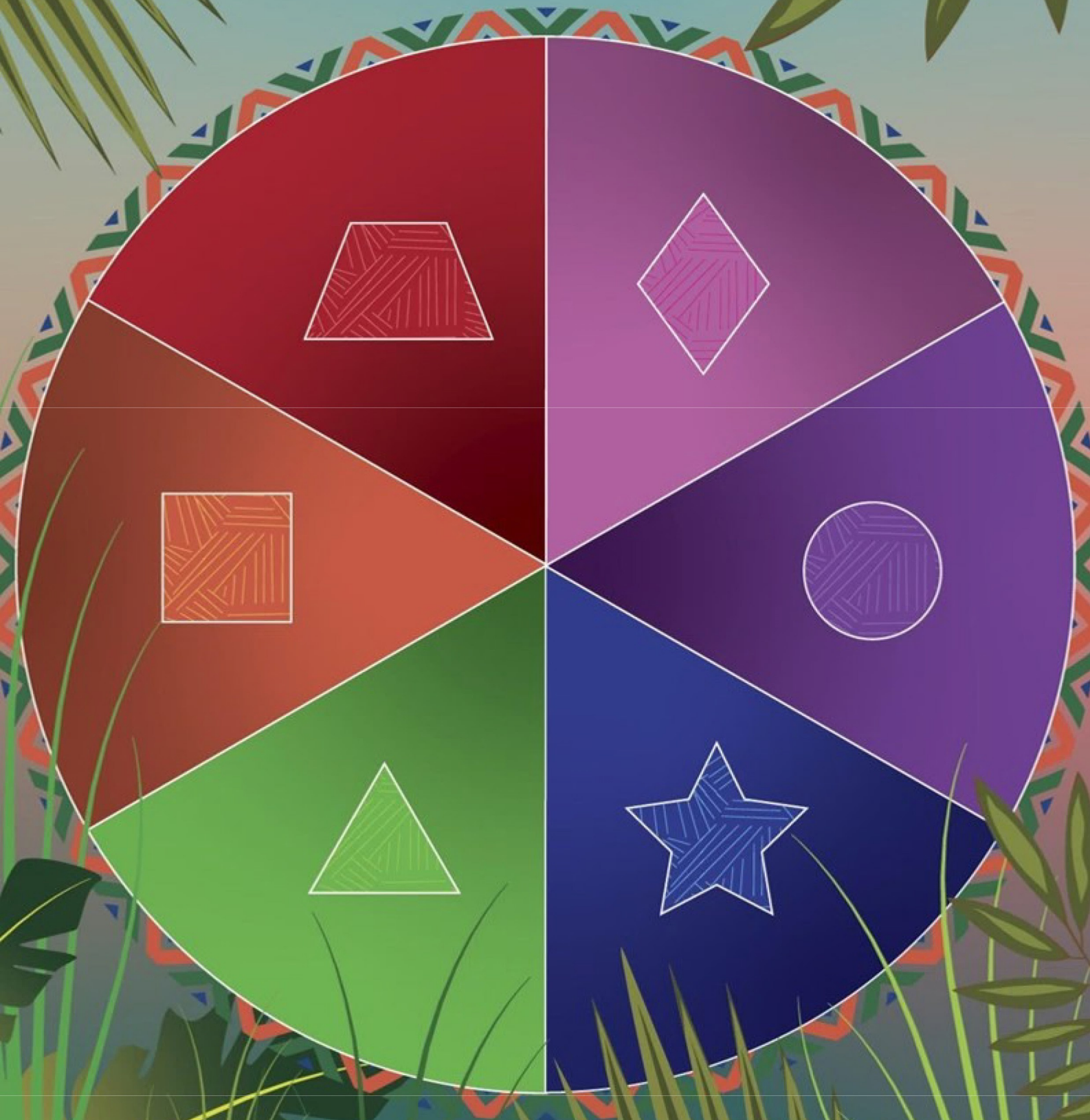


JEUX A LA MAISON

Primaire



Si vous choisissez de jouer comme un jeu, suivez les étapes ci-dessous :

Étape 1: Lancez un rocher sur la cible sur le couvercle.

Étape 2: Sélectionnez une activité dans le paquet avec une forme qui correspond à la forme sur laquelle votre rocher atterri.

Étape 3: Jouez l'activité!



Utilisez ce paquet comme vous le souhaitez.
Essayez-le comme un jeu, ou choisissez simplement une activité qui vous semble amusante!

*Vous pouvez
jouer avec
n'importe quoi!!*

Matériaux

- Les articles domestiques, tels que les chaussures, les sandales, les tasses, les seaux, les capsules de bouteille, les bouteilles en plastique, le tapis, la corde, la ficelle, le tissu, le tapis, le sac de farine, le drap, les balais, les boîtes vieilles de conserve.
- Les morceaux de papier
- Dès ou une balle (faite de sacs en plastique, de tissu ou de feuilles de bananier)
- Les stylos ou les crayons
- Les livres, les journaux, les cahiers d'exercices, les devoirs - tout ce qui est écrit
- Les articles de partout dans la cour - bâtons, pierres, feuilles, boue et eau
- **Vous, votre famille et votre imagination!**



Chers soignants,

Ce paquet est pour vous et votre famille. Il propose **des jeux d'apprentissage** auxquels votre enfant peut jouer quotidiennement, de manière autonome, avec ses frères et sœurs ou avec vous. **Tout le monde dans votre maison** - soeurs, frères, tantes, oncles, cousins, grands-parents - peut jouer!

N'oubliez pas qu'une routine quotidienne aide votre enfant à développer son esprit et son corps. Planifiez une journée **qui vous convient**, mais qui comprend du temps pour jouer avec votre enfant. Si vous avez des enfants plus âgés, ils peuvent vous aider à créer une routine.

Le jeu est l'approche préférée de l'enfant - il l'aide à développer un large éventail de compétences - penser, compter, bouger, parler, gérer ses émotions et s'entendre avec les autres. Jouer avec la famille est un excellent moyen d'encourager l'apprentissage et de nouer des relations positives. Faites une promesse à votre enfant que vous essayerez de jouer à un jeu d'apprentissage avec lui chaque jour.

Répétez la lecture! Les jeunes enfants répéteront avec plaisir une activité qu'ils aiment, donc la répétition de ces jeux peut aider à renforcer leur apprentissage.

Plus important encore, **trouvez le temps de prendre soin de vous**. Si vous êtes heureux, votre enfant sera heureux..

Le matin



LAVAGE



PETIT DEJEUNER



ACCOMPAGNER LES ENFANTS À L'ÉCOLE



LES TACHES DE FAMILLE

L'après midi



LAVAGE



DEJEUNER



JEU LIBRE



SE REPOSER OU DORMIR

Le soir



LAVAGE



DINER



JEUX D'APPRENTISSAGE



CONTES OU DORMIR

Conseils aux parents / Encadreurs

Conseil 1

Tous les enfants – les filles, les garçons, les enfants handicapés - devrait avoir du temps chaque jour pour apprendre, jouer, et repos.

Essayez les activités 2, 11, 22 ou 27..

Conseil 2

Lorsque votre enfant joue à des jeux d'apprentissage, il fera des erreurs et c'est ok! Encouragez les enfants à réessayer, car les erreurs sont la première étape vers l'apprentissage de quelque chose de nouveau.

Essayez les activités 1, 5, 8, 18, 23 ou 30 pour les compétences en résolution de problèmes.

