



PETITE FICHE DE SURVIE A LA MAISON

FICHE 10

Fabriquer des bonhommes ballon anti-stress

Matériel :

- Des ballons de baudruche
- Un entonnoir
- De la maïzena ou de la farine (personnellement je préfère avec la maïzena, je trouve que le ballon est plus agréable à toucher)
- Un feutre indélébile

Prendre un ballon de baudruche. Fixer l'entonnoir en l'enfilant dans la partie du ballon où l'on souffle normalement. Faire tomber doucement la farine dans l'entonnoir (on peut l'aider à passer avec un coton tige ou un pic à brochette si la farine ne passe pas bien). Tenir l'entonnoir au niveau du ballon pour qu'il ne se décroche pas. Remplir le plus possible le ballon. Retirer l'entonnoir du bout du ballon. Tirer un peu sur le ballon pour tasser la farine. Faire un nœud au ballon.



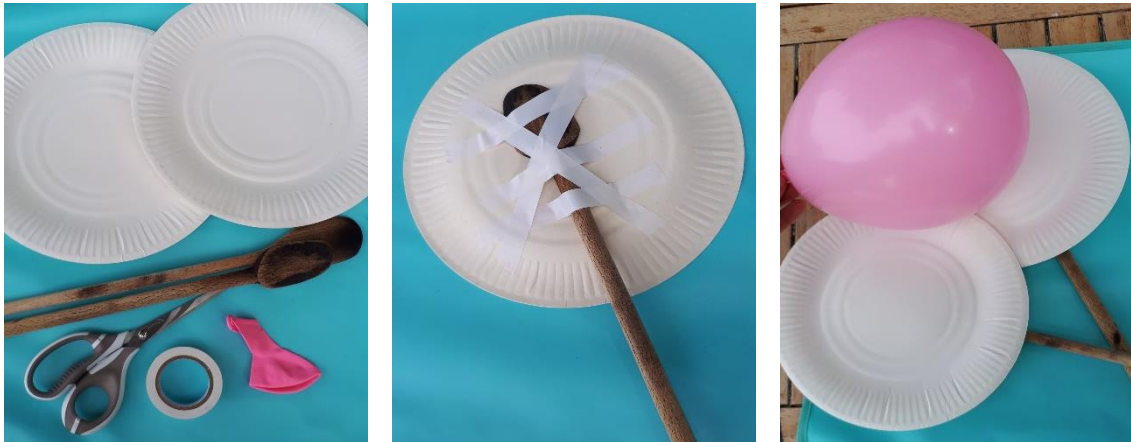
Dessiner avec un feutre indélébile des yeux et une bouche sur le ballon. On peut en profiter pour faire différentes émotions et échanger autour de ces émotions, comment les reconnaître...



Fabriquer un jeu de tennis

Matériel :

- Deux assiettes en carton
- Deux cuillères en bois
- Du scotch (le scotch d'électricien « chatterton » est plus souple et plus solide mais pas toujours facile à trouver, le supermarché en vend parfois au rayon bricolage)
- Un ballon de baudruche



Prendre une assiette en carton, la retourner et placer la cuillère comme sur la photo ci-dessus. Fixer la cuillère avec du scotch. Ne pas hésiter à en mettre beaucoup pour que cela tienne bien. Gonfler un ballon de baudruche, plus il est gonflé gros plus il sera facile à viser, plus il sera petit plus cela demandera de précision pour pouvoir le taper avec la raquette.

Un gros avantage de ce jeu ludique est que le ballon est très léger et ne peut pas casser d'objets s'il tombe dessus.

