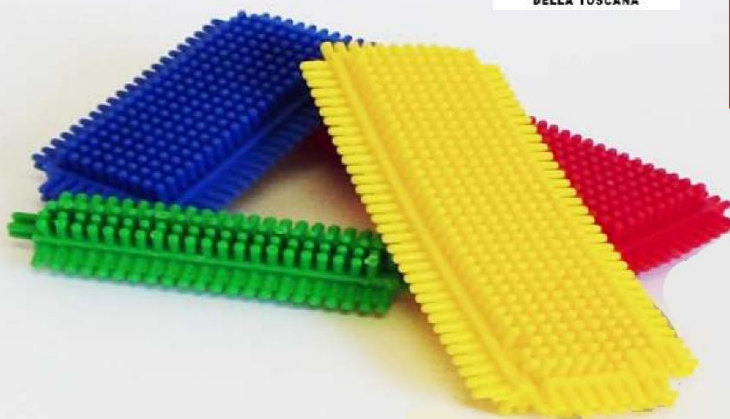




Servizio  
Sanitario  
della  
Toscana



Con il patrocinio di  
**REGIONE  
TOSCANA**



Livret informatif

# Joue avec moi!

Activités conseillées pour développer les habiletés pratiques



# Jouons ensemble!

*Chers parents,*

ce livret a été réalisé pour vous offrir des idées de jeux avec vos enfants, simples, créatives et écologiques.

Des idées qui ne doivent pas devenir des exercices ni des épreuves ludiques à faire expérimenter à vos enfants comme c'est le cas à l'école ou en thérapie, mais des expériences agréables d'échange, de découverte et d'acquisition de compétences.

Des idées à construire ensemble qui peuvent être des sources d'inspiration pour des après-midi à passer en bonne compagnie, et qui permettent d'éviter de rester trop longtemps devant la télévision, tout en aidant à renforcer l'estime de soi et le sentiment d'efficacité.

# L'importance du jeu

“Les jeux des enfants ne sont pas des jeux et il les faut juger comme leurs plus sérieuses actions”

Michel de Montaigne

## À travers le jeu,

l'enfant découvre et expérimente:

- son corps
- la relation à l'autre et avec les objets
- son environnement. C'est ainsi qu'il acquit les compétences nécessaires à un développement harmonieux (émotif et relationnel, cognitif, linguistique, motrice et praxique)

## Remettez-vous en jeu!

Quand vous jouez avec votre enfant

- positionnez-vous à sa hauteur
- cherchez son regard
- observez ce qu'il fait
- laissez-lui le temps d'expérimenter
- donnez-lui la possibilité de vous imiter
- mettez-vous au diapason avec ses émotions et ...

**Amusez-vous!**

Les enfants doivent explorer et découvrir à travers tous leurs sens.

C'est pourquoi dans les deux premières années de vie, il est important d'offrir et de partager des objets réels.

L'Organisation Mondiale de la Santé a publié quelques recommandations :

les nourrissons et les enfants ne devraient pas être laissés passivement devant la télévision, un smartphone, une tablette ou un ordinateur. Les nouvelles lignes directrices stipulent qu'AVANT L'ÂGE DE DEUX ANS les enfants ne devraient jamais passer du temps assis passivement devant un écran. Pour les enfants de 2 à 4 ans, la limite est d'une heure par jour, mais en général, il vaudrait mieux y passer moins de temps encore.

# Internet et technologie,



**oui !**

mais comme source d'inspiration pour construire un nouveau matériel de jeux pour  
votre enfant

## Le panier aux trésors

à partir de 6 mois



Le panier aux trésors est une activité à proposer aux enfants de plus de 6 mois, quand ils sont capables de s'asseoir seuls et que leur intérêt pour le monde qui les entoure augmente considérablement. Une expérience unique qui leur permet de découvrir et d'explorer le monde de manière sensorielle. Grâce à la manipulation, les enfants peuvent découvrir tous les aspects d'un objet, comme son poids, sa taille, sa forme, le bruit... S'il est bien organisé, le panier aux trésors peut se transformer en une occasion de découverte à travers la concentration et la coordination œil-main.

