



# Les fiches conseils vie quotidienne



Sylvie KINDT, Instructrice en AVJ

Nathalie CAFFIER, Educatrice spécialisée

# **La vie quotidienne...**

**...des enfants déficients visuels**

**PRATIQUES, CONSEILS & ASTUCES**



## La maison

L'univers de la maison est également source d'apprentissage des gestes du quotidien. L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à bricoler, décorer, jardiner...

L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à être en action.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste.

## Le jeu sensoriel



## Le jeu

Le jeu est une activité dont le but est de se divertir. C'est un moment privilégié de découvrir le monde. C'est un moyen privilégié de découvrir le monde. C'est un moyen privilégié de découvrir le monde.

Le jeu est un moyen privilégié de découvrir le monde. C'est un moment privilégié de découvrir le monde. C'est un moment privilégié de découvrir le monde. C'est un moment privilégié de découvrir le monde.

Pour tous les enfants et d'autant plus vrai pour les enfants déficients visuels, c'est l'occasion de développer le toucher, d'acquiescer du vocabulaire, d'entraîner la mémoire et l'attention. L'adulte peut aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à toucher les jeux proposés.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste.



## La lecture

La lecture est une activité agréable partagée entre le parent et son enfant. Elle offre un moment de proximité, d'intimité où le ton de la voix, la mélodie de l'histoire font partager l'état émotionnel de la personne qui lit. Proposée régulièrement, la lecture facilite l'acquisition du langage, la découverte de vocabulaire et des rythmes. Elle développe la capacité d'écoute, de concentration, et stimule l'imagination et la mémoire.

Le livre est nécessaire à tout enfant, voyant ou non voyant, dans son processus de développement. La difficulté pour les enfants déficients visuels est le rapport à l'image. Dans les livres jeunesse, l'image est toujours plus que le texte. L'adaptation du livre est importante pour permettre à l'enfant de découvrir le monde.



## L'alimentation

L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à manger seul. L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation, et l'incitation à toucher les aliments.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour remplir une cuillère et la porter à la bouche. Pour que l'enfant ouvre la bouche, l'adulte utilise l'imitation sonore par exemple, il émet le son "aaa".



## L'habillement

L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. Déficient visuel, il en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à se déshabiller et à s'habiller. Dès le jeune âge, l'enfant peut aider à l'habillement, il termine seul certains gestes. Puis progressivement, il reconnaît ses vêtements, les choisit, et s'habille seul. L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et la manipulation des vêtements.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste.



## La toilette

La toilette permet de connaître et prendre conscience de son schéma corporel. L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à faire sa toilette de manière autonome. L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à être en action.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour tenir le liquide sur l'autre main.





Ces fiches sont le fruit de nombreuses années d'expérience auprès de jeunes enfants déficient visuels.

Elles ont été conçues pour aider les parents à comprendre la déficience visuelle de leur enfant, respecter leur rythme et adapter les propositions.

Tout au long de son développement, sa famille est confrontée à des situations nouvelles qui impliqueront **adaptations** et **apprentissages**.



Pour remplacer l'apprentissage par imitation et apprendre les gestes nécessaires ainsi que les mots qui s'y rapportent:

**co-agir**                      et                      **verbaliser**

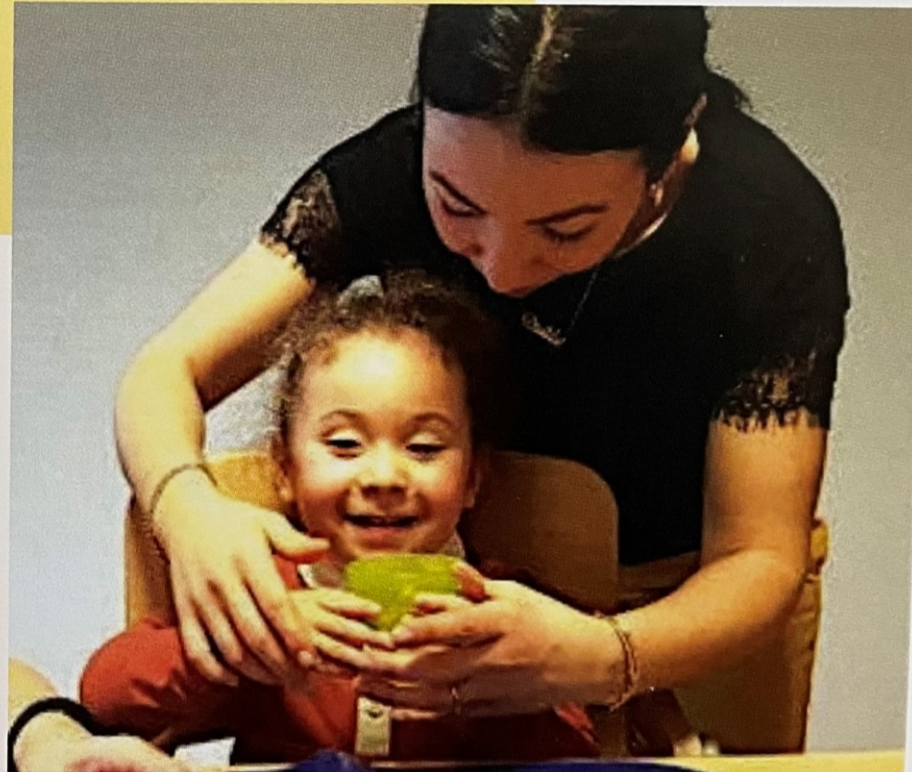
Seront les mots clés dans toutes ces fiches

## Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent.

