

St. Albert/Sturgeon Early Years Coalition



(S.A.S.E.Y)

sasearlyyears@gmail.com
www.sasey.ca

Les couts d'impression ont été subventionnés par :



Un guide pour m'aider à grandir

Tout sur moi :
de la naissance à cinq ans



Se Souvenir:

St. Albert/ Sturgeon Early Years Coalition

www.sasey.ca

S.A.S.E.Y

St. Albert/ Sturgeon Early Years Coalition

À propos de nous :

S.A.S.E.Y est un groupe de membres et d'organismes communautaires qui se sont regroupés pour promouvoir le développement positif des enfants de la région de St-Albert et de Sturgeon.

Nos débuts :

Entre 2009 et 2014, Éducation Alberta a subventionné le projet *Early Childhood Mapping Project (ECMap)* pour mener une étude sur le développement de la petite enfance en Alberta. S.A.S.E.Y est l'une des 100 coalitions communautaires créées pour aider à travailler avec les données recueillies et à sensibiliser nos communautés sur l'importance des premières années d'un enfant.

Vous pouvez aider :

Nos communautés sont importantes! Offrir aux enfants le meilleur départ possible dans la vie est ce que nous voulons tous. Si vous souhaitez vous impliquer avec S.A.S.E.Y ou en apprendre davantage sur ce que nous faisons dans les communautés de St-Albert et Sturgeon, visitez notre site à l'adresse suivante : www.sasey.ca.

Pour plus de renseignements sur le projet ECMap, veuillez consulter le site : www.ecmap.ca

Traduit de l'anglais par Catherine Gagné.

<u>Les cinq sphères du développement.....</u>	<u>4</u>
<u>L'IMPORTANT DE JOUER!.....</u>	<u>5</u>
<u>J'AI TROIS MOIS</u>	<u>6</u>
<u>J'AI TROIS MOIS</u>	<u>6</u>
<u>J'AI SIX MOIS.....</u>	<u>7</u>
<u>J'AI NEUF MOIS.....</u>	<u>9</u>
<u>J'AI DOUZE MOIS.....</u>	<u>10</u>
<u>J'AI DIX-HUIT MOIS.....</u>	<u>12</u>
<u>J'AI VINGT-QUATRE MOIS</u>	<u>13</u>
<u>J'AI TRENTE-SIX MOIS</u>	<u>15</u>
<u>J'AI QUARANTE-HUIT MOIS.....</u>	<u>16</u>
<u>J'AI SOIXANTE MOIS</u>	<u>18</u>
<u>Ressources locales.....</u>	<u>20</u>

Chaque moment compte

Durant les premières années de l'enfant, son cerveau se forme par la façon dont il vit et par ce qu'il vit. Chaque journée, chaque interaction et tout ce qui arrive est important. Faire en sorte que quelqu'un prenne bien soin de lui contribuera à améliorer sa santé et son bien-être. Ce guide propose des façons d'ajouter le jeu à votre routine quotidienne pour aider votre enfant.

Les cinq sphères du développement



La dimension physique et motrice

Un enfant bien reposé et bien nourri a de l'énergie pour jouer toute la journée.



La dimension langagière

L'enfant démontre de l'intérêt pour le monde qui l'entoure et il est un explorateur curieux.



La dimension cognitive

L'enfant peut communiquer et a une compréhension du monde qui l'entoure.



La dimension affective

L'enfant exprime ses émotions par la parole ou par des actions et réagit aux sentiments des autres (empathie).



La dimension sociale et morale

L'enfant joue, interagit et s'entend bien avec les autres.

Ressources locales

Pour plus de renseignements sur votre communauté, veuillez communiquer avec ces organismes communautaires **GRATUITS**.

