

30 Défis

À RELEVER EN FAMILLE PENDANT L'ÉTÉ et le reste de l'année...

Relever des défis en famille pendant les vacances est un très bon moyen de créer des moments de partage tout en développant la confiance en soi et un esprit de croissance chez vos enfants. Les enfants prennent conscience qu'avec suffisamment de détermination, d'efforts et en étant bien entouré, il nous est possible d'atteindre n'importe quel objectif!

Vous êtes décidés à rejoindre l'aventure?? Prenez quelques secondes pour lire les conseils suivants et mettre toutes les chances de votre côté!

Conseils



N'hésitez pas à adapter les défis ci-dessous en tenant compte des envies de chacun des membres de la famille et de vos contraintes familiales.



Soyez indulgents envers vous-même si vous oubliez de réaliser le défi 1 jour ou 2. N'abandonnez pas! Reprenez et essayez d'aller jusqu'au bout!



Vous pouvez proposer à d'autres personnes de votre entourage ou à d'autres familles de rejoindre votre défi! Plus on est nombreux, plus on a de chance d'aller jusqu'au bout!



N'oubliez pas de vous féliciter (et éventuellement vous récompenser) à la fin du/des défi(s) choisis! Cela vous donnera d'autant plus envie d'enchaîner avec un autre défi!

C'est parti!!



6 défis pour les scientifiques en herbes

- Faire 1 expérience scientifique par semaine pendant toute la durée des vacances.
- Mémoriser les noms de 10 inventeurs et 1 de leur(s) invention(s) en 1 semaine.
- Apprendre à situer certaines constellations dans le ciel (à l'aide d'une application au début puis sans)
- Observer sur un cycle complet et mémoriser les phases de la lune.
- Apprendre à représenter des molécules en pâte à modeler (eau, dioxyde de carbone, méthane, oxygène, ozone, éthanol)
- Mémoriser le nom et reconnaître des 7 organes vitaux.



6 défis pour les passionnés d'histoire

- Mémoriser les noms de 10 rois de France avec leurs dates de naissance et de mort
- Créer votre propre frise historique et/ou de vie de famille.
- Mémoriser les noms de 10 grands explorateurs et des lieux où ils se sont rendus.
- Mémoriser les noms des principaux dieux et déesses de la mythologie grecque et leurs attributs.
- Apprendre à reconnaître les différentes espèces humaines depuis l'origine de l'Homme.
- Mémoriser les noms de 10 pharaons et 1 fait concernant leur règne.



6 défis pour les amoureux de la nature

- Faire 1 balade par semaine pendant la durée des vacances et ramasser chacun une feuille par balade pour créer un herbier.
- Mémoriser le nom de 2 nouveaux animaux par jour pendant la durée de votre choix.
- Apprendre à reconnaître les types de nuages.
- Mémoriser le nom 15 volcans (3 sur chaque continent)
- Mémoriser les phases de croissance des végétaux
- Savoir placer sur une carte les 10/15/20 parc nationaux du monde de votre choix



6 défis pour les aventuriers intrépides

- Mémoriser 2 nouvelles capitales par jour pendant la durée de votre choix
- 1 fois par semaine, cuisiner 1 plat d'un pays de votre choix
- Apprendre à dire merci/ bonjour/ Je m'appelle (au choix) dans 1 nouvelle langue par jour pendant la durée de votre choix
- Apprendre à reconnaître 2 nouveaux drapeaux du monde par jour pendant la durée de votre choix.
- Savoir placer sur une carte les 10/15/20 monuments du monde de votre choix
- Mémoriser les noms des 2 plus hauts sommets de chacun des continents



6 défis pour les artistes dans l'âme

- Réaliser une peinture collective sur laquelle vous rajouterez chacun 1 élément par jour pendant la durée de votre choix (1 semaine, 2 semaines, 1 mois).
- Écrire une histoire collective dans un petit carnet. A tour de rôle, chacun rajoute 1 ou 2 phrase à l'histoire. La personne qui écrit la phrase du jour cachera les phrases écrites précédemment à l'aide d'un papier pour que la personne suivante ne voie que la dernière phrase de l'histoire.
- lister les livres que l'on souhaite lire avant la fin de l'été et LES LIRE!!
- Prendre 2 ou 3 photos par semaine, les imprimer et organiser une exposition des meilleurs moments de l'été avant la rentrée.
- Mémoriser les noms de 10 tableaux célèbres et des artistes qui les ont peints.
- S'entraîner à jouer une pièce de théâtre et organiser une représentation (avec ou sans public)

Et pour vous récompenser...

6 Bons pour

<p><i>Bon pour</i> 1 bar à glace en dessert</p>	<p><i>Bon pour</i> 1 repas à l'envers</p>
<p><i>Bon pour</i> 1 nouveau défi en famille!!</p>	<p><i>Bon pour</i> 1 pique-nique au parc!</p>
<p><i>Bon pour</i> 1 soirée crêpes!!</p>	<p><i>Bon pour</i> Dormir sous la tente dans le jardin!!</p>