Conseil 3

C'est normal de se sentir inquiet ou stressé pendant ces périodes. Rappelez à vos enfants qu'ils ne sont pas seuls et que l'anxiété est une réaction normale à une situation très anormale. Encouragez votre enfant à exprimer ses sentiments, mais gardez à l'esprit que chaque personne a sa propre façon de procéder.

Essayez les activités 3, 4, 9 ou 15.

Conseil 4

Tous les enfants – les filles, les garçons, les enfants handicapés - devrait recevoir autant d'amour, de sécurité et de possibilités de jeu. Cela comprend les activités intérieures et extérieures (si sûres).

Essayez les activités 6, 7, 10, 12, 16, 24 ou 25.

Conceil 5

N'oubliez pas de parler calmement à votre enfant, même s'il semble qu'il n'écoute pas. Félicitez votre enfant lorsqu'il se comporte bien. De cette façon, ils apprennent qu'ils ont fait une bonne chose et sont encouragés à recommencer!

Essayez les activités 22, 25, 28, 31, 35 pour une énergie calme.

Informations sur le paquet

Dans ce paquet, vous verrez les images suivantes. Voici ce qu'ils signifient.



Mouvement



Créatif



Cognitif



Langue



Nombre



Émotion

Numéro d'activité
Pour trouver facilement une activité.

33

Action importante
Pour voir les étapes utiles importantes.

Répéter le symbole
Pour réessayer une activité

A Instructions pour l'activité
Comprendre quoi faire

Direction d'activité

Tout d'abord, couvrez les yeux d'un membre de la famille. Commencez à instaurer la confiance en les guidant soigneusement dans la pièce. Ensuite, guidez-les uniquement avec votre voix. Enfin, créez un labyrinthe au sol et essayez de les diriger avec vos mots. Changez de rôle et laissez le membre de votre famille vous guider!

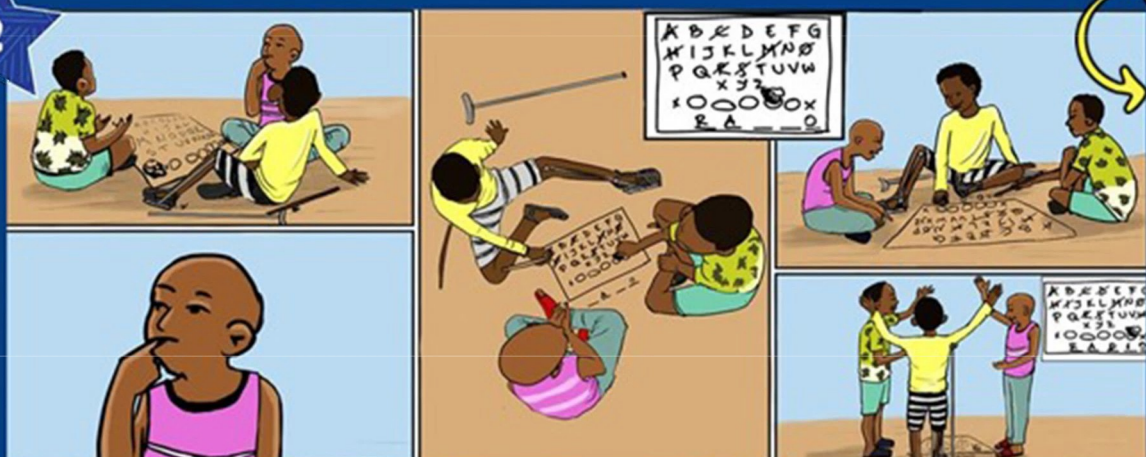
Commencez par créer un parcours d'obstacles avec des objets sûrs d'être au sol. Ensuite, demandez à un membre de la famille de se couvrir les yeux. Enfin, guidez-le à travers le parcours du combattant avec vos mots. Pouvez-vous le faire sans tomber sur quoi que ce soit? Changez de rôle et réessayez!

1



Tout d'abord, écrivez l'alphabet et pensez à un mot secret. Ensuite, dessinez ceci: X O O O O X, et arpentez un rocher sur le «X» le plus à gauche. Enfin, tracez de courtes lignes pour chaque lettre de votre mot secret. Mettez les membres de la famille au défi de deviner les lettres. S'ils devinent une lettre dans votre mot, biffez-la dans l'alphabet et écrivez-la sur sa ligne dans le mot. S'ils devinent une lettre qui n'est pas dans votre mot, déplacez le rocher d'un espace vers la droite. Essayez de trouver le mot secret avant que le rocher n'atteigne le dernier «X»!

2



Tout d'abord, formez un cercle et choisissez quelqu'un pour créer la première ligne d'une conte. Ensuite, le joueur à gauche de cette personne répète la première ligne et ajoute la sienne. Enfin, faites le tour du cercle en répétant toute l'histoire et en ajoutant de nouvelles lignes. Combien de détails le groupe peut-il ajouter avant que quelqu'un oublie une partie de l'histoire?

3



Vous n'avez pas besoin de savoir lire pour aider votre enfant à pratiquer. Encouragez votre enfant à vous lire pendant que vous vous détendez et écoutez

Tout d'abord, demandez à un membre de la famille de partager un souvenir heureux avec vous. Ensuite, pendant qu'ils partagent leur mémoire, essayez de la recréer à l'aide d'un dessin, d'une sculpture ou d'une autre méthode. Enfin, partagez le souvenir au membre de votre famille. Changez de rôle et partagez votre propre mémoire.

4



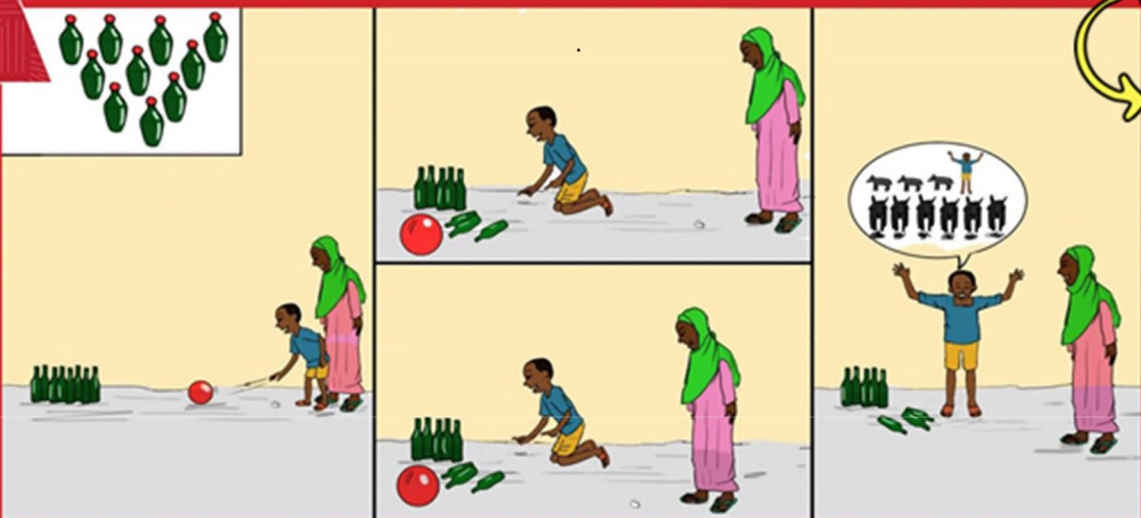
Tout d'abord, trouvez un grand objet carré sur lequel vous pouvez marcher, comme du carton ou un sac. Ensuite, tenez-vous sur l'objet avec les membres de la famille. Enfin, utilisez des compétences en communication et en résolution de problèmes pour essayer de retourner l'élément sans que personne ne marche sur le sol!

