiche Jeu

« Le Nœud humain »

Type de jeu : Esprit d'équipe, communication

Jouabilité/Faisabilité : Intérieur ou extérieur / 4 joueurs et +

Durée : Illimitée

Age : 6+

Matériel :

Aucun

But du jeu :

L'objectif est de comprendre comment démêler le nœud humain sans jamais se lâcher les mains.

Déroulement :

Demandez à chacun de se tenir debout, se mettre en cercle, regard tourné vers le centre. Chaque personne doit être au coude à coude. Tout d'abord, demandez à chacun de lever la main gauche et d'atteindre la main de quelqu'un qui se tient dans le cercle. Ensuite, demandez à chacun de lever la main droite et d'atteindre la main d'une autre personne dans le cercle. Assurez-vous que personne ne tient la main de quelqu'un situé à côté de lui.

Pour jouer, le groupe doit communiquer et comprendre comment démêler le nœud (qui est formé par le cercle de personnes) sans jamais se lâcher les mains. Si un membre du groupe lâche une main, le groupe doit recommencer dès le début... Ou vous pouvez donner un gage à cette personne (porter un bandeau sur les yeux par exemple).

Ce jeu dure généralement 15-30 minutes. Vous pouvez imposer une limite de temps si vous souhaitez rendre le jeu plus difficile. Lorsque vous avez terminé, vous pouvez poser des questions aux membres du groupe si vous souhaitez ouvrir une discussion, comme « Comment vous êtes-vous senti dans cette activité d'équipe ? Quelles stratégies votre groupe a-t-il adopté ? Qu'avez-vous ressenti à la résolution du nœud ? Y a-t-il eu un meneur ? », Etc.

LA RECETTE DU SABLE MAGIQUE

BRICOLAGE - A PARTIR DE 3 ANS

Faire du sable magique maison c'est super facile ! Surtout que vous avez probablement déjà tous les ingrédients à la maison. Suivez notre recette de sable magique également appelé sable lunaire, sable à modeler ou sable cinétique. Nous vous proposons une version colorée et même pailletée qui se conserve plusieurs mois !

- **Durée** : 15 minutes

MATÉRIEL POUR RÉALISER "LA RECETTE DU SABLE MAGIQUE"

- 7 tasses de farine
- 1 tasse d'huile
- des craies colorées
- des sacs hermétiques

L'avantage de faire du sable magique maison, c'est qu'on peut faire participer les enfants à la recette, c'est déjà une activité en soi. Surtout que notre version de sable lunaire est tout à fait inoffensive pour la santé, rien que des produits naturels.

Voici les trois ingrédients nécessaires pour la recette du sable magique : 7 mesures de farine pour 1 mesure d'huile et des craies pour colorer le sable magique, si vous le souhaitez. Vous pouvez utiliser l'huile que vous voulez et que vous avez (huile d'olive, huile de tournesol, huile de bébé qui ajoute une bonne odeur).



A l'aide d'un verre ou d'une tasse, dosez 7 mesures de farine et 1 mesure d'huile que vous mettez dans un saladier.



Ensuite on mélange, on patouille avec les doigts comme pour réaliser une pâte sablée :



Une fois que vous avez obtenu une bonne texture, il faut ajouter de la couleur. Pour cela il faut simplement râper des craies colorées, une étape étonnante pour les plus petits, mais attention aux doigts !



Râpez les différentes couleurs de craies que vous souhaitez donner à votre sable magique. Vous pouvez aussi mélanger les couleurs de craies pour créer vos propres couleurs. Divisez votre sable magique en autant de portions que de couleurs que vous désirez, en les mettant simplement dans des petits sacs de congélation. Ajoutez la poudre de craie, fermez et touillez !



Vous pouvez également ajouter des paillettes.



Voici donc notre set de sable magique maison ! Du rose, du violet (craie bleue + craie rouge), du blanc et du bleu. Chacune des couleurs de sable magique est dans son petit sac congélation. Des emportes pièces, des petits pots et un grand bac à rebord pour s'amuser sans en mettre partout.



Il ne reste plus qu'à jouer.



CAKE POPS MULTICOLORES

Age : 4/6 ans

Ingrédients :

Pour 30 sucettes

- 1 pot de Danonino Rigolo (saveur au choix)
- 3 œufs
- 3 pots de farine
- ½ sachet de levure chimique
- ½ pot de sucre en poudre
- 1 pot d'huile
- 200 g de fromage frais
- 200 g de chocolat noir à pâtissier
- Vermicelles multicolores
- Sucres colorés
- Bâtons de sucettes



Déroulement :