### Que mettre dans un panier aux trésors?

- OBJETS D'ORIGINE NATURELLE : pommes de pin, coquilles, châtaignes, pierres de rivière, éponges naturelles, coquilles de noix de coco ;
- OBJETS EN MATÉRIAUX NATURELS : pelotes de laine et coton, dessous de plat en paille, blaireaux à barbe, brosses à dents, peignes en bois, brosses en poils naturels ;
- OBJETS EN BOIS : hochets, pinces à linge, anneaux à rideaux, cuillères, coquetiers ;
- OBJETS EN MÉTAL : trousseaux de clés, chaînettes, fouets de cuisine, casseroles, boîtes à cigares, couvercles de pots de confiture, petites râpes, moules à biscuits, bouchon de baignoire avec chaînette;
- OBJETS SOUPLES : en cuir, tissu, caoutchouc, fourrure : houpette à poudre, morceaux de tubes en caoutchouc, balle de tennis, sacs à main en cuir avec fermeture éclair, sacs de tissu bien cousus remplis de lavande, thym, clous de girofle, chausse-pied en os.

## • Le panier aux trésors



### Quelques exemples

- Pour l'intégration vue/ouïe/toucher: hochets, trousseaux de clés, emballages et papier bulle, papier aluminium...
- Pour l'intégration vue/toucher : peluches, papier de verre, jouets en caoutchouc, sable, légumes, farines variées, nouilles, crème à raser...
- Pour l'intégration toucher/goût/odorat : crème fraîche, carottes, pâte à sel...

## Et s'il les met dans la bouche?

Pour un petit enfant, l'exploration des objets par la bouche est une chose normale, c'est sa première façon d'appréhender le monde (toujours sous la supervision attentive d'un adulte).

## Préhension en pince

À partir de 9 mois

Donner à l'enfant la possibilité d'activer la préhension en pince avec de petits objets comestibles, par exemple des boules de céréales ou des morceaux de biscuit.



### Pour renforcer la préhension en pince



Récupérer des bouts de plastique  
avec les pinces



Créer des cadres avec des pinces à  
linge sur des boîtes en plastique.

## Insérer des œufs

À partir de 10 mois

Faire insérer des  
œufs en  
plastique dans  
un contenant  
dont le couvercle  
est muni d'un  
trou.



## Objets quotidiens pour l'utilisation des mains

À partir de 18 mois



Ouvrir et fermer le velcro des chaussures

À partir de 20 mois



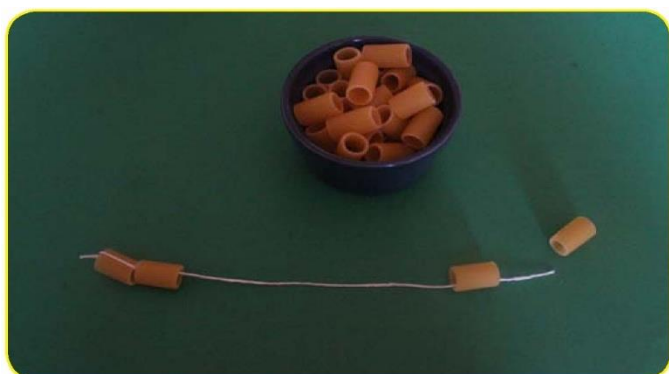
Ouvrir et fermer une fermeture éclair (sacs, blousons, etc)

À partir de 24 mois



Visser et dévisser le bouchon d'une bouteille

## Le Collier



À partir de 24 mois

Réaliser un collier avec des pâtes alimentaires (par exemple mezze maniche) et un fil rigide (par exemple de la ficelle alimentaire recouverte de colle et laissée sécher) ou un lacet à chaussure.

## Le collier de pâtes ou de boutons

À partir de 24 mois



Enfiler des boutons ou des pâtes toujours plus petites, en mode chapelet, sur un lacet à chaussure ou une ficelle alimentaire.



## Le jeu d'«insérer»



Insérer des bouchons de stylo-bille dans la fente correspondante d'une boîte.



Insérer des disquettes dans la fente correspondante.



Insérer des bouchons de liège dans la fente correspondante.



Enfiler des perles dans des piques bloqués par une boule de pâte à modeler/pâte à sel

*À partir de 24 mois*



Insérer des bâtonnets dans la fente correspondante.

