

Ce mois-ci, Grouille et Ripouille...

JOUENT DEHORS!

La saison estivale est idéale pour aller se dégourdir dans la cour ou au parc! L'environnement extérieur est rempli de **défis** et d'**opportunités** qu'on ne retrouve pas toujours dans les aires intérieures; irrégularité du sol, espaces vastes, variété des stimulations (textures, odeurs, bruits), etc. D'autant plus, une étude a récemment prouvé que les enfants sont **deux fois plus actifs** lorsqu'ils jouent dehors comparativement à lorsqu'ils sont à l'intérieur. De temps à autre, il peut même être amusant d'enfiler ses bottes d'eau pour aller sauter dans les flaques! Bien qu'il importe d'avoir à cœur la sécurité des enfants, il est important d'éviter de devenir un obstacle à leurs explorations; l'enfant développe et applique des comportements d'autoprotection dans la mesure où il est exposé à des **expériences variées**.

Par exemple:

- * Marcher et courir sur le gazon ou la terre requiert davantage d'**équilibre**
- * Se balancer et glisser demande un bon **contrôle du tronc**
- * Se suspendre aux trapèzes sollicite une grande **force musculaire**
- * S'exercer à *grimper* une échelle, un mur d'escalade, la glissoire
- * Les constructions de sable nécessitent **coordination** et **manipulations dans la main**
- * On recueille des trésors pour de futurs bricolages (feuilles, fleurs...)



Jeu m'anime avec l'habileté ...

Lancer

- Faire rouler le ballon au sol
- Jouer aux quilles (utiliser des bouteilles de plastique contenant du sable)
- Lancer un ballon ou une balle
- Dribbler à une main ou en alternant les mains
 - Jouer aux poches
- Lancer vers une cible (un bac, un cercle tracé à la craie, etc.)

Dehors,
tout le monde!

Frédérique Lemaire, ergothérapeute
Marie-Christine Ménard, kinésologue

Jeu m'anime
avec
GROUILLE & RIPOUILLE

