

Rituels : à faire tous les jours			
<p>- Phonologie : Scande les syllabes des prénoms des membres de ta famille avec un instrument ou en tapant dans tes mains.</p> <p>- Numération : Compte le plus loin possible (apprendre la comptine numérique jusqu'à 10 minimum, lorsque c'est maîtrisé, passer à 15 puis à 20) / Le dé géant : lance le dé et prends la quantité correspondante (des perles, des jetons, des figurines, ...).</p> <p>- Comptine : Apprends la comptine « Maman »</p> <p>- Repérage dans le temps : Identifie le jour de la semaine (aujourd'hui on est)</p> <p>- Les lettres de l'alphabet : Épelle et reconstitue, avec les lettres mobiles, le jour de la semaine, en dessous du modèle.</p> <p>- La météo : Observe et décris le temps qu'il fait et montre sur la roue de la météo l'image correspondante (il peut éventuellement y en avoir plusieurs).</p>			
LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
FÉRIÉ	<p>Plouf dans l'eau jusqu'à 10</p> <p>Matériels :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le plateau de jeu « Plouf dans l'eau ! », 10 jetons verts (les nénuphars) et 10 jetons gris (les pierres), numérotés de 1 à 10. - Un petit personnage à déplacer sur la piste. <p>Préparation du jeu : Placez un jeton sur chaque case du plateau de 1 à 10 (mettez 7 jetons gris, qui représentent les pierres de la rivière, et 3 jetons verts, qui représentent les nénuphars).</p> <p>Règle du jeu</p> <p>Déplace le personnage sur la rivière en sautant sur les pierres et les nénuphars. Lorsque le personnage passe sur une pierre, dis le nombre à voix haute. Lorsqu'il passe sur un nénuphar, dis le nombre « dans ta tête ».</p> <p>Si tu te trompes, tu dois dire «plouf ! Dans l'eau !» et recommencer au début.</p> <p>Si tu réussis, tu gagnes un point.</p> <p>Recommence en changeant les jetons sur le plateau. Lorsque tu as 3 points tu as gagné.</p>	<p>Dessiner une fleur</p> <p>Matériels : Le dessin guidé de la fleur, une feuille, des feutres et des crayons de couleur</p> <p>Consignes :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dessine, avec un feutre, une ou plusieurs fleur(s) en suivant le modèle. Attention tes pétales doivent être des ronds bien formés et dans le bon sens. 2. Colorie ta/tes fleur(s) avec les crayons de couleur. 	<p>Dessin du bonhomme de juin</p> <p>Matériels : La feuille du bonhomme de juin et un crayon ou un feutre.</p> <p>Consigne : Dessine un bonhomme (tête entière, buste, bras, mains, jambes et pieds)</p>
	<p>Écouter une histoire / Décrire des illustrations</p> <p>Matériel : Le mini-livre « Petit poisson blanc » que tu as colorié.</p> <p>Consigne : En t'aidant du mini-livre « Petit poisson blanc » raconte l'histoire.</p>	<p>Plouf dans l'eau jusqu'à 10</p> <p>Même activité que la veille.</p>	<p>Algo 1-1</p> <p>Matériels : Le document algorithme et des crayons de couleurs</p> <p>Consigne : Reproduis le modèle en coloriant les ronds comme le modèle.</p>
	<p>Découpage : lignes brisées</p> <p>Matériels :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un ciseau d'enfant à bouts ronds. - La feuille de découpage <p>Consigne : Tiens bien tes ciseaux et découpe en suivant les traits.</p>	<p>Puzzle</p> <p>Matériel : Le puzzle de la pieuvre ou un puzzle de 9 pièces.</p> <p>Consignes :</p> <p>Reconstitue le puzzle de la pieuvre</p>	<p>Jeu du déplacement</p> <p>Même activité que la semaine dernière.</p>

Activités sur la semaine

Sport : Yoga (voir fiche descriptive)

Matériel : un tapis de sol ou une serviette de plage

Consignes :

1. **Mise en condition** : tapote du bout des doigts et nomme chaque partie de ton corps.
2. **Les positions** :
 - Réalise les positions du papillon, du paon et du flamant rose (voir fiches semaines précédentes).
 - Découvre et réalise la position de « la sauterelle »
3. **L'auto-massage** : les jambes (voir fiche descriptive)

Arts visuels : La force du gribouillage

Matériels : un carton (plus grand qu'une feuille), une bougie blanche, une feuille, un feutre, des ciseaux, de la colle en bâton, de la peinture blanche.