5



Tout d'abord, installez des bouteilles vides dans un triangle. Ensuite, faites rouler une balle dans les bouteilles. Comptez combien ont été renversés et combien sont debout. Enfin, créez une courte histoire sur les bouteilles. Par exemple: Il y avait sept chèvres dans la cour, puis une corne a klaxonné et 3 chèvres se sont enfuies! Répétez cette opération jusqu'à ce que toutes les bouteilles aient été renversées.

6



Encouragez votre enfant à relire le même livre! La lecture répétée aidera à renforcer la fluidité, la vitesse et la précision de la lecture.

Tout d'abord, créez une planche tic-tac-toe en traçant 2 lignes vers le bas et 2 lignes à travers. Ensuite, quelqu'un choisit la lettre «X» et quelqu'un la lettre «O». Enfin, essayez à tour de rôle de gagner des espaces en marchant sur un carré vierge et en jouant un verbe. Pour chaque verbe que vous jouez, marquez le carré avec votre «X» ou «O». Le premier joueur à obtenir 3 victoires consécutives gagne!!

7



Tout d'abord, trouvez 10 mots à partir de n'importe quel document écrit. Écrivez ces mots sur des bouts de papier. Ajoutez deux bouts de papier qui disent "Oh, non!" Ensuite, placez tous les feuillets dans une tasse ou un bol. Tour à tour, cueillez et lisez une feuille de papier de la tasse. Essayez de collecter 5 feuillets sans choisir un «Oh non!». Si vous choisissez un "Oh non!" remettez tous vos feuillets dans la tasse et réessayez!

8



Tout d'abord, dessinez une image en haut d'un morceau de papier, mais ne laissez personne d'autre voir! Ensuite, passez le papier à un membre de la famille et demandez-lui d'écrire une phrase décrivant l'image. Ensuite, pliez le papier pour que l'image soit cachée et que seule la phrase soit visible. Dessinez une image qui correspond à ce que dit la phrase. Répétez cette opération jusqu'à ce que vous arriviez au bas du papier. Enfin, comparez le premier

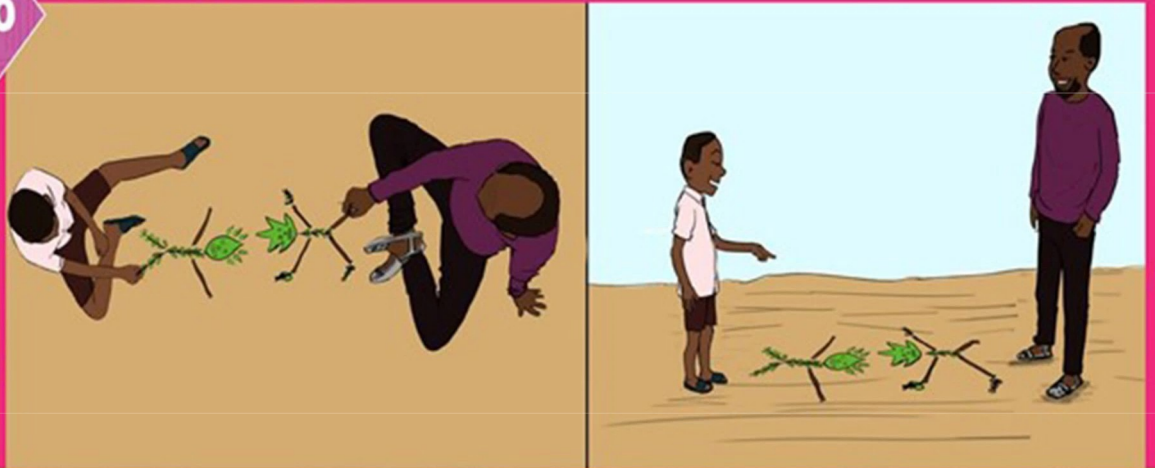
9



Encouragez-les à suivre les mots écrits sur la page avec le doigt en lisant en voix haut. Ils doivent sonner les syllabes et lettres des mots inconnus.

Tout d'abord, rassemblez des objets comme des feuilles, des bâtons, des pierres, de la ficelle, etc. Ensuite, utilisez les objets pour créer une image d'un membre de la famille. Enfin, partagez votre image avec le membre de votre famille et partagez ce que vous aimez les uns des autres.

10

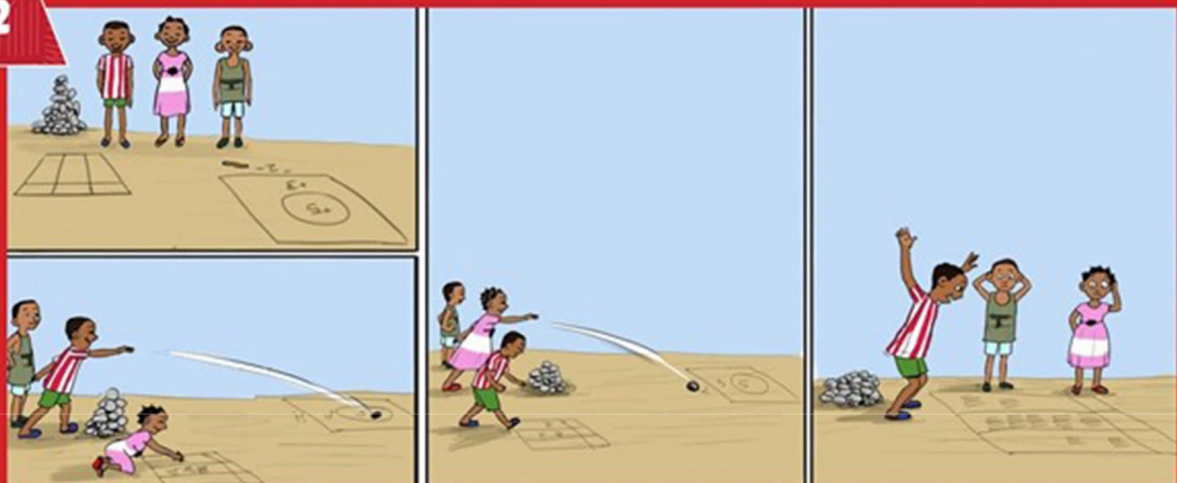


Tout d'abord, formez un cercle. Ensuite, un joueur murmure une phrase idiote à la personne à côté d'eux - dites-leur d'écouter attentivement! Continuez à chuchoter la phrase idiote autour du cercle jusqu'à ce qu'elle revienne à la personne qui l'a commencée. Enfin, dites la phrase stupide à haute voix pour que tout le monde l'entende. Voyez combien cela a changé!



Tout d'abord, dessinez une cible au sol, comme celle ci-dessus. Ensuite, lancez à tour de rôle une pierre sur la cible. Ajoutez ou soustrayez des points selon l'endroit où la roche atterrit. Le premier à atteindre un score de 20 victoires! Enfin, réessayez, mais créez votre propre cible avec différentes formes et nombres!

