

*Guide de
références pour
faciliter votre
planification
d'activités
motrices*

*Pour les
Enfants de
0-5 ans*



Québec en forme est heureux d'accompagner et de soutenir Jeunes en Mouvement Brome-Missisquoi.

TABLE DES MATIÈRES...



Quelques Sites internet pour
gigoter!

<i>L'ergotruc</i>	<i>p.7</i>
<i>Banque d'activités en ergothérapie</i>	<i>p.7</i>
<i>Fiches d'activités extérieures</i>	<i>p.7</i>
<i>Kino-Québec</i>	<i>p.8</i>
<i>Naître et grandir</i>	<i>p.8</i>
<i>Éducatout</i>	<i>p.8</i>
<i>La boîte des bébés: banque d'activités pour les poupons</i>	<i>p.8</i>
<i>Livret de psychomotricité</i>	<i>p.8</i>
<i>Site de l'Université de Sherbrooke</i>	<i>p.9</i>





Livres grouillant de plaisir!

Des jeux pour les tout-petits de 0-5 ans :

Profil de développement et fiches

d'activitésp.9

Pirouette : Activités préparatoires à l'écriturep.9

Bougez avec Nelly et Césarp.10

50 activités de balles et ballons (pour 18 mois à 6 ans).....p.10

50 activités pour amuser les tout-petits (12 à 36 mois)p.10

50 idées de plus pour amuser les tout-petitsp.10

50 suggestions d'activités pour les poupons (de la naissance à 12 mois) p.11

50 courses et défis psychomoteurs p.11

50 jeux extérieurs pour l'hiver (pour 12 mois à 6 ans) p.11

50 façons d'animer les routines et les transitions p.11

50 jeux d'eau pour la cour, le bac à eau et la pataugeusep.12

50 approches pour développer la motricitép.12

50 rondes, danses et jeux de mains (2 à 7 ans)p.12

<i>50 activités coopératives en psychomotricité</i>	<i>p.12</i>
<i>50 activités pour bouger dans mon petit local</i>	<i>p.13</i>
<i>La douce méthode de gymnastique douce et de yoga pour enfants</i>	<i>p.13</i>
<i>Préparez son enfant à l'école : 500 jeux psychomoteurs pour les enfants de 2 à 6 ans</i>	<i>p.13</i>
<i>Le développement de l'enfant au quotidien : Du berceau à l'école primaire</i>	<i>p.13</i>
<i>Et si on jouait? Le jeu durant l'enfance et pour toute la vie</i>	<i>p.14</i>
<i>Viens jouer dehors! Pour le plaisir et la santé</i>	<i>p.14</i>
<i>ABC de l'éducation psychomotrice</i>	<i>p.15</i>
<i>JEEP 0-2 : Jeux et exercices pour enfants et parents (0-2 ans)</i>	<i>p.15</i>
<i>JEEP 2-5 : Jeux et exercices pour enfants et parents (2-5 ans)</i>	<i>p.15</i>





*Jouer aux exercices : Jeux et exercices pour
enfants et parentsp.15*

*S'exercer en s'amusant avec ses petits-
enfants : Jeux et exercices pour grands-
parents et petits-enfantsp.16*

Yoganimo : Le yoga des enfantsp.16

*Jouer avec votre bébé : 100 activités pour maximiser le
développement de votre bébép.16*

*Jouer avec votre tout-petit : 100 activités pour maximiser le
développement de votre enfantp.16*

*Bébé joue et apprend : 160 jeux et activités pour les enfants de 0-
3 ansp.17*

*Mon enfant joue et apprend : 150 jeux et
activités pour les enfants de 3 à 6 ans
..... p.17*





Programmes d'activités qui fourmillent!

<i>Programme d'activités en physiothérapie pour les bébés de 0-1 an</i>	<i>p.17</i>
<i>Programme Ratatam</i>	<i>p.18</i>
<i>Trousse mini-gigotte</i>	<i>p.18</i>
<i>Le tour du monde de Karibou</i>	<i>p.19</i>
<i>Le jardin de Pirouette et Cabriole</i>	<i>p.19</i>



SITES INTERNET...