L'adulte se positionne **derrière l'enfant** pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour remplir une cuillère et la porter à la bouche.

Pour que l'enfant ouvre la bouche, l'adulte utilise l'imitation sonore par exemple, il émet le son "aaa"





## Verbaliser



Verbaliser, c'est décrire ce que l'adulte voit. L'enfant comprend l'histoire par la description de l'image.

Il peut aussi aider l'enfant en lui faisant vivre l'action. Par exemple : « Petit ours va se promener au jardin » l'enfant et l'adulte peuvent effectuer le déplacement vers un jardin afin de mettre du sens et des mots sur une action.

Il est également possible de proposer une boîte avec des objets





La déficience visuelle rend certaines étapes complexes pour l'enfant.

Elles nécessitent une attention particulière des adultes afin que les diverses expériences vécues soient des sources de découvertes et d'acquis.

Pour plusieurs d'entre elles les fiches sont concrètes, pratiques et :

**Certaines étapes sont détaillées**



## Les étapes du lavage des mains

Tout d'abord, l'enfant apprend le vocabulaire des différentes parties de sa main : la paume, le dos de la main, les doigts, entre les doigts....

Petit, le parent lave les mains de l'enfant. Puis progressivement, il lui demande de participer par exemple en rinçant ses mains tout seul jusqu'à l'autonomie complète.

Comme tout apprentissage, les étapes sont importantes. Il réalise les gestes par étapes. Par exemple : l'enfant ouvre le robinet, gère la température de l'eau, se mouille les mains, il applique le savon, frotte ses mains, les rince, ferme le robinet et sèche ses mains.

L'enfant apprend d'autant plus facilement que les gestes sont toujours réalisés de la même manière, selon un rituel.



Enfin dans toutes les  
fiches, des  
« **Astuces** »  
ou des  
« **Bon à savoirs** »  
facilitent les  
apprentissages



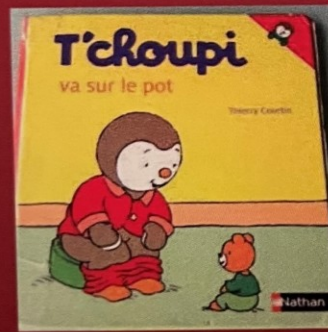
Astuce



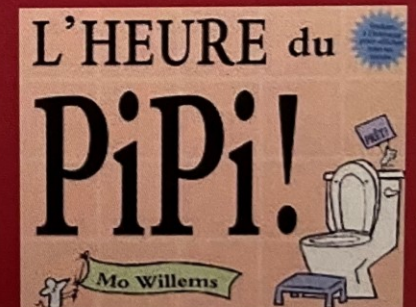
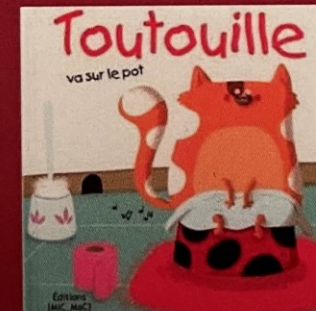
### Le choix de la nappe

Pour faciliter la vision il est préférable d'utiliser une nappe unie, plutôt mate, et contrastée avec l'assiette.

### Raconter des histoires de pipi et caca



Lire ou raconter des histoires aide l'enfant à se rendre compte qu'il n'est pas seul à aller aux toilettes !





# Les 30 fiches sont divisées en six grands thèmes



**La toilette**



**L'habillage**



**L'alimentation**



**Le jeu**



**La lecture**



**La maison**

# **La toilette**

**Le lavage des mains**

**La douche et le bain**

**L'entretien des cheveux**

**Le brossage des dents**

**La propreté**

## Le lavage des mains

Se laver les mains est l'un des tous premiers gestes réalisés de manière autonome. C'est un geste facile, répétitif, ludique et qui se réalise dans tous les lieux de vie de l'enfant (maison, crèche, école...).

### Les étapes du lavage des mains

Tout d'abord, l'enfant apprend le vocabulaire des différentes parties de sa main : la paume, le dos de la main, les doigts, entre les doigts...  
Petit, le parent lave les mains de l'enfant. Puis progressivement, il lui demande de participer par exemple en rinçant ses mains tout seul jusqu'à l'autonomie complète.  
Comme tout apprentissage, les étapes sont importantes.



