

Boletín de Familia de Maarif
Décembre 2025 | Número: 15

MAARİF famille

04

Des Moments
Productifs En Famille

08

Astuces Pour Passer Du
Temps De Manière
Productive En Famille

Des Moments Productifs En Famille



MAARIF
famille



presentación

Prof. Dr. Birol Akgün
Président de la Fondation Maarif de Turquie

Chers parents,

La Fondation Maarif de Turquie, créée par la loi n° 6721 du 17 juin 2016, est la porte d'entrée de notre pays sur le monde en matière d'éducation internationale. Notre Fondation, qui a pour mission d'élever des personnes vertueuses sur la base de l'ancienne tradition de sagesse de l'Anatolie et des connaissances et des valeurs communes de l'humanité, est une fondation publique créée pour mener des activités d'éducation formelle et non formelle dans le monde entier. La Fondation a le droit d'ouvrir et de gérer des établissements d'enseignement internationaux à l'étranger à tous les niveaux d'enseignement, du préscolaire à l'enseignement supérieur, dans le cadre des principes déterminés par la loi fondatrice. En plus de l'éducation formelle, la Fondation Maarif de Turquie entreprend des tâches telles que l'offre de bourses et de possibilités d'hébergement aux élèves, la réalisation d'activités de R&D dans le domaine de l'éducation et le soutien aux activités menées, l'élaboration de programmes d'études et le soutien à la promotion de la Turquie dans l'enseignement supérieur à travers les salons internationaux de l'éducation qu'elle organise. En outre, l'un des objectifs fondateurs de la Fondation Maarif de Turquie est de publier des publications périodiques et non périodiques dans le domaine de l'éducation. Avec une compréhension qui construit l'avenir en se nourrissant de la tradition, qui combine hier et aujourd'hui et qui façonne demain, la Fondation vise à élever ses élèves comme des personnes qualifiées, engagées dans leur culture et attachant de l'importance à la coopération des parents.

La famille joue un rôle important dans le développement physique, cognitif, psychologique, émotionnel et social de l'enfant. Les parents, que nous considérons comme les êtres les plus précieux qui guident, soutiennent et inspirent les enfants, et les enfants, qui sont la prunelle de leurs yeux, sont les éléments fondamentaux de cette structure précieuse. Une relation durable et saine entre les parents et l'enfant affecte directement la vie de l'enfant. En tant que Fondation Maarif de Turquie, nous attachons de l'importance à l'éducation de qualité que nous proposons dans nos écoles dans un environnement familial et chaleureux, ainsi qu'au soutien qu'ils reçoivent à la maison, afin d'élever de la meilleure façon possible les enfants qui sont très précieux pour les parents. Nous sommes conscients de l'importance de la coopération avec la famille dans les processus de développement social, émotionnel et académique de nos élèves.

Avec le « Bulletin de la Famille Maarif », nous souhaitons informer nos précieux parents sur les sujets que nous avons soigneusement sélectionnés pour contribuer au développement de nos enfants et toucher le cœur de nos élèves en renforçant la coopération école-parents.

Nous pensons que cette étude, préparée avec beaucoup de dévouement et d'efforts, contribuera au développement de nos élèves et sensibilisera tous les acteurs de l'éducation, et nous vous présentons **le «Bulletin Famille Maarif»**.

Président de la Fondation Maarif de Turquie

Prof. Dr. Birol AKGÜN



DANS CE Numéro

Concessionnaire:

Prof. Dr. Birol AKGÜN au nom de la Fondation Maarif de Türkiye

Comité de rédaction:

Ahmet TÜRK BEN
İsmail ÇUHADAR

Editeur:

Assoc. Prof. Dr. Muhammet Ü. ÖZTABAK

Auteur:

Ayşe Reyyan BOLAT

Contributeurs:

Sarenur AK
Şeydanur ŞİMŞEK
Zeynep Betül ARDIÇ

Conception Graphique:

Şule İLGÜÇ

Dans ce numéro du Bulletin Familial de Maarif, nous abordons le thème " Moments Productifs en Famille". Passer du temps de manière productive en famille contribue à renforcer le sentiment d'amour et de confiance, à consolider les liens familiaux et à améliorer la communication entre parents et enfants. Dans un tel environnement familial, l'enfant se sent en sécurité et ses besoins émotionnels sont mieux satisfaits.

Nous croyons fermement que les parents jouent un rôle clé dans la création de moments de qualité à la maison. C'est pourquoi nous souhaitons partager avec vous des astuces pour profiter de manière productive du temps passé en famille. N'oubliez pas que même de courts moments passés en famille peuvent être valorisés de manière productive. Dans ce contexte, nous souhaitons souligner l'importance d'une gestion efficace du temps.

Pour ce numéro, nous avons sélectionné des suggestions de jeux et d'activités qui vous permettront de passer des moments agréables en famille. Ces jeux et activités peuvent non seulement être joués en famille, mais également servir de modèle pour aider vos enfants à jouer avec leurs amis. Vous pouvez également vous inspirer de ces exemples pour développer des jeux et activités propres à votre culture.

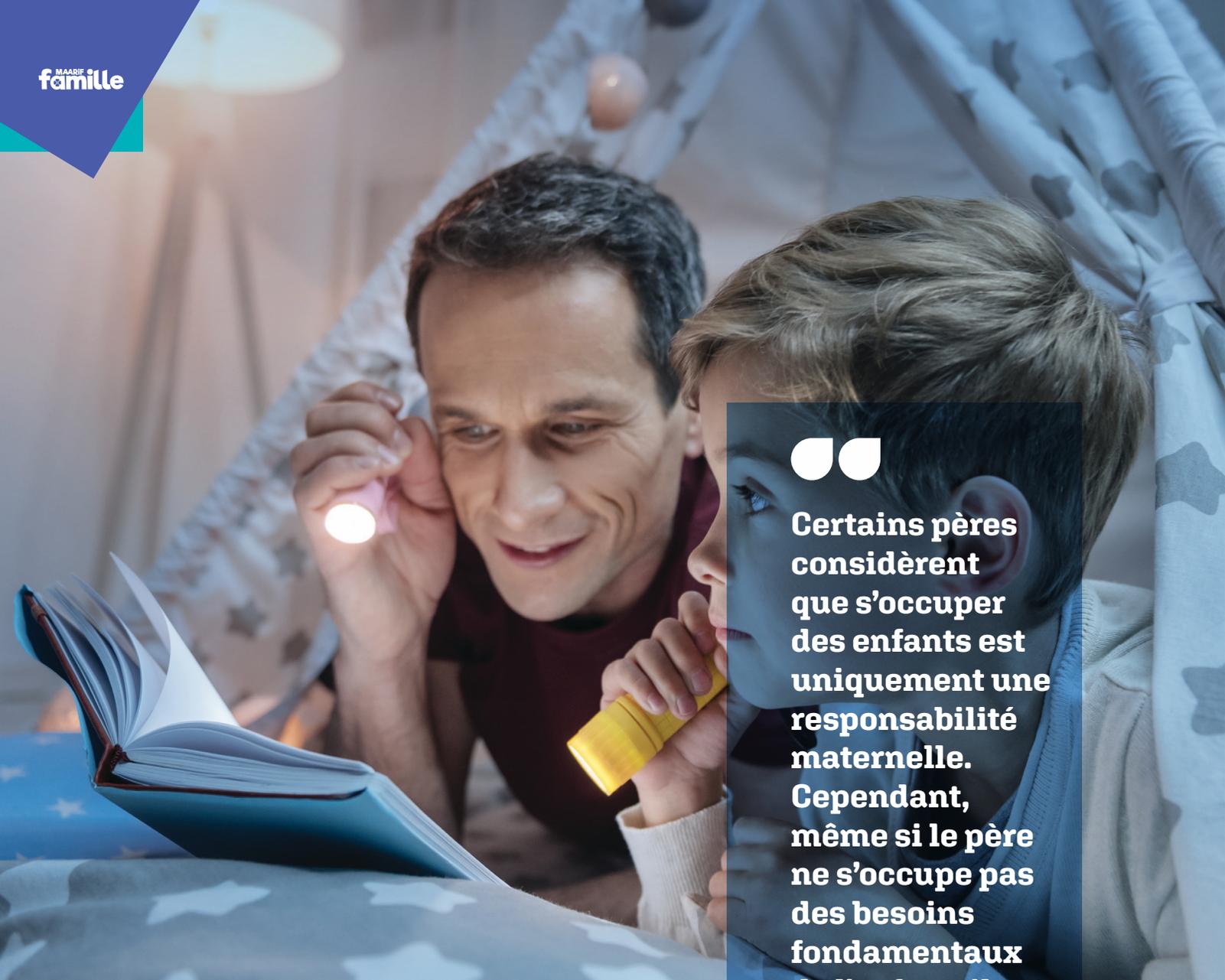
Dans ce numéro, nous avons préparé un "Calendrier d'activités parent-enfant" qui propose une activité à réaliser chaque jour avec votre enfant. Ces activités, que vous pouvez faire en consacrant un peu de temps chaque jour, visent à rendre votre lien et votre communication avec votre enfant plus efficaces et significatifs. Nous espérons que ce numéro servira de guide pour vous. Nous vous recommandons de continuer à suivre le Bulletin Familial de Maarif pour plus d'informations et d'idées.

