



FORUM DES CENTRES TEM

IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : lundi 27 avril

au vendredi 1er mai

2020

X TEM (16 à 18 ans)

PLUS (16 à 18 ans)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : défis en Famille

Consigne / Descriptif :

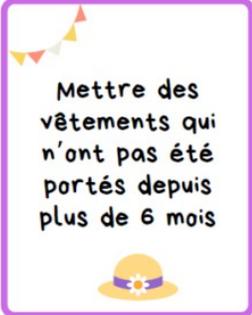
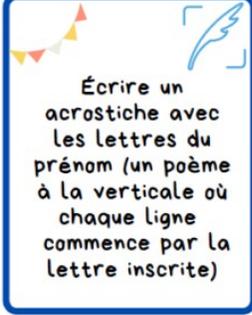
Voici une activité que nous avons trouvé sur <https://apprendreaeduquer.fr/defis-en-famille-confinement/>

Il y a 24 cartes qui te sont mises à disposition afin de créer des défis sympas en famille. Chaque membre de ta famille peut tirer une carte par jour et tous les membres relèvent ensemble le défi proposé.

Ces cartes "Un défi par jour en famille" participent à :

- créer des liens authentiques et profonds en famille,
- apprendre à penser différemment pour plus de créativité dans la vie de tous les jours,
- maintenir la curiosité en éveil,
- se sentir mieux avec soi-même et avec les autres.

Sois imaginatif en créant tes propres défis, tes propres cartes. Qu'est ce qui te ferait plaisir de partager avec ta famille? Quelle activité aimes - tu faire et que tu n'as pas encore partagée avec eux. C'est peut être le moment de le faire et propose à ta famille de faire de même. Amusez – vous bien.

 <p>Cuisiner quelque chose que la famille n'a jamais mangé</p> 	 <p>Laisser les écrans éteints toute la journée</p> 	 <p>Mettre des vêtements qui n'ont pas été portés depuis plus de 6 mois</p> 	 <p>Rester 5 minutes par terre seul en silence, sans rien faire</p> 
 <p>Modifier la décoration intérieure de la maison (au moins 2 changements)</p> 	 <p>Fêter quelque chose, quoi que ce soit, de quelle que manière que ce soit</p> 	 <p>Téléphoner à un/une ami.e perdu.e de vue</p> 	 <p>Écrire un acrostiche avec les lettres du prénom (un poème à la verticale où chaque ligne commence par la lettre inscrite)</p> 

<p>Danser pendant toute la chanson de la macaréna (et transpirer !)</p> 	<p>Se prendre en photo en faisant une grimace</p> 	<p>Se brosser les cheveux avec une fourchette (propre :)</p> 	<p>Se déplacer en marche arrière pendant 1 heure</p> 	apprendreceaquies.fr
<p>Raconter une histoire contenant les mots : tam tam, chou fleur, poilu, bison</p> 	<p>Manger en mélangeant les genres (ex : chips et confiture, pain et fruits...)</p> 	<p>Organiser un spectacle d'objets</p> 	<p>Chercher le plus de solutions (au moins 5) à cette devinette: Qu'est-ce qui est rouge et qui vole ?</p> 	
<p>Pour les gauchers : faire un dessin de la main droite (inversement pour les droitiers)</p> 	<p>Effectuer aujourd'hui quelque chose qu'on n'a jamais fait avant</p> 	<p>Inventer des tautogrammes avec les lettres A, B, F, L et P (exemple avec M : Ma mère mange mes myrtilles.)</p> 	<p>Construire une cabane dans le salon et prendre le dîner dedans</p> 	apprendreceaquies.fr
<p>Imaginer les conséquences si cela arrivait : si nous pouvions lire les pensées des autres sur leur front</p> 	<p>Déceler le maximum de formes en observant les nuages pendant cinq minutes</p> 	<p>Trouver au moins 3 points communs entre : une lampe et une banane, une chemise et un vase, un fauteuil et des chaussures</p> 	<p>Faire la liste des moments de bonheur du jour (petits ou grands bonheurs)</p> 	

Remarques :

Faites vous plairs dans ces défis, partagez ce que vous aimez faire, les choses positives qui vous entourent.

Pour aller plus loin (références et liens) :