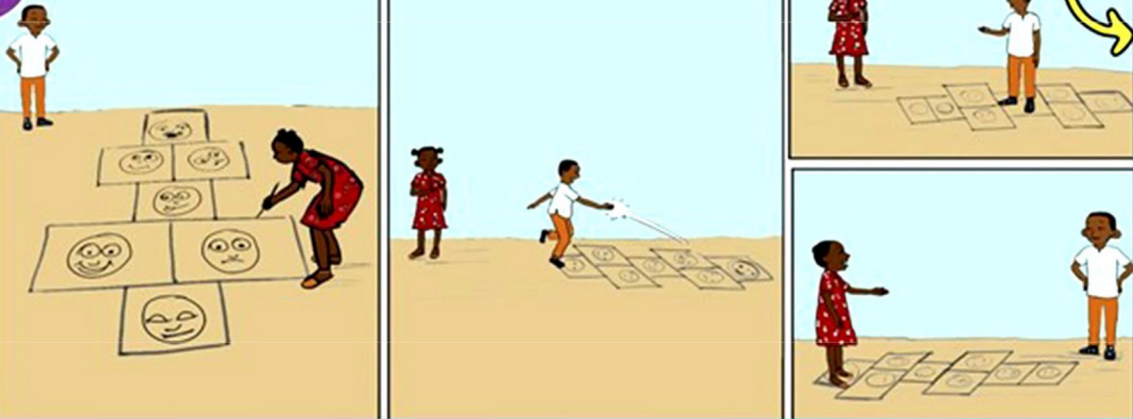
12



Soyez patient, corrigez doucement et louez avec enthousiasme! Posez des questions pour rester engagé dans le processus d'apprentissage.

Tout d'abord, dessinez une planche de marelle sur le sol avec un bâton. Dessinez une émotion à l'intérieur de chaque carré. Ensuite, lancez un rocher et sautez sur la planche jusqu'au rocher, en comptant à haute voix à chaque saut. Enfin, lorsque vous atteignez le rocher, jouez l'émotion sur laquelle il s'est posé et partagez un moment où vous l'avez ressenti. Le premier à interpréter toutes les émotions au moins une fois gagne!

13



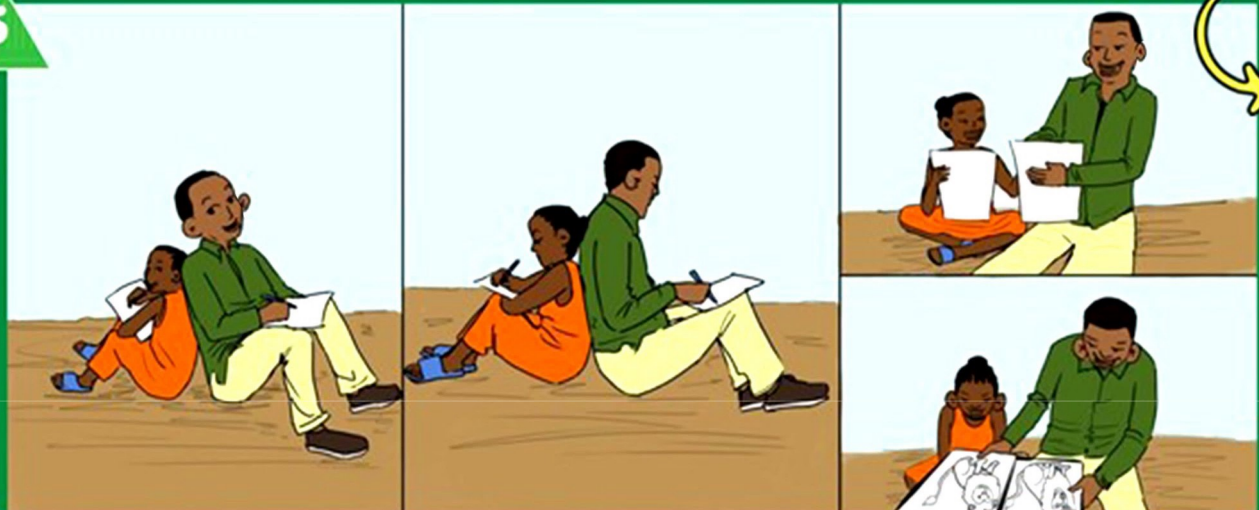
Tout d'abord, chantez votre chanson de couplet préférée. Ensuite, créez et chantez votre propre couplet à la fin de la chanson. Enfin, mettez quelqu'un au défi d'ajouter un nouveau couplet. Combien de couplet pouvez-vous mémoriser et ajouter?

14



Tout d'abord, asseyez-vous dos à dos et choisissez un membre de la famille pour dessiner quelque chose. Ne regardez pas ce qu'ils dessinent. Ensuite, posez des questions sur le dessin et essayez de créer la même chose. Enfin, lorsque vous pensez que les dessins correspondent, partagez et comparez! Quelles questions ou directions auraient aidé? Changez de rôle et réessayez!

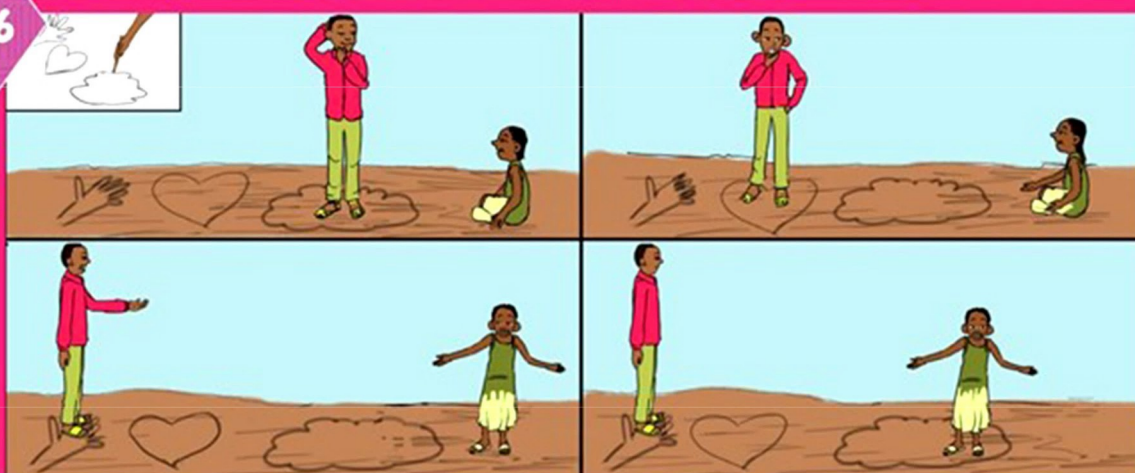
15



Je peux courir si vite et si loin... et je suis bon en guitare... et je pense que le bizarre de cette chanson!

Tout d'abord, dessinez un gros nuage, un cœur et une main sur le sol. Ensuite, entrez dans le cloud et dites quelque chose qui vous inquiète. Ensuite, entrez dans le cœur et exprimez ce que vous ressentez. Enfin, entrez dans la main et exprimez ce que vous pouvez faire pour résoudre votre problème. Répétez cette opération en encourageant un autre membre de la famille à passer à l'étape suivante.