✓ *L'ergotruc*

<http://www.crede.ca/ergotrucs.php?page=1>

L'ergotruc, un incontournable! L'ergotruc, c'est un cadeau unique et original que vous offre **gratuitement** le centre régional d'ergothérapie pour le développement de l'enfant (CREDE) depuis octobre 2004, à tous les mois (relâche en juillet et août).



À chaque mois, le CREDE vous livre leurs connaissances concernant le développement des enfants, les difficultés particulières que vivent certains enfants et des notions sur l'ergothérapie. Il donne aussi des idées d'activités et finalement, émet des puces à l'oreille...

Trois ergotrucs différents sont composés mensuellement, soient ; un pour les écoles (préscolaires et primaires), un pour les CPE et un tout nouveau pour l'AQEA, l'AQETA et pour les TED-Autisme Québec.

✓ *Banque d'activités en ergothérapie*

<http://irdpq.dev.absolunet.com/expertise-et-formation/centre-de-documentation/publications-de-lirdpq/banque-dactivites-en>

Cet outil permet d'élaborer rapidement des programmes d'activités destinés aux parents et aux éducateurs. Ces activités stimulent le développement psychomoteur et divers apprentissages chez les enfants. La simplicité des activités proposées permet de les introduire et de les appliquer au quotidien.

✓ *Fiches d'activités extérieures*

<http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/parents/programme-educatif/activites-exterieures/Pages/index.aspx>

65 fiches d'activités pour autant de raisons d'amener les enfants dehors dans un cadre structuré qui, en même temps, permet aux enfants de s'exprimer pleinement. La recherche d'activités peut être faite selon la saison, l'âge des enfants et la grosseur du groupe. Le site suggère aussi des comptines en lien avec vos demandes!

✓ *Kino-Québec*

<http://www.kino-quebec.qc.ca>

Sur le site de Kino-Québec, vous avez le loisir de sélectionner une saison dans laquelle se retrouve une foule d'idées d'activités à réaliser!

✓ *Naître et grandir*

<http://naitreetgrandir.com>

Ce site est une mine de renseignements en ce qui a trait au développement des enfants de 0-5 ans, aux soins à privilégier et contient des fiches d'activités incluant des idées d'activités motrices pour les enfants de 0 à 5 ans.

✓ *Éducatout*

<http://www.educatout.com>

Ce site contient une foule d'idées d'activités et de jeux éducatifs avec fiches imprimables, des offres de formations ainsi que des ressources pédagogiques pour éducateurs et parents. Toutefois, il est nécessaire d'être membre du club éducatout pour avoir accès à la majorité des documents. Malgré cela, sans avoir besoin d'être membre, il est possible d'inscrire dans la barre de recherche : «activités motrices» et vous aurez accès à différentes idées d'activités. De plus, vous avez accès à diverses chroniques très intéressantes sur l'ergothérapie dans la section Édu-conseils! Ces chroniques se veulent des conseils et réponses à vos questions concernant l'adaptation des enfants dans leurs activités quotidiennes.

✓ *La boîte des bébés, banque d'activités pour les poupons*

<http://pages.infinit.net/poupon/>

Un site rempli d'idées pour vous aider dans le développement de vos poupons tout en vous amusant!

✓ *Livret de psychomotricité*

http://www.cndp.fr/crdp-besancon/fileadmin/CR/Images_CR/lettres_d_info/livret_psychomotricite_saska_circus.pdf

Ce livret de psychomotricité est un complément pédagogique du disque *Saska Circus* réalisé par Saska et Hélène Bohy pour le label enfance et musique.

✓ *Site de l'Université de Sherbrooke*

<http://mouvement.feps.usherbrooke.ca/jpm/>

Le site de l'Université de Sherbrooke offre un répertoire d'activités physiques très diversifié dans lequel il est possible d'effectuer une recherche par groupe d'âges ainsi que selon la durée, l'intensité et la grandeur des lieux qui vous sont accessibles. Vous pouvez également sélectionner quelle(s) composante(s) de la motricité vous désirez travailler. Inspirant!

