

30 activités pour un bébé de 1 an à faire à la maison

Ressource premium AnimyJob - prête à imprimer et à utiliser

Public	autour de 12 mois, selon les acquisitions de l'enfant
Durée	3 à 15 minutes par proposition
Matériel	objets du quotidien sûrs, paniers, tissus, gros blocs
Contenu	30 cartes d'activités et checklist de sécurité

30 activités pour un bébé de 1 an à faire à la maison est conçu comme une boîte à idées courte et réaliste. À cet âge, l'activité n'est ni un test ni un programme à terminer : l'adulte prépare un environnement sûr, montre peu, observe beaucoup et s'arrête dès que l'enfant détourne son attention.

Fiches d'activité

Chaque fiche ci-dessous possède une mécanique identifiable, un matériel annoncé et un repère de réussite. Imprimez uniquement les pages nécessaires à votre séance.

1. Le panier à vider et remplir

Durée : 5-10 min Matériel : 2 récipients stables et gros objets adaptés à l'âge

Pour « Le panier à vider et remplir », ne posez d'abord que trois objets dans le panier et laissez l'enfant décider lequel sortir puis remettre. Posez deux contenants stables sur un tapis antidérapant et utilisez uniquement des éléments très gros. Montrez un transfert, puis laissez l'enfant vider, remplir, déplacer ou classer sans exiger qu'il termine le contenant.

Repère : Le geste devient volontaire et peut être répété sans aide physique.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

2. La tour de trois blocs

Durée : 1-3 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Pour « La tour de trois blocs », commencez par deux éléments seulement ; le troisième n'arrive qu'après deux essais autonomes. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrer - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

3. Le chariot à pousser stable

Durée : 1-3 min Matériel : coussins fermes, tapis antidérapant, mobilier stable

Avec « Le chariot à pousser stable », matérialisez un trajet de moins de deux mètres et laissez l'enfant choisir d'aller jusqu'au bout ou de revenir. Dégagez le sol, retirez les angles durs et construisez un parcours très bas. L'adulte se place au point de déséquilibre possible et laisse l'enfant choisir de contourner, revenir ou s'arrêter.

Repère : L'enfant ajuste ses appuis sans être tiré par la main ni poussé à franchir l'obstacle.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

4. Les objets à déposer dans une boîte

Durée : 3-8 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Dans « Les objets à déposer dans une boîte », faites une seule démonstration d'ouverture ou de dépôt, puis placez l'objet à portée sans guider la main. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrer - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

5. La peinture à l'eau sur carton

Durée : 1-3 min Matériel : support fixé, matériel non toxique et adapté à l'âge

Pour « La peinture à l'eau sur carton », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Protégez la zone et choisissez un support réellement adapté à l'âge. Pour la peinture propre, la matière reste enfermée dans une pochette parfaitement scellée; pour les plus grands, utilisez un outil large et lavable sous surveillance directe.

Repère : L'enfant explore le geste sans accès à une petite pièce ni à une matière non prévue pour la bouche.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

6. Le livre de photos familiales

Durée : 3-8 min Matériel : livre solide ou photos plastifiées de grande taille

Pendant « Le livre de photos familiales », attendez que l'enfant regarde ou pointe avant de nommer l'image ; tournez ensuite une seule page. Choisissez trois ou quatre images nettes et réalistes. Nommez ce que l'enfant regarde, attendez une réaction puis tournez la page; ne transformez pas le moment en série de questions auxquelles il devrait répondre.

Repère : L'enfant regarde, pointe ou revient vers une image; la durée reste libre.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

7. Le jeu de la cuillère

Durée : 2-5 min Matériel : 2 récipients stables et gros objets adaptés à l'âge

Pour « Le jeu de la cuillère », gardez deux contenants nettement séparés afin que le déplacement de l'objet soit visible du départ à l'arrivée. Posez deux contenants stables sur un tapis antidérapant et utilisez uniquement des éléments très gros. Montrez un transfert, puis laissez l'enfant vider, remplir, déplacer ou classer sans exiger qu'il termine le contenant.

Repère : Le geste devient volontaire et peut être répété sans aide physique.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

8. Le tri de deux grands objets

Durée : 2-5 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Le tri de deux grands objets », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Le tri de deux grands objets' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

9. La balle à envoyer

Durée : 2-5 min Matériel : balle souple monobloc, assez grosse pour ne pas être avalée

Dans « La balle à envoyer », placez une cible large à moins d'un mètre et faites rouler l'objet au sol plutôt que de le lancer. Faites rouler une balle souple très lentement sur une courte distance. Attendez que l'enfant la regarde ou tente de la toucher avant de la rapprocher; évitez de placer un objet suspendu au-dessus du visage sans fixation adaptée.

Repère : L'enfant coordonne regard et geste ou anticipe la trajectoire.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

10. Le tunnel maison

Durée : 1-3 min Matériel : coussins fermes, tapis antidérapant, mobilier stable

Avec « Le tunnel maison », matérialisez un trajet de moins de deux mètres et laissez l'enfant choisir d'aller jusqu'au bout ou de revenir. Dégagez le sol, retirez les angles durs et construisez un parcours très bas. L'adulte se place au point de déséquilibre possible et laisse l'enfant choisir de contourner, revenir ou s'arrêter.