16



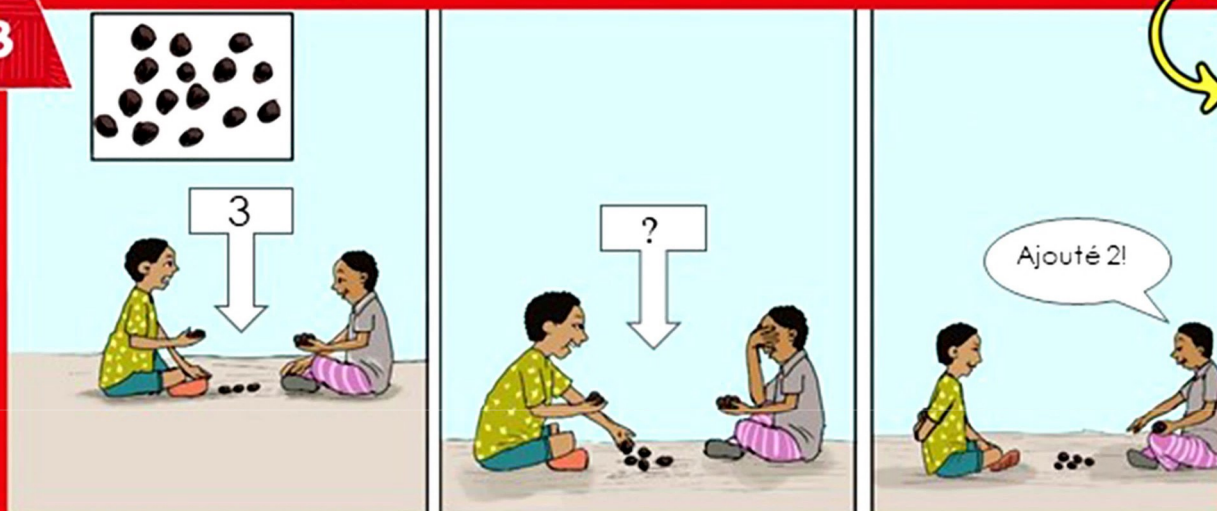
Tout d'abord, trouvez un endroit pour dessiner (au sol ou sur papier). Ensuite, parlez de vos objectifs futurs et interrogez un membre de la famille sur les leurs. Ensemble, dessinez une image de ces objectifs. Enfin, pensez à une action que vous pouvez entreprendre pour atteindre vos objectifs

17



Commencez par collecter 15 petits objets (capsules de bouteilles, pierres - à vous de choisir!). Ensuite, chaque joueur obtient six, et les trois autres sont laissés au milieu. Un joueur ferme les yeux, tandis que l'autre ajoute ou soustrait de la pile d'objets au milieu. Enfin, le joueur ouvre les yeux et comprend les différences. À tour de rôle et ajoutez plus de joueurs (et de petits objets) pour voir qui peut trouver le changement le plus rapidement!

18



Faites savoir aux filles et aux garçons qu'ils ont un potentiel illimité en matière de mathématiques. Les mathématiques demandent de la patience, du temps, du soutien et un travail acharné. Croyez au potentiel de votre enfant!

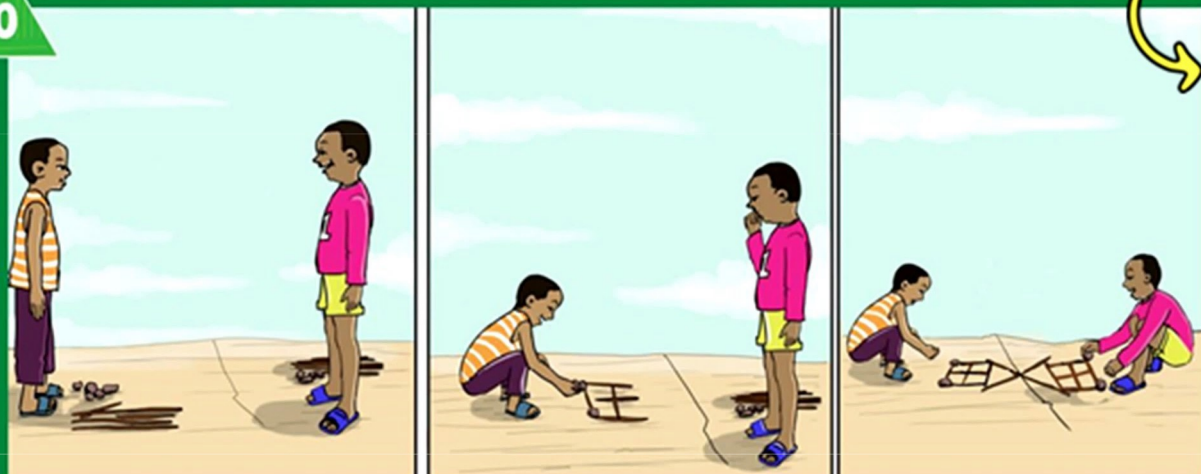
Tout d'abord, asseyez-vous avec tout ce qui peut être lu. Ensuite, lisez et expliquez le sens. Enfin, posez des questions sur la lecture. Pouvez-vous recréer ce que vous lisez mais le rendre plus excitant? Ajouter ou modifier des détails? En faire une histoire?

19



Tout d'abord, rassemblez des objets simples (capsules de bouteilles, pierres - à vous de choisir!). Ensuite, créez une forme à partir de ces éléments. Enfin, défiez un membre de votre famille pour créer une image miroir de la vôtre. Changez de rôle et réessayez!

20



Tout d'abord, demandez aux joueurs de déplacer leur corps sous différentes formes et de réfléchir à l'émotion qu'ils ressentent dans chaque forme. Ensuite, partagez les émotions ressenties dans chaque pose. Des formes corporelles différentes créent-elles des émotions différentes? Enfin, répétez avec un nouveau joueur en tête. Laissez chaque joueur diriger au moins une fois.

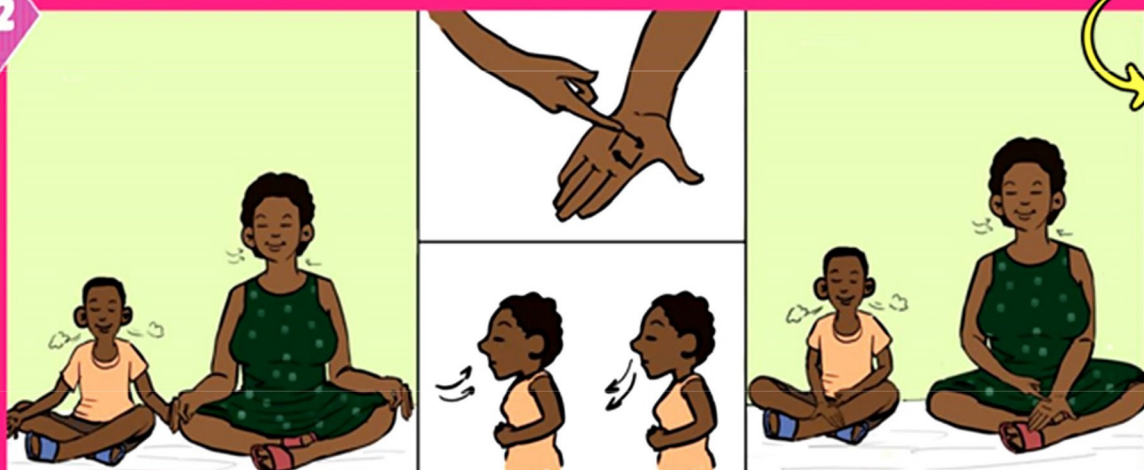
21



Les mathématiques sont partout! Demandez à votre enfant de vous aider à résoudre des problèmes simples dans votre vie quotidienne. Les compétences en résolution de problèmes sont toujours utiles.

