

ENCOURAGER L'AUTONOMIE

L'OUTIL MES DÉFIS DU MOMENT



MODE D'EMPLOI

Après avoir lu la fiche astuces « **Accompagner l'autonomie de son enfant** » :

1. Choisissez avec votre enfant 3 vignettes défis à réaliser selon vos envies et les siennes,
2. Si vous estimez que les défis choisis sont réalisables (ou presque), utilisez les cartes discussions parents - enfants pour les préparer ou les adapter.
3. Découpez les vignettes choisies pour les défis du moment
4. Collez ensuite les vignettes sur le support.



Lorsque votre enfant sera capable de réaliser ses défis, il pourra coller ses trophées sur le podium !

EXEMPLE D'UNE CARTE PARENTS

- Je pense que tu es capable de « **prendre ta douche** » ... mais ai-je pensé à tout ?
- Ce que tu sais déjà : **laver ton corps**
- Ce que je vais te montrer : **comment faire ton shampoing et te rincer, comment étendre ta serviette**
- Le matériel dont tu as besoin : **ta serviette, tes vêtements propres**
- À quel danger dois-tu faire attention ? : **ne pas toucher au robinet pendant que tu te laves. Tu pourrais te brûler**
- Besoin d'un motivateur : **musique ou jeux de bain**

- Je pense que ce n'est pas encore possible ... **de faire couler l'eau tout seul**
- Il y a un danger : **tu ne sais pas encore régler la température de l'eau**
- Il faut commencer par savoir **s'écarter de l'eau ou la couper si elle est trop chaude**

ON PROCÈDE PAR ÉTAPES

Réparer les maladresses (verre d'eau qui tombe, peinture sur la table...)














- On lui indique où se trouve la balayette ou l'éponge
- On lui demande de l'apporter puis de regarder comment on l'utilise.
- La prochaine fois, il essaiera seul !

Aller chercher le pain

- Il nous montre le chemin et on lui indique les dangers
- On lui apprend à demander le pain et payer
- Plus tard, il le fera seul et nous resterons en retrait les premières fois.

Ranger sa chambre

- On lui prévoit des espaces de rangement clairement identifiés (caisse de jeux, étagère à livres, place des vêtements...)
- On propose un motivateur : ranger en musique
- On limite la durée : si c'est trop long il n'aura plus envie de recommencer.

 ALLER CHERCHER LE PAIN	 RÉPARER SES MALADRESSES	 PRÉPARER ET RANGER SES ACTIVITÉS	 FAIRE SES LACETS
 AVOIR SA PROPRE PLANTE	 PRÉPARER SA TENUE DU LENDEMAIN	 RESTER SEUL PENDANT 15MIN	 METTRE LE COUVERT
 RANGER SA CHAMBRE	 RESTER SEUL UN APRÈS-MIDI	 CUISINER (GÂTEAU, OMELETTE...)	 SE PRÉPARER POUR SE COUCHER
 PENSER À ALLER AUX TOILETTES AVANT LE COUCHER	 PRENDRE SA DOUCHE	 LIRE L'HEURE	 METTRE SON MANTEAU
 PRÉPARER SON GOÛTER	 LIRE SEUL SES DEVOIRS DANS SON AGENDA	 METTRE SON LINGE SALE DANS LE PANIER	 AIDER À RANGER LES COURSES
 RANGER SES JOUETS	 Découpez les vignettes pour les positionner sur la feuille		

CARTE DES PARENTS

Qu'est-ce que j'attends vraiment de mon enfant ? (détailler l'action)

- Je pense que tu es capable de : mais ai-je pensé à tout ?
- Ce que tu sais déjà :
- Ce que je vais te montrer :
- Le matériel dont tu as besoin :
- Les dangers potentiels :
- Un motivateur :

Le défi ne peut pas se faire encore parce que :

- il y a un danger :
- il faut commencer par :

CARTE DES ENFANTS

Savoir faire seul c'est aussi savoir de quoi on a besoin !

- Ce que je sais déjà :
- Ce que je dois savoir :
- Le matériel dont j'ai besoin :
- Le conseil ou l'aide dont j'ai besoin :

On apprend petit à petit, étape par étape. Parfois je réussis, parfois non !

**SI UN DÉFI EST RÉUSSI, COLLEZ UNE VIGNETTE « TROPHÉE »,
IL FAUT REMPORTER LES 3 TROPHÉES POUR VALIDER LE JEU.**



**VIGNETTE « TROPHÉE »
À COLLER À CHAQUE DÉFI RÉUSSI!**