Consignes : Réaliser un fond « vivant » puis se servir de ce dernier pour donner vie à un personnage ou animal

Jour 1 :

1. Prends ton carton (plus grand qu'une feuille)
2. Frotte la bougie sur l'ensemble du carton en gribouillant
3. Prends une feuille.
4. Dessine la silhouette d'un personnage ou d'un animal. Il doit-être grand, il faut toucher les bords de la feuille. Ne pas hésiter à faire plusieurs dessin.

Jour 2 :

1. Choisis un dessin et demande à un adulte de découper la silhouette en suivant le contour.
2. Colle légèrement la silhouette avec de la colle en bâton.
3. Recouvre l'ensemble du carton avec de la peinture pâteuse en allant du centre vers les bords et en recouvrant également la silhouette.
4. Retire la silhouette afin de faire apparaître le fond. Fais une photo et envoie-là à maîtresse.



Sport : La démarche des animaux

Consignes : Aujourd'hui, on va chercher et imiter les animaux qui rampent.

1. Quel animal rampe? (exemples : le serpent, la chenille, le crocodile, l'escargot ...) Imité le en rampant comme lui et en imitant son « cris ».
2. On va retenir 3 animaux : le serpent, le crocodile et la chenille
 - Tu vas traverser ta chambre/ton salon/ton jardin en rampant comme un serpent (allonge-toi sur le ventre, garde les bras le long tu corps et dandine-toi pour avancer).
 - Tu vas traverser ta chambre/ton salon/ton jardin en rampant comme un crocodile (allonge-toi sur le ventre, écarte et plis les bras et les jambes mais garde bien ton ventre plaqué au sol).
 - Tu vas traverser ta chambre/ton salon/ton jardin en rampant comme une chenille (allonge-toi sur le ventre, ramène tes genoux vers ton buste en levant les fesses au ciel, allonge-toi de nouveaux et recommence).

Arts visuels : Un bouquet pour maman

Matériels :

- 3 rouleaux de papier toilette
- 3 pailles
- 3 cotillons (si vous en avez)
- De la peinture.
- De la colle.
- Une ficelle/un ruban

Consignes :

Jour 1 :

1. Pose les rouleaux couchés sur la table et appuie dessus.
2. Demande à ton papa de découper les rouleaux en 5 morceaux.
3. Peins 5 morceaux d'une couleur, 5 autres d'une autre couleur et les 5 derniers dans une troisième couleur. Il faut peindre l'intérieur et l'extérieur.

Jour 2 :

1. Colle les morceaux de la même couleur ensemble pour former une fleur.
2. Colle les cotillons au milieu des fleurs et les pailles derrière.
3. Demande à ton papa d'attacher les fleurs ensemble à l'aide du ruban.





Maman

Un bonbon que c'est bon.
Deux bonbons que c'est bon.
Trois bonbons que c'est bon.
Mais ta main sur mon cœur,
C'est encore meilleur !



PLOUF DANS L'EAU !