Coordination de l'orientation et du conseil psychologique

TABLE DES MATIÈRES



INTRODUCTION	1
DANS CE NUMÉRO	2
DES MOMENTS PRODUCTIFS EN FAMILLE	4
ASTUCES POUR PASSER DU TEMPS DE MANIÈRE PRODUCTIVE EN FAMILLE	8
SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS ET DE JEUX	11
Les activités en plein air	11
Les jeux en plein air	12
Les activités d'intérieur	14
Les jeux d'intérieur	17
Les jeux avec des gobelets	18
Jeux avec des chaises	19
PARLONS ET PARTAGEONS !	20
CALENDRIER DES ACTIVITÉS PARENTS- ENFANTS	22
RÉFLÉCHISSONS ET RÉPONDONS	24
LE COIN DES QUESTIONS ET DES RÉPONSES	26
BIBLIOGRAPHIE	28



“
Certains pères considèrent que s'occuper des enfants est uniquement une responsabilité maternelle. Cependant, même si le père ne s'occupe pas des besoins fondamentaux de l'enfant, il est essentiel qu'il passe du temps de qualité avec lui.
”

DES MOMENTS PRODUCTIFS EN FAMILLE

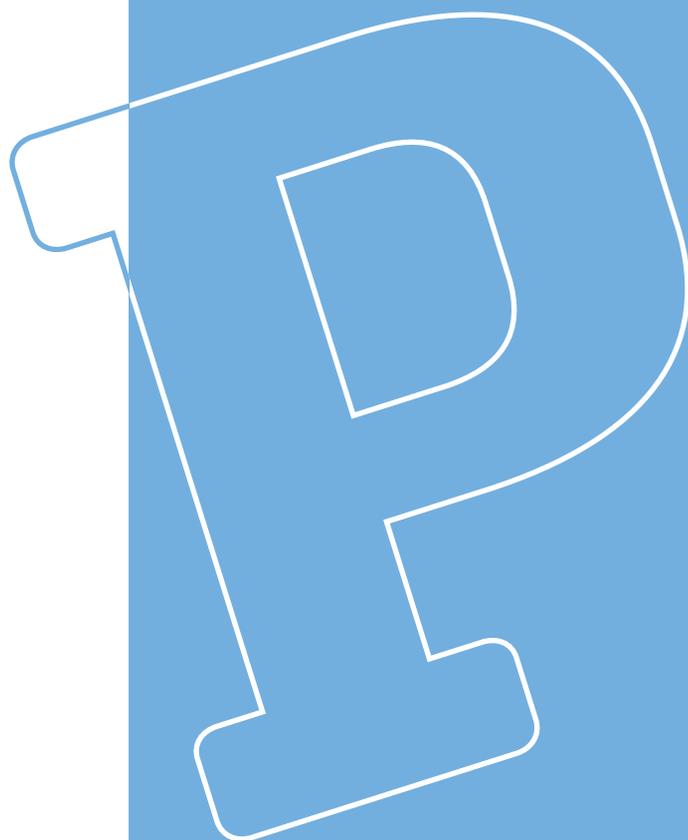
L'être humain, par nature, est un être qui ressent le besoin de socialiser en établissant des interactions. Nous naissons tous au sein d'une famille, grandissons et nous formons dans cet environnement familial. Nos interactions avec les membres de la famille jouent un rôle dans la formation de nos traits de personnalité, et les bases de

nos compétences sociales sont établies dans ce cadre. Il est donc crucial que le temps passé en famille soit productif et de qualité. Passer du temps ensemble en famille renforce les liens émotionnels, développe les sentiments de confiance et d'amour, et crée un environnement de communication saine. Les enfants grandissant dans un tel environnement fami-

lial, lorsqu'ils commencent à socialiser avec le monde extérieur, sont capables d'établir des relations saines avec les autres, de s'exprimer de manière efficace, de collaborer et de prendre des responsabilités. Par conséquent, les moments passés en famille ont un impact significatif sur la vie future des enfants.

Le jeu occupe une place importante dans le monde des enfants. C'est pourquoi, lorsqu'on passe du temps en famille, le jeu devient un outil fonctionnel. Le jeu aide à réduire le stress des enfants et développe leurs compétences à gérer les difficultés. De plus, il est bien connu que le jeu renforce la perception positive de soi chez les enfants. Les jeux impliquant des activités physiques intenses, tels que ceux qui améliorent l'équilibre, la coordination, ainsi que les compétences motrices fines et grossières, contribuent également au développement physique des enfants. Les jeux de rôle, comme jouer à la maison ou animer une poupée, favorisent l'imagination des enfants. En plus de contribuer au développement des enfants, le jeu renforce la relation entre les parents et l'enfant. En jouant, les enfants apprennent à établir des relations sincères. Par conséquent, le jeu est un moyen efficace pour les parents de tisser des liens proches avec leurs enfants et de passer du temps de qualité ensemble. Bien que certains parents puissent ne pas souhaiter jouer avec leurs enfants ou le trouver inutile, il est essentiel que les parents jouent avec leurs enfants. La famille est les premiers amis avec lesquels les enfants socialisent¹. Pour cela, il est crucial que les parents soient informés sur l'importance du jeu, ce qui permet de passer un temps de qualité et productif en famille.