## La toilette

La toilette permet de connaître et prendre conscience de son schéma corporel.  
L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant.  
L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à faire sa toilette de manière autonome.  
L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à être en action.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent.  
L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour tenir le « pousse mousse » d'une main et mettre du savon liquide sur l'autre main.



## La douche et le bain

Se laver est un geste du quotidien, un moment privilégié où l'enfant prend soin de son corps. Cela procure bien-être et confort.  
En grandissant, l'enfant devient acteur de sa toilette, il prend confiance en ses capacités.  
La toilette peut être partielle (une partie du corps, par exemple, le visage), comme elle peut être complète.



### Les étapes de la toilette

Savoir se laver entièrement de manière autonome demande du temps. En effet, de multiples étapes sont nécessaires et se réalisent progressivement : se déshabiller, accéder à la douche ou à la baignoire, allumer le robinet, régler la température, gérer le débit, trouver le savon dans la salle de bain.

## L'entretien des cheveux

Se brosser les cheveux demande à l'enfant une réelle motivation car ce geste est complexe et peut être désagréable. Il demande une représentation de l'espace pour brosser dans tous les sens et une maîtrise de la rotation du poignet.  
Se brosser les cheveux sert à les entretenir, les embellir, enlever les nœuds et développer une estime de soi.

### Les étapes du brossage des cheveux

Tout d'abord, l'enfant apprend le vocabulaire des différentes parties de sa tête : le dessus de sa tête, l'arrière de la tête, derrière les oreilles...  
Petit, le parent coiffe l'enfant. Puis progressivement, il lui demande de participer par exemple en tenant juste la brosse à cheveux et en coiffant d'abord une petite partie de la tête. C'est déjà une étape de diriger la brosse vers sa tête. Puis en général, l'enfant coiffe le dessus de sa tête du côté de sa main directrice qui tient la brosse.  
Puis il apprend à se brosser les cheveux de la racine aux pointes et tout autour de la tête.

### La découverte des peignes et des brosses

L'enfant découvre avec ses mains les différents types d'instruments existants en taille, longueur et grosseur : les peignes, les brosses plates, rondes à petit diamètre, les brosses plates, rondes à grand diamètre, les brosses en poils synthétiques, brosses naturelles, brosses avec picots rigides en plastique, brosses ou peignes en bois.  
Il expérimente les deux facettes de la brosse à cheveux et apprend à positionner les picots sur les cheveux.



### Astuce

La poupée ou la tête à coiffer permet à l'enfant de s'amuser et de s'entraîner à faire le geste de peigner ses cheveux.

A5

## La propreté

L'apprentissage de la propreté demande de la patience, de la persévérance et une dose de bonne humeur ! Cette étape suscite souvent des questions de la part des parents et des commentaires de la part de l'entourage. « Le mien a été propre à 2 ans, pas le tien ? »

Il est important de respecter le rythme de l'enfant lorsqu'il commence à apprendre à être propre. L'âge de la maîtrise de la propreté varie d'un enfant à l'autre.

### L'apprentissage du pot, un univers à découvrir

Être propre, c'est le passage de la couche au pot puis aux toilettes. L'enfant ne manifestera que rarement de lui-même son désir d'abandonner ses couches car souvent, il ne comprend pas et ne peut pas se projeter dans le soin à donner à son corps. Il s'est construit avec les couches.



## Le brossage des dents

Se brosser les dents est important pour stimuler l'intérieur de la bouche et pour avoir des dents saines.  
La stimulation de cette zone du visage est nécessaire pour apprendre la mastication.

La répétition aide l'enfant à accepter d'avoir la brosse à dents dans la bouche.  
La brosse, tout comme la cuillère, est un geste intrusif surtout quand l'enfant ne voit pas l'adulte le réaliser. L'accompagnement est alors nécessaire.

### Les étapes du brossage des dents

Pour apprendre à se brosser les dents, l'enfant découvre le vocabulaire lié à sa bouche : dents, langue, joues, palais. Avant d'utiliser une brosse à dent, l'enfant et le parent peuvent l'habituer à se masser les gencives avec son doigt.  
Plusieurs solutions existent pour gérer la quantité de dentifrice : sur la brosse à dent, sur le doigt ou directement dans la bouche.



### Le rituel de la chanson

L'enfant se brosse les dents avec un rituel afin de n'oublier aucune partie de la bouche.  
Chanter toujours la même chanson permet de passer partout dans la bouche. Par exemple :

- 1, 2, 3 nous irons au bois : en frottant les dents en bas à droite
- 4, 5, 6 cueillir des cerises : en frottant les dents en bas à gauche
- 7, 8, 9 dans mon panier neuf : en frottant les dents en haut à gauche
- 10, 11, 12 elles seront toutes rouges : en frottant les dents en haut à droite

### Le choix de la brosse à dents et du dentifrice

La brosse à dent peut être manuelle, électrique, sonore, à ventouse... le manche spécifique aide le repérage de sa propre brosse à dents parmi les différentes brosses de la famille. C'est à choisir selon la préférence de l'enfant.