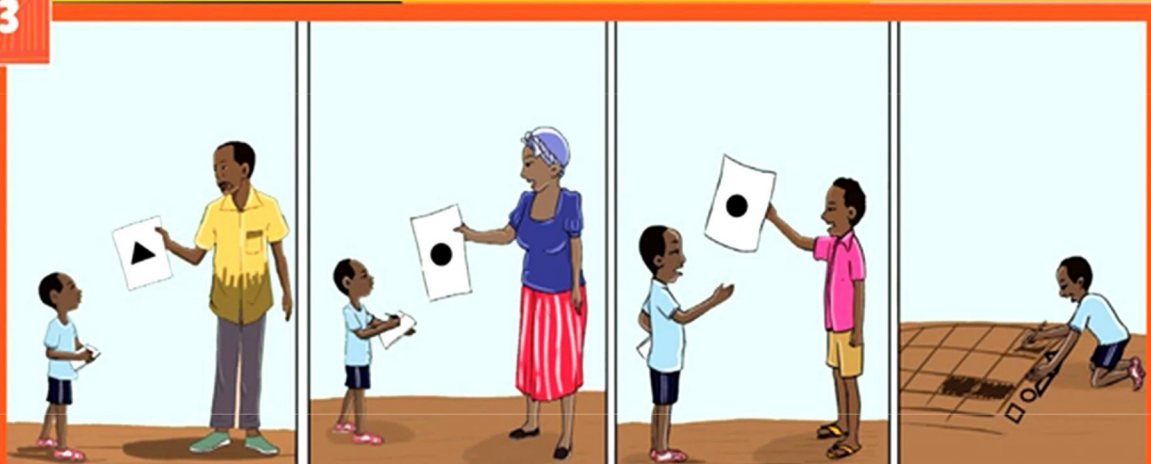
Tout d'abord, inspirez et expirez lentement. Ensuite, tracez la forme d'un carré sur votre paume. Lorsque vous dessinez le carré, inspirez lentement, 1-2-3-4. Dessinez un autre carré et expirez lentement, 1-2-3-4. Répétez cette opération 4 fois. Enfin, respirez une dernière fois profondément.

22



Tout d'abord, pensez à une question que vous souhaitez poser. Par exemple: quelle est votre forme préférée? Ensuite, posez cette question aux membres de la famille. Enfin, enregistrez vos résultats pour voir quelle est la réponse la plus populaire! Essayez à nouveau avec une nouvelle question pour voir comment les résultats changent!.

23



Tout d'abord, définissez un objet objectif à travers la pièce. Ensuite, lancez un petit objet (comme une pierre) sur l'objet de but. Enfin, mesurez la distance entre le petit objet que vous avez lancé et l'objet objectif. Comment pouvez-vous vous rapprocher? Jouez avec les membres de la famille et celui qui est le plus proche obtient 1 point! Le premier à 5 points gagne!

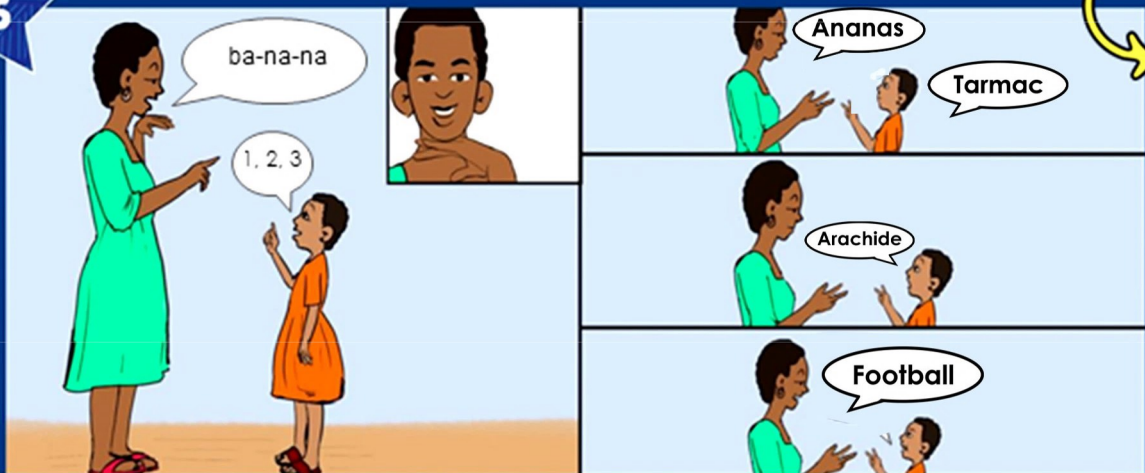
24



Laissez votre enfant vous aider à cuisiner! La cuisson implique beaucoup de mesure et de comptage.

Tout d'abord, placez votre main sous votre menton et dites 3 mots différents avec différents nombres de syllabes (par exemple: chat = 1, singe = 2, banane = 3). Laissez votre menton pousser votre main vers le bas. Pouvez-vous compter combien de fois votre main descend? C'est le nombre de syllabes dans ce mot! Enfin, mettez au défi un membre de la famille de réfléchir à tour de rôle avec 2, 3, 4 ou même 5 syllabes! Tour à tour jusqu'à ce que quelqu'un ne puisse pas penser à un mot.

25



Tout d'abord, créez un rythme musical en applaudissant, en claquant, en piétinant ou en utilisant votre corps. Ensuite, utilisez ce rythme pour sauter le comptage. Avec un membre de la famille, voyez à quel point vous pouvez compter sans manquer un chiffre. Essayez différents rythmes musicaux avec des numéros différents!

26



Tout d'abord, créez un rythme musical en applaudissant, en claquant, en piétinant ou en utilisant votre corps. Ensuite, utilisez ce rythme pour sauter le comptage. Avec un membre de la famille, voyez à quel point vous pouvez compter sans manquer un chiffre. Essayez différents rythmes musicaux avec des numéros différents!

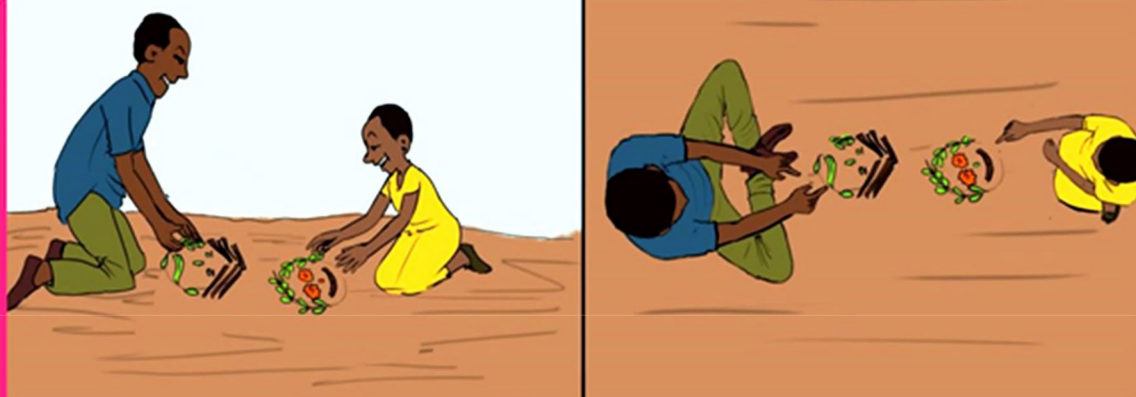
27



Tout au long de la journée, encouragez les enfants à exprimer verbalement leurs émotions en créant des occasions de discuter calmement de ce qu'ils ressentent.

Tout d'abord, rassemblez des objets comme des feuilles, des bâtons, des roches, des bouchons de bouteilles, etc. Ensuite, créez des visages différents avec des émotions différentes. Enfin, expliquez quelles émotions vous avez créées et pourquoi vous avez choisi de les créer.

