

# La trousse de secours des parents confinés VOL XII



# Sommaire

Enigmes

Blague

J'APPRENDS A DESSINER

YOGA

Fabrique ta tv

PIXEL ART

Coloriage code

instrument de musique les maracas

Jeu en famille : bataille avec les dinosaures

Jeu des 7 differences

Recette tarte aux pommes

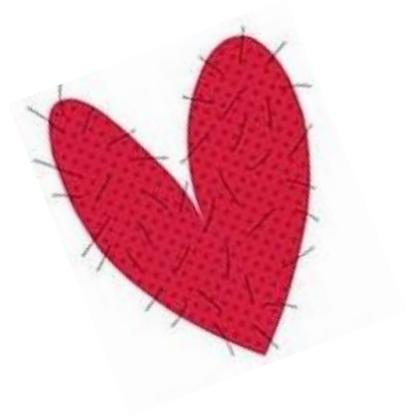
Bricolage perroquet

Reponse du jeu des differences et de l'enigme

Avec du retard nous  
vous souhaitons un



BISOUS  
DE LOIN



Bon anniversaire a



Sarah 8 mai



Margot 12 mai



# Enigmes



## Les garçons trop rapides

*Pierre met 10 minutes pour aller à l'école.*

*Combien de minutes mettra-t-il s'il y va avec un copain ?*

## De ville en ville

*Qu'est-ce qui va de ville en ville sans jamais bouger ?*

# Blague

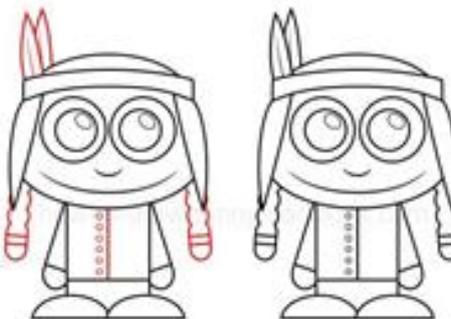
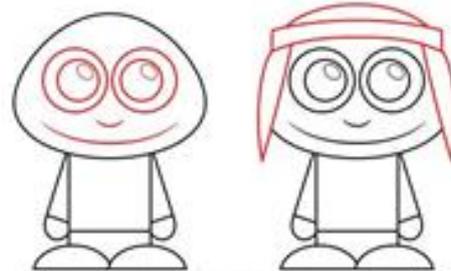
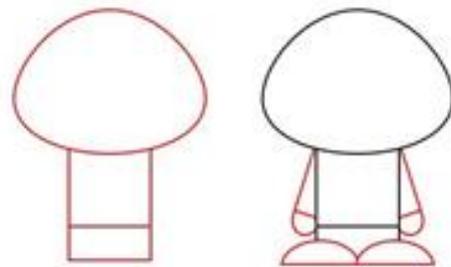
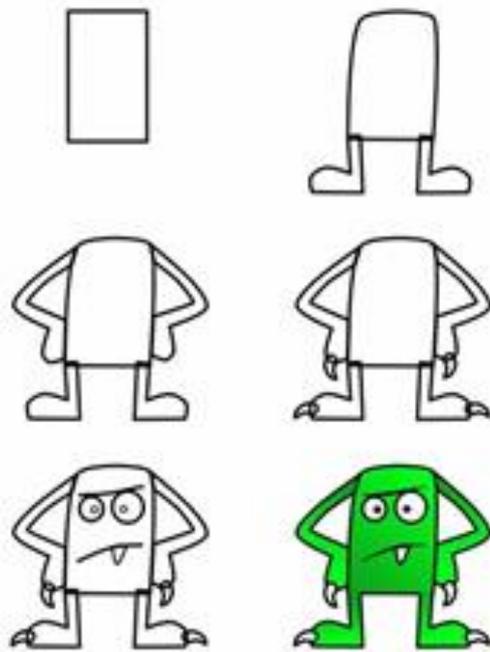
## Les Martiens

*Pourquoi les Martiens ne renversent-ils jamais de café sur la table ?*

*Parce qu'ils ont des soucoupes !*

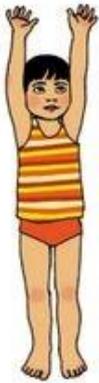


# J'APPRENDS A DESSINER



## SALUT, LE SOLEIL !

Pour bien commencer la journée, on s'étire avec cette version allégée de la célèbre salutation au soleil.