De nombreux dentifrices existent : le contenant (tube, pousse mousse, solide), l'odeur et le goût (menthe, fraise, ...).





# **L'habillement**

**Les vêtements**

**Les chaussettes et les chaussures**

**Les boutons**

**La fermeture éclair**

**Les lacets**

## Les vêtements

Pour apprendre à enfiler et enlever ses vêtements, l'enfant a besoin d'être encouragé dès son plus jeune âge. En grandissant, l'enfant apprend à reconnaître ses différents habits, à les nommer et à identifier les matières. Chaque enfant est différent et s'approprie la technique qui lui convient le mieux. Accepter les étapes, parfois les régressions et les oppositions, cela fait partie de l'apprentissage. Pour faciliter cet apprentissage, il est préférable de choisir des vêtements suffisamment amples et profiter de toutes les occasions : à la maison, à l'école, à la piscine, chez papy et mamie, ...

### La culotte, slip et pantalon

Enlever son pantalon et sa culotte ou son slip est un des premiers gestes réalisés par les enfants concernant l'habillement. Assis sur une chaise, son pantalon est posé sur ses genoux. L'adulte lui présente les différentes parties (ceintures, jambes, fermeture...), ainsi que l'endroit et l'envers. S'ils existent, il montre les différents repères tactiles (une étiquette, un bouton...). L'enfant saisit la ceinture du pantalon en la pinçant avec ses pouces et autres doigts pour enfiler ses jambes pour enfiler ses jambes plus faciles à



## L'habillement

L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. Déficient visuel, il en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à se déshabiller et à s'habiller. Dès le jeune âge, l'enfant peut aider à l'habillement, il termine seul certains vêtements. Puis progressivement, il reconnaît ses vêtements, les choisit, et s'habille. L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et la manipulation des vêtements.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il acquière et comprenne correctement la succession des gestes de l'habillement. L'adulte place ses mains sur celles de l'enfant, par exemple pour mettre un bas de pyjama, et lui laisse le temps de terminer seul.



## Les boutons

Enfiler un bouton demande une concentration et une grande dextérité. Dès le plus jeune âge, les jeux de manipulation amènent l'enfant à acquérir les compétences pour mettre un bouton ! Plusieurs éléments sont à prendre en considération : la rigidité du tissu, la taille du bouton, l'ouverture de la boutonnière (grande ou étroite), l'emplacement du bouton sur le vêtement.



### L'apprentissage avec la planche à boutons

La planche à bouton est une invention permettant à l'enfant de se concentrer uniquement sur le bouton. Il s'agit d'un support solide et donc repérable pour l'enfant. L'enfant n'a pas à gérer la fluidité du tissu.

## Les chaussettes et chaussures

Plusieurs fois par jour, les chaussures et chaussettes sont enlevées. Lorsque les chaussettes et chaussures doivent être remises c'est l'occasion de mettre l'enfant en situation d'acteur, car c'est une des premières choses que l'enfant peut effectuer seul.

### Les différents types de chaussettes

Certaines chaussettes sont plus faciles à reconnaître visuellement (par ex : contraste de couleur) ou tactilement (par ex : couture, chaussette anti-dérapante).



### L'enfilage de la chaussette

Pour mettre ses chaussettes, l'enfant s'assoit sur une petite chaise ou sur une marche d'escalier. Il saisit la chaussette entre ses deux pouces, insère le pied dans la chaussette et vérifie que la couture se trouve sur le dessus du pied.

### La découverte de ses pieds



Dès le plus jeune âge, l'adulte encourage l'enfant à découvrir ses pieds par des massages, des jeux, des chaussettes colorées ou sonores.

Plus grand, l'enfant apprend à reconnaître la cheville, le talon, la plante de pied, les orteils...

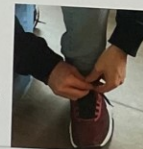
## Les lacets

L'enfant gagne en autonomie quotidienne avec l'apprentissage du nœud. Le dernier requiert du temps, des habiletés motrices et un accompagnement. C'est un apprentissage complexe.

La motivation de l'enfant est primordiale. L'enfant a besoin d'encouragement de la part de l'adulte pour cet apprentissage minutieux. Mais quelle fierté une fois qu'il sait faire seul ses lacets !

### La découverte du nœud

L'enfant apprend à faire un nœud simple avant les nœuds complexes ! Pour savoir faire un nœud, l'enfant doit avoir acquis différentes notions spatiales afin de lui permettre de représenter mentalement les gestes à effectuer : dessous, devant, derrière, par-dessus... Finalement, faire ses lacets est un geste qui se fait



## La fermeture éclair

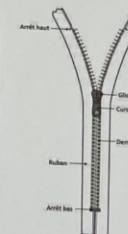
L'enfant a besoin pour son autonomie vestimentaire d'apprendre à mettre une fermeture éclair.