## Les encastements

*À partir de 24 mois*



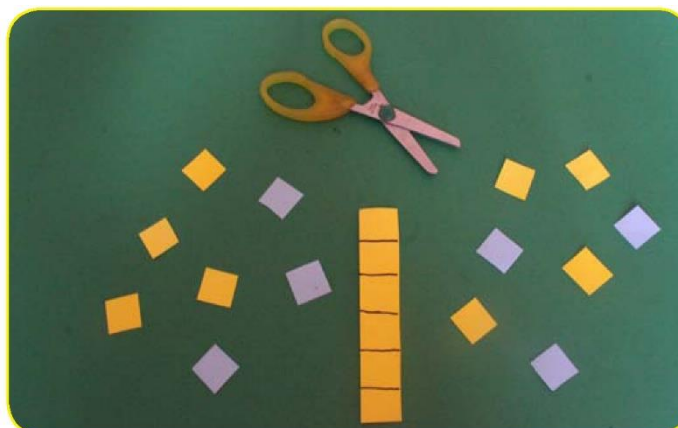
## Pâte à modeler



Manipuler de la pâte à modeler ou pâte à pain

## Quelques idées avec des ciseaux

*À partir de 36 mois*



Découper les confettis en suivant la ligne.

Manipuler de la pâte à modeler (ou pâte à pain) pour créer des "serpents" ou couper la pâte à modeler avec des ciseaux à pointe arrondie pour préparer des "gnocchi" ou des "bonbons" à donner à une poupée.



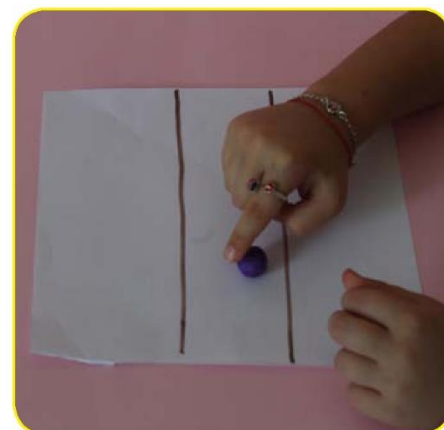
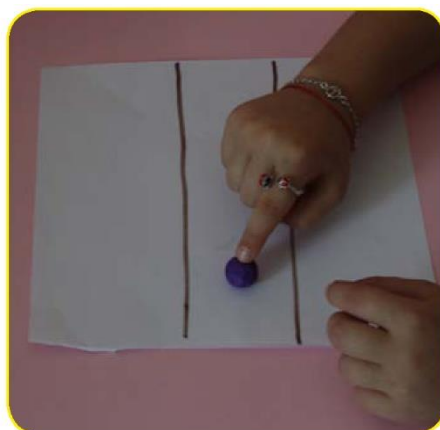
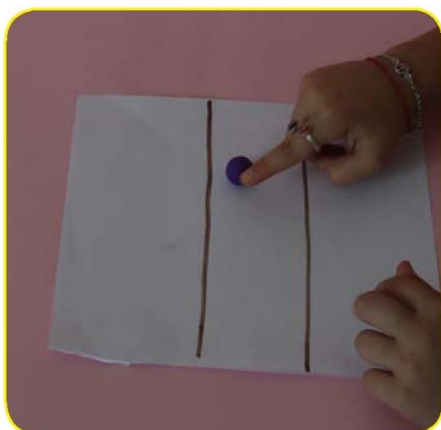
## Les clous

À partir de 24 mois

Donner à l'enfant la possibilité d'insérer librement les clous sur la planche (ou en ligne), ou suivant un modèle.



## Les parcours



Préparer un parcours sur une feuille, appuyer avec le doigt sur une balle/bille jusqu'à faire arriver à la moitié.

## Les boulons

À partir de 36 mois



## Le jeu des marionnettes



Jouer avec des marionnettes à doigts qui doivent :

- se saluer par un baiser (opposer le pouce aux autres doigts)
- Porter quelques petits objets (opposer le pouce aux autres doigts)
- Faire une révérence (plier chaque doigt)
- Se réveiller (à partir du poing fermé, détendre chaque doigt)
- Faire effectuer ces mouvements d'abord une main à la fois, puis avec les deux mains simultanément

Vous pouvez jouer au jeu décrit à la page précédente en remplaçant le gant par des autocollants smileys ou de personnages attachés à chaque doigt, ou en dessinant des smileys sur le bout des doigts avec un stylo à bille.