**1** Debout, les pieds joints, tu tends les bras jusqu'au ciel. Tes yeux se lèvent vers le soleil.

**2** Tu baisses les bras devant toi et tu t'accroupis en posant les mains et les orteils bien à plat sur le sol. Tu redresses la tête et tu regardes devant toi.



**3** Puis tu recules tes pieds vers l'arrière, jusqu'à ce que ton corps soit à l'horizontale, comme une planche.

**4** En appui sur les mains et les orteils, tu redresses bien la tête et tu dégages tes épaules vers l'arrière. Tu inspires profondément.



**5** Tu montes les fesses vers le haut, pour faire comme une montagne. La tête bien entre tes bras, ton dos s'étire...

**6** D'un bond, tu ramènes tes pieds entre tes mains, les paumes toujours à plat au sol. Tu regardes devant toi.



**7** Tu baisses la tête en soufflant. Puis, en inspirant doucement, tu te redresses lentement, comme une feuille qui se dépie. Tu termines en relevant ta tête.



**8** Une fois debout, tu étires tes bras et ton corps vers le ciel. Tu salue le soleil pour bien commencer la journée.

# Fabrique ta TV.



## **Matériel :**

Boite de céréales

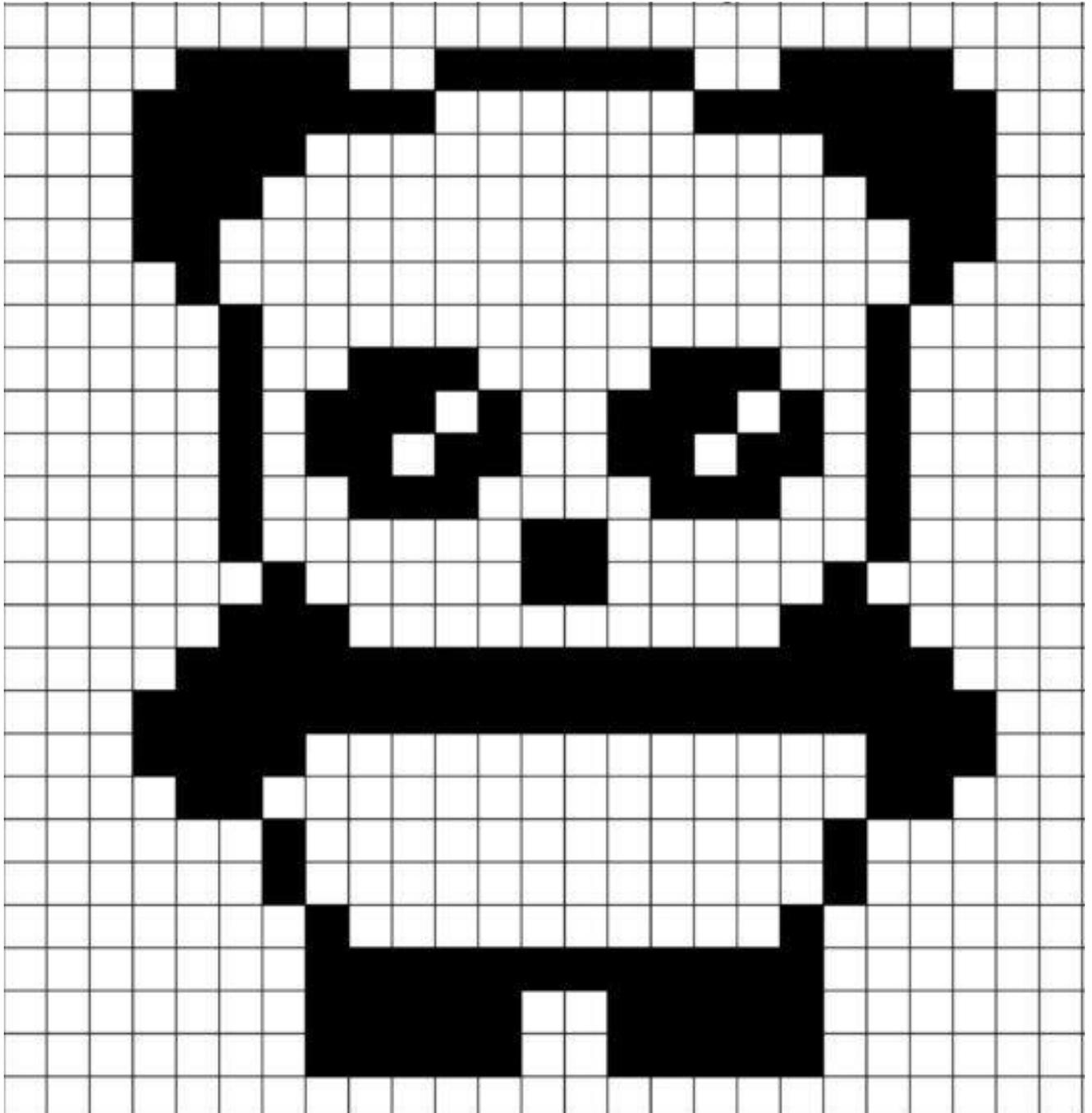
Feuilles blanches

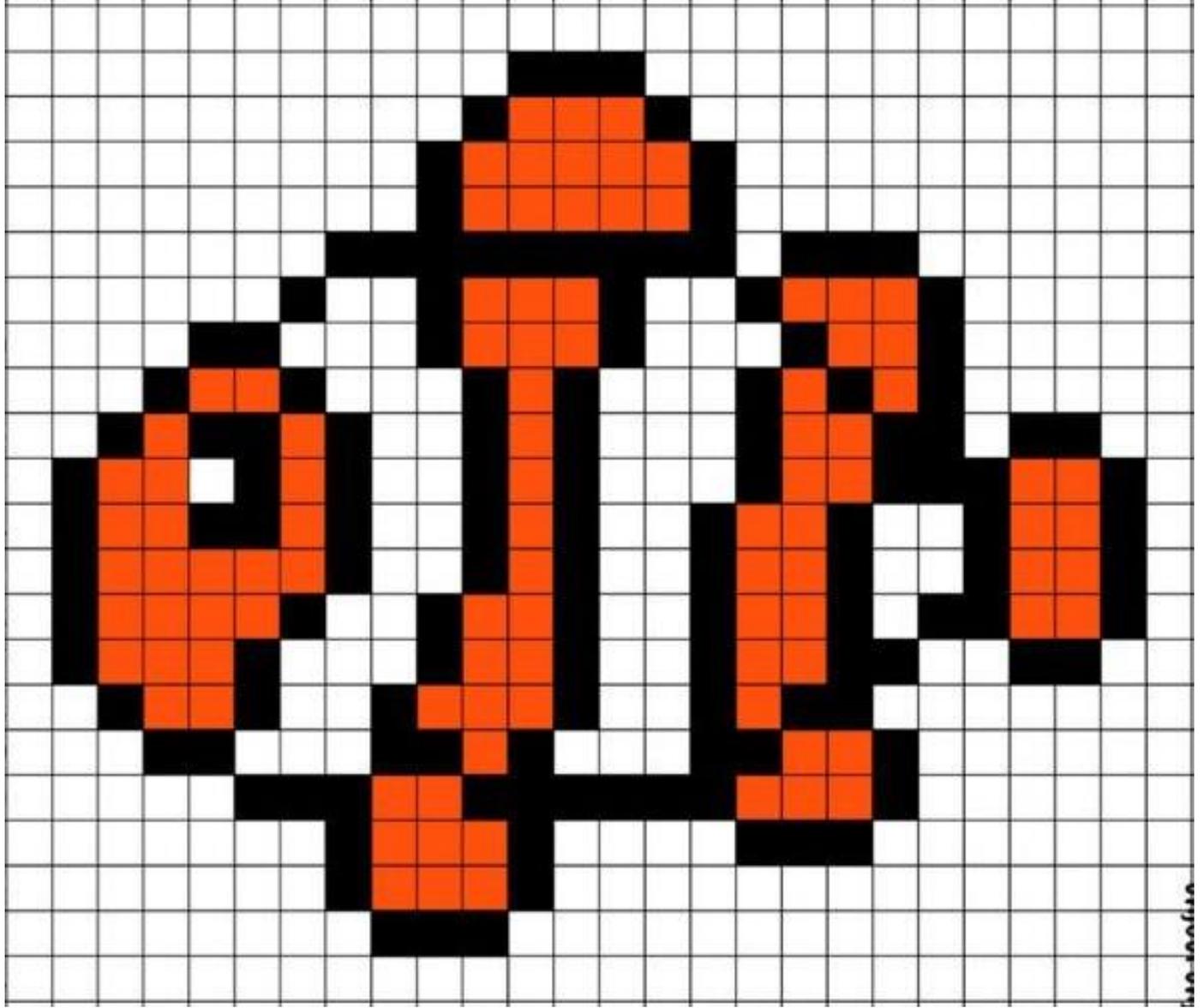
Paire de ciseaux

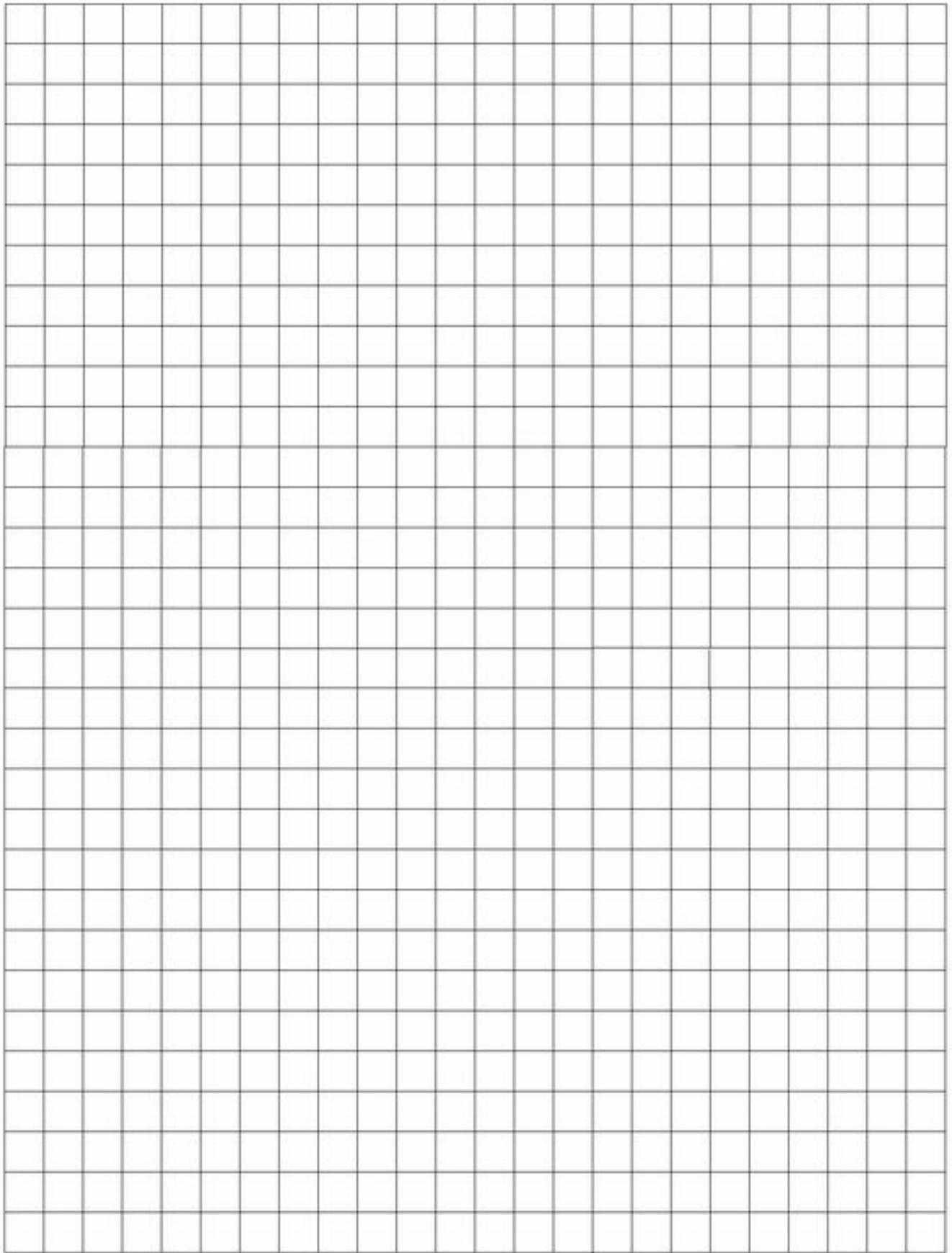
Scotch

Crayons de couleur / feutres

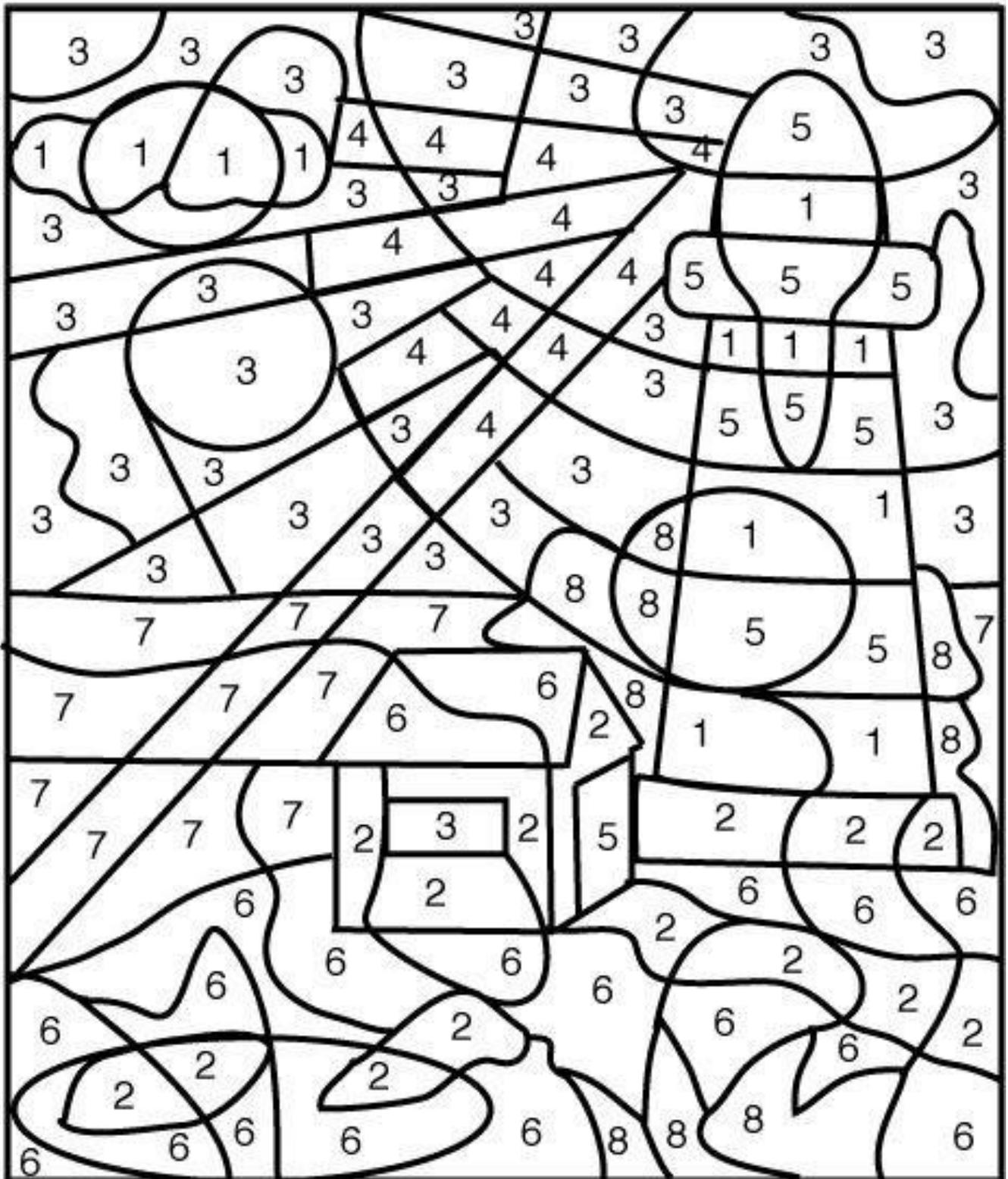
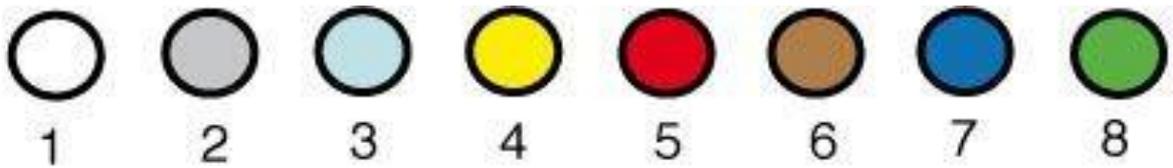
# PIXEL ART







