

2 Propositions pour mieux vivre et gérer la journée

➤ INSTAURATION D'UNE FRISE CHRONOLOGIQUE DES MOMENTS DE LA JOURNEE

Objectifs :

- Aider le parent et l'enfant à mieux gérer l'organisation de la journée
- Aider l'enfant à se repérer dans le temps et comprendre le temps qui passe
- Le motiver, l'aider à s'investir dans les activités de la journée.
- L'aider à verbaliser, et à raconter, se mémoriser sa journée et ses actions.

Cette semaine, on va essayer d'aider votre enfant à mieux se repérer dans les différents moments de la journée qu'il va vivre depuis son réveil jusqu'à son coucher (voir documents pdf : **La roue de la journée1**

Découper la roue des moments de la journée, et la coller sur un carton rigide, puis colorier légèrement les parties où figurent les titres de la même couleur que les cadres des fiches explicatives de ces moments. (voir un exemple déjà colorié : document pdf : « **roue_de_la_journée_coloriée** ». Vous pouvez colorier en présence de votre enfant et lui expliquer en même temps ce qu'il y a sur chaque portion du camembert. Ou bien utiliser le document déjà colorié.

ETAPE 1 : Découverte de la frise en forme de camembert qui marque le temps qui passe.

- 1) Premier moment de la journée : le réveil (**je me lève**) **rouge** : demander à l'enfant ce qu'il voit sur cette image, ce que cela veut dire..(cet enfant peut être un garçon ou une fille), cet enfant te représente, « *cela représente le moment où tu te lèves* », C'est le matin. Et chaque matin, vous aider des cartes explicatives correspondantes (*avec les différentes rubriques à aborder avec votre enfant : se sécuriser, prendre soin, découvrir...et apprivoiser le langage*) pour vivre ce moment avec votre enfant, et dialoguer avec lui. Donc faire repérer la couleur de ce moment **ROUGE**
- 2) Poursuivre avec votre enfant la découverte de cette « roue de la journée », en repérant les moments clés que va vivre votre enfant, et les couleurs correspondantes.
- 3) A noter que le moment « les activités » reviennent 2 fois dans la journée, les repérer couleur : MAUVE. Les repas reviennent 3 fois (on mange le matin : petit déjeuner, le midi : déjeuner, et le soir : dîner).ETC
- 4) Les moments où on fait les mêmes choses sont de la même couleur (ex : les repas : déjeuner et dîner : JAUNE), les collations (petit déjeuner et goûter) : VERT), les moments de détente et de repos : BLEU, les moments d'hygiène du matin et du soir : ORANGE).

ETAPE 2 : SE REPERER sur cette frise chronologique

Tout au long de la journée, au fur et à mesure que se déroulent les étapes de la journée, consulter cette frise, la faire évoluer. Comment ? En y revenant à chaque fois que l'on changera d'activité, **en y posant par exemple une pince à linge que l'enfant fera déplacer sur chaque portion du camembert. Ou en y collant un aimant, une aiguille ?**

ETAPE 3 : Mise en pratique

Exemple : maintenant que tu t'es levé, et que tu as bien dormi, tu vas prendre des forces, nous allons prendre le petit déjeuner. Regardons sur la roue de la journée ce que tu vas faire maintenant. L'enfant verbalise et dit avec ses mots (accepter ces mots parler dans la langue maternelle) Vous vous aidez si besoin, de la carte Verte : « le petit déjeuner » pour passer ce moment avec votre enfant, l'aider, partager, verbaliser selon le protocole.

➤ INSTAURATION D'UN REGLEMENT INTERIEUR

Objectifs :

- Aider le parent et l'enfant à mieux vivre ses journées de confinement ensemble
- Apprendre à respecter l'autre
- Respecter les règles du vivre ensemble
- Apprendre à faire des choix et à les réaliser jusqu'au bout. Apprendre à ranger, respecter le matériel, ...

Certains d'entre vous l'ont déjà mis en place.

IL s'agira d'écrire ensemble (parents et enfants) un règlement intérieur, tout en précisant bien les droits et les devoirs de chacun, les uns par rapport aux autres. L'afficher, et s'y tenir.

Prévoir des avertissements en cas de non-respect de ce règlement, et bien expliquer à l'enfant que vous les appliquerez si son comportement n'est pas bon.

Rappeler souvent si besoin le règlement à l'enfant (ex le matin, avant de commencer la journée, le faire dire par l'enfant).