

Ce mois-ci, Grouille et Ripouille...

S'OCCUPENT DE LEUR HYGIÈNE!

Par l'hygiène, on entend les activités devant être réalisées pour prendre soin de nous-mêmes: se laver, se brosser les dents, aller à la toilette, se mettre de la crème solaire, etc. Chez l'enfant qui est en apprentissage, l'adulte a parfois le réflexe d'accomplir à sa place ces tâches du quotidien. Pourtant, elles sont des moments privilégiés pour favoriser le développement de l'autonomie et, par le fait même, le développement moteur de l'enfant!

Par exemple:

- * S'accroupir et maintenir la position *assise* sur le petit pot ou la toilette demande un certain équilibre et un bon contrôle postural
- * *Grimper* sur un petit banc pour avoir accès au robinet requiert de la coordination
- * Ouvrir et referme le robinet sollicite les mouvements précis aux mains et la force, de même que pour manipuler le savon et finalement rincer les mains efficacement
- * Ouvrir et refermer le tube de dentifrice, en étendre sur la brosse à dents et manipuler efficacement la brosse dans la bouche
- * Le moment du bain permet de prendre conscience des différentes parties du corps et sollicite la mobilité articulaire

Jeu m'anime avec l'habileté ...

Ramper

4 pattes



- Pour les débutant, placer les jouets à différentes hauteurs et distances
- Se déplacer comme un serpent sur le plancher, sur un matelas ou dans le gazon
- Se balancer à plat ventre sur un ballon
- Créer un tunnel avec des chaises, des couvertures, des coussins
- Marcher comme un ours, les mains et les pieds qui touchent au sol seulement

À bientôt!

Frédérique Lemaire, ergothérapeute
Marie-Christine Ménard, kinésiologue

Jeu m'anime
avec
GROUILLE & RIPOUILLE