L'une des conditions les plus importantes pour passer du temps productif en famille est la gestion du temps. On voit souvent que les parents s'efforcent d'apprendre la gestion du temps à leurs enfants. En réalité, les parents qui gèrent bien leur temps servent de modèle pour leurs enfants, qui, en suivant l'exemple de leurs parents, deviennent des



Passer du temps ensemble en famille renforce les liens émotionnels, développe les sentiments de confiance et d'amour, et crée un environnement de communication saine.



individus réussis dans ce domaine. Lorsque les parents organisent leurs propres plans et transmettent cette habitude à leurs enfants, le temps passé en famille peut être mieux structuré. Par exemple, imaginons une famille qui prévoit une soirée cinéma. Lorsque les parents rentrent du travail et s'occupent de leurs tâches personnelles, tandis que les enfants terminent leurs devoirs sans les remettre à plus tard, il y a suffisamment de temps pour la soirée cinéma.

La situation professionnelle des parents influence le temps passé en famille. Selon la structure familiale, les situations de travail des parents peuvent varier. Dans les familles où les deux parents travaillent, il arrive souvent qu'ils rentrent du travail fatigués, sans avoir l'énergie

nécessaire pour consacrer de longues périodes à leurs enfants¹. Par conséquent, les activités prévues en famille peuvent être reportées. Cependant, passer du temps de qualité en famille ne signifie pas nécessairement jouer à des jeux pendant de longues heures. Parfois, même si l'on joue pendant des heures, ce temps peut ne pas être de qualité. À l'inverse, une courte période peut être exploitée de manière efficace et productive. Par exemple, discuter de la journée avec son enfant, partager ses émotions et pensées, ou encore lire un livre ensemble pendant trente minutes sont des activités simples qui peuvent se transformer en moments de qualité.

Dans certaines familles, le père travaille tandis que la mère reste à la maison. Dans ce cas, la mère passe toute la journée avec l'enfant,



tandis que le père, en rentrant du travail, peut ressentir le besoin de se reposer en raison de la fatigue. Certains pères considèrent que s'occuper des enfants est uniquement une responsabilité maternelle. Cependant, même si le père ne s'occupe pas des besoins fondamentaux de l'enfant, il est essentiel qu'il passe du temps de qualité avec lui. Les pères passent généralement du temps avec leurs enfants en jouant. Des activités comme jouer

à des jeux, aller au parc, faire des courses, discuter, aller au cinéma ou au théâtre renforcent l'interaction entre le père et l'enfant. Les enfants qui entretiennent une relation proche et sincère avec leur père réussissent généralement mieux à l'école et établissent des relations plus solides avec leurs pairs². Par conséquent, il est crucial que le temps passé entre les pères et leurs enfants soit à la fois productif et agréable.





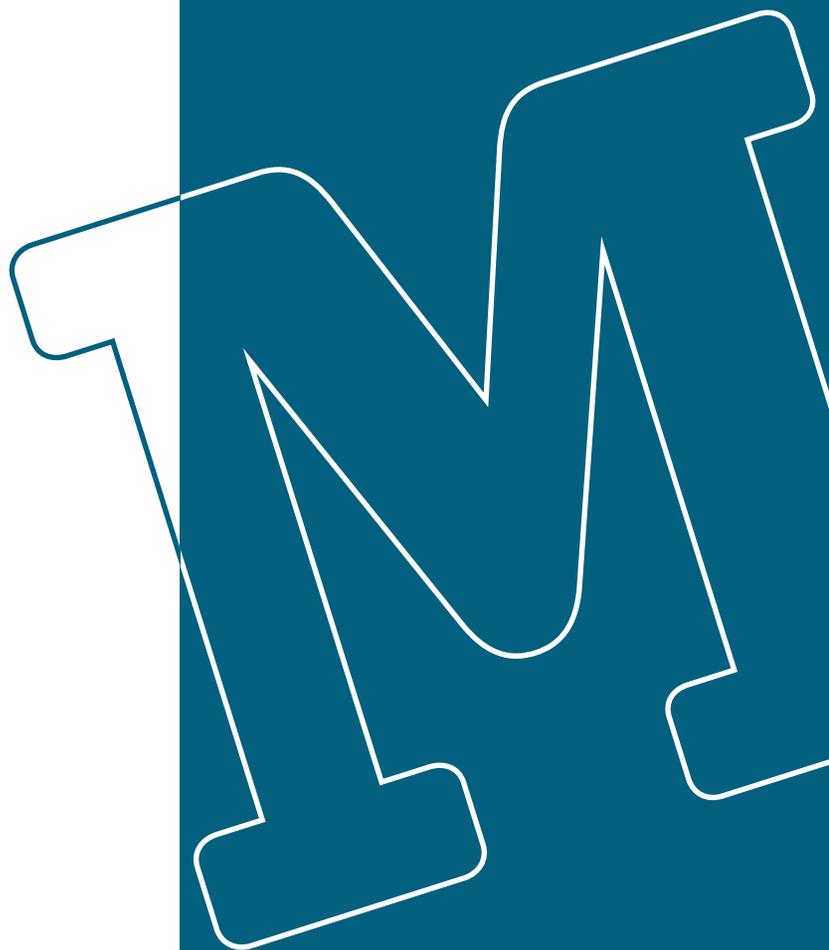
"Satisfaire uniquement leurs besoins alimentaires et d'hébergement ne suffit pas à élever un individu. Dès les premiers moments passés avec ses parents, un bébé commence à développer la conviction qu'il est une personne précieuse, aimée et entourée de personnes bienveillantes."

ASTUCES POUR PASSER DU TEMPS DE MANIÈRE PRODUCTIVE EN FAMILLE

Créer des relations saines et solides entre les parents et leurs enfants joue un rôle crucial dans le développement physique et émotionnel de ces derniers. Dans le rythme intense de la vie moderne, il arrive que, en tant que parents, nous cherchions des moyens de renforcer ce lien si précieux.

Il existe plusieurs suggestions et méthodes pour passer des moments significatifs et de qualité avec nos enfants. Vous trouverez ci-dessous des conseils pratiques que vous pouvez appliquer pour améliorer les interactions familiales et contribuer au développement de vos enfants.