L'expérience sensorielle et motrice soutient et favorise l'organisation d'actions de plus en plus complexes et intentionnelles (praxie). Qui permettent à l'enfant de : s'habiller/se déshabiller, manger et boire seul, se laver dessiner et écrire, organiser son sac à dos..... ÊTRE AUTONOME !

## Profitez de vos passions!

Vous pouvez faire participer vos enfants à des activités simples de la vie quotidienne, ils prendront plaisir à vous aider et développeront de nouvelles habiletés, tout en se sentant grands et utiles !!

### En cuisine

pétrir



mélanger



Égrener les légumes



mettre la table



## Au jardin

creuser



arroser



ramasser fleurs et feuilles



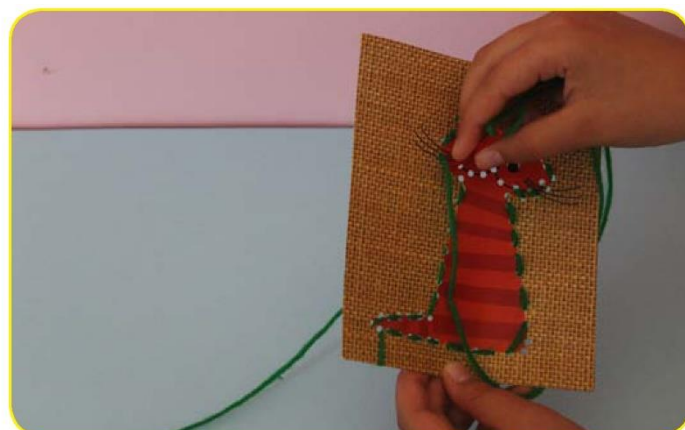
## À la maison

- Réparer objets (dévisser/visser)
- Pendre le linge (avec les pinces à linge)
- Ranger les objets (ex. les courses ou le lave-vaisselle)
- Recoller objets cassés



À partir de 36 mois

Expérimentons aussi les choses qui pourraient être dangereuses en jouant à faire semblant



## Jeux pour développer la coordination œil-main

### Jeux de Quilles



Jouer avec une balle à lancer à deux mains (jusqu'à 3 ans) ou d'une seule main (à partir de 4 ans) dans la direction des quilles pour en renverser le plus possible. Les quilles peuvent être remplacées par des bouteilles en plastique remplies d'eau en fonction de la difficulté.



### Jeux de projection et réception

À partir de 4 ans



Jouer à lancer et à réceptionner avec une balle et un verre



Jouer à lancer des fléchettes ou des balles en essayant de centrer la cible pour favoriser la préhension et la précision.



Jouer au tennis, d'abord avec un ballon puis avec une balle pour favoriser la préhension.



Froissez des morceaux de papier (aluminium ou vélin) pour réaliser des petites balles. Lancer les balles dans la bassine pour marquer des points.

## Encastremements deux pièces puis toujours plus complexes jusqu'à la réalisation d'un puzzle

À partir de 24 mois



## Memory ou tombola d'images

Jouez à trouver deux images identiques ou à remplir les cases avec l'image correspondante ; ce jeu peut être joué seul, à deux ou en petit groupe. Les images peuvent être réalisées en carton, avec des photos ou des dessins imprimés.





## Devine où et comment placer

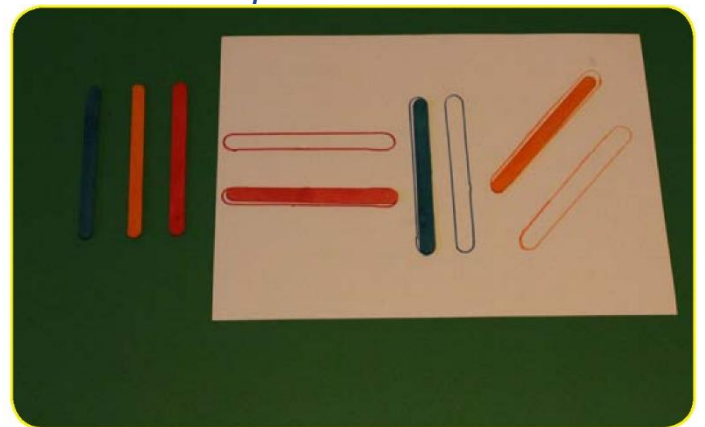
*À partir de 24 mois*

L'enfant doit placer la pastille sur la couleur correspondante.