Repère : L'enfant ajuste ses appuis sans être tiré par la main ni poussé à franchir l'obstacle.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

11. La boîte à mouchoirs en tissu

Durée : 3-8 min Matériel : grand tissu léger, sans cordon ni pièce détachable

Dans « La boîte à mouchoirs en tissu », faites une seule démonstration d'ouverture ou de dépôt, puis placez l'objet à portée sans guider la main. Montrez lentement un grand tissu, faites-le disparaître partiellement derrière votre main puis réapparaître. Pour les plus grands, laissez une extrémité facile à saisir; le tissu reste toujours sous contrôle de l'adulte.

Repère : L'enfant cherche, saisit ou suit le déplacement à son rythme.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

12. Les anneaux sur tige large

Durée : 5-10 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Pour « Les anneaux sur tige large », commencez par deux éléments seulement ; le troisième n'arrive qu'après deux essais autonomes. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrer - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

13. La danse avec foulard

Durée : 1-3 min Matériel : grand tissu léger, sans cordon ni pièce détachable

Pour « La danse avec foulard », laissez toujours une partie du tissu visible lors du premier essai, puis cachez davantage seulement si l'enfant cherche spontanément. Montrez lentement un grand tissu, faites-le disparaître partiellement derrière votre main puis réapparaître. Pour les plus grands, laissez une extrémité facile à saisir; le tissu reste toujours sous contrôle de l'adulte.

Repère : L'enfant cherche, saisit ou suit le déplacement à son rythme.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

14. Le panier de la salle de bain

Durée : 3-8 min Matériel : 2 récipients stables et gros objets adaptés à l'âge

Pour « Le panier de la salle de bain », ne posez d'abord que trois objets dans le panier et laissez l'enfant décider lequel sortir puis remettre. Posez deux contenants stables sur un tapis antidérapant et utilisez uniquement des éléments très gros. Montrez un transfert, puis laissez l'enfant vider, remplir, déplacer ou classer sans exiger qu'il termine le contenant.

Repère : Le geste devient volontaire et peut être répété sans aide physique.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

15. Le repas de la poupée

Durée : 5-10 min Matériel : objets factices sûrs, sans pièces détachables ni produit réel

Pour « Le repas de la poupée », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Installez 'Le repas de la poupée' avec deux ou trois objets factices simples. Jouez une scène très courte ('je prépare', 'je donne', 'je range'), puis laissez l'enfant reprendre l'action et modifier l'histoire avec ses propres gestes.

Repère : L'enfant reprend un geste du quotidien ou invente une séquence, sans obligation d'imiter exactement l'adulte.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

16. Le petit balai

Durée : 2-5 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Avec « Le petit balai », matérialisez un trajet de moins de deux mètres et laissez l'enfant choisir d'aller jusqu'au bout ou de revenir. Présentez 'Le petit balai' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

17. Le jeu des chapeaux

Durée : 2-5 min Matériel : jouets de bain conformes, gobelets larges, éponge propre

Pour « Le jeu des chapeaux », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Dans le bain, gardez l'enfant à portée de main en permanence et utilisez très peu d'eau. Proposez un seul gobelet, une éponge ou un jouet adapté, puis laissez verser, presser ou observer sans ajouter de mousse ou produit alimentaire.

Repère : L'activité reste calme et l'adulte ne quitte jamais la zone, même quelques secondes.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

18. Les boîtes gigognes

Durée : 2-5 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Dans « Les boîtes gigognes », faites une seule démonstration d'ouverture ou de dépôt, puis placez l'objet à portée sans guider la main. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrer - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

19. Le chemin de coussins

Durée : 1-3 min Matériel : coussins fermes, tapis antidérapant, mobilier stable

Pour « Le chemin de coussins », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Dégagez le sol, retirez les angles durs et construisez un parcours très bas. L'adulte se place au point de déséquilibre possible et laisse l'enfant choisir de contourner, revenir ou s'arrêter.

Repère : L'enfant ajuste ses appuis sans être tiré par la main ni poussé à franchir l'obstacle.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

20. Le tambour doux

Durée : 3-8 min Matériel : voix, objet sonore doux ou hochet scellé

Dans « Le tambour doux », alternez dix secondes de son et dix secondes de silence pour donner le temps d'anticiper la reprise. Produisez un son bref puis faites une vraie pause. Changez de côté ou de rythme une seule fois afin que l'enfant puisse localiser, anticiper ou répondre par un mouvement. Le volume doit permettre de parler normalement.

Repère : L'enfant oriente son regard, son corps ou vocalise sans être surstimulé.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

21. Les animaux à nommer

Durée : 3-8 min Matériel : livre solide ou photos plastifiées de grande taille

Pendant « Les animaux à nommer », attendez que l'enfant regarde ou pointe avant de nommer l'image ; tournez ensuite une seule page. Choisissez trois ou quatre images nettes et réalistes. Nommez ce que l'enfant regarde, attendez une réaction puis tournez la page; ne transformez pas le moment en série de questions auxquelles il devrait répondre.

