

## Jeux psychomoteurs pour les enfants **autour de 18 mois**

Dans ces moments où nous sommes confinés, les besoins psychomoteurs des enfants restent les mêmes, voire augmentés étant donné que les déplacements sont limités. Voici donc une liste d'idées pour répondre à leurs besoins et réaliser des activités psychomotrices à la maison.

### N'OUBLIEZ PAS LES GRANDS PRINCIPES POUR LA MAISON

**Des activités simples vécues** dans le plaisir.

**Variation des plaisirs** : jeux corporels dynamiques, de détente, manipulations, rêveries, chants, livres, dessins, histoires.

**Structurer le temps de la journée.** Établir ensemble un programme, préparer le matériel, vivre l'activité, ranger le matériel et parler de ce qu'on vient de vivre.

**Mieux vaut pratiquer plusieurs fois** un petit peu qu'une grosse fois par jour.

**Répéter les mêmes activités** permet de se sentir compétent, de se perfectionner.

**Aménager son environnement.** Ne pas se mettre en danger, ni casser du matériel.

**Repenser son environnement familial**

**Lavabo, évier, baignoire** : jeux d'eau et de transvasement.

**Salon** : espace de danse, séance yoga, parcours, jeux divers.

**Cuisine** : royaume des textures, goûts et odeurs.

## Motricité globale

Comment faire bouger votre enfant pour lui faire découvrir et prendre conscience de son corps en action.

JEUX	CONSIGNE	MATÉRIEL
<b>Parcours</b>	<p><b>Proposer un parcours à votre enfant.</b> Lui montrer où il doit aller en le guidant. Vous pouvez aussi lui dire : « <i>Attention de ne pas toucher les meubles, c'est chaud!</i> » en passant sous la chaise, la table par exemple.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>👉 Passer sous les chaises, monter sur le canapé, sous la table basse</li> <li>👉 Passer entre les différents obstacles posés au sol.</li> </ul>	<p><b>Parcours avec objets, meubles du quotidien,</b> divers obstacles posés au sol (livres, flacons...), tout ce que vous pouvez proposer à la maison sans risque !</p>
<b>Autre type de parcours</b>	<p><b>Disposer des petits objets</b> que l'enfant devra ramasser sur son chemin et mettre dans une boîte ou un sac. On peut aussi donner un temps limité (compter jusqu'à 20 ou 10).</p> <p><b>Aller chercher un objet en marchant,</b> en courant et le ramener au point de départ.</p> <p><b>Pousser un objet avec le balai</b> en faisant un parcours simple (passer entre 2 chaises, faire le tour de la table)</p>	<p><b>Petits objets du quotidien :</b> brosse, peigne, crayons, éponge, ustensiles de cuisine... disposés le long du trajet.</p>

## Motricité globale suite

JEUX	CONSIGNE	MATÉRIEL
<b>Grimper</b>	Monter sur les coussins à 4 pattes, à genoux, debout en fonction des capacités motrices de l'enfant.	<b>Coussins, oreillers, caisses des bacs de jeux retournées.</b> Vous pouvez aussi les installer comme pour faire un escalier.
<b>Franchir Enjamber</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>👉 Passer, sauter par-dessus les obstacles</li> <li>👉 Se cacher dans un carton «<i>Sinon, attention je vais t'attraper !</i>»</li> </ul>	<b>Coussins, livres, ruban, balai, feuilles de papier, cartons.</b> Toujours en faisant attention que cela ne soit pas risqué pour l'enfant.
<b>Se déplacer</b>	Se déplacer d'un point à un autre en imitant des animaux : serpent, grenouille, chat, ours.	Vous pouvez indiquer un trajet ou installer un parcours.

## Motricité / Préhension / Coordination

Votre enfant avec ces activités «entraîne» sa motricité fine pour devenir de plus en plus précis ! Il apprend à se servir de ses 2 mains, à être plus précis et découvrir tout ce qu'il peut faire avec son corps.

JEUX	CONSIGNE	MATÉRIEL
<b>Cuisinier</b>	Imiter le cuisinier	<b>Objets de la cuisine:</b> cuillères en bois, en plastique, en métal, tupperwear, boîtes de conservation, casseroles, passoires...
<b>Jeux d'eau</b>	Remplir et vider	<b>Bassine</b> d'eau dans la douche, dans la baignoire, pots de toutes sortes.
<b>Dessiner</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>👉 Gribouillage avec des gros crayons, de la peinture à la main</li> <li>👉 Laisser des traces avec son doigt dans du riz ou de la semoule étalé sur un plateau.</li> </ul>	Crayons, peinture <b>Plateau avec un rebord</b> dans lequel vous versez du riz, de la semoule...
<b>Faire des tours</b>	Empiler les cubes les uns sur les autres ou avec des boîtes, des kaplas.	<b>Différents objets qui peuvent s'empiler</b> cubes, boîtes, kaplas, briques de lait, boîtes en plastique.
<b>Attraper et lancer</b>	Se lancer et attraper une balle ou tout autre objet que l'enfant peut facilement attraper avec ses 2 mains.	<b>Balle, tissu,</b> paire de chaussettes en boule, vêtement.

## Développer le langage

Votre enfant commence à dire ses premiers mots. Il a besoin de vous entendre parler, de savoir comme s'appelle tout ce qu'il voit, de faire bouger sa bouche, sa langue, ses joues...

JEUX	CONSIGNE	MATÉRIEL
<b>Parler à votre enfant</b>	<b>Par exemple lui montrer une brosse</b> et lui dire comment ça s'appelle, lui montrer son pantalon et le nommer.	<b>Tous les moments de la vie quotidienne</b> sont prétexte au langage (cuisine, habillage, bain...)
<b>Avec la bouche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>👉 <b>Faire des sons</b> et des bruits en vous mettant en face de votre enfant</li> <li>👉 <b>Souffler</b> sur un objet léger (un papier, une plume) pour le faire bouger.</li> </ul>	L'enfant doit vous <b>imiter</b> .
<b>Lire, écouter des histoires</b>	<b>Lire des livres</b> , regarder ensemble des images dans un catalogue, écouter des histoires.	Podcasts, sites internet, catalogues, livres de cuisine, livres d'art.

## Autour du corps

Votre enfant a besoin que vous l'aidiez dans la connaissance des parties de son corps pour qu'il découvre son corps et en prenne conscience.

JEUX	CONSIGNE	MATÉRIEL
<b>Où est ton nez, tes cheveux ?</b>	<b>Toucher</b> son nez, son oreille « <i>Oh, il est là ton nez!</i> », lui montrer sur vous, sur lui et les nommer : yeux, nez, oreilles...	Se mettre en <b>face à face</b> .
<b>TOC! TOC! qui est là ?</b>	<b>Faire Toc Toc</b> sur une partie du corps de l'enfant et la nommer.	Se mettre en <b>face à face</b> .
<b>Aie ! Aie ! J'ai mal !</b>	<b>Montrer une partie de son corps</b> en disant que vous avez mal à cet endroit. L'enfant doit nommer la partie du corps. Par ex. « Tu as mal au coude ? » et le soigner avec une baguette magique.	Prendre n'importe quel objet pour faire la baguette ou tout simplement avec la main.
<b>Jeux du miroir</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>👉 <b>On s'imit</b>e à taper des mains, des pieds.</li> <li>👉 <b>Faire des mimiques</b> que l'enfant doit imiter.</li> </ul>	Se mettre en <b>face à face</b> .