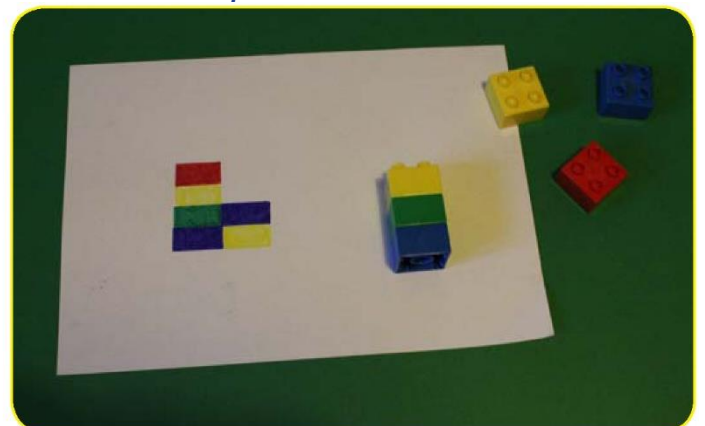
*À partir de 4 ans*

Placer les bâtonnets de couleur sur les formes de la couleur correspondante en respectant leur position.



*À partir de 4 ans*

Avec des cubes colorés, construire des tours, des trains, des escaliers et diverses configurations, des plus simples aux plus complexes (du point de la structure et du nombre d'éléments). Composer simultanément, un cube à la fois, ou fournir un modèle déjà réalisé ou dessiné à reproduire.



## Tour de cubes

*À partir de 20 mois*

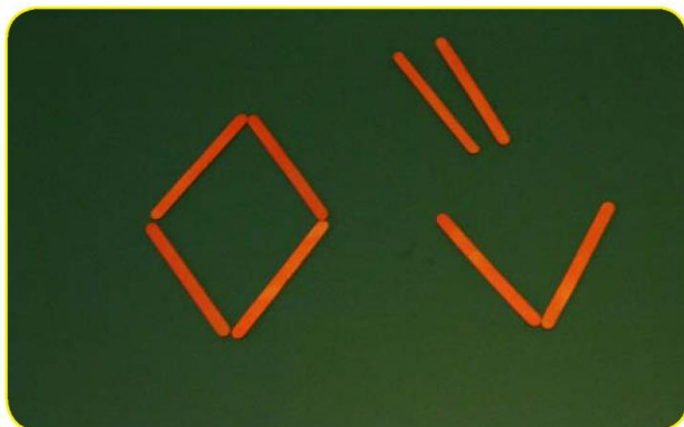
Réaliser une tour ou  
un train avec des  
cubes