L'apprentissage demande là encore plusieurs prérequis : coordination des deux mains, dissociation des doigts, force, pince pouce-index, ... La motivation de l'enfant est primordiale pour cet apprentissage.

### La découverte de la fermeture éclair

L'adulte et l'enfant se mettent d'accord sur un vocabulaire commun : curseur ou glissière, dents ou crans, ...

En premier lieu monte ou descend le curseur sans enlever le tissu. Il apprendra plus tard à l'enclencher lui-même.



### Faciliter l'apprentissage de la fermeture éclair

Une fermeture éclair de grande dimension est plus adaptée pour la phase de découverte. En effet, la taille de la fermeture éclair joue sur la compréhension du mécanisme.

A cette étape d'apprentissage, pour les enfants déficients visuels, on peut leur proposer une fermeture éclair composée de deux couleurs différentes. Par exemple, une fermeture éclair rouge et un côté blanc.



# **L'alimentation**

**Le biberon**

**L'installation à table**

**Les couverts**

**L'assiette**

**Le verre**

**Les aliments**

**Le matériel de cuisine**

**L'aide au service**



## L'installation à table

Pour permettre une bonne déglutition et participer activement à son repas, l'enfant a besoin d'être bien installé. Bien installé cela veut dire : la tête et le dos droit, les pieds en appui, les mains posées sur la tablette.



### L'assise

Le passage à la cuillère est facilité par une position assise. Le transat n'est plus adapté. Différentes chaises sont



## Le biberon

L'enfant a besoin de faire le lien entre ses mains et sa bouche pour devenir acteur et engager le chemin de l'autonomie lors de ses repas.

### La prise en main du biberon

Dès la maternité, la maman aide l'enfant à poser ses mains autour du sein ou du biberon pour créer le premier lien main/bouche.

Puis très vite, la maman aide son bébé déficient visuel à anticiper le temps du repas. Elle lui fait entendre les bruits de préparation du biberon. Elle le prévient de ce



## L'alimentation

L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à manger seul. L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation, et l'incitation à toucher les aliments.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour remplir une cuillère et la porter à la bouche.

Pour que l'enfant ouvre la bouche, l'adulte utilise l'imitation sonore par exemple, il émet le son "aaa"



## Le verre

Pour apprendre à boire et se servir à boire, l'enfant a besoin de l'adulte. Car, sans vision, il ne peut imiter les plus grands.



### Le verre adapté

Lorsqu'il sait bien manipuler son biberon, il va pouvoir parvenir à tenir son verre, le porter à la bouche, aspirer l'eau, le reposer sur la table. Pour cela il a besoin d'un petit verre adapté.



## L'assiette

L'enfant a besoin de trouver de manière autonome ses aliments. De nombreux éléments facilitent cette autonomie : le contraste visuel, la stabilité de l'assiette, les assiettes à rebords et la délimitation de l'espace du repas.

### Le contraste visuel

Le contraste entre l'assiette et le set de table facilite la perception par l'enfant. De même que des assiettes avec un tour coloré.



## Les couverts



L'enfant va apprendre à reconnaître tactiquement les ustensiles du repas, les ranger ou lors d'une activité programmée, faire correspondre le nom et l'objet.

S'il est nourri par un adulte, il ne pourra pas expérimenter la tenue de la cuillère qui est, avec la brosse à dents, l'un des deux premiers instruments manipulés par l'enfant.



### La cuillère

Tenir et remplir la cuillère : L'adulte commence à lui faire découvrir le **bombé** et le **creux** de la cuillère.

Pour aider l'enfant à comprendre le bon geste, la cuillère remonte automatiquement contre la paroi du bol, sans renverser son contenu. L'enfant peut le faire à table pour manger ou par jeu avec des graines à transvaser.

### La fourchette

Tenir et piquer avec sa fourchette

Savoir utiliser une fourchette rend le repas plus agréable :

Il faut choisir la main correspondante à sa latéralisation, tenir le manche de la fourchette contre la paume.

Avec le **bombé** de la fourchette, il est possible de retrouver l'aliment dans l'assiette avant de le piquer.

Il faut appliquer une pression de la fourchette pour qu'elle s'enfonce dans l'aliment.



## Le jeu pour s'expérimenter

S'exercer à piquer avec des boules de pâte à modeler :  
- Retrouver la boule de pâte dans l'assiette avec le bombé de la fourchette  
- La piquer avec les dents de la fourchette



## L'aide au service

Dès le plus jeune âge, l'enfant peut être acteur de la vie quotidienne. Cela passe par des repères fixes, une décomposition des actions, et parfois du matériel adéquat. L'enfant qui est acteur dès le plus jeune âge ressent de la fierté en étant plus autonome et valorisé par son entourage.