5

6

7



8



4

9



3

1

2

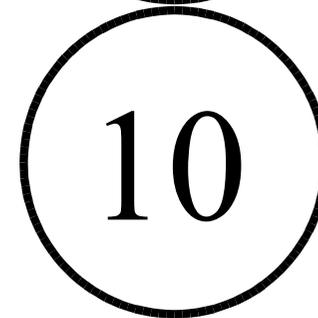
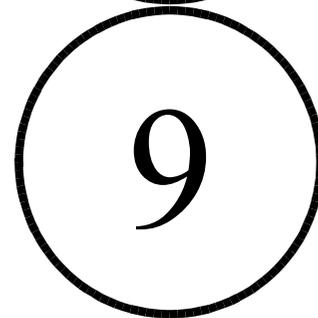
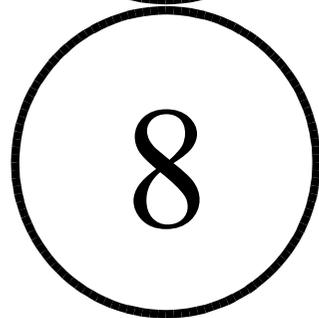
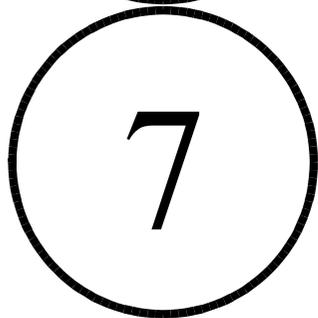
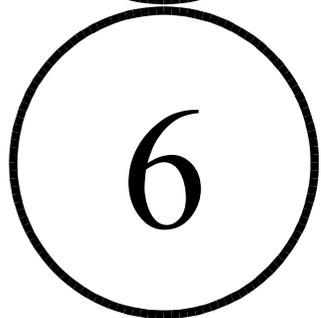
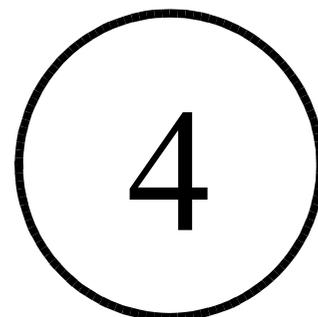


10

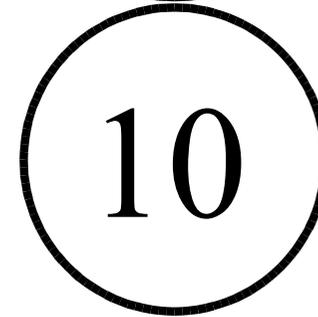
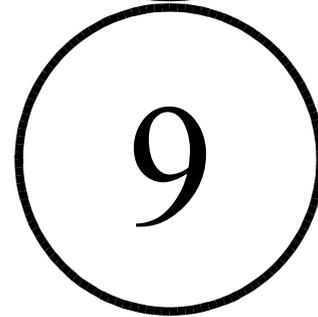
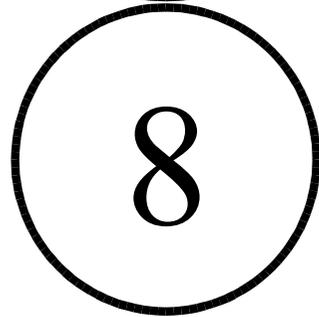
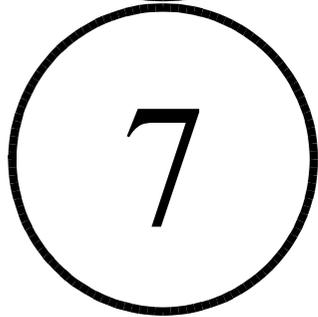
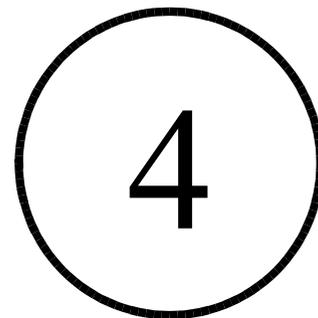
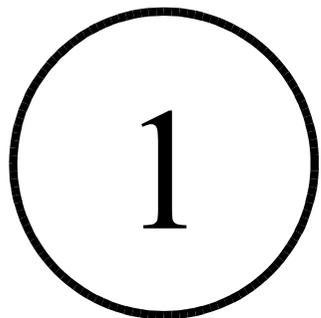
DEPART

