



UN PÈRE C'EST POUR LA VIE

Vol. 2 • N° 1 • Mai 2015

**INTERAGIR AVEC SON ENFANT,
C'EST AUSSI **EXPLORER,**
S'AMUSER ET **JOUER** AVEC LUI**



Le jeu est la principale source d'apprentissage, de communication et de plaisir pour l'enfant. En jouant avec son enfant, le père lui apprend à prendre des risques ainsi qu'à respecter les limites imposées.

INITIATIVE
AMIS DES PÈRES
AU SEIN DES FAMILLES



FATHER FRIENDLY
INITIATIVE
WITHIN FAMILIES

SAVIEZ-VOUS QUE...

- Les pères sont reconnus pour leurs jeux physiques déstabilisants et stimulants avec leurs enfants. En jouant de cette façon, ils les aident à devenir plus forts, plus agiles et à avoir plus d'équilibre. Les jeux physiques stimulent donc le développement moteur de l'enfant.
- Les périodes de jeu sont aussi des occasions pour l'enfant d'apprendre de nouveaux mots, de comprendre l'effet de ses actions, de gérer ses émotions et de renforcer le lien affectif avec son père.
- Il n'y a pas d'âge pour s'amuser. Le jeu s'adapte aux besoins et habiletés du bébé, et devient plus actif et complexe alors que l'enfant grandit.

1, 2, 3... ACTION !

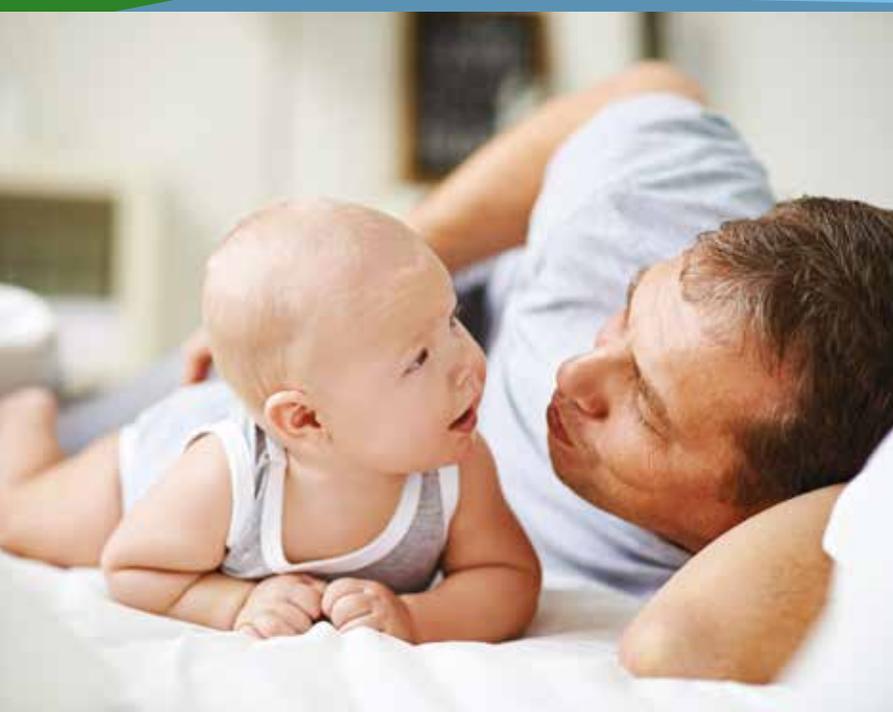
RENFORCER LES MUSCLES

0-6 MOIS

Placer votre bébé sur le ventre, les mains à la hauteur des épaules puis, à l'aide d'un jouet, tentez d'attirer son regard de gauche à droite, de haut en bas. Votre nourrisson devra faire travailler les muscles de son cou, de son dos et de ses bras pour arriver à voir le jouet. Ce jeu l'aidera à tenir sa tête seul pour éventuellement arriver à s'asseoir et marcher dans quelques mois!

