

Être parent dans les moments difficiles

Apprendre par le jeu

Tout en jouant, les enfants peuvent apprendre beaucoup sur le monde qui les entoure. Voici quelques activités ludiques et des jeux qui peuvent leur apprendre beaucoup, tout en s'amusant.



Le rôle du jeu

- Il existe de nombreux jeux et activités qui peuvent donner aux enfants des connaissances précieuses tout en étant très ludiques.
- Les mots, les chiffres et les images permettent aux enfants de s'exprimer, tandis que le théâtre et les activités musicales permettent de devenir encore plus créatif.

Des jeux dynamiques

- Inventez une danse sur la chanson préférée de votre enfant. Chaque personne a la possibilité d'inventer un mouvement que tous les autres copient.
- Mettez au défi vos proches de toucher leurs orteils ou de sauter le plus de fois possible en 1 minute.
- Faites semblant d'être un miroir en copiant les expressions faciales, les actions et les sons de l'autre.
- Jouez de la musique ou chantez une chanson et encouragez tout le monde à danser. Lorsque la musique s'arrête, tout le monde doit se figer. La dernière personne encore en mouvement devient le juge du prochain tour.

Raconter des histoires

- Racontez à votre enfant une histoire qui vous est arrivée dans votre jeunesse et demandez-lui à son tour de vous en raconter une.
- Inventez une nouvelle histoire et chacun se relaie pour ajouter une phrase à cette histoire.
- Jouez l'intrigue de votre conte de fées ou de votre film préféré. Les enfants plus âgés peuvent même essayer de guider des enfants plus jeunes, ce qui leur apprend le sens des responsabilités.

Transformez les objets du quotidien

- Apprendre aux enfants à faire appel à leur imagination en transformant en accessoires de jeu, de simples objets ménagers - comme des casseroles, des coussins ou des emballages vides.
- Placez un objet au milieu de la pièce et formez un cercle autour de celui-ci. Lorsque quelqu'un a une idée, il saute dedans et montre aux autres à quoi peut servir l'objet. Un balai peut devenir un cheval, ou une brosse à cheveux peut être utilisée comme microphone et même pourquoi pas comme une guitare !

Testez votre mémoire

- Lancez un exercice de mémoire amusant en commençant un début de phrase, d'histoire. Par exemple :
 - quand j'ai fait les courses, j'ai acheté...
 - quand je suis allé au zoo, j'ai vu...
 - quand j'étais dans la cuisine, j'ai mangé...
- Chaque personne doit se souvenir et réciter ce qui est dans la phrase, avant d'ajouter son propre élément.
- Vous pouvez ajouter un défi pédagogique supplémentaire en classant la liste par ordre alphabétique.

Chantez une chanson

- Chantez une chanson à votre bébé ou jeune enfant l'aide à développer le langage dès son plus jeune âge.
- Quand votre enfant est plus grand, vous pouvez faire des jeux musicaux comme leur demander de deviner la chanson que vous leur chantez ou jouez.
- Tout peut être transformé en instrument. Imaginez ce qu'un objet du quotidien peut faire comme son et essayez de composer une chanson avec !

DÉCOUVREZ LA SÉRIE DE CONSEILS

DÉCOUVREZ LES VIDÉOS

Ces conseils parentaux ont été développés par Parenting for Lifelong Health en collaboration avec [UNICEF, WHO, et d'autres organisations internationales.](#)