28



Tout d'abord, observez comment les modèles sont partout. Ensuite, créez un modèle tel que taper-pietiner-taper-pietiner. Enfin, faites un motif différent en utilisant d'autres parties du corps. Combien de modèles différents pouvez-vous créer? Pouvez-vous les rendre plus difficiles à chaque fois que vous essayez?

29



Tout d'abord, dessinez un grand cercle sur le sol à l'aide d'un bâton. Écrivez les nombres 1 à 10 autour du cercle. Ensuite, chantez une chanson préférée et dansez en dehors du cercle. Quand la chanson s'arrête, arrête de danser. Tenez-vous sur le numéro le plus proche et pointez vers un autre joueur. Ensuite, multipliez, divisez, ajoutez ou soustrayez le nombre sur lequel vous vous trouvez et le nombre sur lequel ils se trouvent. Celui qui fait le plus petit nombre gagne un point! Jouez jusqu'à ce que quelqu'un ait 5 points.

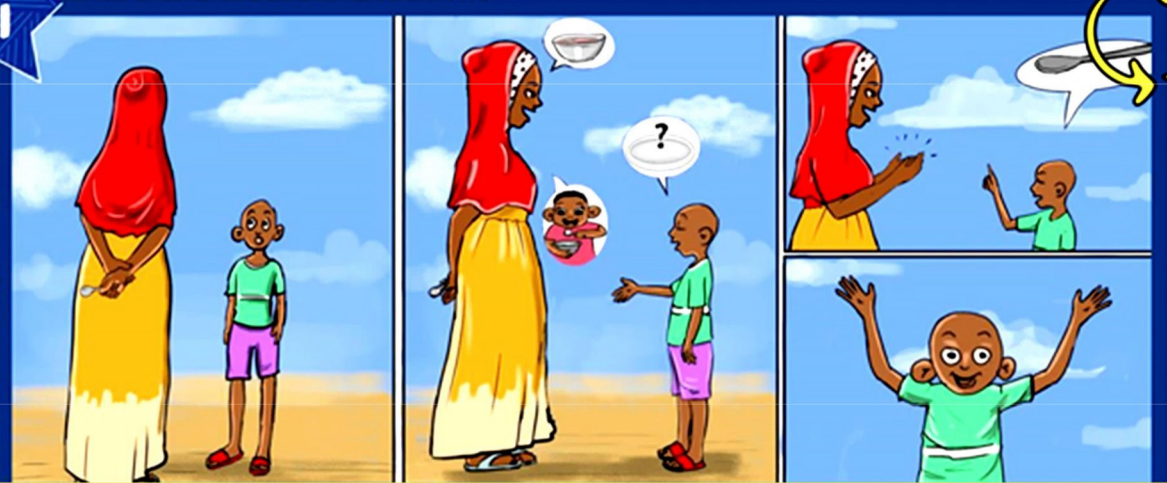
30



On peut faire plus quand tout le monde travaille bien ensemble! Aidez votre enfant à comprendre l'importance de collaborer avec ses frères et sœurs et d'autres enfants.

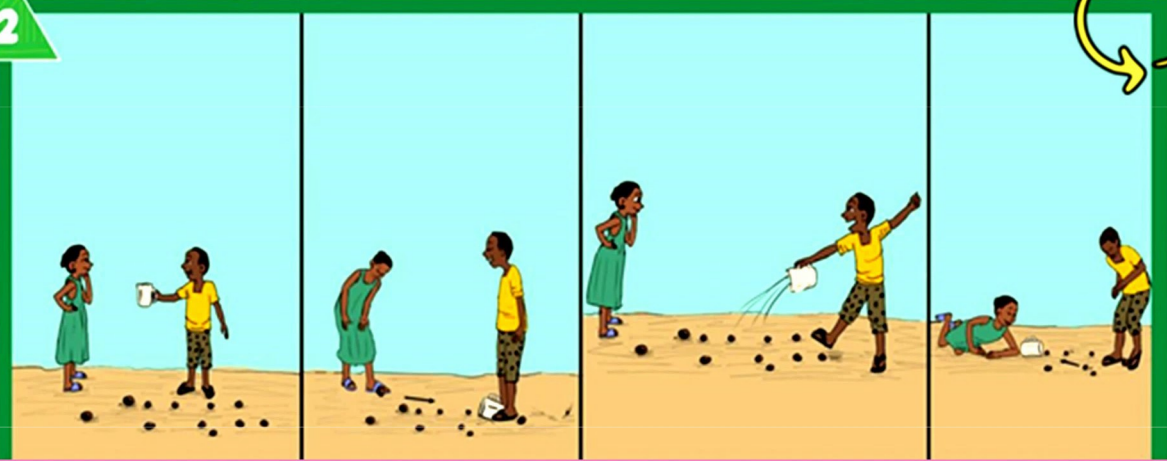
Tout d'abord, demandez aux joueurs de fermer les yeux pendant que vous cachez quelque chose derrière votre dos. Ensuite, les joueurs posent des questions sur l'objet. A quoi cela sert? À quoi cela ressemble-t-il? Enfin, combien de suppositions faut-il pour comprendre ce qu'est l'article? À tour de rôle et laissez quelqu'un d'autre cacher un élément!

31



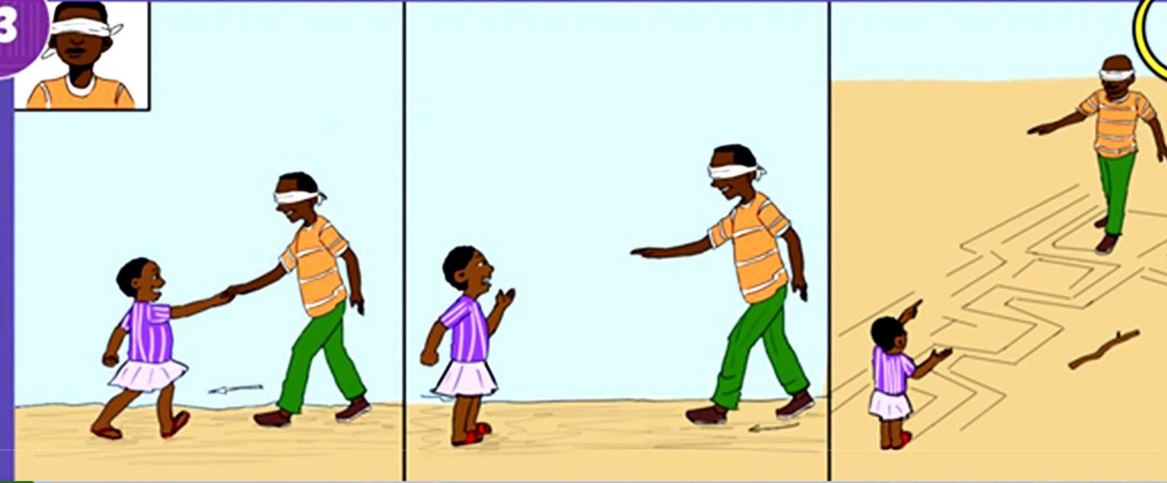
Tout d'abord, rassemblez 10 petits objets et dispersez-les sur le sol. Ensuite, essayez de trouver un moyen créatif de mettre les articles dans une tasse sans utiliser vos mains. Répétez avec quelqu'un d'autre. De combien de façons différentes pouvez-vous rassembler les articles?

