

L'ergothérapie à la

L'ergothérapie à la maison



Pour petit rappel, lorsque votre enfant va voir l'ergothérapeute, nous travaillons autour de trois éléments « clés » : l'enfant lui-même, ses activités et son environnement.

Aujourd'hui, nous devons réajuster nos occupations (activités), et ce, dans un seul environnement matériel et humain (notre domicile et notre entourage). A la maison, nous n'avons pas toujours tout le matériel et les jeux qu'il faut.... Alors, nous vous proposons d'utiliser les **objets du quotidien**, ce que l'on trouve dans nos placards pour continuer à stimuler ses activités (la motricité fine, le graphisme, les mathématiques...)

Voici quelques exemples :

Les activités du quotidien :

Le temps n'est (presque) plus compté : c'est le moment d'en profiter pour laisser votre enfant s'habiller, se laver seul, mettre le couvert...

→ Tout ça c'est : développer son autonomie, le responsabiliser et le valoriser dans ses progrès...

En rentrant des courses, demander à votre enfant de vous aider à ranger les provisions (ce qui n'est pas délicat !). Prendre dans le sac, porter, poser sur la table des boîtes de conserve plus ou moins grosses, des légumes, des paquets de gâteaux....

→ Tout ça, c'est : ajuster sa force, utiliser ses 2 mains de façon coordonnée, regarder ce qu'on prend et où on va le poser.

On peut jouer à la marchande, à la préparation d'un pique-nique... On prend un sac de courses et on lui demande d'aller chercher :

- 3 cuillères pour manger
- 4 feuilles de sopalin qu'il doit arracher seul
- 2 bananes
- 1 paquet de gâteau
- 5 yaourts....

Ce jeu est bien sûr à adapter à ce que vous trouvez chez vous

→ Tout ça c'est : s'organiser, mémoriser l'aliment à aller chercher, chercher où le trouver, se souvenir du nombre...

Pour l'aider vous pouvez lui écrire le nombre sur un petit papier.

Cuisiner des recettes simples :



Le gâteau au verre :

- 3 Œufs
- 1 verre de sucre
- 1 verre de lait
- 1 verre d'huile
- 3 verres de farine
- 1 sachet de levure

On mélange tous les ingrédients dans l'ordre et on met au four 45min à 180°

 La motricité fine :

- On peut jouer avec les boîtes de conserve : (construire puis « chamboule tout »)



→ *Tout cela, c'est : Mesurer sa force, se repérer dans l'espace pour réaliser une construction...*

Transvaser des aliments (semoule, farine, pâtes...), de l'eau d'un récipient à un autre...



Tout ça, pour : Coordonner son geste et son regard, maintenir sa cuillère et la déplacer sans l'incliner, travailler la rotation et l'inclinaison du poignet pour remplir et vider.

Découper différentes matières pour s'exercer à la tenue des ciseaux, à adapter la force de la coupe, l'ouverture des lames...



Faire des boudins en pâte à modeler, les couper, refaire une grosse boule puis l'écraser très fort pour faire une crêpe.

On peut aussi apprendre à couper avec un couteau rond, piquer les petits bouts avec la fourchette...

Si l'on n'a pas de pâte à modeler, on peut fabriquer de la **pâte à sel** :

Pâte à sel

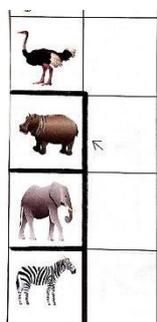
Ingédients

×2 Farine 1 dose d'eau 1 dose de sel Colorant alimentaire

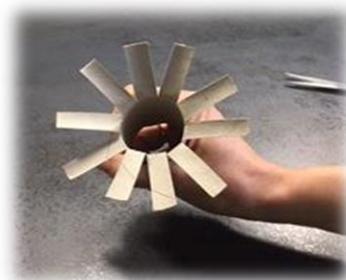
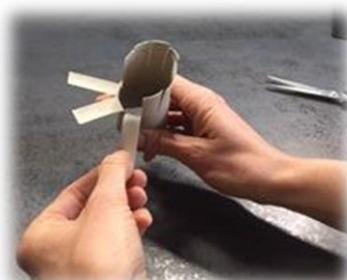
Préparation

1. Verse 2 doses de farine et une dose de sel dans un saladier.
2. Ajoute une dose d'eau.
3. Pétris le mélange avec tes mains afin de former une boule de pâte.

Pour le découpage, Vous pouvez épaissir le trait de coupe avec un gros feutre foncé. Ainsi votre enfant réussira plus facilement à placer la lame sur la ligne. Vous pouvez également placer une petite gommette, un petit morceau de post-it à l'extrémité de la lame.



On peut découper des rouleaux de papiers toilettes..