ARRIVEE

A colorier en gris



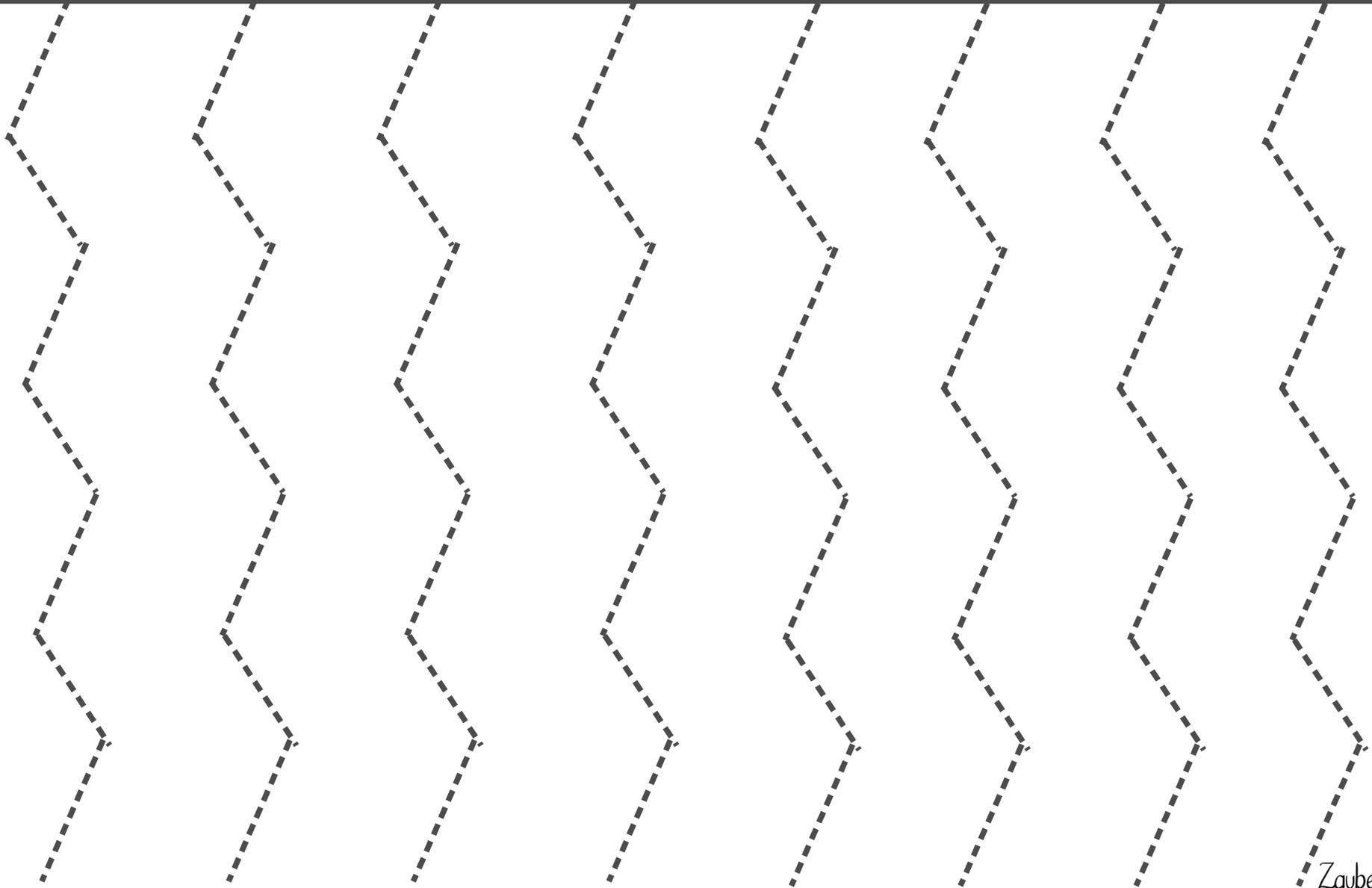
A colorier en vert



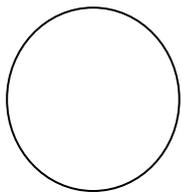
2



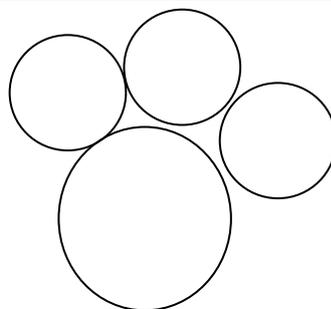
Je découpe avec précision.



