

Les Escapades de Mina

Des activités douces pour les vacances

2-3 ans

ÉVEILLER SES SENS AU PRINTEMPS




L'école de Mina



L'école de Mina
SUIS TA NATURE !

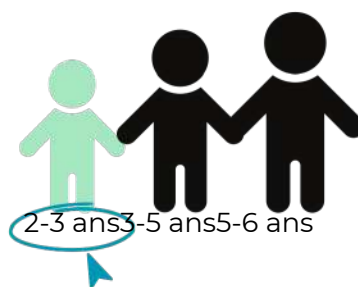
Les Escapades de Mina ÉVEILLER SES SENS AU PRINTEMPS

INTRODUCTION

Au printemps, l'environnement change doucement.
L'air devient plus doux, la lumière change, les oiseaux
chantent davantage, le vent bouge les feuilles...

Les tout-petits découvrent le monde avec leur corps :

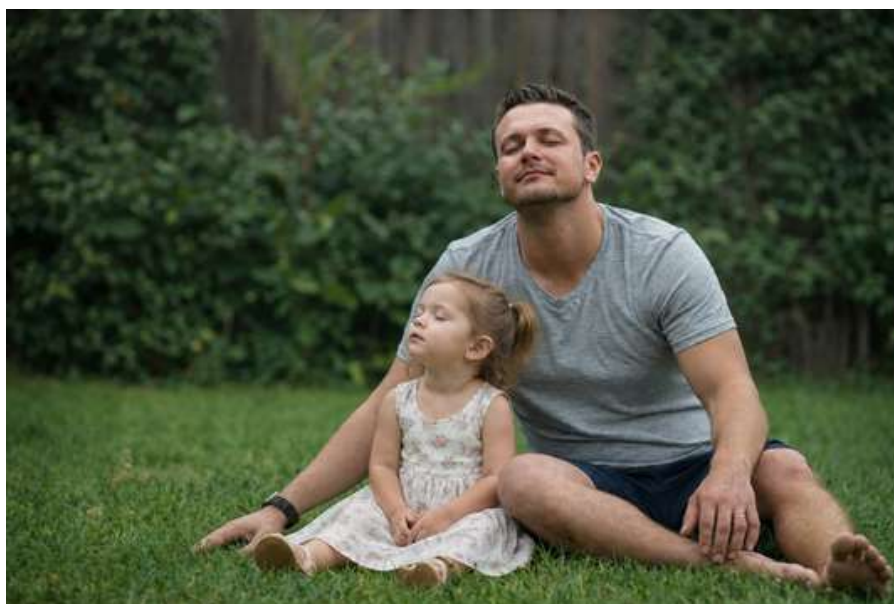
- en regardant,
- en touchant,
- en écoutant,
- en sentant,
- en se déplaçant.



Pour les enfants de 2 à 3 ans, les expériences simples du quotidien sont **essentielles**.

Observer une ombre, sentir le vent sur sa peau, marcher dans l'herbe ou écouter un brail permet à l'enfant d'explorer le monde à son rythme.

Cette Escapade propose de petites invitations sensorielles simples et accessibles pour permettre à l'enfant de vivre le printemps avec tous ses sens, dans le plaisir, la découverte et le mouvement.





ENCOURAGER L'ÉVEIL DES SENS

Les jeunes enfants découvrent le monde avec **tout leur corps**.

Ils touchent,
écoutent,
regardent,
bougent,
sentent,
répètent les mêmes gestes encore et encore.

Ces expériences simples leur
permettent de mieux
connaître leur monde et leurs
sensations.

A cet âge, il n'est pas nécessaire
d'expliquer longtemps.

**L'essentiel est de laisser l'enfant vivre,
ressentir et explorer librement.**

En **touchant**, en **bougeant**,
en **écoutant** et en
explorant,
l'enfant **découvre le**
monde avec son corps et
ses sensations.



Accompagner concrètement :

- proposer des expériences simples
- nommer quelques sensations ("doux", "froid", "ça bouge"...)
- laisser l'enfant manipuler
- accepter les répétitions
- observer sans corriger
- respecter les besoins de mouvement ou de pause



Message implicite de l'adulte :

*"Tu peux découvrir le monde avec ton corps
et tes sensations."*



CRÉER UNE FENÊTRE DE COULEURS

Vous pouvez proposer à l'enfant de fabriquer une "fenêtre de couleurs" en découpant une ouverture dans un support simple (assiette en carton, boîte de céréales, emballage carton...).

Pour la partie colorée, vous pouvez utiliser ce que vous avez déjà à la maison :

- papier de soie (emballage cadeau)
- emballages alimentaires transparents colorés
- pochettes plastiques colorées
- sacs en plastique transparent
- fil de coton blanc ou coloré
- tissu transparent

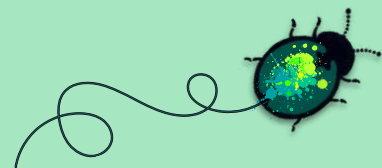
Il suffit de coller ces éléments pour recouvrir l'ouverture.

L'enfant peut ensuite regarder à travers ou placer l'objet contre une vitre pour observer la lumière.



Accompagner concrètement :

- privilégier des matériaux fins et translucides
- éviter les papiers opaques
- laisser l'enfant choisir les couleurs
- superposer pour créer de nouveaux effets
- observer ensemble sans expliquer



Message implicite de l'adulte :

"Avec des choses simples, tu peux transformer ce que tu vois."

