


Objectif : savoir lire le nombre et l'associer à la quantité

Atelier 1 / course des loups

**1** → **La course des loups**

**Les loups ont fait une course. Tu reconnais chaque loup avec sa couleur de maillot. Peux tu donner la couleur du loup qui finira 3ème, 2ème 1er .... ?**

*(Il faudra que votre enfant vous donne à l'oral la couleur demandée, ou colorie la case de la bonne couleur dans le tableau des résultats.)*



**La course des loups :**



www.emmentelle.fr

2ème	5ème	1er	3ème	4ème

L'enfant doit colorier la couleur en choisissant une couleur pour chaque loup puis il doit observer qui correspond au premier au second, au troisième rang , quatrième rang et cinquième rang. Il doit ainsi avec l'aide de l'adulte à colorier les cases correspondant au différents rangs.

2/Atelier lecture des nombres ou de la quantité

L'enfant doit placer un bouchon d'une bouteille sur le départ , le loup doit retrouver la louve, il doit pour cela emprunter un chemin et lire le nombre indiqué si il veut continuer à avancer.



# Le chemin des nombres :


# Atelier 3 / dénombrement

Prénom : \_\_\_\_\_



LUNDI			MARDI				MERCREDI					JEUDI				VENDREDI				SAMEDI				DIMANCHE							
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
JANVIER			FÉVRIER				MARS		AVRIL			MAI		JUIN		JUILLET			AOUT		SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DÉCEMBRE	

**Objectif :** reconnaître l'écriture chiffrée de 1 à 7. Dénombrer jusqu'à 7.

**Consigne :** colorie le nombre de loups indiqués dans la case de gauche.

5	
3	
7	
6	
4	
2	

## 5/ Atelier recette

**Objectifs:**

**L'enfant doit interroger ses proches sur le plat qu'ils aiment ou qu'ils n'aiment pas. Il doit ensuite choisir une recette qui va réaliser avec l'aide de l'adulte.**

L'enfant va réaliser une recette qui l'aime . Pour cela , il doit lister les ustensiles dont il a besoin, il doit lister les ingrédients, il doit ensuite décrire les étapes pour réaliser cette recette.

Pour ma part je vous donne une recette que j'aime réaliser, bonne appétit!

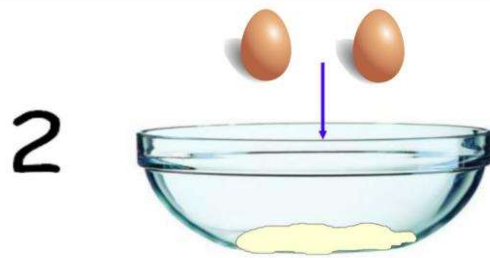
# RECETTE DES COOKIES

*Recette des cookies*

PRODUIT	QUANTITE	USTENSILES
	150 g	 SALADIER
	200 g	
	260 g	 TAMIS
	110 g	 CUILLERE EN BOIS
	2	 PETITE CUILLERE
	2	 PLAQUE
		
	200 g	 BALANCE
		
		
		



Mettre le beurre mou, le sucre et le sucre vanillé dans le saladier.  
**Mélanger.**



Ajouter les œufs et bien mélanger.



Ajouter doucement la farine et la levure.  
**Mélanger.**



Ajouter doucement les pépites de chocolat  
**Mélanger.**

---



5



Faire des boules avec une petite cuillère et les placer sur une plaque.  
Attention elles ne doivent pas se coller.

6



Faire cuire au four pendant **10 minutes à 180 °C**. Les cookies doivent être mous à la sortie du four.  
Ils durcissent en refroidissant.

### 6/ Atelier graphisme

Objectif : mémoriser les lettres et les mots , Écrire en capitale les lettres et les mots  
L'enfant doit associer le dessin à la lettre pour trouver le mot. L'adulte doit l'aider .

3

→ **Phrase codée :**

**Loup a voulu faire une surprise à Louve. Il lui a écrit une phrase codée. Peux tu aider Louve à trouver les lettres de la phrase pour savoir ce qu'il voulait lui dire ?**

**(Solution : « ma Louve que j aime »)**

# La phrase codée :



www.smaternelle.fr

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z






## **7/ atelier motricité**

**Objectif :découvrir une discipline olympique en famille , être rapide ,**

L'adulte et l'enfant découvrent un sport.

1/échauffement

La Marche des Animaux : l'enfant va déambuler et tenter d'imiter la démarche de certains animaux afin de réveiller les différentes parties de leur corps.

- La Girafe: marche sur les pointes de pieds tout en levant les bras au ciel pour s'étirer un maximum. La posture est droite et le menton doit être relevé.
- Le Canard: marche en étant accroupi les hanches doivent être bien en dessous des genoux afin que les fesses soient le plus bas possible.
- L'Ours: marche à quatre pattes en gardant les bras ainsi que les jambes tendus au maximum.
- L'Araignée: marche à quatre pattes mais sur le dos cette fois, le nombril vers le ciel.
- La Grenouille: marche en faisant des sauts, de manière à bondir le plus haut possible. Attention à garder le dos droit.
- Le Crabe: marche à l'horizontale, il faut rester bas sur les appuis. Ajouter les mouvements des pinces du crabe pour échauffer les doigts.
- Le Pinguin: marche les jambes tendues en faisant un mouvement de balancier pour avancer. Les bras sont le long du corps.

2/entraînement



## ***Parcours de Motricité : « 3 ateliers »***

- **1** : marcher sur la poutre, finir par un saut dans le cerceau et terminer par un lancer à deux mains d'un ballon par dessus le fil.



- Tunnel pour relier les deux ateliers, passer à l'intérieur avec le ballon en le faisant rouler.

- **2** : saut dans les cerceaux à cloche pieds ou pieds joints. Obstacles dessus/ dessous. Terminer par un saut face au fil pour essayer de le toucher.



- Gros boudin bleu pour relier les ateliers, passer en glissant par dessus.

- **3** : faire rouler le ballon entre les tapis, monter le tapis pente et frapper dans la balle pour qu'elle passe le filet.



### ***Exercices avec ballon:***

- 1) Faire rouler le ballon, le doubler en courant pour enfin l'arrêter avec les fesses.
- 2) Se mettre par deux et mettre un ballon au niveau du ventre et tentent d'avancer d'un point A à un point B ensemble. Les deux enfants doivent rester suffisamment serrés et coordonnés pour ne pas que celui-ci tombe.
- 3) S'asseoir en ronde et faire une tomate pour développer des réflexes, de la coordination ainsi que travailler le geste de la manche.



3/retour au calme , étirement

## Étirements et fin d'entraînement:

---

### ***Retour au calme:***

- faire une ronde et s'asseoir en cercle
- toucher les pointes de pieds en gardant jambes tendues
- secouer les jambes pour réactiver la circulation ( tendues/ pliées)
- se mettre en boulette et rouler sur le dos
- se mettre à quatre pattes et faire le chat ( dos rond/creux)
- sur les genoux et étendre les mains devant afin que toutes les mains se rejoignent au centre du cercle
- pendant les étirements demander aux enfants leurs impressions, leurs exercices préférés..

Objectif : l'enfant doit nommer les émotions et les colorier à l'aide de crayons de couleurs. Il peut les mimer c'est amusant.

# Les émotions à colorier



la tristesse



la peur



la surprise



la sérénité



la joie



le dégoût



la timidité



la colère