4-5 ANS

Tenir les jambes de votre enfant de sorte qu'il doive marcher sur les mains quelques minutes, comme s'il imitait une brouette. En sollicitant ainsi toute sa musculature, votre enfant ne peut qu'améliorer sa posture et s'éviter bien des maux en grandissant.



LE JEU AIDE LE DÉVELOPPEMENT MOTEUR



FAVORISER

LA

COORDINATION ŒIL-MAIN OU ŒIL-PIED

(aide aussi à découvrir le côté dominant)

12-24 MOIS

Avec votre bambin, empilez différents objets de sorte à créer des tours plus hautes les unes que les autres. En plaçant un objet par-dessus un autre sans les faire tomber, il développera sa dextérité. Ceci lui sera utile pour apprendre à manger avec ses ustensiles. Observez le plaisir que votre enfant aura à faire tomber les tours par la suite!

2-5 ANS

Apprendre à frapper un objet avec le pied n'est pas une mince affaire! Toutes les occasions sont bonnes pour pratiquer ce geste : incitez-le à frapper un ballon de soccer, un caillou dans la rue ou encore un tas de feuilles mortes dans la cour. Votre enfant améliorera ainsi sa coordination et vous pourrez identifier plus rapidement s'il est gaucher ou droitier.

ENCOURAGER L'ÉQUILIBRE

12-30 MOIS

Demandez à votre enfant de marcher un pied devant l'autre, sur une ligne tracée par terre ou sur une bordure de trottoir. Tenez-lui la main les premières fois pour l'aider à se stabiliser puis, lorsqu'il gagne en confiance et en adresse, laissez-le pratiquer sans appui. Apprendre à stabiliser son corps dans l'espace permettra à votre enfant d'être plus habile dans ses déplacements quotidiens, au terrain de jeu ou dans les sports qu'il pratiquera.

2-5 ANS

Initiez graduellement votre enfant au vélo. En se pratiquant à l'aide d'une remorque qui s'attache à votre bicyclette ou d'un vélo avec des stabilisateurs (petites roues), votre petit apprendra peu à peu comment rester en selle par lui-même.



CONSEILS DE PROS

POUR EN SAVOIR PLUS

PATERNI- TRUCS POUR INTERAGIR AVEC SON ENFANT

Un père, c'est pour la vie
a pour but de sensibiliser
les pères et les mères à
l'importance des pères
dans la famille.

Suivez-nous !

TW : @coeurdfamilles

FB : AuCoeurDesFamilles

WEB : iap.uqo.ca

Commentaires ? Idées ?

iap@uqo.ca

Le développement moteur se fait de façon continue chez les enfants. Tous les jeux sont propices à l'apprentissage de nouvelles habiletés. En observant ce que votre enfant est capable de faire et en l'amenant à dépasser ses limites, vous contribuez grandement à son épanouissement.

Ferland, F. (2014). *Le développement de l'enfant au quotidien : de 0 à 6 ans* (2^e éd). Montréal : Éditions du CHU Ste-Justine.

<http://naitreetgrandir.com/fr/>

« Quand je reviens du travail, je deviens un terrain de jeux pour mes enfants. »

« Je ne suis pas le genre de père qui invente des jeux de rôles, j'aime mieux aller me promener dans le bois avec mon enfant et lui faire découvrir des vraies affaires dans la nature. »

« J'aime ça pousser mon enfant à dépasser ses limites... le mettre au défi. Il me surprend chaque fois. »



Un père, c'est pour la vie est produit et publié par l'Initiative Amis des pères au sein des familles, sous la responsabilité de Francine de Montigny.

Édition, rédaction, coordination, révision et correction d'épreuves :
Francine de Montigny

Équipe de rédaction : Kate St-Arneault, Sylvie Lynn Gignac, Karine Sauvé

Graphisme et mise en page : Ghyslaine Lévesque

Photos : fotolia.com et iStockphoto.com

INITIATIVE
AMIS DES PÈRES
AU SEIN DES FAMILLES



FATHER FRIENDLY
INITIATIVE
WITHIN FAMILIES



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

© 2015, Initiative Amis des pères au sein des familles