- La responsabilité principale des parents est de subvenir aux besoins matériels et émotionnels de leurs enfants. En plus de répondre aux besoins physiques des enfants, passer du temps avec eux est crucial pour leur développement. Satisfaire uniquement leurs besoins alimentaires et d'hébergement ne suffit pas à élever un individu. Dès les premiers moments passés avec ses parents, un bébé commence à développer la conviction qu'il est une personne précieuse, aimée et entourée de personnes bienveillantes. Cette base influence les traits de personnalité qui façonneront son caractère futur.
- Ainsi, même dans un quotidien chargé, les parents qui souhaitent passer du temps de qualité avec leurs enfants peuvent les inclure dans des routines simples et quotidiennes pour rendre cette interaction à la fois facile et régulière. Par exemple, la préparation des repas, la mise de la table ou les tâches ménagères communes peuvent devenir des opportunités précieuses pour partager des moments en famille. Écouter les idées de l'enfant et discuter avec lui durant ces activités renforce le lien familial et donne une signification particulière au temps passé ensemble.
- De nos jours, la dépendance à la technologie est de plus en plus répandue, et ses fondations se posent souvent dès l'enfance. Les parents utilisent parfois des tablettes pour occuper leurs enfants ou la télévision pour faciliter les repas, ce qui peut les rendre dépendants des appareils technologiques dès leur plus jeune âge. Pourtant, l'enfance est une période idéale pour inculquer des habitudes positives comme la lecture. C'est pourquoi il est essentiel que les parents montrent l'exemple en créant des moments sans technologie. Mettre de côté la télévision, les tablettes et les téléphones pour se concentrer pleinement sur les membres de la famille, organiser des petits concours, ou jouer à des jeux de mots peut considérablement renforcer la communication et la satisfaction au sein de la famille.
- Les enfants naissent avec une curiosité débordante envers le monde. Lorsque cette cu-



"Mettre de côté la télévision, les tablettes et les téléphones pour se concentrer pleinement sur les membres de la famille, organiser des petits concours, ou jouer à des jeux de mots peut considérablement renforcer la communication et la satisfaction au sein de la famille."



riosity est soutenue et nourrie dès leur jeune âge par leur famille et leur environnement, ils deviennent plus enthousiastes, créatifs et productifs dans la vie. Cela leur permet de mieux se connaître et de découvrir leurs centres d'intérêt. Si les parents valorisent ces intérêts et partagent les passions de leurs enfants, ils peuvent entrer plus facilement dans leur univers. Par exemple, pour un enfant fasciné par les animaux, lui offrir une loupe pour observer les petites créatures dans la nature, jouer ensemble à des jeux éducatifs sur ce thème, ou lui lire des livres appropriés renforcera les liens émotionnels au sein de la famille. Ces activités non seulement aident l'enfant à se sentir valorisé, mais elles approfondissent également la relation entre parents et enfants.

- Jouer est l'un des outils les plus efficaces pour soutenir le développement émotionnel et social des enfants. Au sein de la famille, participer à des jeux de société, des puzzles ou des activités de groupe peut être à la fois amusant et éducatif. De plus, des activités créatives comme les arts plastiques et les travaux

manuels stimulent l'imagination des enfants et permettent aux membres de la famille de partager le plaisir de créer ensemble.

- Le temps passé en famille inclut également des partages émotionnels. Poser des questions à votre enfant telles que : "Comment s'est passée ta journée ?", "Qu'est-ce qui t'a fait rire ou surpris aujourd'hui ?", "As-tu eu des problèmes avec tes amis ? Comment te sens-tu par rapport à cela et quelle solution envisages-tu ?" peut développer ses compétences d'expression personnelle et favoriser une relation de confiance. Ainsi, les enfants apprennent à mieux se connaître et les parents obtiennent un aperçu précieux de leur univers intérieur.
- Chaque culture possède ses propres rituels et traditions uniques. Lors des occasions spéciales ou des fêtes, les individus se rassemblent avec les membres de leur famille pour renforcer les liens familiaux. De la même manière, créer de petits rituels spécifiques à la famille peut également consolider ces liens. Cela peut être un petit-déjeuner hebdomadaire partagé, des discussions autour du dîner ou des activités communes lors de jours spéciaux. Ces rituels renforcent le sentiment d'appartenance chez les enfants et consolident l'unité familiale.
- Être en contact avec la nature aide à équilibrer notre niveau de stress et crée un environnement idéal pour une communication apaisée. Les activités comme les promenades en pleine nature, les sorties au parc ou les camps renforcent non seulement le lien des enfants avec leur environnement, mais favorisent également des interactions familiales positives. De plus, participer ensemble à un projet de responsabilité sociale, comme nettoyer une forêt ou une plage, peut encourager le développement de l'empathie chez les enfants. S'engager en famille dans des actions bénévoles telles que soutenir une organisation caritative, participer à des campagnes de nettoyage ou aider les personnes dans le besoin, renforce la conscience sociale des enfants tout en consolidant la solidarité au sein de la famille.



"Poser des questions à votre enfant telles que: 'Comment s'est passée ta journée?', 'Qu'est-ce qui t'a fait rire ou surpris aujourd'hui?', 'As-tu eu des problèmes avec tes amis ? Comment te sens-tu par rapport à cela et quelle solution envisages-tu ?'"



SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS ET DE JEUX

Les activités en plein air

Faire une randonnée en pleine nature : Vous pouvez partir en randonnée en famille pour vivre de nouvelles aventures. Avant la marche, planifiez les préparatifs avec votre enfant. Décidez ensemble de l'itinéraire à suivre et de la durée de la randonnée. Assurez-vous que les conditions météorologiques soient favorables pour cette activité. Pensez également à porter des chaussures et des vêtements confortables adaptés à la marche.

Préparez un sac à dos contenant les essentiels pour la randonnée : de l'eau, des collations, une trousse de premiers secours, un imperméable, un chapeau, de la crème solaire, etc. Pendant la marche, discutez avec votre enfant de l'importance de respecter l'environnement et la nature. Prenez le temps d'observer les plantes et les animaux que vous rencontrez en chemin.

Faire du camping : Partir en camping sous tente avec votre famille peut être une merveilleuse escapade en pleine nature. Cette activité vous permettra de créer de précieux souvenirs ensemble. Impliquez votre enfant dans les préparatifs du camping en lui attribuant des tâches et des responsabilités. Par exemple, il peut aider à établir une liste des équipements nécessaires et à vérifier leur disponibilité.

Pendant le camping, de nombreuses activités peuvent être réalisées : préparer les repas, faire une randonnée, observer la faune et la flore, allumer un feu, discuter autour du feu, monter la tente, ramasser du bois, contempler le ciel étoilé, chanter des chansons ou encore jouer à la corde à sauter.

Faire du vélo : Faire du vélo en famille est une excellente activité pour allier sport et plaisir.





Lors du choix de votre itinéraire, privilégiez les zones où la circulation est faible pour garantir une plus grande sécurité. Avant de commencer votre balade, vérifiez la pression des pneus pour éviter tout incident éventuel. L'utilisation d'équipements de protection tels que le casque, les genouillères et les coudières peut minimiser les risques de blessures.

Faire un pique-nique : Vous pouvez planifier un pique-nique avec votre enfant dans le jardin de votre maison ou dans un parc. Préparez des repas et des boissons pour le pique-nique et procurez-vous du matériel comme un ballon, une corde à sauter, un cerf-volant, etc., pour jouer ensemble.

Laver la voiture : Vous pouvez laver ou nettoyer votre voiture ensemble dans le jardin avec vos enfants. Pendant cette activité, discutez de l'importance et des détails du nettoyage pour développer les compétences d'autonomie de votre enfant. Tout en passant un moment amusant avec l'eau et la mousse, encouragez sa participation en lui confiant des tâches simples comme enlever la poussière ou tenir le tuyau.