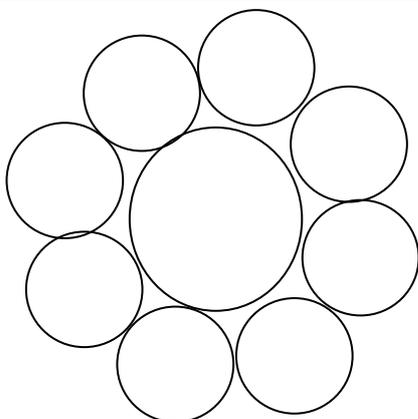
1



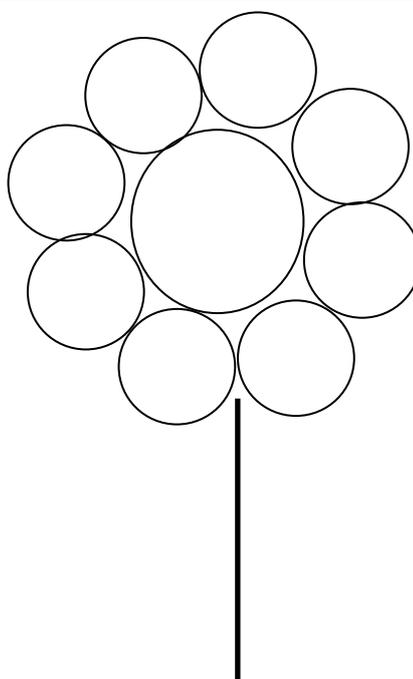
2



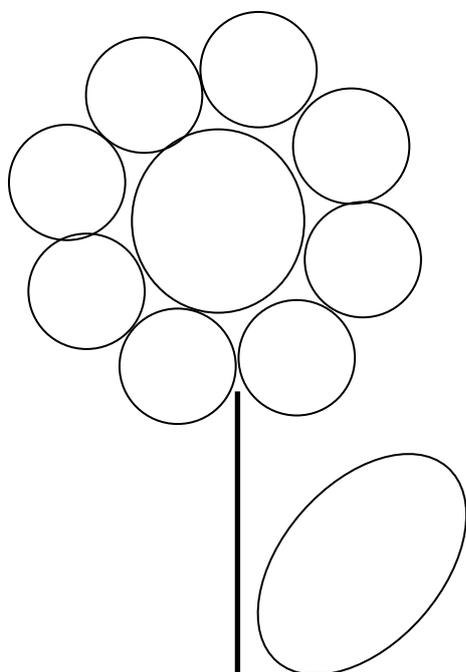
3



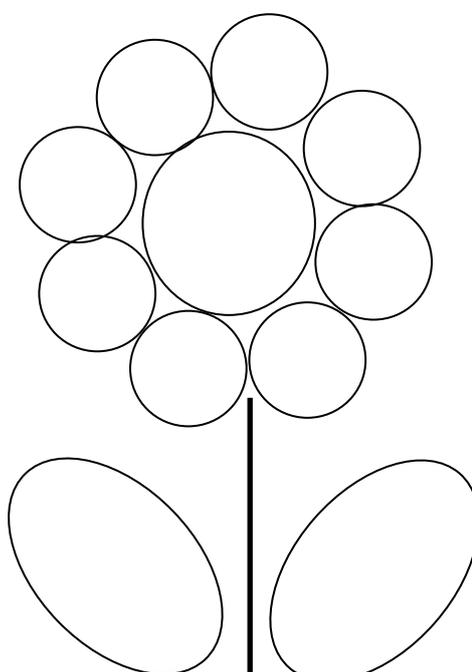
4