St. Albert Community Information

Volunteer Centre.....780-459-6666

St. Albert Family Resource Centre.....780-459-7377

St. Albert FCSS.....780-459-1756

St. Albert Health for Two

.....780-459-6671 or 780-459-7377

St. Albert Public Schools.....780-460-3712

St. Albert Public Library.....780-459-1530

St. Albert & Sturgeon

Primary Care Network.....780-419-2214

Sturgeon County FCSS.....780-939-8336

Sturgeon Family Literacy.....780-578-3330

Sturgeon Health For Two.....780-998-5595 , poste 224

Sturgeon School Division.....780-939-4341

Sunflower Community

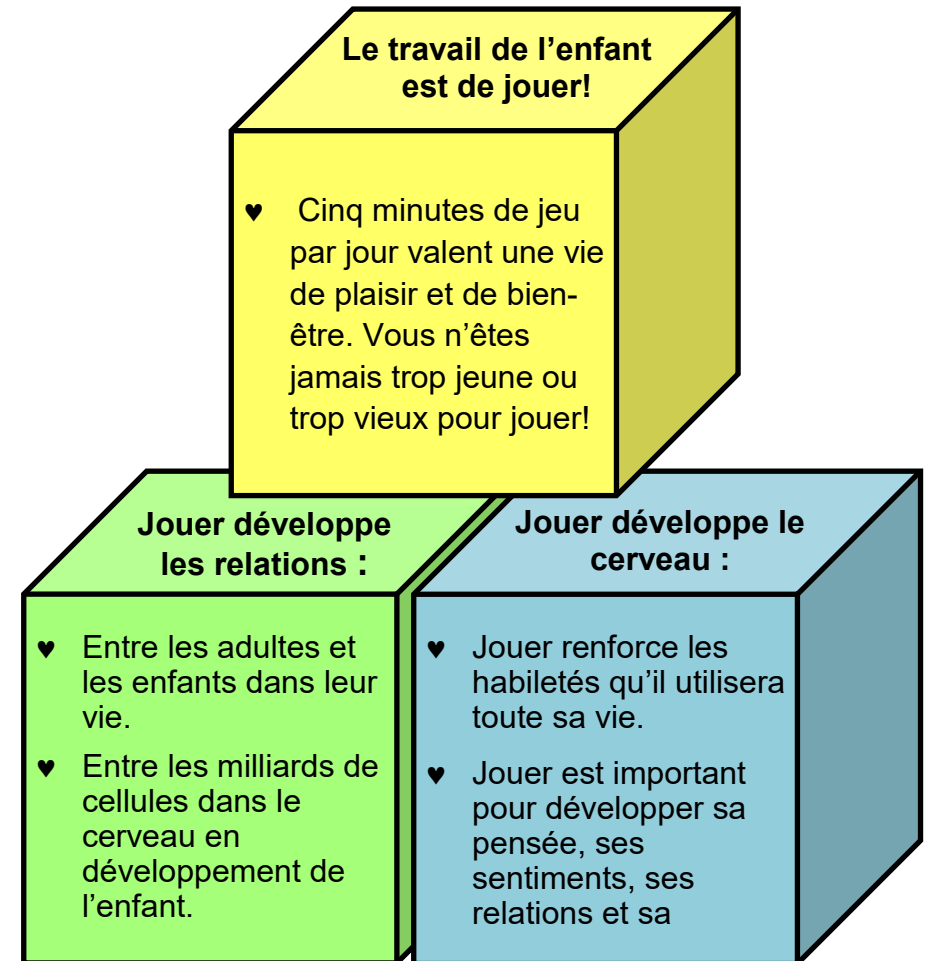
Resource Program.....780-923-2374

Ressources locales

Pour plus de renseignements sur votre communauté,
veuillez communiquer avec ces organismes
communautaires **GRATUITS**.

Alberta Health Link.....	811
Bon Accord FCSS.....	780-921-2137
Bon Accord Public Library	780-921-2540
Early Childhood Development Initiative.....	780-923-2374
Gibbons FCSS.....	780-578-2109
Gibbons Public Library.....	780-923-2004
Greater St. Albert Catholic Schools.....	780-459-7711
Heartland Primary Care Network.....	780-997-0046
Legal FCSS.....	780-961-3773
Centre de ressources des familles militaires	780-973-4011, poste 6300
Morinville FCSS.....	780-939-7833
Morinville Public Library.....	780-939-3292
Fort Saskatchewan Families First Society: Sturgeon Parent Link Centre.....	780-998-5595
Redwater FCSS.....	780-942-4101
Redwater Public Library.....	780-942-3464

L'IMPORTANCE DE JOUER!



play anytime, anywhere



J'AI TROIS MOIS

Je change et je grandis chaque jour

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je peux soulever ma tête lorsque je suis sur le ventre ou sur ton épaule.

