

JEUX POUR SE DÉFOULER ET BOUGER!

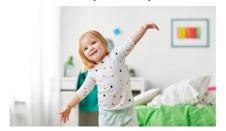
«J'sais pas quoi faiiiiire...» Voilà une phrase que les parents n'ont pas fini d'entendre ces prochaines semaines. Pour chasser l'ennui et aussi se défouler car confinés à la maison il est bien de bouger, nous vous avons concocté des petits jeux rigolos à faire ensemble. Prêts ? A vous de jouer!



Sauve qui peut la banquise : Dès 2 ans

Dans ce jeu, les petits pingouins vont devoir rejoindre la banquise... mais attention, celle-ci fond, fond...Trop rigolo!

- Disposez un grand drap blanc sur le sol qui représente la banquise.
- Les enfants sont les petits pingouins et doivent rejoindre ce morceau de glace. Au début, c'est facile, il y a de la place pour tout le monde! Puis les pingouins quittent la banquise et vont se promener.
- Pendant ce temps, faites fondre la banquise en pliant le drap en deux. Les petits pingouins vont devoir se serrer pour remonter. Ils doivent maintenant descendre chercher du poisson...
- A leur retour, la banquise a encore fondu, et ainsi de suite.
- Qui sera le pingouin gagnant ? Celui qui aura pris la dernière place sur la banquise!



Roule, vole ou nage? Dès 3 ans

La baleine nage, l'oiseau vole, le camion roule... un petit jeu rigolo.

- Préparez à l'avance une longue liste de mots : baleine, bateau, avion, vélo, poussette, fusée, crocodile, mobylette, requin, pigeon, hélicoptère, navire, etc.
- Dites un mot à haute voix, l'enfant doit le mimer (mouvements de brasse, battement d'ailes...).
- Si un joueur se trompe, stop... plus le droit de bouger.(à jouer en famille si ils ont pas de frères ou sœurs)
- Lancez les mots de plus en plus vite jusqu'à ce que plus un enfant ne bouge. Reprenez plusieurs fois les mots de la liste.





Le jeu des statues : dès 2 ans

C'est un grand classique! Mais ce jeu remporte toujours les suffrages. Idéal pour exercer la motricité.

- Le principe est simple : vous vous baladez dans la maison et les enfants (il peut aussi n'y avoir qu'un enfant) doivent vous suivre, en vous imitant : vous pouvez marcher, courir, sauter, danser...
- Mais attention, lorsque vous vous retournez, ils doivent tous être accroupis et rester silencieux!
- S'ils sont encore petits, vous pouvez leur donner un signal juste avant de vous retourner, par exemple en claquant dans vos mains ou en sifflant.
- Bien sûr... a perdu celui qui n'a pas pris la pose de statue. Un gage ?



Cherche et trouve : dès 3 ans

Un petit jeu pour travailler sa mémoire et sa rapidité. C'est parti!

- Prenez un chronomètre et demandez-lui de trouver trois objets dans la maison, le plus vite possible (un coussin, une peluche, une chaussette, une cuillère, etc).
- En fonction de son âge, demandez des choses plus difficiles à repérer ou ajoutez un quatrième objet.



La balle est dans ton camp : dès 4 ans

Un jeu rigolo qui se joue avec un petit ballon et un minuteur. Un jeu qui se joue à plusieurs... mais les parents sont les bienvenus!

- Les joueurs se mettent en cercle, les jambes écartées. Ils se passent la balle en la faisant rouler au sol tout en nommant le joueur qui doit la réceptionner.
- Gare au minuteur programmé à 30, 40 secondes ou plus...
- Le joueur qui a la balle quand il sonne marque un point et celui qui a le moins de points a gagné.