- Préchauffe le four à 180° C (thermostat 6) : **Parents**
- Dans un saladier fouette le Danonino Rigolo avec les œufs entiers et le sucre en poudre. Ajoute l'huile, puis la farine et la levure. Mélange pour obtenir une pâte bien lisse : **Enfants**
- Beurre et farine un moule à manquer. Verse la pâte dans le moule : **Enfants**
- Faire cuire à four chaud pendant 25 à 30 mn. Vérifiez la cuisson en plantant la pointe d'un couteau, elle doit ressortir sèche : **Parents**
- Laissez tiédir, démouler en tranche épaisses. Laissez reposer au moins 1 heure : **Parents**
- Coupez la croûte de chaque tranche de gâteau au yaourt : **Parents**
- Avec les mains, émiette finement chaque tranche de gâteau dans un saladier. Tu dois obtenir des petites miettes régulières : **Enfants**
- Ajoute le fromage frais progressivement, en écrasant la préparation avec tes mains pour que tout soit mélangé : **Enfants**
- Prélève une cuillerée de mélange, roule entre tes mains pour réaliser une bille bien ronde (comme de la pâte à modeler !). Continue jusqu'à épuisement de la préparation. Mets ces boules au congélateur pendant 10 mn : **Enfants**
- Faire fondre le chocolat au bain-marie puis mélangez avec une spatule pour qu'il soit très lisse : **Parents**
- Prépare des assiettes creuses contenant chacune, vermicelles, sucres colorés... : **Enfants**
- Pour réaliser le support des pop cakes, découpez un morceau de polystyrène et recouvrez-le de papier aluminium : **Parents**
- Dépose une bille dans le chocolat fondu, remue pour qu'elle soit bien nappée : **Enfants**
- Pique avec un bâton de sucette, tapote sur le bord pour éliminer l'excès de chocolat et recouvre, délicatement par petites pincées, de vermicelles multicolores ou de sucre coloré : **Enfants**
- Tu peux aussi utiliser du sésame, des grains de riz soufflé... : **Enfants**
- Piquez chaque pop cake dans le polystyrène et laissez prendre au réfrigérateur : **Parents**

FICHE ACTION

« Faire germer !!! »

DUREE : 1heure

PUBLIC : enfants

LIEU : lieu de résidence

DEROULEMENT : faire germer des plantes dans un pot

Choisir des graines qui germent facilement (des lentilles par exemple). Prendre un pot de yaourt vide, mettre du coton au fond et l'humidifier. Etalez les graines sur le coton et recouvrir d'une autre couche de coton (cela accélère la germination). Surveillez chaque jour l'humidité et vaporisez de l'eau, si besoin... Mais pas trop !... Sinon les graines risquent de pourrir. Les graines germent au bout de 3 à 4 jours.

MATERIEL : Un pot de yaourt vide, des graines de lentilles et de l'eau.

Rouge ou noir ?

Dans ce jeu, l'enfant n'a pas besoin de connaître la valeur des cartes : seule la couleur importe. De plus, comme il s'agit d'un jeu de chance, l'enfant a autant de chances de gagner que l'adulte.

Comment jouer ?

Un joueur (le donneur) a un paquet de cartes posé devant lui, face contre table. L'autre joueur doit deviner de quelle couleur (rouge ou noir) sera la prochaine carte que le donneur retournera. Si son choix est le bon, il remporte la carte. Sinon, elle revient au donneur. Quand toutes les cartes ont été retournées, celui qui a le plus grand nombre de cartes gagne la partie.

Grâce à ce jeu, l'enfant :

- Apprend à perdre et à gagner ;
- Est fier de son exploit quand il gagne ;
- Accroît son sentiment de maîtrise et de compétence lorsqu'il est le donneur, car il est alors le meneur de jeu ;
- Prend conscience que son parent fait aussi des erreurs, ce qui dédramatise les siennes lorsqu'il ne choisit pas la bonne couleur.



Fiche Activité : Fast Food maison



Type activité : Cuisine

Faisabilité : A partir de 1 (selon âge) recette pour 4 confinés affamés

Durée approximative : 1h/1h30 (selon âge)

Age conseillé : 6 +

Ingrédients

Pilons panés : farine 100g, 10 biscottes, 2 œufs, huile d'olive, eau, sel, poivre.

Frites : pommes de terre, huile.



Matériel

Friteuse, 3 plats, couteau de cuisine, pilon (ou bouteille en verre), ciseaux (facultatif)

Introduction :

Une petite recette pour ceux qui ont des envies de Fast Food...

Préparation préventive (covid-19) :

Avant toutes chose, penser à vous laver les mains avant de cuisiner avec du savon et de l'eau. Vous pouvez rincer les pommes de terre à l'eau et les essuyer avec un essuie tout à usage unique. Inutile d'utiliser du vinaigre et surtout n'utiliser pas de détergent ou désinfectant (risque d'intoxication).



Déroulement

- 1) Ecraser les biscottes dans 1 plat.
- 2) Mettre les œufs dans un deuxième plat et la farine dans un autre.
- 3) Mélanger le blanc de l'œuf avec le jaune, ajouter un peu d'eau et un filet d'huile d'olive.
- 4) Pour ceux qui ont de la peau sur les pilons : Retourner la peau du pilon couper à l'aide des ciseaux.
- 5) Saler, poivrer les pilons.
- 6) Rouler les pilons dans la farine, puis dans le mélange à base d'œufs et finir par la panure.
- 7) Faire frire les pilons à 170° pendant 15mn.
- 8) Couper les pommes de terre avec ou sans la peau selon vos goûts.
- 9) Faire frire les frites à 190° pendant 12 minutes.



**BON
APETIT !!!**