Je peux bouger mes bras et mes jambes et me tortiller.



La dimension langagière

Fait des sons différents : gargouillis, roucoulement.
Arrête de pleurer quand réconforté par vous.



La dimension cognitive

Je pleure différemment quand : j'ai faim, je suis fatigué.

Sourit quand vous entrez dans une pièce.



La dimension affective

Vous cherche et fait des sourires.

Reconnait et se calme au son d'une voix familière.



La dimension sociale et morale

Aime être cajolé.

Aime être avec vous.

J'AI SOIXANTE MOIS (5 ANS)

J'ai encore besoin de jouer

VOUS POUVEZ AIDER EN :

M'encourageant à bouger, dans la cour ou en participant à des sports.

Me laissant être ton sous-chef dans la cuisine : me laissant faire un sandwich ou brasser quelque chose.

Me laissant pratiquer à couper : des fruits, du papier ou de l'argile.

M'encourageant à utiliser mes mots pour résoudre un problème.

Me laissant aider à la maison : faire mon lit, passer le balai ou mettre la table.

Jouant à « que ferais-tu » : si tu trouves un singe sur ton lit.

Jouant à de simples jeux de société tels que : « pige dans le lac » ou « Candyland ».

Jouant à « avec mes yeux je vois... » et à la « cachette ».

Essayant de me faire souvenir de certaines histoires: « te souviens-tu quand ».

Me disant ce que nous ferons demain.

M'encourageant à parler avec des personnes familières.

Parlant des sentiments lorsque nous lisons une histoire.

Me donnant des crayons et du papier ou des craies pour dessiner ou tracer.

Me disant que tu aimes ce que j'ai fais.

Me laissant du temps pour jouer avec mes amis.

J'AI SOIXANTE MOIS (5 ANS)

J'ai encore besoin de jouer

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je peux me tenir et sauter sur un pied.

Je marche à reculons.

Je trace des lignes, des formes et quelques lettres.

J'utilise les ciseaux pour couper une ligne épaisse.



La dimension langagière

Je reconnais mon nom épelé.

Je peux montrer quel objet est le plus gros et le plus petit.

Je connais les opposés : mou et dur.



La dimension cognitive

Je fais des phrases de quatre ou cinq mots.

Je parle du passé et du futur.

Je te parle de MOI : mon nom, mon âge et où j'habite.



La dimension affective

Je partage mes sentiments.

J'aime aider les autres.



La dimension sociale et morale

Je peux jouer seul pendant 15 minutes.

Je suis les règles.

Je partage avec les autres.

Je réponds lorsque quelqu'un me dit bonjour ou comment ça va.

J'AI TROIS MOIS

Je change et je grandis chaque jour

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Me couchant mon ventre de façon régulière.

Me donnant de l'espace pour bouger.

M'offrant des miroirs, des mobiles et des objets pour atteindre ou donner des coups de pieds.

Souriant et en faisant des grimaces.

Me parlant, j'aime entendre ta voix.

Faisant des sons pour moi : chanter des chansons et faire des rimes ou répéter les sons que je fais pour toi.

Établissant un contact visuel, en me parlant et en me prenant dans tes bras.

Répondant à mes pleurs en disant « tu as faim » ou « tu es fatigué ».

En copiant mes expressions et en me regardant te copier.

En me donnant beaucoup de caresses, de baisers et de sourires.

Établissant des routines pour me mettre en confiance.

J'AI SIX MOIS

J'apprends de tout le monde et de tout ce qui m'entoure

Je peux :



La dimension physique et motrice

J'utilise mes mains pour me soulever lorsque je suis sur mon ventre.

Je prends un jouet dans ma main lorsque tu me le donnes.



La dimension langagière

Je comprends quelques mots : papa, maman.

Je regarde dans la direction d'où provient la voix ou le son.



La dimension cognitive

Je souris et je bavarde.

Je réponds à mon nom.



La dimension affective

Je me calme : avec une suce, en suçant mon pouce, avec une couverture ou avec mon jouet favori.

Je fais des sons différents lorsque je suis heureux ou en colère : rires ou grognements.



La dimension sociale et morale

Je réagis aux étrangers.

Je souris ou fais des grimaces lorsque je me vois dans un miroir.