LIVRES...

Administration régionale Kativik, dans le cadre du projet Pairitsivik. (1990). ***Des jeux pour les tout-petits de 0-5 ans : Profil de développement et fiches d'activités***. Les éditions du regroupement des garderies de la Montérégie, Saint-Lambert, Québec.

Les fiches de ce document donnent des idées d'activités et de jeux à faire avec les enfants de 0-5 ans au quotidien, et ce, pour toutes les sphères de développement. Il met également en évidence les profils de développement des enfants selon les différents âges.

Il est possible de se procurer ce recueil en allant sur le site du regroupement des garderies de la Montérégie, à l'adresse suivante : <http://www.rcpem.com/rcpem.php>

Allard-Carmeus, M., Bouvrette, V., Hamza, S., & Major, P. (2012). ***Pirouette : Activités préparatoires à l'écriture***. ERPI, Montréal. Qc.



Favorisant l'apprentissage par le jeu, les activités de Pirouette :

- Visent le développement de la coordination, de l'équilibre, de la force musculaire et de la précision motrice. Ces exercices permettent aussi aux enfants de mettre leur corps en éveil et d'améliorer leur attention.
- Offrent des dessins et des jeux qui font principalement appel aux habiletés de perception visuelle. À travers ces activités ludiques, les enfants développent également leur mémoire et leur coordination œil-main en raffinant leur mouvement dans l'utilisation du crayon.
- Sont conçues par une équipe de quatre ergothérapeutes.

Bougez avec Nelly et César (2 à 6 ans). (2008). Les éditions Averbode.



Pour vos séances de psychomotricité, confiez vos élèves à Nelly et César! La boîte pédagogique *Bougez avec Nelly & César* propose une foule d'exercices simples et amusants qui peuvent être réalisés à partir de 10 objets courants: ballon, corde, cerceau, journal, bâton, etc.

Les 80 fiches comprises dans cette boîte constituent des outils indispensables pour les séances de psychomotricité. Ces dernières sont perforées, facilement utilisables et en carton plastifié. *Bougez avec Nelly & César* comprend aussi des suggestions pédagogiques.

Brault-Simard, L. (2002). **50 activités de balles et ballons (pour 18 mois à 6 ans)**. Collection les petits explorateurs, Les Productions dans la Vraie Vie, Valleyfield.



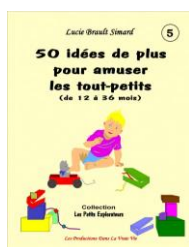
Parce que tout le monde aime les jeux de balles et de ballons! Découvrez des jeux amusants qui favorisent chez l'enfant tout un éventail d'apprentissages: motricité fine, relaxation, schéma corporel, latéralité, raisonnement logique, rythme, grande motricité, coordination oeil/main, concentration, attention, coopération... Des jeux pour l'intérieur et pour l'extérieur.

Brault-Simard, L. (2002). **50 activités pour amuser les tout-petits (12 à 36 mois)**. Collection les petits explorateurs, Les Productions dans la Vraie Vie, Valleyfield.



L'intérêt premier du tout-petit est de manipuler et d'explorer les objets familiers, ceci étant un besoin essentiel à son développement intellectuel, moteur et linguistique. Partant de cet intérêt premier, nous vous proposons des activités permettant à l'enfant de mettre en jeu tous ces objets de la vie quotidienne.

Brault-Simard, L. (2002). **50 idées de plus pour amuser les tout-petits**. Collection les petits explorateurs, Les Productions dans la Vraie Vie, Valleyfield.



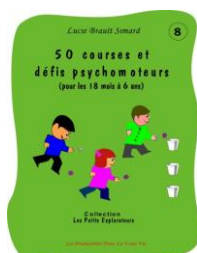
Des jeux à réaliser à partir de matériel de récupération : des boîtes de carton (petite, moyenne, grosse), des rouleaux de papier de toilette ou d'essuie-tout, des contenants, du tissu,... Un livre qui permet d'exploiter les jeux préférés du tout-petit: mettre dedans, sortir de, vider, empiler, faire tomber, remettre les choses à leur place, pousser, grimper, explorer les notions de forme, de taille, d'espace, ...

