



Chassez l'ennui : activités hors ligne pour les enfants en quarantaine

Avec le temps qui passe, les familles commencent à manquer d'idées pour divertir leurs enfants en confinement ou en quarantaine à la maison. Bien qu'il soit tentant de les laisser plantés un peu plus longtemps devant la télé, l'ordinateur ou leur téléphone, le visionnement intense d'un écran est associé à l'obésité, aux troubles d'attention et à un piètre sommeil chez les enfants. Donc, si les enfants s'ennuient, voici quelques activités hors ligne qui stimuleront leur créativité et favoriseront l'activité physique.

Chasse au trésor

Variante de la cachette, la chasse au trésor est facile à organiser et peut être aussi divertissante pour les adultes que pour les enfants. Le trésor caché peut être n'importe quoi, par exemple un trophée, une balle ou un bijou de fantaisie. Une fois le trésor dissimulé, les participants se font concurrence pour le trouver en premier. C'est à vous de décider du degré de difficulté. La personne qui a caché le trésor peut donner des indices aux participants en leur disant s'ils sont « chauds » ou « froids », ou en limitant les endroits où le trésor peut être. Pour une version plus complexe, les enfants peuvent dessiner (et colorier) une carte élaborée remplie d'indices.

Cuisine en famille

Laissez les enfants se salir les mains en cuisinant avec vous. Les petits peuvent faire semblant de préparer un repas avec des cuillères en bois et des casseroles. Vous pouvez verser un peu d'eau dans des tasses à mesurer et des cuillères pour favoriser le développement de la motricité fine. Les enfants un peu plus vieux peuvent participer réellement à la cuisine en choisissant des recettes dans un livre ou sur YouTube. La mesure des ingrédients et le suivi des directives sont d'excellentes façons pour eux de s'exercer à la lecture et de poursuivre l'apprentissage des maths. Le clou de cette activité maison est que vous serez récompensés par des petits gâteaux et des biscuits savoureux à la fin.

Jeu de société géant

Vos enfants n'ont probablement pas souvent la chance de transformer la maison en version géante de Serpents et échelles ou de Monopoly. Ces activités pourraient durer des heures avec les enfants qui participent à la conception du jeu et à l'élaboration des règles, et à la création des cases de jeu par la suite.

Cet élément de nouveauté éveillera l'intérêt des futurs ingénieurs. Aidez les enfants à déplacer les meubles et à libérer le plus d'espace possible pour disposer les cases dans les pièces de la maison. Vous pouvez utiliser un dé ou une girouette pour déterminer les mouvements des joueurs. Vous pouvez aussi formuler des questions auxquelles ils devront répondre correctement pour avancer.



Camping intérieur

En étendant un drap sur une table, vous obtiendrez une tente simple. Ajoutez des chaises et des couvertures pour fabriquer une tente plus élaborée. La tente peut servir aux activités tranquilles, comme la lecture ou l'écoute de musique. C'est aussi un endroit génial pour la sieste. La tente peut être démontée à la fin de la journée, et un nouveau fort peut être érigé le lendemain.

Les activités ci-dessous exigent un appareil électronique mais stimulent quand même l'imagination.

Cinéma maison

La construction de votre propre cinéma à la maison est plus simple que vous ne le croyez. Disposez des coussins ou des sacs de couchage en rangée sur le sol. Si vous désirez mettre le paquet, installez un matelas dans la pièce. Une personne peut être responsable de la création et de la vente des billets de cinéma, et une autre peut préparer et vendre le maïs soufflé. Le plus facile sera de rassembler les films préférés de tout le monde puis d'éteindre les lumières pour une expérience des plus réalistes !

Défis musicaux sur TikTok

Au cas où vous ne connaissiez pas TikTok, il s'agit d'un réseau social populaire sur lequel les utilisateurs peuvent créer, monter et partager des vidéos de 15 secondes où ils (ou d'autres personnes) dansent et font semblant de chanter des paroles en vogue. Les défis TikTok offrent aux enfants et à leurs parents une occasion de s'amuser en apprenant des chorégraphies et en les partageant.

Les parents doivent savoir que certaines paroles et vidéos présentées sur TikTok ne conviennent pas aux enfants de tous âges. L'appli TikTok comporte une section où les enfants de moins de 13 ans ont accès à de la musique sélectionnée pour un jeune public. Elle permet aussi aux enfants de créer des vidéos sans les publier. Les parents devraient examiner attentivement les paramètres de TikTok et bloquer le contenu inapproprié, empêcher les achats intégrés et appliquer les restrictions de confidentialité.