J'AI QUARANTE-HUIT MOIS

(4 ANS)

Je veux tout savoir

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Me faisant faire une course à obstacle avec une corde à sauter, des craies et des objets pour me faufiler en dessous ou au-dessus.

Jouant à la balle, au frisbee ou au soccer avec moi.

Me donnant une boîte d'arts plastiques comprenant : des crayons, des ciseaux, de la colle, des brillants et des collants.

Me rappelant qu'elles sont les règles, de façon simple et concise.

Fabriquant un livre d'image sur MOI avec toutes mes choses préférées.

T'arrêtant durant une histoire pour me laisser finir de la raconter.

Jouant à des jeux tels que « devine ce qui arrive après » si un éléphant entre dans la cuisine.

Jouant avec de nouveaux mots et en m'expliquant ce qu'ils veulent dire.

Jouant avec notre langue: faire des rimes ou inventer des mots.

Parlant des sentiments et des émotions.

M'amenant à la bibliothèque, groupes de jeux ou autres activités pour enfants.

Me faisant des caresses et en me louangeant.

Me laissant te montrer ce que je peux faire.

J'AI QUARANTE-HUIT MOIS (4 ANS) Je veux tout savoir

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je peux monter les marches en alternant mes pieds : un pied par marche.

Je peux frapper un ballon avec mes pieds.

Je peux lancer au-dessus de mon épaule.

Je commence à utiliser des ciseaux.



La dimension langagière

Je reconnais des signes, couleurs et nombres familiers.

Je peux remémorer des parties d'une histoire.



La dimension cognitive

Je pose et je répons à plusieurs questions.

Je peux raconter une histoire avec un début, un milieu et une fin.

Je parle assez clairement pour que les étrangers me comprennent.



La dimension affective

J'essaie de faire sentir les gens mieux.

J'apprends de nouvelles tactiques pour gérer mes émotions.

Je passe d'une activité à une autre.



La dimension sociale et morale

Je commence à me faire des amis.

Je démontre de l'intérêt pour les nouvelles personnes ou expériences.

J'AI SIX MOIS

J'apprends de tout le monde et de tout ce qui m'entoure

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Me donnant de l'espace pour explorer.

Me mettant sur le ventre et en me donnant un jouet, je devrai me soulever pour l'obtenir.

Jouant à « coucou » et « Pat-a-Cake » avec moi.

Jouant avec moi; tu me fais sourire et rire.

Me réconfortant lorsque je suis malheureux ou en colère.

Te tenant proche de moi et en me parlant et en chantant d'une voix douce.

Remarquant ce qui pourrait être la cause de mes sentiments : j'ai faim, je suis en colère, je me sens seul ou fatigué.

Utilisant des mots pour décrire mon monde.

Répondant à mon toucher, mes gazouillis, mes sourires ou mes pleurs.

Me répondant lorsque je gazouille en utilisant différentes voix.

Me regardant, j'aime voir ton visage.

Utilisant mon nom souvent.

Passant du temps avec moi dans ma communauté : terrain de jeu, dans les groupes de jeux, à l'épicerie.

Souriant et en me saluant devant un miroir.

J'AI NEUF MOIS

Je veux bouger et toucher tout ce qui m'entoure

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je m'assois et j'utilise mes mains pour me soutenir.
J'essaie de ramper.
Je ramasse un petit jouet avec seulement une main.



La dimension langagière

Je comprends des instructions simples : dit bye-bye.
Je cherche les objets qui sont cachés.



La dimension cognitive

Je réponds à ta voix.
J'imité tes expressions faciales.
Je fais différents sons : ba, da, ka.



La dimension affective

Je demande à me faire prendre.
Je n'aime pas le changement : barbe, différente couleur de cheveux.
Je suis timide avec les autres personnes.



La dimension sociale et morale

Je mange à la table avec vous, j'aime manger avec vous.
Je reconnais les visages familiers.

J'AI TRENTE-SIX MOIS

(3 ANS)

Je prends des risques, protège-moi

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Me laissant « marcher » comme les différents animaux.

M'apprenant à faire des culbutes ou des sauts avec écart.

Me donnant des crayons et du papier pour tracer, dessiner et colorier.

Me permettant de jouer avec les autres enfants.

Me parlant de ce que les autres peuvent ressentir : elle semble heureuse.

