

ACCOMPAGNER SON ENFANT VERS L'AUTONOMIE

« Aide moi à faire seul »
écrivait Maria Montessori



POURQUOI ?

Aider l'enfant à développer son autonomie, c'est l'amener à **prendre des décisions, faire des choix, faire face aux difficultés, lui donner confiance en lui**. Pour acquérir de l'autonomie, il faut apprendre pas à pas, essayer, rater... et chaque enfant progresse à son rythme. **On s'adapte à ses envies et ses capacités.**



L'AUTONOMIE PETIT À PETIT

Pour développer ses habilités motrices, un enfant a besoin d'expérimenter dès son plus jeune âge. Il ne suffit pas d'avoir 7 ans pour savoir lacer ses chaussures. Dans un premier temps ne vous focalisez pas sur le résultat...

L'IMPORTANT C'EST QU'IL PARTICIPE !

1. ADAPTER

L'environnement doit permettre à votre enfant de faire les choses par lui-même (porte-manteau à sa hauteur, caisse de rangement pour ses jeux, brosse à dents adaptée à son âge, marche pied pour atteindre les robinets...).



2. MONTRER L'EXEMPLE

Un enfant apprend par imitation. Il nous observe et nous écoute dès son plus jeune âge.



3. ACCOMPAGNER

On choisit le moment où l'on est disponible pour faire avec lui et où l'enfant aura le temps d'essayer et de recommencer. Selon les activités, on peut expliquer étape par étape ou le laisser expérimenter sans faire à sa place.



4. SUPERVISER

On le laisse agir seul en s'assurant qu'il ne se mette pas en danger sans le surprotéger. On reste disponible pour le guider. On l'encourage.



ON LE Laisse FAIRE EN AUTONOMIE.

CE QU'IL PEUT FAIRE TOUT SEUL (SI ON LUI MONTRE)

2/3 ANS

- Ranger ses jouets et ses livres
- Mettre ses habits sales dans le panier
- Jeter les déchets à la poubelle
- Mettre ses couverts sur la table
- Faire sa toilette

4/5 ANS

- Essuyer les dégâts
- Remplir un verre
- Aider à mettre le couvert ou débarrasser la table
- Ranger sa chambre
- S'habiller seul
- Se laver les mains
- Se laver le corps, les cheveux et les dents avec de l'aide

6/7 ANS

- Aider à la préparation du repas
- Vider le lave-vaisselle
- Trier et plier les vêtements propres
- Remplacer le rouleau de papier toilette
- Se laver le corps, les cheveux et les dents

8/9 ANS

- Préparer un repas simple
- Ranger les courses
- Faire son lit
- Arroser les plantes
- Promener le chien
- Essuyer la table
- Aider à étendre le linge
- Remplir le lave-vaisselle

10 ANS ET +

- Passer l'aspirateur
- Apporter le courrier
- Faire de petits bagages pour une nuit
- Laver les carreaux
- Faire de petites réparations
- Changer ses draps



Retrouvez le tuto des animateurs « mes défis du moment »

www.ville-bruz.fr/astuces-familles

ASTUCES

Pour aider votre enfant à gagner en autonomie, vous pouvez utiliser des jeux ou autres astuces :

- Des schémas et dessins aident l'enfant à savoir dans quel ordre mettre ses vêtements, comment se laver, le rituel du soir...
- Des gommettes pour différencier la gauche et la droite (ex : dans les chaussures)
- Des affiches routine, un calendrier l'aident à se repérer dans le temps
- Un tableau de « missions » l'aide à se rappeler ce qu'il a à faire
- Des étiquettes et images permettent à l'enfant de savoir où ranger ses jeux ou ses vêtements
- Des couverts et de la pâte à modeler permettent de s'entraîner à couper.



POUR ALLER PLUS LOIN

Découvrez la sélection d'ouvrages de la Médiathèque sur
L'AUTONOMIE DE SON ENFANT.



Plus d'informations : Service enfance

Les animateurs de vos enfants sont à votre écoute • www.ville-bruz.fr

