

Bienvenue à l'infolettre d'ergothérapie CSPGNO

Sujet de la semaine : Vacances d'été



L'été est arrivé!

La pandémie de coronavirus a certainement eu un grand impact sur la planification des activités d'été. Ce n'est certainement pas l'été que nous avons espéré ou prévu. Cela dit, il y a encore du plaisir à avoir! Avec un peu d'imagination, nous pouvons nous libérer de cette cage de coronavirus et aider nos enfants à développer davantage les compétences qu'ils ont acquises tous au long de l'année scolaire. Voici des activités pour vous inspirer pendant cette période.

Activités amusantes pour l'été :

- ❖ *Essayez de garder une routine. Planifiez en famille les journées et inclure l'enfant dans le choix des activités. Affichez l'horaire et la liste des tâches quotidiennes à faire dans un endroit visible pour l'enfant. Planifiez les nouvelles activités bien à l'avance et assurez-vous de bien préparer l'enfant.*
- ❖ *Créez une chasse au trésor multi sensorielle impliquant les yeux, les oreilles, le toucher et l'odorat. Voici quelques exemples d'éléments qui peuvent être inclus : des fleurs, un papillon, des nuages en forme d'animaux, le son d'un oiseau ou autres animaux ...*
- ❖ *Planifiez autant que possible des rendez-vous avec des amis ou la famille (en suivant les règlements imposés par le gouvernement de l'Ontario). Ces temps de jeu peuvent aussi se faire à distance sur l'internet.*
- ❖ *Créez un parcours d'obstacles ou une course de relais. Ces activités travaillent la coordination, le renforcement des muscles et le plaisir de l'exercice!*
- ❖ *Allez à la plage! L'enfant peut jouer avec un ballon de plage ou un frisbee, faire un château de sable ou nager.*



- ❖ *Les activités à la tombée de la nuit sont aussi amusantes. Partez à la chasse au trésor avec votre lampe de poche. Utilisez des bâtons lumineux pour dessiner différentes lettres et chiffres.*
- ❖ *Créez un dessin avec la craie sur le pavé ou autres surfaces afin de pratiquer les lettres et numéros en les intégrant dans un jeu. Par exemple sauter sur la lettre « a » ou faire un jeu de recherche et trouve.*
- ❖ *Lors des jours de pluie, jouez à des jeux de société! Vous pouvez même créer votre propre jeu de société avec du carton, de la colle, des marqueurs de couleurs et autres matériels retrouvés à la maison.*
- ❖ *Créez un livre. Coupez des vieux magazines et collez les images sur du papier de construction relié avec un fil. L'enfant peut inventer une histoire basée sur les images choisies.*
- ❖ *Peinturez avec différents éléments tels que des feuilles, des bâtons, des Q-tip, des fleurs, des plumes ou des boules de coton. L'enfant peut utiliser des pinces pour tenir l'élément afin de travailler davantage la motricité fine.*
- ❖ *Peinturez avec du sable! Dessinez avec de la colle sur du papier de construction. Secouez le sable sur la colle pour créer des images texturées. Cette idée fonctionne très bien avec les lettres! Une fois la colle / le sable sec, tracez les lettres, les images ou les chiffres avec l'index.*
- ❖ *Utilisez des draps et des couvertures pour faire une tente. Allez faire du camping dans votre salon !*
- ❖ *Plantez des graines et regardez-les pousser. Tracez leur croissance dans un cahier. Encouragez votre enfant à vous aider avec les responsabilités d'arrosage de son jardin et de rempotage si nécessaire.*
- ❖ *Planifiez une fois par semaine une journée de cuisson. Impliquez les enfants dans le processus du début. Si l'enfant sait lire, demandez-lui de lire la recette. Étape par étape, aidez-le à suivre les instructions.*
- ❖ *Passez une « journée de détente ». Regardez des films, lire des livres et journées spa...*



Amusez-vous!

(Koscinski, 2016)

Pour autres idées d'activité, visitez l'article rédigé par [CNN](#) (clique sur le titre pour accéder le lien)

Référence :

- Koscinski, C., (2016). 20 Summer Fun Ideas. Retirer de <https://www.pocketot.com/20-summer-fun-ideas-ot-approved/>