Me donnant de vieux chapeaux, lunettes de soleil et chandails pour que je me déguise.

Comptant les pas lorsque nous marchons; en jouant à la marelle.

Me décrivant les choses que nous voyons : un ours brun, un grand édifice.

Me laissant dire les mots que je connais dans une histoire.

Construisant avec moi des choses avec des blocs et en mettant des objets (petites voitures) dessus, en dessous ou entre des blocs.

Me donnant le choix entre deux choses.

Jouant à des jeux qui demande des directions: « lumière rouge, lumière verte », « quelle heure est-il monsieur le loup? »

Jouant à des jeux où nous devons attendre notre tour : « suit le chef » ou « Jean-dit dit. »

J'AI TRENTE-SIX MOIS

(3 ANS)

Je prends des risques, protège-moi

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je grimpe et je cours bien.

Je peux monter les marches en tenant la rampe ou le mur.

Je peux tracer une ligne avec un crayon.



La dimension langagière

Je joue à faire semblant avec des mots et des gestes.

Je compte les objets et je les trie comme les billes et les pâtes.



La dimension cognitive

Je pose des questions: qui, quoi, quand et pourquoi.

Je parle et ma famille me comprend la plupart du temps.

Je comprends : sur, à l'intérieur, en dessous, en haut et en bas.



La dimension affective

Je démontre de l'affection et je suis conscient des sentiments des autres.

Je commence l'apprentissage de la patience: je suis capable d'attendre pendant que tu prépares ma collation.



La dimension sociale et morale

J'attends mon tour et parfois je partage.

Je joue avec les autres.

'AI NEUF MOIS

Je veux bouger et toucher tout ce qui m'entoure

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Restant près de moi lorsque je me lève debout dans ma bassinet ou sur le canapé.

Mettant des coussins sur le sol pour que je puisse monter sur eux.

Me laissant te monter dessus, sous toi et autour de toi.

Me donnant des objets à tenir, à lancer et à empiler.

Me serrant dans tes bras, en me câlinant et en me disant à quel point je suis merveilleux.

Me permettant d'explorer le monde à mon propre rythme.

Me montrant comment: faire bye-bye, souffler des baisers ou taper des mains.

Jouant à cache-cache avec des objets et des jouets en les recouvrant avec des couvertes ou en les cachant.

Jouant face à face avec moi.

Copiant mes expressions. Répète tout, j'aime la répétition.

Me lisant des histoires simples et courtes avec des images colorées.

Me laissant essayer de me nourrir avec des céréales, des petits pois ou des craquelins.

Me regardant jouer.

Faisant de la musique avec moi, taper sur des objets pour faire du bruit.

J'AI DOUZE MOIS

Je suis prêt à affronter le monde

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

Je me tiens debout en te tenant la main.

Je m'assois et je n'utilise plus mes mains pour me soutenir.

Je prends de petits objets en utilisant mon pouce et mon index.



La dimension langagière

J'imites les sons : claquement de lèvres.

Je comprends des directives simples : tape dans les mains, fait bye-bye.



La dimension cognitive

Je fais la conversation en utilisant des sons différents.

Je mets des sons ensemble: ba-ba, da-da, ga-ga.

J'ai un son pour les choses familières : bouteille – baba.



La dimension affective

Je démontre différentes émotions : affection, colère, joie, peur.

Je vous le laisse savoir si je veux ou je ne veux pas quelque chose.



La dimension sociale et morale

Je démontre de l'intérêt pour les gens, les objets et la nourriture.

Je débute des jeux : coucou, Pat-a-Cake.

J'AI VINGT-QUATRE MOIS

(2 ANS)

Je trouve ma place dans le monde

VOUS POUVEZ AIDER EN :

M'emmenant jouer au parc, en jouant à la balle avec moi, en me laissant grimper sur les choses et en jouant au chat perché (tag) avec moi.

Me laissant écraser des choses telles que la pâte à modeler, la peinture ou la boue.

Me laissant me déguiser; cela m'aide à me pratiquer à m'habiller seul.

Me laissant prétendre que je suis quelqu'un ou quelque chose.

Me laissant suivre des indications courtes, simples et constantes.

Restant calme lorsque je suis fâché et en me parlant sur un ton calme.

Me demandant de trouver différentes choses dans le livre que nous lisons.

