

Activités à faire avec votre enfant

Voici des activités simples à faire avec votre enfant afin de développer sa motricité globale.

- La marche des animaux
- La cachette
- Jouer avec un ballon
- Danser au rythme de la musique
- La course à obstacle
- Bricolage: colorier, dessiner, déchirer, découper, coller,...
- Construction avec des blocs
- Pâte à modeler
- Aller jouer au parc
- Aller glisser sur la neige
- Aller patiner
- Aller à la piscine



Important

Profitez de chaque occasion pour jouer avec votre enfant.

Et n'oubliez pas que le but premier est de vous amuser et de passer un bon moment ensemble.



CPE La Fourmilière

Jardin Panet : 566 rue Panet, Mont-Laurier, J9L3A1
Château Parent : 699 rue Parent, Mont-Laurier, J9L3A1

Téléphone : (819) 623-7166
Télécopieur : (819) 623-3860
Courriel : cpelafourmiliere@lino.com
Site internet : www.cpelafourmiliere.com

** Le dépliant est disponible sur le site internet du CPE.

CPE La Fourmilière



Le
développement
moteur



Qu'est-ce que la motricité ?

Le développement moteur des enfants de 0-5 ans est unique et important. Le développement de ces habiletés motrices (agilité, endurance, équilibre, notion gauche/droite, etc.) comprend :

La motricité globale s'asseoir, ramper, marcher, courir, grimper, saisir un objet, ...

La motricité fine dessiner, découper, enfiler des perles, boutonner, ...

Les enfants ont besoin de nombreuses activités **agréables** et **stimulantes** qui leur permettront d'établir les bases de leur développement futur en matière d'éducation.

Sources: *Accueillir la petite enfance*, le programme éducatif des services de garde du Québec et *Le développement moteur*, document du comité Mode de vie physiquement actif des Laurentides.

Groupe d'âge	L'enfant s'éveille au monde qui l'entoure et apprend à :
Autour de 6 à 12 mois	Jeter les objets par terre; prendre de petits objets entre son pouce et son index; marcher à quatre pattes; se lever debout seul en s'agrippant aux meubles.
Autour de 12 à 18 mois	Marcher seul; s'alimenter seul en s'alimentant d'une petite cuillère; s'asseoir seul sur une petite chaise; regarder un livre d'image en tournant 2 ou 3 pages à la fois.
Autour de 18 à 24 mois	Courir, s'arrêter puis repartir; sauter; pousser du pied un ballon sans tomber; lancer une balle.
Autour de 2 à 3 ans	Se tenir en équilibre sur un pied pendant quelques secondes; tenir son verre d'une seule main pour boire; tenir des ciseaux; tourner une à la fois les pages d'un livre.
Autour de 3 à 4 ans	Conduire un tricycle; descendre l'escalier en alternant les pieds; déboutonner puis à boutonner les vêtements d'un jouet; s'habiller avec de l'aide.
Autour de 4 à 5 ans	Conduire un vélo à quatre roues; sautiller sur un pied, galoper; découper en suivant une ligne droite; lancer un ballon au sol et au mur.

Dépliant *Jouer aux exercices* de Kino Québec