Faire voler un cerf-volant : Vous pouvez organiser une journée en famille pour faire voler un cerf-volant et créer des souvenirs inoubliables lors de cette activité ludique. Vous pouvez soit acheter un cerf-volant, soit en fabriquer un vous-même avec vos propres designs. Avec votre enfant, observez comment le cerf-volant vole et profitez de cette expérience pour discuter ensemble. Avant l'activité, n'oubliez pas de vérifier si l'endroit est adapté pour faire voler un cerf-volant et de consulter les prévisions météorologiques.

Les jeux en plein air

Le Jeu de tir à la corde : Le tir à la corde est un jeu amusant qui peut être joué aussi bien en famille qu'entre enfants. Ce jeu contribue au développement des enfants dans des domaines tels que le travail d'équipe, la coopération, la coordination et l'endurance physique. Pour jouer, un espace spacieux, comme un jardin, est nécessaire. L'équipement principal requis est une corde longue et robuste. Les participants sont

divisés en deux équipes, et une ligne est tracée au centre de la corde pour marquer le point médian. Chaque équipe se positionne à une extrémité de la corde et tente de la tirer vers son côté. L'équipe qui parvient à tirer l'autre équipe au-delà de la ligne médiane remporte la partie.

Course en sac : La course en sac est un jeu amusant qui peut être joué en famille ou entre enfants. Le seul matériel nécessaire est un sac ou un grand morceau de tissu. Pour organiser une course en sac, choisissez un espace extérieur, comme le jardin de la maison ou une aire de pique-nique. Assurez-vous que le sol du terrain de jeu est adapté. Après avoir défini les points de départ et d'arrivée, la course peut commencer. Le premier qui franchira la ligne d'arrivée remportera la course !

Saut à la corde : Le saut à la corde est un jeu amusant qui peut être pratiqué seul ou en famille. En jouant en groupe, deux personnes tiennent les extrémités de la corde et la font tourner pendant que les autres sautent au milieu. Les rôles peuvent être alternés entre ceux qui tiennent la corde et ceux qui sautent pour prolonger le jeu.

Écrire ou dessiner avec des bâtons : Dans un jardin, un parc ou un forêt, explorez avec votre enfant pour trouver de petites branches ou bâtons tombés des arbres. Avec les bâtons que vous avez récoltés, écrivez des lettres ou des mots dans la terre ou le sable, ou dessinez des formes simples. Cette activité réalisée avec des matériaux naturels peut contribuer de manière ludique au développement des compétences en écriture et en dessin de votre enfant.



Course de balles avec les pieds

Cette course peut se jouer avec au moins deux participants. Chaque participant reçoit deux seaux remplis d'eau. Dans l'un des seaux, on place des petites balles colorées. Le nombre de balles doit être égal dans chaque seau. Les participants s'assoient sur une chaise et tentent de transférer les balles d'un seau à l'autre uniquement avec leurs pieds. Un arbitre peut être désigné pour superviser la course. Lorsque l'arbitre donne le signal avec un coup de sifflet, le jeu commence. Le premier participant à transférer toutes les balles dans l'autre seau remporte la course.

Matériel : Chaises – seaux – petites balles colorées – eau – sifflet.

Chaîne d'eau

Matériel : Un seau ou une baignoire de taille moyenne par participant, des chaises, des bandeaux pour les yeux ou des tissus.

Ce jeu est plus amusant lorsqu'il est joué à partir de 4 personnes. Les chaises sont alignées l'une derrière l'autre, et les participants s'assoient dessus. Les yeux de chaque joueur sont bandés à l'aide d'un bandeau ou d'un tissu. Chaque joueur tient un seau ou une baignoire. De l'eau est versée dans le seau du premier joueur. L'objectif du jeu est de transférer l'eau, sans la renverser, du seau du premier joueur jusqu'à celui du dernier joueur dans la file, sans regarder en arrière. À la fin du premier tour, le dernier joueur passe sur la première chaise, et les autres joueurs avancent d'une place vers l'arrière. Lors du nouveau tour, de l'eau est ajoutée dans le seau du joueur désormais en tête, et le jeu continue ainsi.

Les activités d'intérieur



Soirée cinéma : Organisez une soirée cinéma en choisissant des films à la fois amusants et éducatifs adaptés au niveau de développement de vos enfants. Il est important que les parents visionnent le film au préalable pour s'assurer qu'il convient à leurs enfants. Avant le film, pour rendre la soirée encore plus agréable, préparez une variété de collations à grignoter.

Heure de lecture : Consacrez un moment précis de la journée à une séance de lecture avec votre enfant. Adaptez le contenu de cette activité au niveau de développement de votre enfant. Par exemple, si votre enfant ne sait pas encore lire, vous pouvez lui lire un livre tout en explorant ensemble les illustrations. Si votre enfant sait déjà lire, vous pouvez chacun lire votre propre livre en même temps. En tant que parent, lire devant votre enfant peut l'encourager à prendre exemple sur vous et à développer une habitude de lecture.

Journée pizza : Préparez votre propre pizza avec vos enfants. Cette activité vous permettra non seulement de préparer un délicieux repas, mais aussi de passer un moment agréable en cuisine. Avec votre enfant, vous pouvez pétrir la pâte à pizza et décorer la surface avec les ingrédients de votre choix. En attribuant des tâches spécifiques à votre enfant, vous pouvez l'aider à développer ses compétences culinaires. Par exemple, verser la farine dans le bol, casser un œuf ou disposer les ingrédients sur la pizza. Laissez-le choisir les garnitures et expérimenter de nouvelles combinaisons, ce qui favorisera son apprentissage par l'expérience.

Nettoyer les jouets : Avec votre enfant, vous pouvez laver dans la baignoire des jouets comme des voitures, des camions, des bateaux, des poupées ou des ours en peluche, à condition qu'ils ne craignent pas le contact avec l'eau. Après le lavage, séchez et rangez les jouets pour transformer cette activité de nettoyage en un moment amusant et collaboratif.

Fabriquer un cerf-volant : Créer votre propre cerf-volant en famille est une activité à la fois divertissante et enrichissante, permettant à votre enfant de développer sa patience et son sens de la

coopération. Cette activité stimule également ses compétences esthétiques et créatives. Pendant la fabrication, donnez-lui de petites responsabilités, comme appliquer de la colle sur les baguettes ou couper la ficelle. Les matériaux nécessaires comprennent des baguettes légères, du papier ou du tissu coloré, de la ficelle, de la colle et des ciseaux. Explorez différentes techniques de fabrication pour concevoir un cerf-volant unique.

Construire une tente : Vous pouvez construire une tente à l'intérieur de la maison avec des oreillers, des couvertures, des fauteuils et des chaises. Cette tente peut devenir un campement ou un bateau pirate, selon votre imagination. Vous pouvez y jouer à différents jeux. Cette activité peut stimuler l'imagination et la créativité de votre enfant.

Origami : L'origami est une activité amusante et enrichissante qui permet de passer un moment agréable en famille. Cette activité aide les enfants à développer leur motricité fine tout en stimulant leur créativité et leur sens esthétique. Vous pouvez créer diverses formes telles qu'un avion, un bateau, une fleur, un oiseau, un kangourou, un chat, un cygne, un papillon, un poisson ou un moulin à vent. Tout ce dont vous avez besoin, ce sont des feuilles de papier colorées et un crayon. De plus, vous pouvez explorer différents modèles d'origami en ligne pour apprendre à réaliser de nouvelles figures.