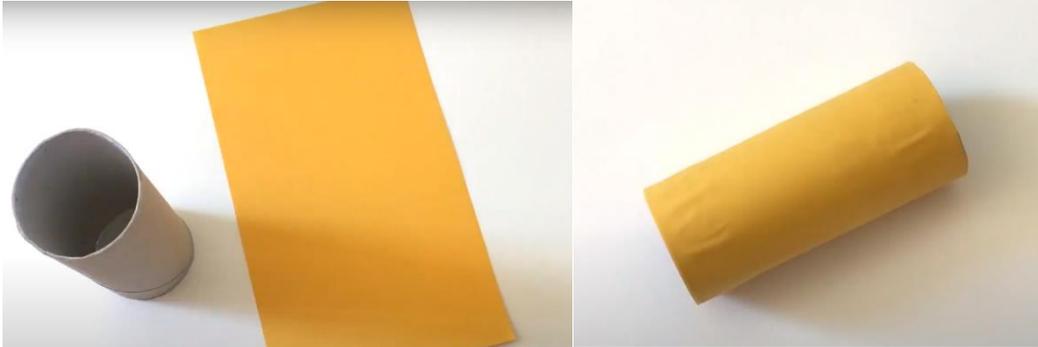
Coloriage code



# Instrument de musique

## Fabriquer des maracas

- Prendre un rouleau de papier toilette et l'enrouler dans une bande de papier couleur (ou décorer) couper à la taille du rouleau de papier



- Décorer le rouleau avec des gommettes ou des feutres
- Pliez le rouleau et scotchez le bord



- Remplir avec des grains de riz, semoule, quinoa, lentille...
- Pliez l'autre côté dans l'autre sens et scotchez pour fermer la maracas



- Et voilà, vous pouvez agiter l'instrument !

# Jeu en famille

## bataille avec les dinosaures

*Pour utiliser ce jeu, il est nécessaire de faire un travail préliminaire avec les enfants.*

*A partir des documents, des lectures, des vidéos observés, nous allons décider d'une valeur de 1 à 5 pour chaque animal selon sa dangerosité (autre choix de critère possible : taille, poids, etc...).*

*Cette valeur sera symbolisée par le nombre de ronds coloriés en haut de chaque carte. Des variantes sont possibles. Imprimer autant de cartes que nécessaire, les coder (et les plastifier).*

### Règles du jeu de bataille

*Toutes les cartes sont distribuées aux joueurs, faces cachées.*

*Les joueurs retournent en même temps la première carte de leur paquet.*

*Celui qui a la carte la plus forte remporte les cartes retournées !*

*Si deux cartes sont de force identique, il y a bataille : les joueurs retournent alors une deuxième, voire une troisième carte...*

*Une carte "joker" (découverte du feu) peut éventuellement être introduite dans le jeu et battre toutes les autres.*



## Jeu des 7 différences

Compare ces deux dessins et trouve les 7 éléments qui manquent dans celui du bas.  
Dessine-les à la bonne place.



