

Activités jeunes enfants

0-6 mois

Pour bien vivre le confinement avec un bébé, voici quelques idées et astuces pour passer de bons moments ensemble et favoriser son bien-être et le vôtre.

Conseils prodigués par des Éducatrices de Jeunes Enfants du Conseil départemental du Puy-de-Dôme

Contact

nadine.marmoiton@puy-de-dome.fr

corinne.fourvel@puy-de-dome.fr



Des conseils pour apaiser bébé

- ★ Bercer son bébé pour l'aider à s'endormir ou se calmer, grâce au balancement et au contact physique.
- ★ L'apaiser contre son coeur.
- ★ Redécouvrir des morceaux de musique qu'il a écouté lors de la grossesse de sa maman.

Yoga pour les bébés



L'adulte commence par inspirer et expirer, ce qui permet de se calmer.

Masser doucement le bébé devant soi, c'est l'échauffement.

Tendre une jambe du bébé puis l'autre.

Plier les genoux du bébé vers sa poitrine, lever le bassin du sol.

Prendre ensuite les bras: un plié, un tendu puis inverser.

Le bercer tout doucement...

Vous pouvez retrouver la séance complète en vidéo sur La maison des maternelles *En douceur, le yoga des bébés.*



Stimuler ses sens et sa motricité



- ★ Regarder bébé dans les yeux.
- ★ L'installer sur le ventre sur un tapis sans trop le solliciter pour se muscler et l'encourager à relever la tête.
- ★ Nommer les parties du corps lors du change et du bain.
- ★ Utiliser le miroir, sans savoir que c'est lui, il sera captivé par vos mouvements.
- ★ Jouer avec votre voix (émettre des sons différents).
- ★ Faire des grimaces qui l'obligeront à soutenir le regard de l'adulte.



Activités manuelles et sensorielles

- ★ Réaliser des mobiles que l'on accroche au-dessus du lit et du coin change en utilisant des matériaux légers colorés ou au contraire blanc et noir pour le contraste.
- ★ Réaliser un imagier avec des formes ou des animaux très simples en noir/blanc à partir de dessins faits maison et les lui montrer.
- ★ Fabriquer l'empreinte de sa main ou de ses pieds avec de la pâte à sel.

Petite poésie à lui lire ou réciter

Petit papillon se pose, se pose,
Petit papillon se pose un peu partout.
Petit papi, passe par ici,
Petit papa, pose-toi par là!