Faire un puzzle : Faire des puzzles ensemble est une activité formidable qui permet de passer un moment agréable tout en contribuant au développement de votre enfant. Vous pouvez choisir le niveau de difficulté du puzzle en fonction de son âge et de son niveau de développement. Pour les plus jeunes, des puzzles avec de grandes pièces et peu nombreuses conviennent parfaitement, tandis que pour des niveaux plus avancés, des puzzles avec un grand nombre de pièces peuvent être préférés. Cette activité aide à développer la coordination œil-main, la concentration, l'attention et les compétences en résolution de problèmes³.



Préparer un terrarium

Créer un terrarium est une activité qui renforce l'amour de la nature chez les enfants tout en offrant l'occasion de créer un beau souvenir en famille. Pendant la préparation, vous pouvez discuter avec votre enfant de la nature et des plantes.



Matériel :

Bocal en verre/terrarium – graviers – petits cailloux – décorations (coquillages, figures miniatures, etc.) – terreau pour plantes, charbon actif/charbon de bois – petites plantes succulentes et cactus – pulvérisateur – gants – petite pelle/cuillère.

Application :

1. Distribuez les tâches parmi les membres de la famille, par exemple, l'un peut préparer le terreau tandis qu'un autre arrose les plantes.
2. Disposez les graviers au fond du bocal en verre ou du terrarium (les graviers empêchent les racines des plantes de pourrir).
3. Ajoutez une fine couche de charbon actif ou de charbon de bois au-dessus des graviers (cette couche empêche les infestations d'insectes).
4. Ajoutez du terreau sur la couche de charbon et lissez la surface. L'épaisseur de la couche de terreau doit être adaptée à la taille des plantes que vous allez planter.
5. Plantez des succulentes ou des cactus en veillant à ce qu'ils aient suffisamment de terre (les plantes ne doivent pas être trop proches les unes des autres).
6. Décorez le terrarium avec des éléments décoratifs pour le rendre plus attrayant.
7. Arrosez le terreau à l'aide d'un pulvérisateur.
8. Placez le terrarium dans un endroit à l'abri de la lumière directe du soleil.
9. Prenez une photo avec votre terrarium en famille pour immortaliser ce moment.
10. Arrosez régulièrement votre terrarium selon les besoins des plantes.

Les jeux d'intérieur

Jeu de chasse au trésor : Choisissez quelques jouets de votre enfant, comme une voiture, un avion ou un dinosaure. Emballez-les dans du papier aluminium et cachez-les à différents endroits de la maison. Préparez un petit mot pour chaque jouet, contenant des indices sur l'endroit où il est caché. Placez ces notes à des endroits différents de ceux où les jouets sont dissimulés. Ensuite, créez une carte au trésor en indiquant les points de départ et d'arrivée. Sur cette carte, marquez également les endroits où se trouvent les indices. Votre enfant peut commencer à partir du point de départ, suivre la carte et résoudre les indices pour trouver les trésors cachés. Ce jeu ludique stimulera son sens de l'observation et sa créativité⁴.

Jeu d'équilibre avec des blocs en bois : Construisez une tour en empilant de petits blocs rectangulaires en bois les uns sur les autres. Les participants, à tour de rôle, doivent retirer un bloc de la tour et le placer au sommet sans faire tomber la structure. Le jeu continue jusqu'à ce que la tour s'effondre. Ce jeu aide à développer les compétences d'équilibre, de concentration et d'attention.

Jeux de société : Les jeux de société sont un excellent choix pour passer des moments agréables et éducatifs en famille. Il existe une grande variété de jeux pouvant être joués sur une table ou directement au sol. Ces jeux incluent des thèmes comme le devinettes de mots, la stratégie et la tactique, les questions-réponses, les jeux de mémoire, d'association ou encore de construction et d'équilibre. En explorant ce type de jeux, vous pouvez élargir vos options et profiter de moments amusants et enrichissants avec votre enfant.

Le dessin dans le dos

Matériel : Crayon, papier

Ce jeu se joue à partir de 3 personnes. Le premier joueur se place face au mur, tandis que les autres joueurs s'alignent en file indienne derrière lui. Chaque joueur reçoit une feuille de papier et un crayon. Le joueur à l'arrière de la file place sa feuille sur le dos du joueur devant lui et y dessine une forme. Le joueur devant, en essayant de deviner la forme ressentie sur son dos, la reproduit sur la feuille du joueur suivant.





Ce processus continue jusqu'à ce que le premier joueur, face au mur, dessine à son tour.

À la fin du tour, le dessin du dernier joueur est comparé à celui du premier pour observer les différences et les transformations. Le jeu peut être répété plusieurs fois, et les joueurs changent de place à chaque tour pour varier les rôles.

Course de ramassage de papier :

Matériel : Papier coloré, ciseaux, pailles, bols/assiettes/boîtes.

Avant le jeu, découpez les feuilles de papier en petits carrés. Si le jeu se joue à deux, utilisez deux couleurs de papier différentes. Chaque joueur doit avoir le même nombre de carrés de papier. Répartissez les petits carrés de papier mélangés sur la table. Ce jeu se joue avec au moins deux personnes. Si le nombre de joueurs augmente, ajoutez une autre couleur de papier sur la table. Donnez à chaque joueur une paille et un bol/assiette/boîte. Chaque joueur doit collecter une couleur spécifique de papier. En utilisant la paille, les joueurs aspirent l'air pour attraper un petit carré de papier et le déposer dans leur bol.

Les jeux avec des gobelets

Souffle la balle :

Matériel : Gobelets en plastique, balle de ping-pong, eau

Remplissez complètement les gobelets en plastique avec de l'eau et alignez-les côte à côte sur une table. Placez une balle de ping-pong sur le premier gobelet. Le joueur doit souffler pour déplacer la balle jusqu'au dernier gobelet. Si la balle tombe, le joueur doit recommencer depuis le premier gobelet. La difficulté du jeu peut être augmentée en ajoutant davantage de gobelets.

Les gobelets mobiles :

Matériel : Gobelet en plastique, paille, sifflet

Ce jeu se joue à deux personnes ou plus. Chaque joueur reçoit un gobelet en plastique et une paille.



Les gobelets sont placés à l'envers sur une table, et une ligne d'arrivée est définie. Un arbitre peut être désigné pour donner le départ avec un sifflet. Au signal, les joueurs doivent souffler dans la paille pour déplacer leur gobelet vers la ligne d'arrivée. Le premier joueur à faire atteindre son gobelet à la ligne d'arrivée remporte la partie.

De la bouteille au gobelet :

Matériel : Bouteilles, gobelets en plastique, balles de ping-pong ou petites balles en plastique

Ce jeu se joue avec au moins deux participants. Chaque joueur dispose de trois bouteilles, trois gobelets en plastique et trois balles de ping-pong ou petites balles en plastique. Les bouteilles sont alignées côte à côte sur une table. Une balle est placée sur le goulot de chaque bouteille et un gobelet est positionné devant chaque bouteille.

L'objectif du jeu est de souffler sur les balles pour les faire tomber dans les gobelets correspondants. Le premier joueur à réussir à faire tomber toutes ses balles dans les gobelets remporte la partie. Un arbitre peut être désigné pour surveiller et garantir le bon déroulement du jeu.