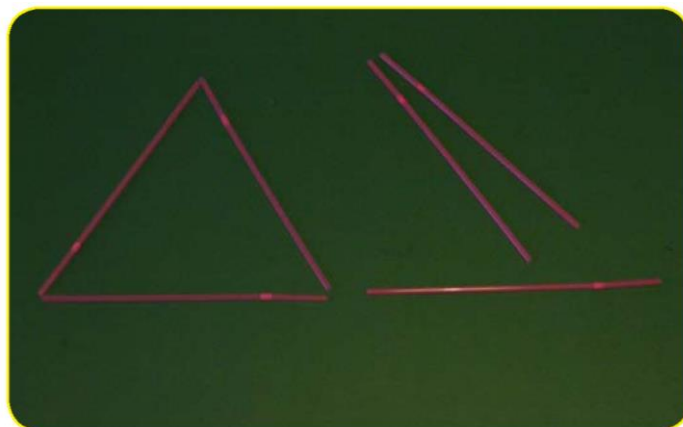
## Praxie constructive avec bâtonnets

*À partir de 4 ans*

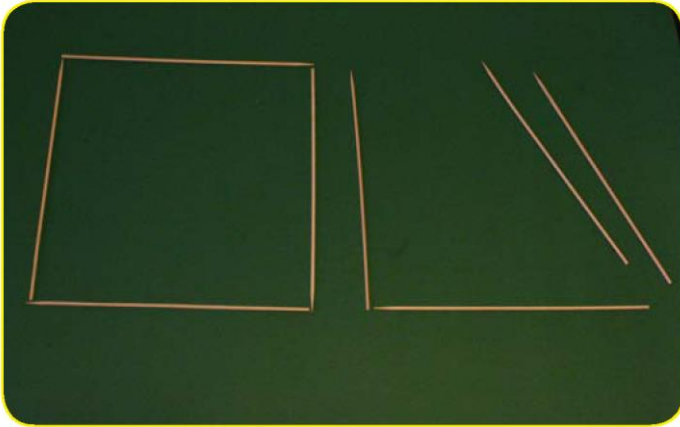
Pour reproduire les formes géométriques, vous pouvez utiliser:



