



Construire un arc-en-ciel

Construis un arc-en-ciel avec des jouets ou des objets de la maison. Tu dois trouver sept couleurs différentes : rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo et violet (indigo, c'est un peu bleu foncé). Tu peux t'aider des modèles **page 2**.

Ensuite, tu peux compter les syllabes de chaque couleur en tapant dans tes mains, comme en classe. Tu peux continuer avec les mots : soleil, pluie, nuage et arc-en-ciel.



Faire apparaître un arc-en-ciel

Tu peux faire l'expérience avec un adulte, regarde **page 3** ce dont tu as besoin.

Te souviens-tu de la chanson de l'arc-en-ciel ? Nous l'avons apprise l'an dernier quand nous sommes allés dans le Vercors. Tu peux la relire **page 4**.



Yoga

Et pour finir, un peu de yoga ! A la fin du défi, tu peux cliquer sur le lien pour regarder la vidéo. Pour bien commencer, il faut être calme et détendu. Aujourd'hui, tu peux faire les deux premiers exercices, l'archer et la grenouille. Tu peux les faire plusieurs fois si tu veux.



Pour faire ton arc-en-ciel,
tu peux utiliser des jouets,



des bonbons,



des objets...



Une expérience à faire avec un adulte :

Faire apparaître un petit arc-en-ciel

Pour cela, il te faut :

- un miroir
- une bassine
- une feuille blanche
- une source de lumière (soleil ou lampe de poche)

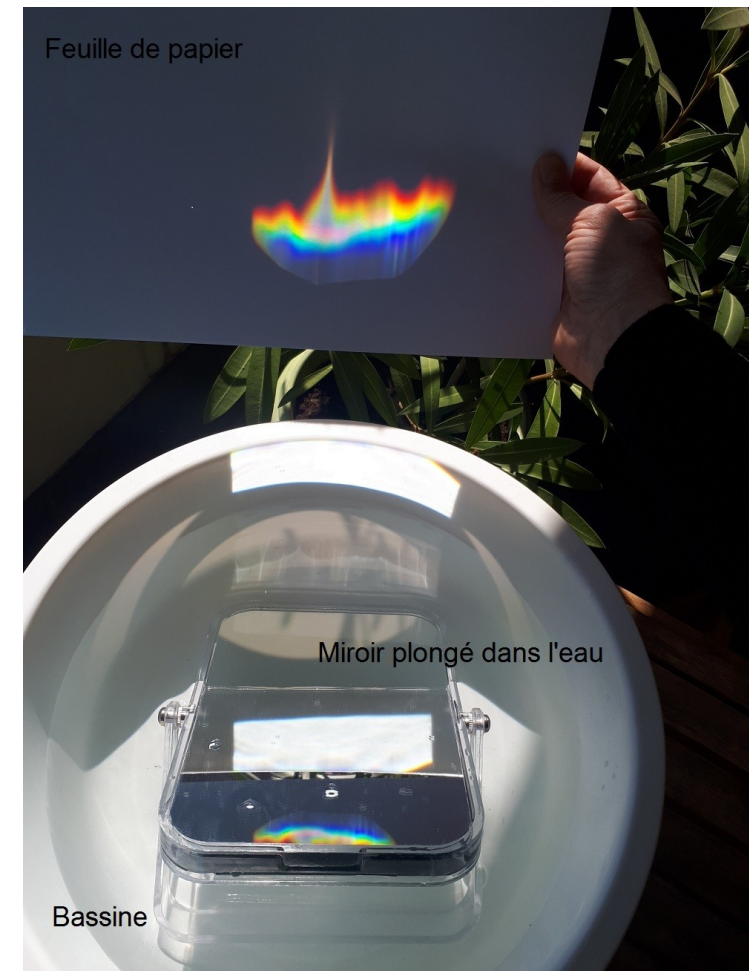
1. Remplis la bassine avec de l'eau

2. Place le miroir dans la bassine, il faut qu'il soit oblique par rapport à la surface de l'eau, c'est à dire ni vertical ni horizontal (à 45 degrés).

La moitié du miroir doit rester en dehors de l'eau.

3. Déplace le miroir en direction de la source de lumière et place la feuille blanche sur le reflet de l'eau.

Petite explication : La lumière est composée de toutes les couleurs, mais on ne les voit pas. Lorsqu'un rayon de lumière change de milieu (ici, il passe de l'air à l'eau et de l'eau à l'air), cela décompose le rayon et on peut voir toutes les couleurs qu'il contient. C'est la même chose pour un arc-en-ciel qui se produit quand il y a du soleil et de la pluie.



L'arc-en-ciel



Quand se croisent le soleil et la pluie

Quand à l'horizon le soleil brille

Le hasard nous dévoile dans le ciel

Les 7 couleurs de l'arc-en-ciel !

Violet

Comme mon tablier

Indigo

Comme mon sac à dos

Bleu

Comme les beaux cheveux

Jaune

Comme un chapeau en cône

Orange

Comme mon visage d'ange

Rouge

Comme ma main qui bouge

Vert

Comme mon derrière !

Pierrot la lune

Montagne et Musique