Jeu de précision en série :

Matériel : 10 gobelets en plastique, 10 balles de ping-pong.

Disposez les 10 gobelets en plastique en ligne droite sur une table, en les remplissant d'eau tout en laissant un peu d'espace. Déterminez une zone où les joueurs se tiendront, et tracez une ligne à cet endroit. Le joueur commence le jeu en lançant une balle de ping-pong dans le premier gobelet. Ensuite, il continue à lancer les balles successivement dans les autres gobelets, jusqu'au dernier. Si le joueur manque une cible, son tour s'arrête immédiatement, et c'est au tour du joueur suivant de continuer.

Course de rassemblement des gobelets

Matériel : Ballons, gobelets en plastique.

Ce jeu se joue à partir de deux participants. Chaque joueur reçoit 6 à 7 gobelets en plastique et un ballon. Les gobelets sont alignés côte à côte. Les joueurs insèrent le ballon dans un gobelet, le prennent en bouche pour le gonfler, puis utilisent l'air du ballon gonflé pour soulever le gobelet. Ils empilent ensuite le gobelet

soulevé dans un autre gobelet. Cette action est répétée jusqu'à ce que tous les gobelets soient empilés les uns dans les autres. Les joueurs ne peuvent pas tenir le ballon avec leurs mains, ils doivent uniquement le gonfler avec leur bouche. Le premier à empiler correctement tous ses gobelets gagne la partie. Un arbitre peut être désigné pour donner le signal de départ et vérifier le respect des règles pendant le jeu.

Renversez la tour pour gagner :

Matériel : Gobelets en plastique, balle de ping-pong

Ce jeu se joue à deux. Chaque joueur reçoit une balle de ping-pong et 15 à 20 gobelets en plastique. Les joueurs construisent une tour avec leurs gobelets : une base de 6 gobelets, suivie de 5, puis de 4 pour former les étages supérieurs. Au signal du sifflet donné par l'arbitre, le jeu commence. Les joueurs tentent de renverser les gobelets de leur propre tour en lançant leur balle de ping-pong. Le premier joueur à faire tomber tous ses gobelets remporte la partie.

Jeux avec des chaises

La chaise musicale :

Matériel : Chaises, musique

Ce jeu se joue avec au moins 5 participants et nécessite une chaise de moins que le nombre de joueurs. Par exemple, pour 5 joueurs, il faut 4 chaises. Les chaises sont disposées en cercle, les assises tournées vers l'extérieur. Lorsque la musique commence, les joueurs tournent autour des chaises. Dès que la musique s'arrête, chacun doit rapidement s'asseoir sur une chaise. Le joueur qui reste sans chaise est éliminé. À chaque tour, une chaise est retirée et le jeu continue ainsi jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un seul gagnant.

PARLONS ET PARTAGEONS

Ces jeux de communication familiale renforcent les liens entre les membres de la famille et créent un cadre favorable au partage des émotions. Ils permettent à chacun d'exprimer librement ses sentiments et ses pensées, favorisant ainsi l'autonomie émotionnelle. En écoutant des points de vue différents, les membres de la famille développent leur empathie et approfondissent leur compréhension mutuelle. Ces jeux offrent également une opportunité d'aborder les problèmes ou conflits familiaux dans une atmosphère détendue, tout en créant des souvenirs mémorables. C'est pourquoi ils jouent un rôle essentiel dans le renforcement et l'enrichissement des relations familiales.

Objectif : Renforcer la communication entre les membres de la famille, encourager le partage des sentiments et des pensées.

Matériel nécessaire : « Cartes d'instructions » en annexe 1 (chaque carte contient une question différente. Les membres de la famille peuvent modifier les questions si nécessaire).

Les participants : Tous les membres de la famille participent au jeu.

Pratique :

- Chaque membre de la famille choisit une carte au hasard dans le jeu.
- Le membre de la famille qui choisit une carte lit à haute voix l'instruction qui y figure. À leur tour, les autres membres de la famille répondent à cette instruction.
- Une fois les réponses données, vous pouvez, si vous le souhaitez, faire un bref retour ou commentaire sur chaque réponse.
- Une fois que tous les membres de la famille ont lu et répondu aux instructions à tour de rôle, chacun choisit une nouvelle carte et le processus se répète.



"Ces jeux offrent également une opportunité d'aborder les problèmes ou conflits familiaux dans une atmosphère détendue, tout en créant des souvenirs mémorables."



ANNEXE : CARTES D'INSTRUCTIONS

Dernièrement, qu'est-ce qui t'a le plus surpris ?

Si tu devais te décrire en trois mots, que dirais-tu ?

Quel était ton jouet préféré quand tu étais enfant ?

Si tu pouvais passer une journée exactement comme tu le souhaites, à quoi ressemblerait-elle ?

Y a-t-il un trait de ta personnalité que tu aimerais changer ? Si oui, lequel ?

Si tu pouvais revivre un souvenir du passé, lequel choisirais-tu ?

Si tu devais définir ta famille en un mot, lequel choisirais-tu ?

Si tu devais un livre, quel en serait le sujet ?

Si tu pouvais voyager dans le passé pour une journée, quelle date choisirais-tu ?

As-tu vécu quelque chose récemment qui t'a rendu très triste ?

Quelle est la meilleure façon pour toi d'exprimer tes émotions ?

Si tu devais fixer un objectif à atteindre dans un an, quel serait-il ?

Qu'est-ce qui t'inquiète le plus ?

Quel trait de ta personnalité ressemble le plus à celui d'un membre de ta famille ? Pourquoi ?

Quel est le plus bel aspect du fait d'être une famille ?

Quelle est la chose dont tu es le plus fier/fière à ton sujet ?

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

PARENTS-ENFANTS

01

Écrivez une histoire.

02

Choisissez un endroit au hasard sur une carte du monde et faites des recherches sur ce pays.

03

Faites des recherches sur le requin Mégalodon.

04

Apprenez à dire "merci" en turc ou en allemand.

9

Apprenez à cuisiner un plat turc inconnu.

10

Nourrissez un animal errant.

11

Dites à vos proches combien ils comptent pour vous.

12

Fabriquez un bateau en papier.

17

Analysez le tableau "L'homme aux Tortues" d'Osman Hamdi Bey.

18

Dessinez un papillon.

19

Apprenez une devinette.

20

Apprenez à compter de 1 à 10 en turc ou en allemand.

25

Préparez un terrarium dans un petit bocal.

26

Dessinez un vaisseau spatial.

27

Faites des recherches sur les créatures qui vivent sous terre.

28

Rassemblez des informations sur les villes d'Istanbul, Bursa et Konya en Turquie.

05

Faites un pique-nique au parc.

06

Renseignez-vous sur le parc national du Serengeti.

07

Écris tes sentiments dans votre journal intime.

08

Chantez une chanson.

13

Arrosez une plante.

14

Informez-vous sur la fabrication du miel et les activités apicoles.

15

Collectez des informations sur le site archéologique de Göbeklitepe.

16

Dessinez et colorez un mandala.

21

Écrivez une lettre à votre vous-même dans 10 ans.

22

Écoutez "Eine kleine Nachtmusik" de Mozart.