Les Escapades de Mina

Des activités douces pour les vacances

3-5 ans

ÉVEILLER SES SENS AU PRINTEMPS




L'école de Mina

ACTIVITÉ 2

RESSENTIR

SENTIR LE VENT
SUR SA PEAU

L'objectif de cette activité est de permettre à l'enfant de **prendre conscience des sensations corporelles** en lien avec son environnement.



INVITATION

Lors d'une sortie ou près d'une fenêtre ouverte, inviter l'enfant à s'arrêter et à ressentir le vent.

L'enfant peut :

- tendre les mains
- fermer les yeux
- bouger pour sentir le vent
- observer les effets du vent sur les cheveux et les vêtements

EXTRAIT
MATRIEL



Aucun matériel n'est nécessaire. Cette activité peut être réalisée dans un jardin, dans un parc, lors d'une promenade ou près d'une fenêtre ouverte.



POSTURE DE L'ADULTE

- Dire doucement : "Tu sens ?"
- Laisser un temps de ressenti
- Accueillir les réactions
- Ne pas diriger



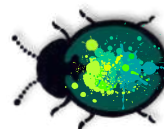
Aucun objectif, aucun modèle, aucune attente.



PERTINENCE DE L'ACTIVITÉ

Cette activité est particulièrement pertinente car elle :

- développe la conscience corporelle
- stimule les perceptions sensorielles
- favorise l'attention
- encourage la présence





FAIRE VOYAGER LA PEINTURE AVEC SON SOUFFLE

Vous pouvez proposer à l'enfant de découvrir comment son souffle peut mettre la peinture en mouvement, un peu comme le vent fait voyager les feuilles, les graines ou les pétales.

Pour cela, vous pouvez utiliser :

- une grande feuille de papier
- de la peinture liquide (gouache ou colorant alimentaire dilué) dans l'eau
- éventuellement une paille.

Il suffit de déposer quelques gouttes de peinture sur la feuille, puis d'inviter l'enfant à souffler doucement avec sa bouche et/ou la paille pour observer les mouvements de la peinture.

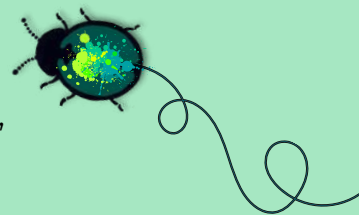
L'enfant peut ensuite :

- souffler doucement ou plus fort
- changer la direction de son souffle
- ajouter de nouvelles couleurs
- observer les chemins que prend la peinture
- recommencer autant de fois qu'il le souhaite



Accompagner concrètement :

- laisser l'enfant expérimenter différentes façons de souffler
- observer les effets produits par un souffle doux ou plus fort
- nommer simplement : « La peinture avance. », « Elle s'étale. », « Les couleurs se rencontrent. »
- laisser l'enfant créer librement



Message implicite de l'adulte :

“Comme le vent, ton souffle peut faire voyager la peinture.”

Les Escapades de Mina

Des activités douces pour les vacances

5-6 ans

ÉVEILLER SES SENS AU PRINTEMPS




L'école de Mina

ACTIVITÉ 1

OBSERVER

REGARDER LA LUMIÈRE QUI CHANGE

L'objectif de cette activité est de permettre à l'enfant d'**observer la lumière**, de **repérer ses variations** et de commencer à **comprendre comment elle transforme ce qu'il voit**. L'enfant développe son attention, son langage et sa capacité à comparer et à décrire.



INVITATION

À différents moments de la journée, à la maison ou en extérieur, inviter l'enfant à observer la lumière dans différents espaces : près d'une fenêtre, dans une pièce plus sombre, au soleil, à l'ombre ou face à un reflet.

L'enfant peut :

- regarder la lumière éclairer les objets
- observer les zones d'ombre et de lumière
- suivre une ombre et voir comment elle change
- comparer deux endroits (clair / sombre)
- déplacer un objet pour modifier son ombre
- regarder la lumière à travers différents objets
- observer des reflets
- remarquer les changements selon le moment de la journée
- essayer de créer volontairement une grande ou une petite ombre
- faire des hypothèses sur ce qui va changer
- expliquer ce qu'il remarque

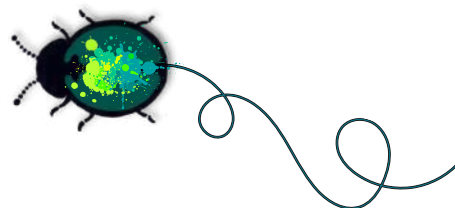


MATÉRIEL

Aucun matériel spécifique n'est nécessaire.

Il est possible d'utiliser :

- une lampe de poche
- des objets translucides
- du papier coloré transparent
- des miroirs ou objets réfléchissants



CRÉER UN THÉÂTRE D'OMBRES

Vous pouvez proposer à l'enfant de créer un petit théâtre d'ombres à l'aide d'une lampe, d'un drap clair ou d'une grande feuille blanche.

L'enfant peut utiliser :

- ses mains
- des objets du quotidien
- des silhouettes découpées
- des jouets
- des éléments naturels
- des formes fabriquées en carton

Il suffit de placer le support lumineux face à une surface claire pour faire apparaître les ombres.

L'enfant peut ensuite observer les formes obtenues, déplacer les objets, modifier la taille des ombres, rapprocher ou éloigner la lumière, comparer différents effets, inventer une histoire ou une scène...



Accompagner concrètement :

- privilégier une lumière douce et stable
- laisser l'enfant tester librement différentes positions
- encourager les essais et les comparaisons
- observer les changements sans chercher à tout expliquer
- accueillir les idées et les histoires inventées
- proposer différents objets pour enrichir les explorations



Message implicite de l'adulte :

"Tu peux explorer, transformer et inventer avec la lumière et les ombres."