Brault-Simard, L. (2002). **50 suggestions d'activités pour les poupons (de la naissance à 12 mois)**. Collection les petits explorateurs, Les Productions dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Quels sont leurs intérêts et leurs capacités à travers chacune des étapes de leur développement ? De quelle(s) façon(s) puis-je favoriser l'éveil des poupons, les mettre en situation, stimuler leurs sens ? Voici des questions auxquelles ce livre répond en vous proposant de multiples activités d'éveil. Un livre qui est une référence autant pour les parents que pour toutes personnes œuvrant auprès des poupons.

Brault-Simard, L. (2002). **50 courses et défis psychomoteurs**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



À chaque page, découvrez de multiples façons d'animer la même activité : un jeu de manipulation et d'exploration de matériel pour tous les groupes d'âge qui deviendra une course simple, une course en équipe, une course à relais, une course contre la montre ou une chasse au trésor. Des activités qui développent tous les aspects de la psychomotricité chez les enfants.

Brault-Simard, L. (2002). **50 jeux extérieurs pour l'hiver (pour 12 mois à 6 ans)**. Collection les petits explorateurs, Les Productions dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Des activités pour jouer dans la neige folle, la neige collante, la neige durcie, avec la glace et le vent. Choisissez parmi des activités d'observation, des réalisations créatives ou des jeux psychomoteurs, de rôles, de coopération et d'équipes. Un livre qui vous permet de redécouvrir les plaisirs de l'hiver.

Brault-Simard, L. (2002). **50 façons d'animer les routines et les transitions**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Puisque les périodes de transitions et de routines occupent une grande partie du temps passé en milieu de garde, il est important d'avoir à sa portée une banque d'idées d'animation. Ce livre vous propose des activités qui ne requièrent pas ou peu de matériel et vous permet de faire voyager les enfants par l'imaginaire, de développer leurs capacités d'attention, de concentration, de savoir regarder et écouter, de déverser leur trop plein d'énergie, d'ajouter des éléments de surprise, de susciter leur intérêt, ...

Brault-Simard, L. (2003). **50 jeux d'eau pour la cour, le bac à eau et la pataugeuse**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Pour amuser les enfants, pour les calmer et les relaxer, pour leur permettre de développer leurs habiletés psychomotrices et leur raisonnement logique, des activités individuelles, en groupe ou en équipes, pour jouer en toutes saisons... Des activités qui comblent les enfants à tous les points de vue !

Brault-Simard, L. (2003). **50 approches pour développer la motricité**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



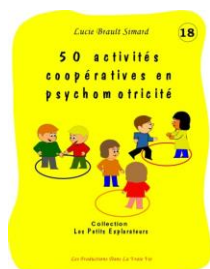
Les spécialistes de la petite enfance recommandent de placer dans l'horaire quotidien des enfants, entre vingt minutes et une heure d'activité intense. Ils ont noté que, laissés à eux-mêmes, seulement onze pourcent des enfants s'adonnent naturellement à des activités vigoureuses. Voici, pour vous, un outil indispensable rempli d'idées d'activités favorisant la grande motricité. Des jeux simples et amusants pour mettre de l'action d'une façon saine et constructive, tout en développant une multitude d'habiletés essentielles.

Brault-Simard, L. (2006). **50 rondes, danses et jeux de mains (2 à 7 ans)**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



On vous propose ici des activités coopératives musicales pour les enfants. Du plaisir assuré, tout en apprenant à coopérer, à jouer ensemble, à s'entraider... À chaque page, trouvez une comptine ou une chanson et les pas, les gestes ou les déplacements proposés. Avec le CD, apprenez l'air de la comptine ou de la chanson. Vous permet de mettre en scène de courts spectacles, d'animer des activités avec des enfants d'âges variés, d'occuper le temps d'attente, de souligner les fêtes et les anniversaires ou tout simplement de passer le temps de façon agréable.