### La mise de la table

Découvrir le tiroir de cuisine et ne prendre que les couverts utiles, fourchettes, cuillères et couteaux, ou aller chercher les bols dans un placard haut de la cuisine nécessite de décomposer toute l'action.

Par exemple, pour aller chercher un bol, il faut monter sur le placard, ouvrir le placard, retrouver les



## Le matériel de cuisine

Utiliser le matériel de cuisine demande de comprendre son fonctionnement, que ce soit pour un lave-vaisselle, un batteur de cuisine, une cafetière... Cette découverte pour un enfant déficient visuel passe par une explication orale et une expérience tactile. L'acquisition progressive de la sécurité est rassurante pour l'enfant mais

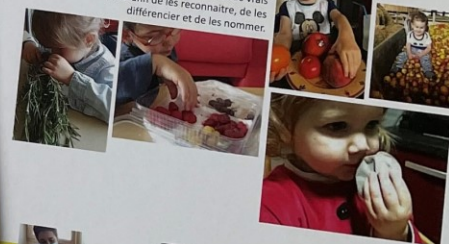


## Les aliments

Les expériences sensorielles compensent les difficultés visuelles de l'enfant. Il a besoin de se créer des images mentales des aliments qu'il n'a jamais vus en découvrant leurs textures, leurs poids ou leurs odeurs. L'adulte donne envie à l'enfant de sentir, toucher, ...

### La reconnaissance des aliments

Dès le plus jeune âge, l'enfant a à sa portée de vrais fruits et légumes variés afin de les reconnaître, de les différencier et de les nommer.



### Inciter à toucher les aliments

L'enfant a besoin de toucher, sentir, manipuler les aliments pour qu'il soit acteur de son repas et qu'il prenne plaisir à manger des aliments qu'il connaît.

### Proposer de vrais aliments

Pour se faire une vraie représentation de l'aliment et être dans la réalité, il faut éviter de n'utiliser que des imitations en plastique ou en bois.



Astuce

# Le jeu

Les jeux sensoriels sonores

Les jeux sensoriels tactiles

Les jeux sensoriels olfactifs

Les jeux d'encastrement

Les jeux de société adaptés

Les jeux de construction



## Le jeu sensoriel sonore

Pour tout enfant, et notamment un enfant déficient visuel, le son est une porte d'entrée pour découvrir le monde. Avec le jeu, il apprend à écouter et à produire des sons. Il développe son audition, il différencie les bruits, les appréhende, il apprend à les localiser et à entraîner sa mémoire auditive.



### Les instruments de musique

En manipulant un instrument, l'enfant devient acteur du son qu'il produit. Il apprend à moduler son geste (fort/pas fort). L'adulte éveille l'enfant à la musique. Il travaille ainsi l'écoute et l'attention. Les différents instruments de musique permettent une variabilité importante des gestes : taper, souffler, agiter, gratter, ...



## Le jeu sensoriel tactile

Le toucher est l'un des sens les plus importants pour compenser le sens visuel. Il offre un contact, une préhension permettant de reconnaître la forme, la taille, le poids et la texture des objets. C'est également une occasion d'action, de déplacement d'objets qui permet de découvrir le monde et d'offrir la possibilité d'agir sur lui. Le toucher n'est pas une compétence innée chez l'enfant déficient visuel. Il se développe par apprentissage et expérience.

### Les objets quotidiens... les premiers outils



## Le jeu

Le jeu est une activité dont le but est de se divertir. C'est un moment de plaisir et de partage.

Le jeu est un moyen privilégié de découvrir le monde, mais aussi d'acquiescer des règles sociales, tels que le respect de l'autre, l'apprentissage de la patience, l'adaptation.

Pour tous les enfants et d'autant plus vrai pour les enfants déficients visuels, c'est l'occasion de développer le toucher, d'acquiescer du vocabulaire, d'entraîner la mémoire et l'attention.

L'adulte peut aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à toucher les jeux proposés.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parents. L'adulte se positionne derrière l'enfant pour qu'il ajuste correctement son geste. L'adulte prend sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour explorer l'ensemble d'un nouveau jeu ou pour prendre un dé tactile et accompagner le lancement de dé dans une boîte.



## Le jeu sensoriel olfactif

L'odorat est un des premiers sens qui a besoin d'être stimulé pour être optimal. Pour l'enfant déficient visuel, ce sera un appui important et une porte d'entrée pour découvrir le monde. De façon ludique, il joue à reconnaître les odeurs de son quotidien (biscuits, lait, doudou, vêtements, ...) mais aussi les catégoriser (odeur de cuisine, de salle de bain, d'hôpital, ...).

