

Enfants : quelles activités selon leur personnalité ?

La santé des enfants

Publié par: Walda Colette Dubuisson

Publié le : 27-01-2019

Jouets, jeux, sports, lectures, comment choisir les activités selon la personnalité de vos enfants ?

Dans son guide, Rachel Frély liste les activités conseillées selon le caractère des enfants : timides, minutieux, débordants d'énergie, aventuriers, artistes, capricieux, etc.

<http://www.sos-enfants.org/modules/news/article.php?storyid=977>

Enfant minutieux, concentré, calme et posé

L'enfant minutieux, calme et posé a besoin d'activités propices à la concentration et de remporter des défis.

Jeux et jouets :

Jeux de construction ou d'assemblage (train électrique, lego, cubes, planchettes de bois (kapla), chalet en bois, maquettes, puzzles...) à enrichir au fil des ans.

Sports :

Escrime, saut en hauteur et saut en longueur, golf, grimper de corde, escalade, tennis.

Autres activités :

Coloriage, couture, bricolage, création de bijoux, etc.

Enfant à l'imagination débordante

Il parle beaucoup, invente des histoires et joue à imiter les grands.

Jeux et jouets :

Gommettes, lego, meccano, playmobil, jeux d'imitation, déguisements.

Sports :

Escrime, tir à l'arc.

Autres activités :

Lectures, dessins animés, film...

Enfant à l'énergie débordante

Il bouge continuellement, il a besoin de se dépenser. Il faut l'aider à canaliser son énergie afin qu'il puisse se concentrer, écouter ses parents et se relaxer. Vérifiez qu'il ne manque pas de sommeil.

Savoir lui proposer les tâches de la vie quotidienne sous forme de jeux et de défis est un atout. Les activités à lui proposer doivent le captiver... Lui offrir un animal domestique est une bonne idée. Évitez les jeux vidéo et les consoles de jeux.

Jeux et jouets :

Pâte à modeler, châteaux de sable, jeux de quilles.

Sports :

Judo, équitation, natation, surf, danse.

Autres activités :

Dessin, théâtre.

Enfant artiste

Cultivez ses dons naturels, mais ne l'obligez pas.

Jeux et jouets :

Dessin, coloriage, pochoirs, découpages, tampon-mousse, peinture à doigt, gommettes, tableau double-face, mosaïque...

Sports :

Patinage artistique, danse sur glace, danse aquatique, natation synchronisée, gymnastique artistique, gymnastique rythmique, poutre d'équilibre.

Autres activités :

Musique, théâtre, comédie musicale.

Enfant inventeur et explorateur

Il pose quantité de questions (pourquoi ? Comment ça marche ?) et veut tout comprendre tout de suite.

Jeux et jouets :

Coffret scientifique, coffret d'entomologie.

Sports :

Golf.

Autres activités :

Microscope, kit de jardinage.

Enfant manuel

Bricolage, cuisine, couture... donnez-lui matière à créer de ses mains et à inventer.

Jeux et jouets :

Kit de bricolage, maquettes.

Sports :

Ping-pong, badminton...

Autres activités :

Poterie, tissage de perles, menuiserie, fabrication de bougies, fabrication de chocolats et de bonbons, kit de cuisine, fabrication de savons, etc.

Enfant timide et solitaire

Solitaire, timide, il parle peu et reste dans son coin. Aidez-le à développer son estime de lui-même et sa confiance en lui. Ne lui imposez pas des activités dont il n'a pas envie et dans lesquelles il n'est pas à l'aise. Offrez-lui un animal de compagnie qui le réconfortera et lui donnera le sens des responsabilités.

Jeux et jouets :

Doudou, jouets musicaux.

Sports :

Natation, arts martiaux, escrime, équitation, basketball, volleyball.

Autres activités :

Coloriage, activités manuelles, théâtre, film, livres, musique.

Enfant capricieux

Si votre enfant a du mal à gérer sa frustration, vous pouvez adapter ses activités à cette personnalité.

Jeux et jouets :

Jeux de société, toupies Beyblade, carte Pokémon.

Sports :

Sports collectifs, basketball, volleyball.

Autres activités :

Musique, théâtre.

Enfant unique

Ne le couvez pas trop, donnez-lui des responsabilités et inculquez-lui la notion de partage. Attention à ne pas le faire vivre dans un monde d'adultes, ce qui le ferait murir trop vite. N'hésitez pas à inviter des copains à la maison. Ne surchargez pas trop son emploi du temps, il faut qu'il lui reste du temps à lui.

Jeux et jouets :

Jeux de société, lego, kapla, playmobil, doudou.

Sports :

Sports d'équipe, foot, escrime, basketball.

Autres activités :

Ateliers de cirque, activités manuelles (tricotin, peinture, couture, pompons, menuiserie, gravures...).

Mis à jour par Isabelle Eustache le 28/08/2015

Publié sur sos-enfants en accord avec notre partenaire <http://www.e-sante.fr/>