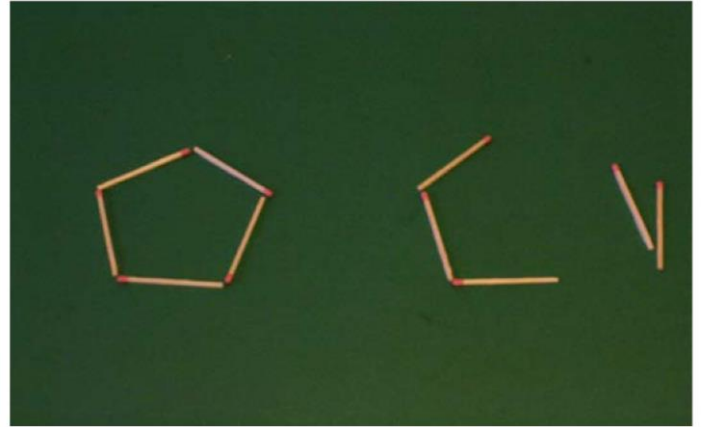
des bâtonnets



des pailles



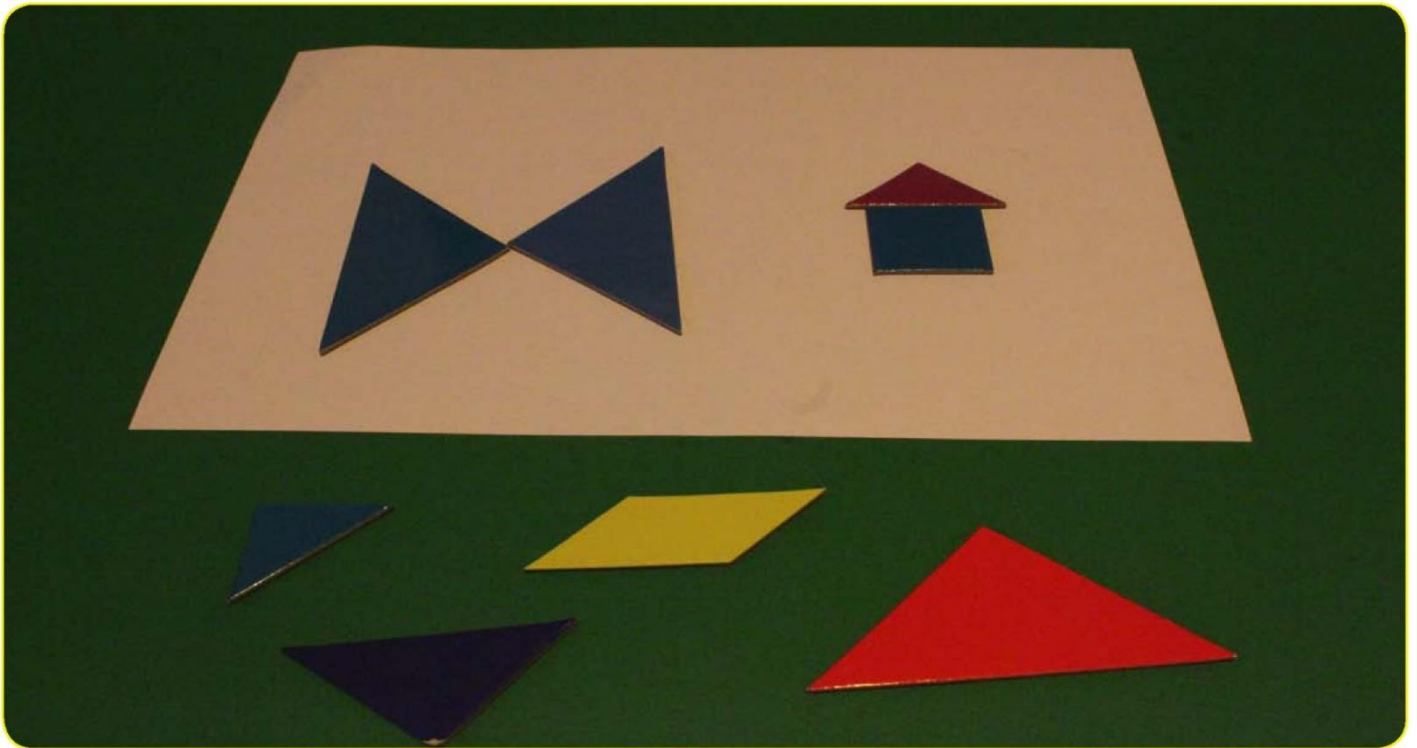
des brochettes en bois



des allumettes

## Tangram

*À partir de 4 ans*



Avec les formes géométriques, vous pouvez également réaliser des figures

*À partir de 5 ans*



Avec sept tablettes de différentes formes, vous pouvez créer une figure en utilisant toutes les pièces. Vous pouvez commencer par superposer les différentes pièces et ensuite jouer et reproduire.

## Dessiner avec de la farine de maïs

À partir de 4 ans



## Surfaces verticales

Utiliser des tableaux (noirs ou blancs), du papier d'emballage accroché au mur; faire copier des traces verticales et horizontales, ronds, croix, petites maisons, serpents, nuages, etc.



## Pochoirs



Réalisé par

les Neurothérapeutes et Psychomotriciens pour  
enfants et adolescents du Servizio Sanitario de la  
Région Toscane

Avec la contribution de

Ordini TSRM PSTRP di

Firenze, Arezzo, Prato, Pistoia, Lucca, Massa Carrara  
Pisa, Grosseto, Livorno  
Siena

Photos de

Caterina Fineschi

Ces suggestions sont le résultat de  
l'expérience professionnelle d'un groupe de  
Neurothérapeutes et Psychomotriciens.

Les travaux du neurothérapeute et du  
psychomotricien sur les enfants et  
adolescents ont pour principal objectif la  
promotion d'un développement équilibré et  
harmonieux de l'enfant dans son ensemble.

Le T.N.P.E.E. collabore avec des équipes  
multidisciplinaires formées de  
professionnels de la santé du secteur de la  
rééducation, de la neuropsychiatrie infantile,  
ainsi que de psychologues et de  
professionnels de la rééducation pédiatrique  
et pédagogique.

Pour informations et conseils, contactez le  
neurothérapeute et psychomotricien du  
service de rééducation fonctionnelle pour  
enfants et adolescents de votre région.

Un grand merci à tous les enfants qui  
ont gentiment accepté de servir de  
modèles pour la réalisation de ce livret  
d'informations

#### CONSEILS BIBLIOGRAPHIQUES

Gioco, creo e imparo, V. Santi, Astro Editore 2019.  
I giochi più stimolanti e creativi da fare con il tuo bambino  
da 0 a 6, G. Cozza, Newton Compton Editore, 2018.  
Il gioco dei bambini, E. Baumgartner, Carocci Editore,  
Collana Le Bussole, 2010.  
“Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and  
sleep for children under 5 years of age” – World Health  
Organization (2019).  
Livres d'activités Montessori de 0 mois à 6 ans.

#### CONSEILS POUR NAVIGUER SUR LE WEB

[laminifactory.com/2018/09/5-cestini-dei-tesori-per-bambini-dai-6.html](http://laminifactory.com/2018/09/5-cestini-dei-tesori-per-bambini-dai-6.html)  
Social Network Pinterest (saisir par exemple “jeux  
motricité fine” ou “activités graphomotrices”).  
[Nuvoleinscatola.it](http://Nuvoleinscatola.it)  
[Passettidalumaca.com](http://Passettidalumaca.com)