Repère : L'enfant regarde, pointe ou revient vers une image; la durée reste libre.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

22. La fenêtre météo

Durée : 2-5 min Matériel : livre solide ou photos plastifiées de grande taille

Pendant « La fenêtre météo », attendez que l'enfant regarde ou pointe avant de nommer l'image ; tournez ensuite une seule page. Choisissez trois ou quatre images nettes et réalistes. Nommez ce que l'enfant regarde, attendez une réaction puis tournez la page; ne transformez pas le moment en série de questions auxquelles il devrait répondre.

Repère : L'enfant regarde, pointe ou revient vers une image; la durée reste libre.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

23. Le panier de pinces larges

Durée : 3-8 min Matériel : 2 récipients stables et gros objets adaptés à l'âge

Pour « Le panier de pinces larges », ne posez d'abord que trois objets dans le panier et laissez l'enfant décider lequel sortir puis remettre. Posez deux contenants stables sur un tapis antidérapant et utilisez uniquement des éléments très gros. Montrez un transfert, puis laissez l'enfant vider, remplir, déplacer ou classer sans exiger qu'il termine le contenant.

Repère : Le geste devient volontaire et peut être répété sans aide physique.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

24. Le dessin à l'eau

Durée : 5-10 min Matériel : support fixé, matériel non toxique et adapté à l'âge

Pour « Le dessin à l'eau », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Protégez la zone et choisissez un support réellement adapté à l'âge. Pour la peinture propre, la matière reste enfermée dans une pochette parfaitement scellée; pour les plus grands, utilisez un outil large et lavable sous surveillance directe.

Repère : L'enfant explore le geste sans accès à une petite pièce ni à une matière non prévue pour la bouche.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

25. Le geste à imiter

Durée : 3-8 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Le geste à imiter », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Le geste à imiter' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

26. La boîte de tissus

Durée : 5-10 min Matériel : grand tissu léger, sans cordon ni pièce détachable

Dans « La boîte de tissus », faites une seule démonstration d'ouverture ou de dépôt, puis placez l'objet à portée sans guider la main. Montrez lentement un grand tissu, faites-le disparaître partiellement derrière votre main puis réapparaître. Pour les plus grands, laissez une extrémité facile à saisir; le tissu reste toujours sous contrôle de l'adulte.

Repère : L'enfant cherche, saisit ou suit le déplacement à son rythme.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

27. Le ballon dans le carton

Durée : 2-5 min Matériel : balle souple monobloc, assez grosse pour ne pas être avalée

Dans « Le ballon dans le carton », placez une cible large à moins d'un mètre et faites rouler l'objet au sol plutôt que de le lancer. Faites rouler une balle souple très lentement sur une courte distance. Attendez que l'enfant la regarde ou tente de la toucher avant de la rapprocher; évitez de placer un objet suspendu au-dessus du visage sans fixation adaptée.

Repère : L'enfant coordonne regard et geste ou anticipe la trajectoire.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

28. Le livre sonore manuel

Durée : 5-10 min Matériel : voix, objet sonore doux ou hochet scellé

Pendant « Le livre sonore manuel », attendez que l'enfant regarde ou pointe avant de nommer l'image ; tournez ensuite une seule page. Produisez un son bref puis faites une vraie pause. Changez de côté ou de rythme une seule fois afin que l'enfant puisse localiser, anticiper ou répondre par un mouvement. Le volume doit permettre de parler normalement.

Repère : L'enfant oriente son regard, son corps ou vocalise sans être surstimulé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

29. Le parcours autour d'une table

Durée : 3-8 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Pour « Le parcours autour d'une table », commencez par deux éléments seulement ; le troisième n'arrive qu'après deux essais autonomes. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrier - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

30. Le rangement en musique

Durée : 1-3 min Matériel : voix, objet sonore doux ou hochet scellé

Dans « Le rangement en musique », alternez dix secondes de son et dix secondes de silence pour donner le temps d'anticiper la reprise. Produisez un son bref puis faites une vraie pause. Changez de côté ou de rythme une seule fois afin que l'enfant puisse localiser, anticiper ou répondre par un mouvement. Le volume doit permettre de parler normalement.

Repère : L'enfant oriente son regard, son corps ou vocalise sans être surstimulé.

Variante : Reposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

Checklist adulte - avant de proposer

☐ présence continue ☐ aucun petit élément détachable ☐ pas de pile bouton ni aimant ☐ cordons et sacs écartés ☐ surface stable et propre ☐ arrêt dès les signes de fatigue

Checklist avant utilisation

- ☐ Le matériel réel correspond à ce qui est annoncé.
- ☐ La consigne peut être expliquée en moins d'une minute.
- ☐ Le critère de réussite est visible avant de commencer.
- ☐ Une version plus courte est prévue si le groupe décroche.
- ☐ Le rangement ou l'arrêt de l'activité est anticipé.
- ☐ Aucun petit objet, aimant, pile bouton, cordon ou sac dangereux n'est accessible.
- ☐ L'adulte reste à portée de main pendant toute la proposition.