Brault-Simard, L. (2006). **50 activités coopératives en psychomotricité**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Alors, voici cinquante activités motrices supplémentaires qui ont la particularité d'être coopératives. Des activités qu'on ne peut réaliser seul. Des activités qui demandent la participation ou l'aide de copains. Des activités qui exigent de partager son espace ou le matériel. Des activités qui favorisent les interactions sociales. Des activités qui stimulent l'estime de soi.

Brault-Simard, L. (2006). **50 activités pour bouger dans mon petit local**. Collection les petits explorateurs, Production dans la Vraie Vie, Valleyfield.



Aujourd'hui, tous sont d'accord avec les bienfaits de l'activité physique. Mais, les grandes salles de jeux ne sont pas toujours disponibles et la pluie, la neige, le verglas, les grands froids et les grands vents viennent souvent contrecarrer nos plans. Mais, qu'à cela ne tienne, il est toujours possible de bouger, de s'ébattre et de s'essouffler, même dans un tout petit local. Ce livre en est la preuve!

Cabrol, C., & Raymond, P. (1987). **La douce Méthode de gymnastique douce et de yoga pour enfants**. Chenelière Éducation.



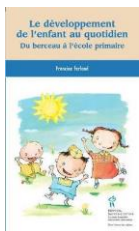
Plus de 300 exercices conçus spécialement pour les 3 à 9 ans, une foule de conseils pratiques à l'intention des parents et des enseignants, des séances d'exercices brèves ou prolongées ainsi que du plaisir et de la créativité pour tous!

Doyon, L. (2008). **Préparez son enfant à l'école : 500 jeux psychomoteurs pour les enfants de 2 à 6 ans**. Les éditions de L'HOMME, Montréal.



Demain, l'école... Comment préparer vos petits bouts de choux à cette nouvelle expérience? L'auteure, enseignante et spécialiste de l'enfance, vous offre 500 réponses à cette question embêtante, 500 jeux simples et amusants conçus pour favoriser le développement psychomoteur de l'enfant au fil de ses activités quotidiennes. Tous ceux qui suivent de près la croissance de l'enfant, que ce soit à la maison, à la garderie ou à la maternelle, trouveront dans ce livre une source inépuisable d'idées. Boutons, cure-dents, pailles, bouts de laine, journaux, pinces à linge..., tout peut servir. Il ne vous reste plus qu'à laisser parler votre imagination. Ces 500 jeux peuvent vous en inspirer une infinité d'autres.

Ferland, F. (2004). **Le développement de l'enfant au quotidien : Du berceau à l'école primaire**. Éditions de l'hôpital Sainte-Justine, Montréal.

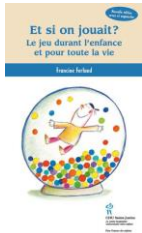


L'originalité de cet ouvrage vient du fait qu'il cerne toutes les sphères du développement de l'enfant : motricité, langage, perception, cognition, aspects affectifs et sociaux, routines quotidiennes, etc.

L'auteur propose, à la fin de chaque chapitre, diverses activités permettant aux

parents et aux éducateurs d'accompagner l'enfant dans son développement. Ce livre se veut un guide destiné à tout adulte qui vit au quotidien avec un enfant et qui souhaite partager avec lui la grande aventure du développement humain.

Ferland, F. (2005). ***Et si on jouait? Le jeu durant l'enfance et pour toute la vie***. Éditions de l'hôpital Sainte-Justine, Montréal.



Source d'apprentissage, objet de plaisir, voie privilégiée pour interagir avec les autres, le jeu représente l'activité la plus importante de l'enfant. Destiné tant aux parents qu'aux éducateurs, le livre aborde différents aspects du jeu : qu'est-ce que jouer, pourquoi et comment jouer, l'impact du jeu sur le développement de l'enfant, les critères d'un bon jouet, la sécurité au jeu, le jeu pour rendre la vie familiale plus agréable...

Cette seconde édition contient en outre cinq nouveaux chapitres : le jeu dans la société aujourd'hui, ce qu'il faut pour jouer, pourquoi et comment jouer avec l'enfant, les difficultés au jeu et le jeu chez l'enfant d'âge scolaire, chez l'adolescent et à l'âge adulte.