### La découverte des odeurs

L'enfant a besoin de sentir et d'associer les odeurs aux objets : « sens la crème que je vais utiliser pour te masser », « sens cette peluche, c'est le nounours de ta sœur », et aussi tout ce qu'il va manger, ou que vous allez manger : « sens, c'est la carotte que je mange »



### Proposer une multitude d'odeurs



L'odorat est l'un des premiers sens à se développer dans le ventre de la mère. L'enfant découvre dès sa naissance le sens de l'odorat. Le nouveau-né distingue l'odeur de sa mère de celle des autres personnes. Pour lui, cette odeur est sécurisante et réconfortante, car elle assure sa survie.

Progressivement, l'enfant va mémoriser et associer les odeurs de son environnement.

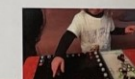
## Le jeu d'encastrement

Les jeux d'encastrement, boîtes à formes et les puzzles sont une étape essentielle dans le développement de l'enfant. Il s'agit pour l'enfant de saisir de petits éléments, de les mettre dans le bon sens, de les retourner ou/et de les assembler les uns aux autres. Cela permet de favoriser la préhension, de développer la coordination main-main, la concentration, la mémoire et cela aide de se représenter mentalement les formes.

### Un apprentissage progressif des gestes

Il est important d'avoir une véritable progressivité dans le matériel mis à disposition de l'enfant. L'enfant commence avec des objets pouvant être insérés dans une boîte pour ensuite affiner ces manipulations.

En termes d'encastrement, l'enfant commence par les ronds, puis des formes géométriques (le carré, le triangle) et enfin des formes plus complexes (les étoiles, les fleurs) ...



Astuce

### Des formes simples pour débuter

Plus les éléments sont faciles à prendre dans la main au départ, plus ce sera facile pour l'enfant. Par exemple : des balles de différentes sortes, des bouchons de bouteille, des bouchons de champagne, des couvercles de pots à confiture...



Le nombre d'éléments à travailler doit être adapté aux capacités de l'enfant. Des supports de différentes formes ou différentes matières sont proposés.



## Le jeu de construction

Le jeu de construction est un jeu de construction universel et adapté à l'enfant déficient visuel. Il peut facilement les prendre, les poser, les emboîter, les insérer sur une plaque.

### Le jeu de construction permet à l'enfant de se représenter l'espace, de repérer des formes, des tailles, de travailler la force de ses doigts et de coordonner ses deux mains.

Il offre l'opportunité d'inventer une histoire, d'imaginer des situations, de créer son propre imaginaire.

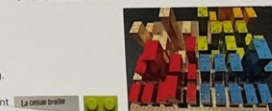


### Un jeu adapté : le jeu de construction

La « fondation Lego » a été à l'origine de la réalisation de cette boîte, afin de permettre l'apprentissage des lettres braille aux enfants déficients visuels, de façon ludique et attrayante.



Les briques sont toutes de taille identique (2 rangées de 4 points). Elles peuvent donc imiter les lettres braille.



## Le jeu de société adapté

Pour un enfant déficient visuel, l'accès aux loisirs est aussi à aménager mais il est nécessaire. Les jeux apportent un équilibre en permettant de se cultiver, de se détendre et de créer des liens avec les autres. De jouer avec ses frères et sœurs.

### Un apprentissage de la vie en communauté

Pour vivre ensemble, quelques principes sont importants tels que le respect des règles, l'écoute des autres, la gestion des émotions.



### Une adaptation des jeux

Le principe est de créer des adaptations simples afin que l'enfant déficient visuel soit autonome sans dépendre d'un adulte. De plus, toutes les adaptations sont utilisables par tous !

Elles peuvent être de différents ordres : support : tapis antidérapant, des matières, des formes... Pour créer, on peut prévoir : du velcro autocollant, des rouleaux Velleda de différentes textures, de la colle, du scotch double face..., de la moquette.





**La lecture**

**le livre tactile  
le livre sonore**



## La lecture

La lecture est une activité agréable partagée entre le parent et son enfant. Elle offre un moment de proximité, d'intimité où le ton de la voix, la mélodie de l'histoire font partager l'état émotionnel de la personne qui lit.

Proposée régulièrement, la lecture facilite l'acquisition du langage, la découverte de vocabulaire et des rythmes. Elle développe la capacité d'écoute, de concentration, et stimule l'imagination et la mémoire...

Le livre est nécessaire à tout enfant, voyant ou non voyant, dans son processus de développement. La difficulté pour les enfants déficients visuels est le rapport à l'image.

Dans les livres jeunesse, l'image dit toujours plus que le texte. L'adaptation du livre est importante pour permettre à l'enfant non voyant de découvrir le plaisir de la lecture, la conscience de l'écrit, le développement du langage et des représentations.

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'enfant déficient visuel ne peut pas spontanément découvrir un livre. Il est alors nécessaire d'en mettre à sa disposition et de guider ses mains pour le parcourir. L'adulte montre comment il peut manipuler le livre, touche avec lui l'image tactile afin de la décrire et d'y mettre du sens. La co-action permet de découvrir ensemble les histoires racontées dans le livre.