32



Tout d'abord, couvrez les yeux d'un membre de la famille. Commencez à instaurer la confiance en les guidant soigneusement dans la pièce. Ensuite, guidez-les uniquement avec votre voix. Enfin, créez un labyrinthe au sol et essayez de les diriger avec vos mots. Changez de rôle et laissez le membre de votre famille vous guider!

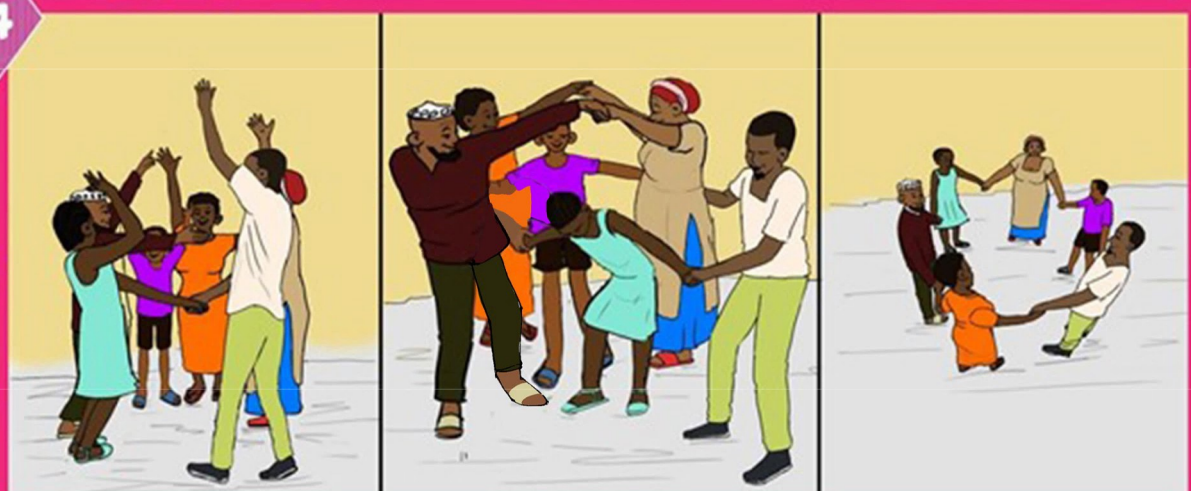
33



Si un conflit survient, cherchez des moyens de le résoudre calmement et équitablement. Trouver un compromis tel que partager ou se relayer aide toujours!

Tout d'abord, formez un cercle. Ensuite, saisissez les mains de deux personnes différentes dans le cercle. Enfin, communiquez et travaillez en équipe. Sans lâcher les mains de personne, démêlez-vous et retournez dans un cercle!

34



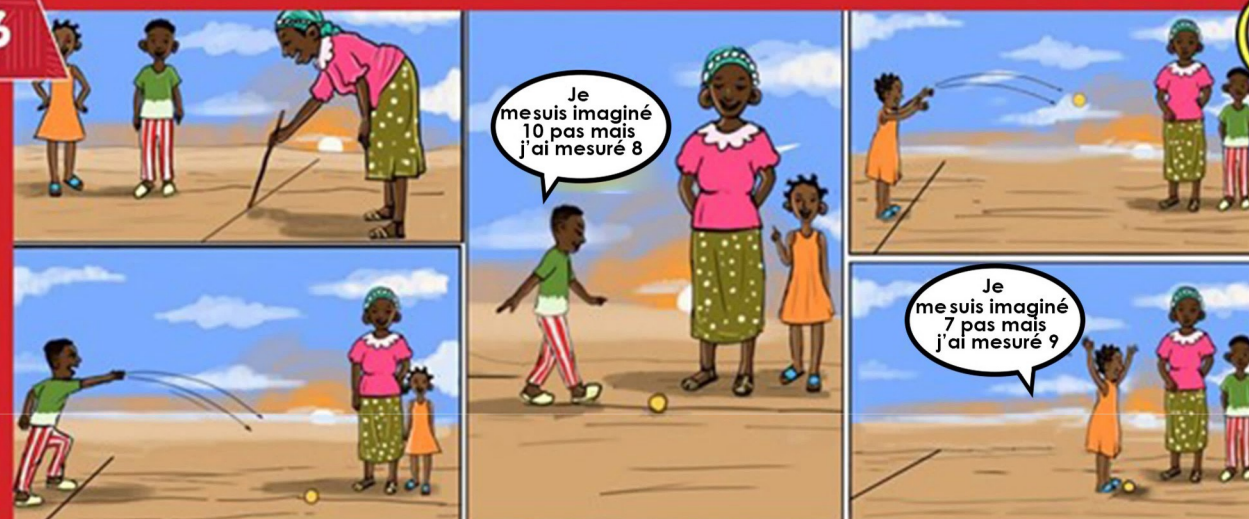
Tout d'abord, amusez-vous en jouant à n'importe quel jeu de votre choix. Ensuite, assurez-vous de vous laver les mains avec du savon lorsque vous revenez de jouer. Enfin, essayez de chanter une chanson amusante pour voir combien de temps vous pouvez vous laver les mains. Pouvez-vous chanter et frotter avec du savon pendant plus de 20 secondes?

35



Jetez d'abord un objet (comme une chaussure, un rocher ou un autre objet). Ensuite, devinez à quelle distance se trouve cet élément. Enfin, mesurez la distance à l'objet en utilisant vos pieds (ou tout ce qui est accessible). Qui est le plus proche? Essayez à nouveau et voyez comment améliorer vos estimations à chaque fois!

36



Encouragez la compassion et prenez soin les uns des autres tout au long de la journée, tous les jours!

prendre soin de toi

1. Si vous ne comprenez pas une activité dans ce paquet, ne vous inquiétez pas!

C'est très important de rester en bonne santé et heureux. Essayez d'avoir des moments ludiques avec votre enfant et faites ce qu'il faut pour prendre soin de vous et pour que vous et votre enfant soyez heureux.



2. Les exercices de respiration sont parfaits pour réduire le stress.

Pendant que vous effectuez des tâches ménagères dans la maison ou que vous vous allongez la nuit, comptez jusqu'à quatre lorsque vous inspirez lentement et de nouveau lorsque vous expirez. Une respiration lente guérit. Essayez les activités 16 et 22.



3. N'oubliez pas: il est normal de prendre du temps pour vous!

Accordez-vous du temps pour être seul ou prenez soin de vous. Encouragez votre enfant à prendre ce paquet et à jouer à des jeux pour que vous puissiez faire une pause. Demandez le soutien de vos proches. Si votre système de support habituel n'est pas en place, nous avons inclus des numéros dans ce paquet, sur cette page et la suivante que vous pouvez appeler pour obtenir de l'aide.



4. N'oubliez pas de sourire.

Les sourires peuvent voyager rapidement. Si vous vous sentez dépassé, souriez à votre enfant. Quand ils sourient en retour, cela pourrait aider à rendre votre journée plus légère.



BESOIN DE SOUTIEN?

Appelez l'un de ces numéros sans frais.

0829 777 572

0999972021

Resources

SERVICES DE SANTÉ ET INFORMATION COVID-19 :

***109#**

***199#**

ENSEIGNANTS OU FACILITATEURS POUR PARLER AVEC:

Goma: +243 815345372
(John KISA)

NYIRAGONGO: +243 974164058
(S/PROVED)

NYIRAGONGO: +243 979668448
(S/PROVED.A)

PROVINCE ÉDUCATIONNELLE NORD-KIVU I

DELPHIN KONAPUNGU PERO
+243 975243049
(PROVED)

En partenariat avec:



The LEGO Foundation