Jouant à trouver les objets similaires : mettre différents objets sur la table et me laisser trouver les cuillères, mitaines etc. identiques.

Chantant des chansons rythmiques et d'action : « tête, épaules, genoux, orteils. »

Chantant les mêmes chansons, rimes et en lisant les mêmes livres.

Me laissant faire plus de choses par moi-même : laver mes mains, m'habiller, aider dans la cuisine.

Me disant à quel point tu es fier de moi lorsque je fais quelque chose de nouveau.

Me tenant la main pour monter et descendre les marches.

Me laissant manger par moi-même.

J'AI VINGT-QUATRE MOIS (2 ANS)

Je trouve ma place dans le monde

JE PEUX :



La dimension physique et motrice

J'essaie de courir, grimper, sauter et frapper le ballon.
J'enlève mes souliers, mes bas ou mon chapeau.



La dimension langagière

Je suis capable de suivre des directives en deux étapes : met ton manteau et attend près de la porte, ramasse tes jouets et mets-les dans la boîte.
Je me souviens de ce que je vois et ce que j'entends, et je suis capable de le répéter plus tard.



La dimension cognitive

Je répète des phrases de deux mots.
Je fais des phrases de deux mots : veut biscuit.
J'utilise quelques pronoms : toi, moi, le mien...



La dimension affective

Je reste seule avec les autres.
Je peux être embarrassé, avoir honte ou être fier.



La dimension sociale et morale

Je dis non.
J'essaie de faire des choses seul.
Je me reconnais dans les photos (je suis conscient de MOI).

J'AI DOUZE MOIS

Je suis prêt à affronter le monde

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Plaçant des objets devant moi de façon à ce que je doive me pencher pour les atteindre.

Me permettant d'écraser des objets : pâte à modeler.

Me réconfortant lorsque je suis bouleversé en me prenant dans tes bras ou en me faisant une caresse.

Me parlant des sentiments et en les nommant.

Me laissant tenir les livres et tourner les pages pendant que tu me fais la lecture.

Utilisant des gestes simples avec tes mots pour m'aider à mieux comprendre: dire oui et faire le mouvement de tête.

Me parlant avec des mots simples et des phrases courtes : gros camion, bon chien.

Parlant à tour de rôle avec moi : attendre pour un son, un mot ou un geste de ma part.

En donnant le choix : nourriture, jouets.

Jouant avec moi.

Chantant, faisant des rimes et en jouant à des jeux avec moi.

J'AI DIX-HUIT MOIS

Je suis un explorateur actif

JE PEUX:



La dimension physique et motrice

Je me courbe et je m'accroupis pour ramasser des objets sans aide.

J'empile trois blocs et plus.



La dimension langagière

Je pointe les images dans les livres : où est le chien?

Je résous de simples problèmes pour obtenir ce que je désire.



La dimension cognitive

Je nomme ce que je pointe.

Je peux dire environ 20 mots : pas tous clairement.



La dimension affective

Je démontre de l'affection envers les gens, les animaux et les jouets.

Je réussis à me calmer seul lorsque tu pars.



La dimension sociale et morale

J'établis un contact visuel lorsque nous parlons ou jouons.

Je joue avec les autres.

J'AI DIX-HUIT MOIS

Je suis un explorateur actif

VOUS POUVEZ AIDER EN :

Me donnant la chance de grimper, sauter et courir.

M'aidant à monter les escaliers et à utiliser les glissades.

Me laissant utiliser mes mains pour tirer, pousser et écraser des objets.

Ayant une routine et en me donnant des limites.

Me félicitant pour mon bon comportement.

M'écoutant.

Nommant les sons que nous entendons : oiseaux, voitures, trains et en répétant ses sons.

Faisant des casse-tête simples ou en triant des formes avec moi.

Me donnant du temps pour résoudre un problème; je vais peut-être me fâcher.

Prétendant parler au téléphone avec moi.

Lisant, faisant des rimes, chantant et en me racontant des histoires. J'aime passer du temps avec toi.

Me laissant t'imiter. Nous pourrions avoir un thé en après-midi, cuisiner ou construire des choses ensemble.

Empruntant des jouets à la bibliothèque ou en participant aux groupes de jeux pour jouer avec de nouveaux jouets.

Utilisant des objets ménagers pour jouer.