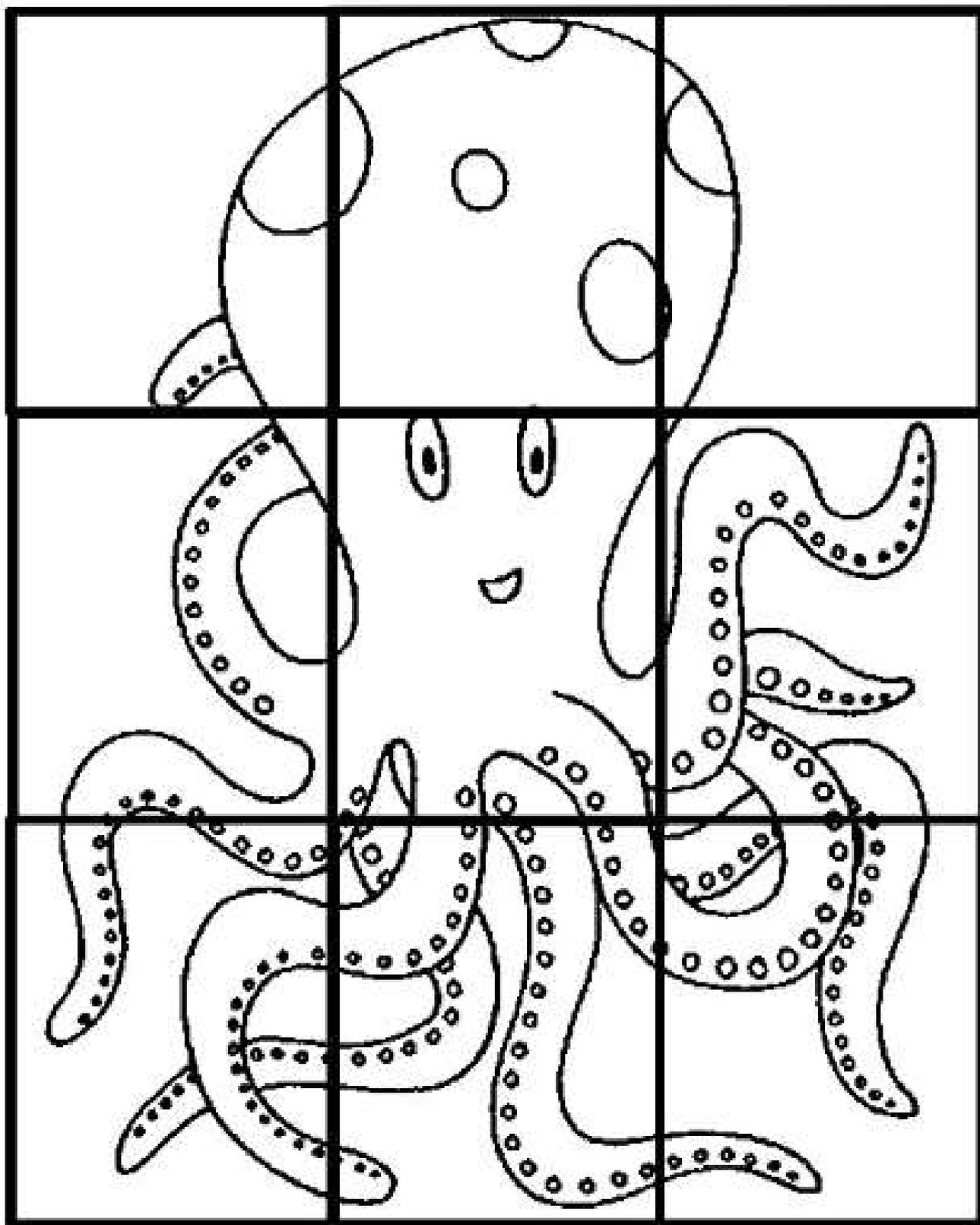
5



6



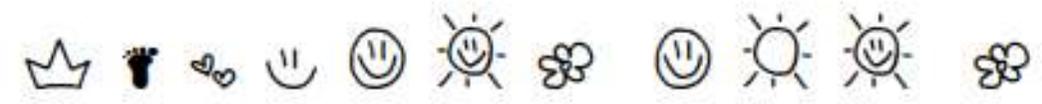
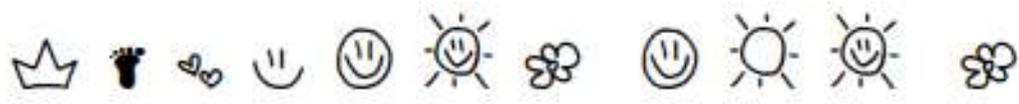
Imprimez en deux fois.
1 qui servira de modèle et 1 à découper