# Pate sablee et Tarte aux pommes

## **Ingrédients:**

**5/6 pommes**

**300g de farine**

**100g de margarine végétale**

**1 pincée de sel**

**10 cl de boisson végétale ou lait**

**2 sachets de sucre vanillé**

**Compote de pomme (ici pomme-banane)**



## **Étapes:**

**Mélanger farine + sel+ 1 sachet de sucre vanillé.**

**Faire chauffer la boisson végétale.**

**Ajouter la boisson végétale tiède et la margarine. Mélanger avec les mains jusqu'à obtention d'une boule de pâte.**

**Fariner le plan de travail et étaler la pâte.**

**Mettre la pâte dans un moule et piquer avec une fourchette.**

**Faire précuire la pâte au four le temps 5/10 minutes.**

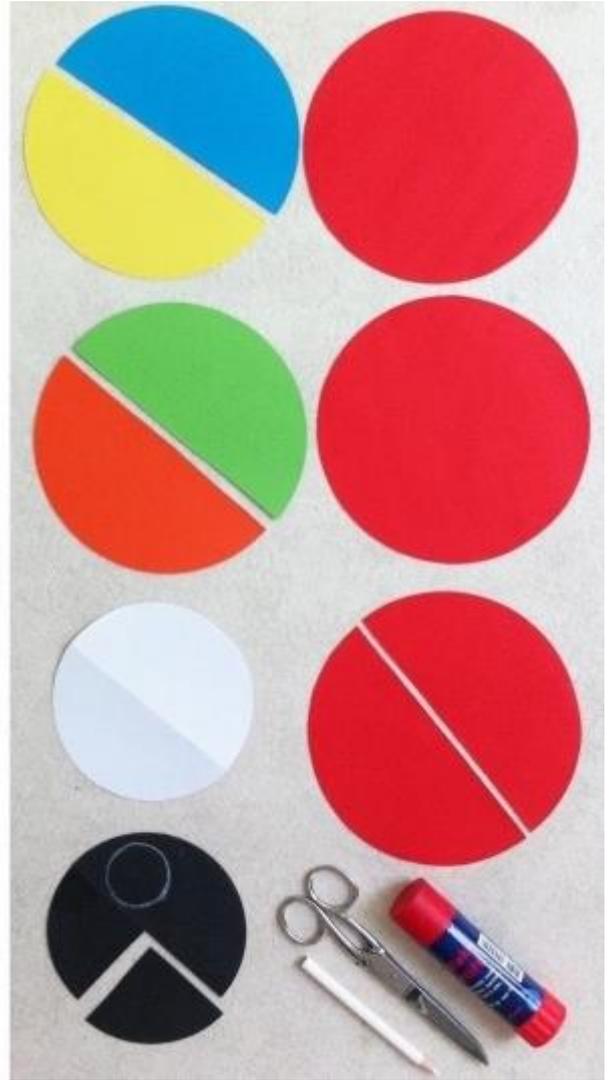
**Eplucher les pommes et les couper en rondelles.**

**Disposer la compote de pomme sur le fond de la pâte. Ajouter les rondelles de pommes.**

**Saupoudrer de sucre vanillé (ou cannelle).**

**Faire cuire sous la surveillance d'un adulte au four à 180° jusqu'à ce que la pâte soit cuite en dessous.**

## Bricolage perroquet



## Reponses du jeu des differences

Compare ces deux dessins et trouve les 7 éléments qui manquent dans celui du bas.  
Dessine-les à la bonne place.



## Reponse des enigmes :

Réponse « Les garçons trop rapides » : Toujours dix minutes.

Réponse « De ville en ville » : La route.