En plus des connaissances détaillées sur le sujet, l'auteure, qui veut redonner au jeu la place qu'il devrait avoir durant l'enfance et pour toute la vie, offre également de nombreuses suggestions de matériel et d'activités de jeu.

Ferland, F. (2012). ***Viens jouer dehors! Pour le plaisir et la santé***. Éditions de l'hôpital Sainte-Justine, Montréal.

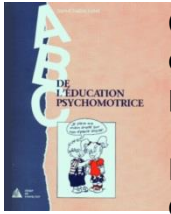


Les statistiques le confirment: les enfants sont plus sédentaires qu'avant. Des changements familiaux, sociaux et technologiques font en sorte qu'ils ont perdu l'habitude - ou qu'on ne leur laisse plus le temps - de jouer spontanément dehors, seuls, en groupe ou en famille, autour de la maison, au parc, ou dans d'autres endroits verts, quand ils sont accessibles...

Pourtant, les bienfaits du jeu libre et actif à l'extérieur, lorsque celui-ci est pratiqué en toute sécurité, sont multiples. Peu importe leur âge, les enfants accèdent ainsi à de nouvelles expériences, dépensent leur énergie, laissent libre cours à leur imagination, éliminent les effets négatifs du stress, améliorent leur condition physique, leur concentration de même que leur sommeil. Bref, ils grandissent de la plus belle des façons.

En servant de modèles aux jeunes, les parents contribuent activement à leur faire découvrir le plaisir de jouer dehors. En plus de leur fournir des clés pour y parvenir, *Viens jouer dehors!* leur suggère un chapitre entier de jeux adaptés aux différents âges, aux différents lieux et à chaque saison.

Juhel, J-C. (1990). **ABC de l'éducation psychomotrice**. Cégep de Sainte-Foy.



Cet ouvrage s'adresse particulièrement aux personnes qui utilisent le mouvement comme moyen d'éducation et de rééducation. Il est également utile et accessible aux parents qui désirent comprendre les étapes du développement moteur de leur enfant.

Dans la première partie, l'auteur décrit le développement psychomoteur de l'enfant et de l'adolescent. Il présente une synthèse des différentes théories en l'adaptant au milieu québécois. Chaque principe est abondamment illustré d'exemples concrets tirés de la vie quotidienne.

La deuxième partie du manuel constitue, en quelque sorte, un guide où l'éducateur trouvera une foule de renseignements et outils lui facilitant la composition d'un programme d'éducation psychomotrice. On y donne beaucoup d'exemples d'activités et de jeux.

Enfin la dernière partie porte sur les aspects particuliers du développement psychomoteur de l'enfant et de l'adolescent ayant une déficience auditive.

Kino-Québec. (1998). **Jeep 0-2 : Jeux et exercices pour Enfants et parents (0-2 ans)**.

JEEP 0-2, un programme tout terrain qui joint l'utile à l'agréable puisque vous faites vos exercices tout en jouant avec votre enfant âgé de 2 mois à 2 ans.

Ce livre est accessible gratuitement en ligne à l'adresse suivante : <http://www.santecom.qc.ca/Bibliothequevirtuelle/santecom/35567000002680.pdf>

Kino-Québec. (2007). **Jeep 2-5 : Jeux et Exercices pour Enfants et Parents (2-5 ans)**.

Pensée et conçue dans la continuité de la *JEEP 0-2*, la *JEEP 2-5* viendra agrémenter vos moments de loisirs par ses jeux et exercices pour la famille ainsi que ses jeux de stimulation pour l'enfant de 2-5 ans.

Kino-Québec. (2012). **Jouer aux exercices : Jeux et exercices pour parents et enfants**.



Vous trouverez dans ce document des exemples d'activités qui joignent l'utile à l'agréable, car elles vous offrent la possibilité de bouger tout en jouant avec l'enfant. Vous y trouverez également des activités de stimulation pour favoriser le développement global du tout-petit.