23

Étudiez la structure du cerveau.

24

Proposez des solutions pour réduire la pollution de l'air.

29

Observez les oiseaux.

30

En regardant un théâtre d'ombres, créez votre propre théâtre d'ombres.

RÉFLÉCHISSONS ET RÉPONDONS

Qu'avez-Vous Fait Ce Mois-Ci Pour Passer Du Temps Productif En Famille ?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Quel A Été L'impact De Ces Activités Sur La Communication Familiale ?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Quel Facteur A Contribué Le Plus À Rendre Le Temps Passé En Famille Productif ?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Quelle Émotion A Prédominé Dans Votre Famille Ce Mois-Ci ?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Coin Questions- Réponses

Question :

Mon adolescent ne veut pas participer aux activités familiales. Que dois-je faire dans ce cas ?

Réponse :

Il est courant qu'un adolescent refuse de participer aux activités familiales. Tout d'abord, il est essentiel d'essayer de comprendre pourquoi il ne souhaite pas s'impliquer. Donnez-lui l'occasion d'exprimer ses sentiments, ce qui vous aidera à mieux comprendre la situation. Proposez des activités adaptées à ses centres d'intérêt et impliquez-le dans la planification, ce qui pourrait favoriser sa participation. Les adolescents recherchent souvent une certaine indépendance, donc précisez gentiment que les activités ne sont pas obligatoires, mais qu'elles contribuent à renforcer les liens familiaux. Des activités en petits groupes pourraient également lui permettre de se sentir plus à l'aise. Envisagez de proposer des alternatives pour l'encourager à participer et donnez-lui un rôle décisionnel dans l'organisation des activités, car les adolescents apprécient souvent d'assumer des responsabilités et de jouer un rôle de leader. Enfin, soyez un modèle et partagez l'importance des moments passés en famille. L'essentiel est de faire preuve de patience et de respecter ses émotions. Avec le temps, et en surmontant les défis de l'adolescence, votre enfant pourrait retrouver le goût des activités familiales.





Question :

Le plus grand obstacle à nos moments passés en famille est l'utilisation des appareils technologiques. À la maison, chacun préfère passer du temps seul sur son téléphone ou sa tablette. Que pouvons-nous faire pour équilibrer le temps passé devant les écrans ?

Réponse :

Si les appareils technologiques constituent le principal obstacle aux moments en famille, vous pouvez adopter plusieurs stratégies pour équilibrer le temps d'écran. Tout d'abord, établissez des règles communes avec tous les membres de la famille, comme limiter l'utilisation des écrans à des horaires précis. Cela créera des opportunités pour passer du temps ensemble. Encouragez les activités familiales en proposant des alternatives amusantes, comme des soirées jeux, des séances cinéma ou des promenades dans la nature, qui favorisent l'interaction sociale plutôt que l'isolement technologique.

Vous pouvez également limiter les durées d'écran à une période définie et planifier une activité familiale après ce laps de temps. Plutôt que d'éliminer complètement la technologie, vous pouvez l'intégrer dans vos moments en famille : jouer à des jeux vidéo ensemble ou choisir des films à regarder en groupe, par exemple. Après avoir visionné un film, vous pouvez engager une discussion avec des questions telles que : « Quelle scène t'a le plus marqué ? » ou « Si tu pouvais jouer un personnage de ce film, lequel choisirais-tu ? »

Enfin, encouragez chaque membre de la famille à réfléchir à son propre temps d'écran et à évaluer son utilisation. Cette prise de conscience peut favoriser une meilleure gestion de la technologie et rendre les moments passés ensemble plus significatifs.

Question :

Quels sont les bienfaits de passer du temps en famille dans la nature ? Avez-vous des activités à recommander ?

Réponse:

Passer du temps en famille dans la nature offre de nombreux avantages. En particulier, le contact avec la nature aide à réduire les émotions négatives tout en améliorant l'humeur. Le temps passé à l'air libre favorise également la santé physique. Des activités comme la marche, le vélo ou la course renforcent la santé cardiovasculaire. On peut donc affirmer que l'un des principaux bienfaits de la nature réside dans le soutien qu'elle apporte à la santé mentale et physique.

Partager des moments en famille dans la nature renforce les liens familiaux et permet de créer des souvenirs inoubliables. Ce temps offre aussi aux enfants l'opportunité de découvrir leur environnement naturel et d'apprendre à mieux comprendre le monde qui les entoure. Cela peut favoriser l'émergence d'un amour et d'une responsabilité envers la nature.

Parmi les activités que nous vous recommandons figurent les promenades en famille, les pique-niques, le camping, la photographie de la nature et l'observation de la faune et de la flore. Pendant les balades, vous pouvez noter les différentes espèces animales ou végétales rencontrées pour les rechercher plus tard ensemble. Ces découvertes peuvent être partagées sous forme de quiz ou de discussions, renforçant ainsi les liens familiaux tout en stimulant l'apprentissage.





Question :

Quelle est l'importance de transmettre l'histoire et les récits familiaux aux enfants ? Quel type de lien une telle transmission peut-elle créer ?

Réponse:

L'importance de transmettre l'histoire et les récits familiaux aux enfants est considérable. Ces partages aident les enfants à comprendre leur identité et leurs origines. Connaître l'histoire de leur famille leur procure un sentiment d'appartenance. De plus, ils renforcent les liens entre les membres de la famille ; les récits et souvenirs communs créent un fort esprit de solidarité au sein du foyer. Partager les histoires familiales contribue également à l'apprentissage des valeurs, des traditions et de l'héritage culturel des enfants. En outre, découvrir les épreuves et les réussites de la famille donne aux enfants une perspective plus résiliente sur la vie. Pour faire de ces partages une activité engageante, vous pouvez organiser des réunions familiales ou des moments dédiés aux récits. Les aînés peuvent raconter leurs souvenirs pendant que les enfants écoutent, posent des questions et partagent leurs propres réflexions. L'exploration d'albums photos ou la création d'un arbre généalogique illustrant l'histoire familiale sont également des activités visuelles et enrichissantes. Ces initiatives renforcent les liens familiaux, encouragent la communication intergénérationnelle et créent des souvenirs durables.

Bibliographie

1. Gülay Ogelman, H., Aytaç, P., Erol, A., Erdentuğ, F. G., Akdeniz Yolaç, Ö., & Güner Özbilenler, M. (2019). Play in line with the views of parents and children. *International Anatolia Academic Online Journal / Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 65-87.
2. Tezel Şahin, F., Akıncı Coşgun, A., & Aydın Kılıç, Z. N. (2017). Examining fathers' views on spending time with their children. *Gazi University Gazi Faculty of Education Journal*, 37(1), 319-343.
3. Mulyana, A., & Nurcahyani, N. (2022). The effect of puzzle-playing on enhancing the cognitive development of children aged 4–6 years. *Knowledge E Life Sciences*, 2022, 542-548.
4. Parent's Magazine. (n.d.). 35 fun indoor activities for kids. *Parent's Magazine*. <https://www.parents.com/fun/activities/indoor/kids-indoor-games-activities/>



MAARIF
famille







TÜRKİYE MAARİF VAKFI
FONDATION MAARIF DE TURQUIE

Valoriser l'éducation!