 Le graphisme, l'écriture :

Pour le graphisme, on peut dessiner allongé au sol pour favoriser l'appui des avant-bras et de la main.



On varie les supports (papier, carton..) et la taille (grande feuille, post-it..) pour que l'enfant apprenne à adapter l'amplitude du geste, à s'organiser sur l'espace de la feuille.

On varie les crayons (crayons de papier, feutres fins, épais, stylo bille, peinture...)

On varie l'approche : - dessin libre, dessin guidé, coloriage, reproduction d'un modèle, on joue à faire deviner ce qu'on dessine....

Pour l'écriture :

Vos enfants ont souvent des difficultés à se repérer, à réaliser des lettres de la bonne taille. Un support avec des lignes colorées peut leur faciliter la tâche.

LA LICORNE

Pour les moyennes section,

On utilise 2 lignes :- **L'herbe** (vert)

- **La terre** (marron)

LA LICORNE

a a a a



Pour les grandes sections,

on ajoute : Le ciel (bleu)

Le feu (rouge)

m m m m

e e e e

Vous pouvez tracer vous-même ces lignes de couleurs ou télécharger et imprimer des feuilles sur le site Desmoulins :

http://www.desmoulins.fr/index.php?pg=scripts!online!feuilles!form_feuille_methode_couleur&ses=1

 Des exercices à imprimer, pour stimuler de nombreux domaines :

Le jeu du parcours à doigts :



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
DÉPART	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	ARRIVÉE
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	

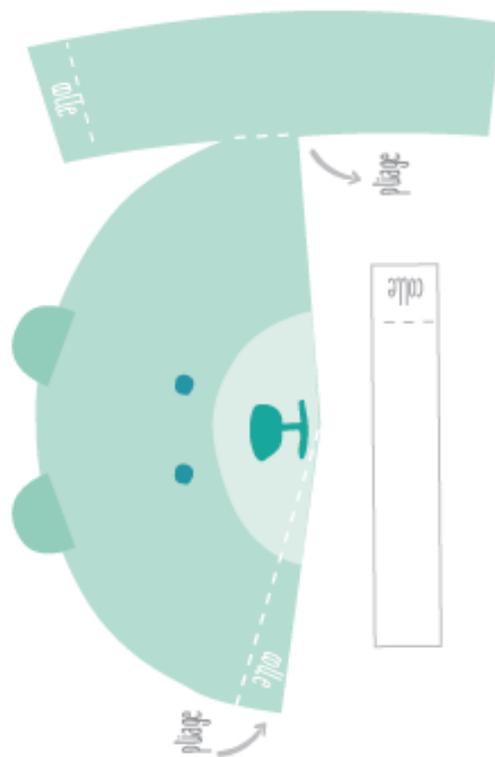
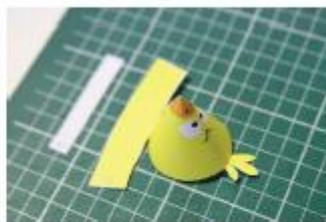
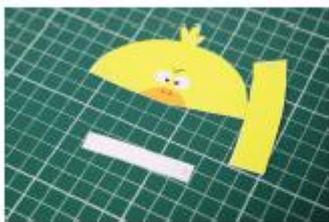
Préparation :
Imprimer et découper le plateau de jeu et les fiches d'exercices.

Règle du jeu
En déplaçant chaque doigt de la main, reproduire le parcours indiqué sur les fiches d'exercices. 1 point de couleur = 1 doigt posé libre. Vous devez toujours avoir au moins 1 doigt de posé sur le parcours avant d'aller toucher une autre case.

PARCOURS N°1	PARCOURS N°2	PARCOURS N°3	PARCOURS N°4	PARCOURS N°5
10 ●	10 ●	10 ●	10 ●	10 ●
9 ●	9 ●	9 ●	9 ●	9 ●
8 ●	8 ●	8 ●	8 ●	8 ●
7 ●	7 ●	7 ●	7 ●	7 ●
6 ●	6 ●	6 ●	6 ●	6 ●
5 ●	5 ●	5 ●	5 ●	5 ●
4 ●	4 ●	4 ●	4 ●	4 ●
3 ●	3 ●	3 ●	3 ●	3 ●
2 ●	2 ●	2 ●	2 ●	2 ●
1 ●	1 ●	1 ●	1 ●	1 ●

Les marionnettes à doigts :

Découper, plier et coller les marionnettes. Pour les petits doigts, nous vous conseillons de réduire le pourcentage d'impression en conséquence.



Chacun déborde d'imagination... Nous vous retrouvons vite !

HENTZIEN Fanny
GAUTHIER Morgane
Ergothérapeutes D.E
CAMSP De Reims

