

# BABY BYTES

Pour les familles ayant des nourrissons et des jeunes enfants

## Jeux de bébé

Vous rappelez-vous la première fois où vous avez tenu votre bébé dans vos bras? Vous doutiez-vous qu'il travaillait déjà très fort pour examiner son environnement, recueillir de l'information et commencer à jeter les bases de son avenir? Les bébés font l'expérience du monde qui les entoure par le mouvement, le toucher et le goût. Ils écoutent, observent et cherchent déjà à comprendre leur environnement. Les adultes peuvent faciliter l'apprentissage par le jeu en donnant aux bébés des occasions de voir, de toucher, de goûter et de sentir.



## LE SAVIEZ-VOUS???

- Même à un très jeune âge, le nouveau-né est prêt à découvrir le monde qui l'entoure.
- Il aime regarder les visages, surtout celui de sa mère.
- Dans les premiers jours et semaines de la vie, le nourrisson peut reconnaître la voix de la personne qui prend soin de lui. Il réagira à votre voix ou à d'autres sons intéressants en devenant alerte et moins actif.
- Quand vous sourirez à votre bébé et que vous lui parlez, votre visage et le son de votre voix deviendront une source de calme et de réconfort, et il apprendra à associer votre présence à de la nourriture, à de la chaleur et à un sentiment de sécurité.
- Vous pouvez renforcer le développement de votre bébé en répondant à ses balbutiements, en l'encourageant à essayer d'atteindre un jouet qui pend, en lui lisant un livre cartonné ou en le faisant rire en lui chatouillant le ventre.
- En grandissant, votre bébé aimera peut-être jouer dans sa chaise haute pendant de courtes périodes. Il pourra ainsi se livrer à des activités qui exigent une plus grande concentration : p. ex. empiler des blocs, remplir et vider des contenants, résoudre de simples casse-tête, etc.

- Vous pouvez favoriser l'apprentissage chez votre nouveau-né en stimulant ses sens de manière positive — avec des sourires, des sons apaisants et des caresses douces. Vous êtes le « jouet » favori de votre enfant!
- Si vous le voulez, vous pourrez aussi lui faire découvrir des jouets simples et appropriés à son âge, qui solliciteront la vue, l'ouïe et le toucher comme des hochets, des jouets texturés ou musicaux et des miroirs incassables pour berceau.
- Essayez des jouets et des mobiles présentant des couleurs et des motifs contrastants. Des contrastes frappants (p. ex. rouge, blanc et noir) stimulent le développement de la vue chez l'enfant. À mesure que sa vue s'améliorera et que le bébé acquerra une plus grande maîtrise de ses mouvements, il interagira de plus en plus avec son environnement.

## SIMPLES IDÉES DE JEU

- Les bébés aiment la musique. Dandinez-vous doucement au son d'une musique paisible pendant que vous bercez votre bébé dans vos bras.
- Choisissez une chanson ou une berceuse calme et chantez-la tranquillement à votre bébé. La familiarité des sons et des mots aura un effet apaisant, surtout s'il est énervé.
- Souriez, tirez la langue et faites d'autres expressions que votre enfant peut étudier, apprendre et imiter.
- Secouez un hochet et observez comment votre bébé cherche à voir d'où vient le son et comment il suit l'objet des yeux.
- Laissez votre bébé passer un peu de temps sur le ventre pendant ses heures de réveil pour aider à fortifier son cou et ses épaules. Surveillez-le toujours dans ces moments et soyez prêt(e) à l'aider s'il se fatigue ou s'il devient frustré dans cette position.
- Lisez à votre bébé et parlez-lui. Montrez-lui des livres illustrés avec des images très simples.
- Jouez à des jeux comme « Coucou! » et « Tape , tape, tape! » Ils procurent des moments d'intimité spéciale et aident les bébés à développer leur motricité fine et à découvrir la permanence des objets.
- Les nourrissons et les jeunes enfants apprennent par le jeu et les répétitions contribuent à renforcer cet apprentissage. Le jeu aide les nourrissons à apprendre à bouger, à communiquer, à socialiser et à comprendre leur environnement. De plus en plus, les chercheurs confirment ce que les parents savent déjà depuis des générations. Les interactions ludiques avec nos enfants ne sont pas qu'un simple amusement. Elles sont le fondement de l'apprentissage futur.

Amusez-vous bien... et bon apprentissage!