Ce guide est disponible gratuitement sur :

http://www.mels.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/publications/SLS/JouerAuxExercices_f.pdf

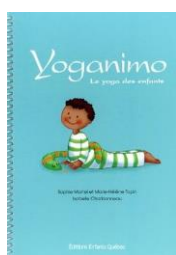
Kino-Québec. (2013). ***S'exercer en s'amusant avec ses petits-enfants : Jeux et exercices pour grands-parents et petits-enfants.***

Ce livre a été conçu en collaboration avec l'équipe de Naître et grandir et a été publié dans le magazine Naître et grandir, volume 7, numéro 10, décembre 2012 - janvier 2013 (cahier central).

Ce guide est disponible gratuitement sur :

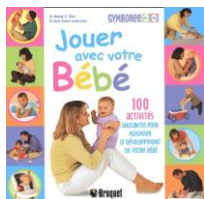
http://www.mels.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/publications/SLS/Sport_activite_phy_sique/ExerciceFRp.pdf

Martel, S., & Tapin, M-H. (2009). ***Yoganimo : Le yoga des enfants.*** Éditions Enfants Québec, Saint-Lambert.



Ce livre de yoga pour enfants propose 40 postures différentes représentant chacune un animal ou un élément de la nature. L'enfant s'amusera à reproduire la position de la grenouille, du guépard, de l'abeille, du koala, du chameau, du soleil ou de la montagne.

Masi, W.S., & Cohen-Leidermans, R. (2001). ***Jouer avec votre bébé : 100 activités pour maximiser le développement de votre bébé.*** Édition Broquet, Saint-Constant.



Un livre comme *Jouer avec votre bébé* regorge de suggestions et d'activités simples, que vous et votre bébé pourrez faire ensemble. *Jouer avec votre bébé* vous donnera l'inspiration nécessaire pour que votre enfant soit attiré par la découverte et le jeu. Chacune des activités, jeux et chansons a été conçue par des spécialistes du développement de l'enfant afin que vous et votre bébé puissiez-vous amuser à la maison ou à l'extérieur. En plus d'être amusante, chacune des 100 activités vérifiées et conçues pour les bébés, présente l'avantage d'offrir aux enfants en bas âge les rudiments des habiletés dont ils auront besoin dans la petite enfance et même plus tard. Toutes ces activités stimulent le développement physique et social des bébés et permettent le développement d'habiletés importantes.

Masi, W.S., & Cohen-Leidermans, R. (2001). ***Jouer avec votre Tout-petit : 100 activités pour maximiser le développement de votre enfant.*** Édition Broquet, Saint-Constant.



FAIRE PARTICIPER les tout-petits à des activités amusantes et enrichissantes constitue pour eux l'une des meilleures façons de connaître un bon départ dans la vie. *Jouer avec votre tout-petit* regorge d'idées et vise à vous inspirer pour lui enseigner des jeux qui sauront satisfaire sa soif innée d'apprentissage. Chacune des activités, jeux et chansons a été conçue par des spécialistes du

développement de l'enfant afin que vous et votre tout-petit puissiez-vous amuser à la maison ou à l'extérieur. En plus d'être amusante, chacune des 100 activités vérifiées et conçues pour les tout-petits présente l'avantage d'offrir aux enfants en bas âge les rudiments de plusieurs habiletés dont ils auront besoin à la période préscolaire.

Warner, P. (2005). **Bébé joue et apprend : 160 jeux et activités pour les enfants de 0-3 ans**. Éditions de l'Homme, Montréal.



Une spécialiste du développement des tout-petits vous propose ici 160 jeux et activités qui stimuleront et amuseront votre bébé durant des heures. Tous les jeux et toutes les activités que vous trouverez dans cet ouvrage comprennent une indication sur le groupe d'âge visé; une liste d'accessoires faciles à trouver; des instructions détaillées; des variantes propres à agrémenter le jeu et à stimuler l'apprentissage de l'enfant; des mises en garde visant à l'empêcher de se blesser en cours de route; et une liste des habiletés qu'il peut développer en jouant.

Warner, P. (2005). **Mon enfant joue et apprend : 150 jeux et activités pour les enfants de 3 à 6 ans**. Éditions de l'Homme, Montréal.