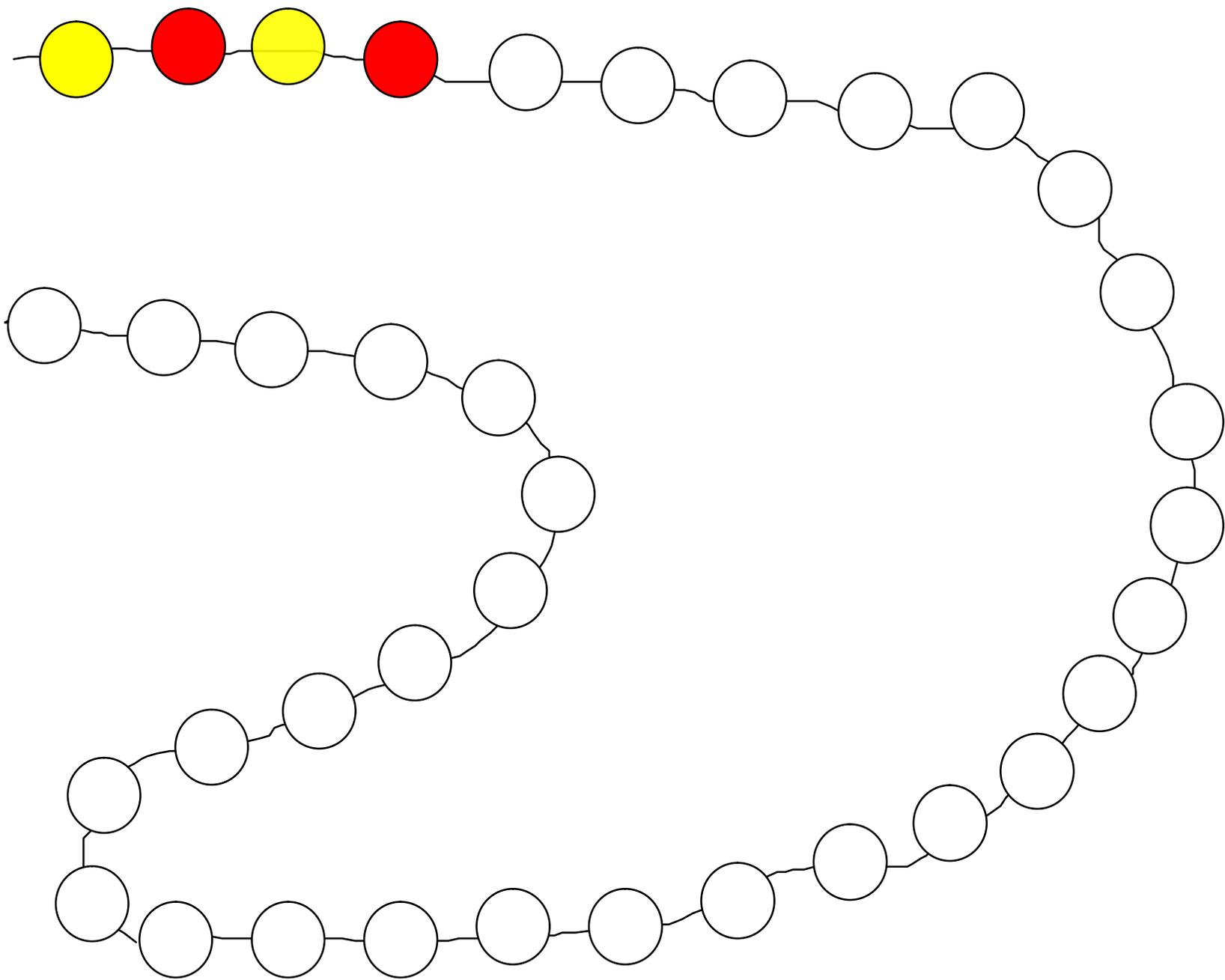




MÓN BÓN HỒM HẸ DẸ 

MÓN BÓN HỒM HẸ DẸ 





La sauterelle

La posture de la sauterelle réchauffe, fortifie le dos et les cuisses. De plus, l'automassage du bas-ventre améliore le transit intestinal.



1 Sur le ventre, la joue droite contre le sol, bras et jambes relâchés, les yeux fermés, tout ton corps est reposé.



2 Tu places maintenant ton menton sur le sol. Tu es comme une sauterelle préparant son envol. Bras écartés, poings serrés et tes jambes qui se collent.



3 En soulevant légèrement tes fesses, tu glisses les poings sous ton ventre. En inspirant avec largesse, sur ton nombril tu te concentres.



4 Et hop ! En appuyant bien sur tes poings, tu soulèves tes jambes qui sont comme une queue de sauterelle. Tu restes un peu ainsi, juste pour sentir tes muscles et... faire la belle !



5 Puis, en tournant ta tête, tu expires profondément. Et tu redescends doucement ta queue de sauterelle...



6 Tu dégages tes ailes pour plus de confort. Pendant ce repos, tu te sens plus fort. Une douce chaleur envahit tout ton corps.