L'auteure propose plus de 150 jeux et activités conçus pour stimuler le développement des enfants d'âge préscolaire.

PROGRAMMES...

✓ Programme d'activités en physiothérapie pour les bébés de

0-1 an

Ce projet en physiothérapie pédiatrique a été conçu dans le but d'offrir des suggestions d'activités de stimulation motrice chez les enfants, de la naissance jusqu'à l'acquisition de la marche.

Les activités de stimulation proposées s'adressent aux parents, aux professionnels de la santé, aux éducateurs à l'enfance et à toutes autres personnes travaillant auprès de jeunes enfants. L'outil peut être utilisé auprès d'enfants présentant une déficience physique ou pour aider la stimulation dans le développement normal d'un enfant.

Les activités ont été élaborées par deux physiothérapeutes travaillant auprès des enfants depuis plusieurs années.

Toutes les fiches d'activités sont disponibles gratuitement à l'adresse suivante :

<https://www.irdpq.qc.ca/FichesPhysio/ACCUEIL.html>

✓ *Programme Ratatam*

Le regroupement **À vos marques, Santé** a développé un programme de psychomotricité pour les intervenants des milieux de garde, les enseignants au niveau préscolaire et les organismes communautaires travaillant auprès des enfants de 0 à 5 ans. Bien que ce programme provienne du Saguenay Lac Saint-Jean, des agents multiplicateurs sont reconnus dans la région pour offrir la formation Ratatam. Informez-vous auprès des bureaux coordonnateurs de la MRC Brome-Missisquoi ainsi que de la Haute-Yamaska pour obtenir davantage d'informations.

Brome-Missisquoi : Centre de la petite enfance et bureau coordonnateur Les Pommettes Rouges
1-877-848-3334

Haute-Yamaska : Centre de la petite enfance et bureau coordonnateur Familigarde
450-777-8080

Pour plus d'informations sur le programme :

<http://www.avosmarquessante.com/psychomotricite.html>

✓ *Trousse Mini-Gigotte*



Créatif Média Inc. est une entreprise québécoise, formée entres autres de kinésilogues, dont la mission est de propager le plaisir de bouger et de promouvoir les saines habitudes de vie auprès des enfants. Depuis 2008, ils ont rejoint plus de 100 000 enfants grâce à leurs services diversifiés et aux populaires troussees Gigote et Mini Gigote.

Pour plus d'informations :

http://www.creatifmedia.com/?section=1&s_section=1&langue=1

✓ *Le tour du monde de Karibou*

Le tour du monde de Karibou est un programme d'activités motrices pour les enfants de 1 à 4 ans. Avec Karibou, les enfants vont évoluer sur des parcours, apprendre par des ateliers et relever des défis qui leur permettront d'appivoiser graduellement le monde du sport et de l'activité physique.

Pour plus d'informations :

<http://www.letourdumondedekaribou.com>

✓ *Le jardin de Pirouette et Cabriole*



Toujours soucieuse de répondre aux besoins de ses membres, la Fédération québécoise des centres communautaires de loisir offre un programme de psychomotricité adapté aux réalités des jeunes familles ayant des enfants de 6 mois à 5 ans.

Fidèle à l'approche « milieu de vie » des centres communautaires de loisir, le programme de psychomotricité de la Fédération donne aux parents l'occasion de vivre avec leurs enfants des moments privilégiés, en réalisant des exercices qui permettent aux tout-petits d'acquérir à la fois des habiletés motrices et des habiletés mentales. Et tout cela dans le jeu et le plaisir. Conçus pour différents groupes d'âge, les activités et les ateliers proposés favorisent par exemple le développement du tonus musculaire, de l'équilibre et de la coordination, l'orientation dans l'espace, la compréhension des notions temporelles, la découverte du rythme et stimulent la concentration et la mémoire. Les acquis effectués au cours des semaines contribuent ainsi à ce que les enfants développent confiance en eux et estime d'eux-mêmes tout en jetant les bases essentielles à leurs apprentissages futurs.

Pour plus d'informations :

http://www.fqccl.org/index.php?option=com_content&view=article&id=478&Itemid=167