## Le livre tactile



Dès sa naissance, un enfant voyant est entouré d'écrits : les panneaux publicitaires, les paquets alimentaires, les emballages d'objets, ...

Un enfant déficient visuel a donc besoin de toucher dès sa petite enfance ce qui sera plus tard son mode de lecture et d'écriture : le braille. Il existe quelques livres tactiles, avec du relief, des textures et du braille qui vont permettre à l'enfant de se faire une représentation de ce qui est lu.



### La représentation des dessins

L'objet, l'animal, l'humain peuvent être symbolisés par un des éléments qui sera expliqué à l'enfant plutôt que dans sa représentation globale qui n'est que visuelle. L'enfant pourra ainsi se créer sa propre représentation mentale !

Par exemple, l'enfant reconnaît le loup avec la représentation de sa queue, un cochon avec une queue en tire-bouchon, un chat avec une grande queue ou une texture douce...



La reconnaissance d'une illustration reste aléatoire car elle est multiple. Il existe des centaines de représentations visuelles d'un animal dans les livres « jeunesse » ... un cochon peut être gros ou petit, debout sur deux pattes, habillé...



astuce

### L'adaptation des livres du commerce

On peut essayer d'adapter certains livres jeunesse avec du relief, des textures diverses trouvés dans le commerce en y ajoutant les textes en braille, en transparence sur les textes « en noir », pour induire le mode de lecture braille.



## Le livre sonore



L'enfant déficient visuel a besoin d'un accès diversifié à la culture comme tous les enfants. Les livres sonores permettent cet accès.

Le livre sonore peut être écouté par le jeune enfant et utilisé rapidement de manière autonome. Il développe comme tout livre, l'attention, le vocabulaire, le goût de la lecture, l'imagination...

### Un développement de la concentration et de l'attention

Écouter une histoire demande à l'enfant une réelle concentration. Sa durée est variable et peut être adaptée à l'âge de l'enfant. Il apprend à écouter l'histoire jusqu'au bout.

Il peut être intéressant de poser des questions à l'enfant après une lecture pour savoir ce qu'il a retenu, ce qui l'a intéressé.

Parfois pour ancrer le sens, il est utile de mettre en relation des situations quotidiennes avec des passages de l'histoire.



### Adapter les livres sonores à l'âge de l'enfant

Il existe de très nombreux livres sonores :

- Les livres avec des boutons incorporés sur la page : l'enfant recherche les boutons avec ses doigts, et déclenche un son, une phrase, une chanson.



- La boîte à histoire : par exemple, avec celle qui s'intitule Lunil. L'enfant choisit les éléments qui composent son récit et écoute l'histoire qu'il a créée.

**La maison**

**Le bricolage**

**Le jardinage**





## La maison

*L'univers de la maison est également source d'apprentissage des gestes du quotidien. L'observation et l'imitation sont les deux premiers moyens d'apprentissage de tout enfant. L'enfant déficient visuel en est privé et a besoin d'un accompagnement spécifique pour apprendre à bricoler, décorer, jardiner...*

*L'adulte peut l'aider par des gestes de co-action, la verbalisation et l'incitation à être en action.*

### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'adulte se positionne **derrière l'enfant** pour qu'il ajuste correctement son geste.

L'adulte place sa main sur celle de l'enfant, par exemple pour planter un clou dans une planche de bois...



## Le bricolage



*Dans l'imaginaire collectif, le bricolage appartient au monde des adultes. Et pourtant... le bricolage est une activité valorisante. Elle permet à l'enfant d'expérimenter par lui-même beaucoup plus de choses que l'on imagine, en plus de lui apporter la fierté de faire « comme les grands ». Comme toute activité, le bricolage s'apprend progressivement*

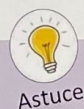


### Une découverte des outils

L'enfant déficient visuel a peu d'occasion de tenir un outil dans sa main. L'outil peut le surprendre : sa forme, sa texture, son bruit, son poids... Et pourtant, plus il manipulera ces outils, plus il sera à l'aise dans le vocabulaire et la reconnaissance des outils.

Par exemple :

- le marteau peut être lourd, son équilibre est particulier, la tête plus lourde que le manche.
- la tenaille est grande et lourde.
- la râpe est bruyante, mais il se dégage une bonne odeur de bois.



### Astuce

Lui proposer des petits jeux avec la quincaillerie, par exemple :

- trier des écrous, des boulons.
- associer l'écrou à la taille du boulon



## Le jardinage



*Le jardinage apporte un réel plaisir à tout individu. Ce plaisir vient de l'environnement agréable en extérieur, ainsi que du fait d'être acteur et de manger ce que l'on a cultivé.*

*Jardiner demande, dès l'enfance, d'avoir découvert ce qu'est la nature (le sable, la terre, les graines...) et d'y faire des expériences. Pour toute personne, déficiente visuelle ou non, jardiner s'apprend progressivement.*



### La découverte des éléments naturels

La découverte des éléments naturels fait appel à tous les sens de l'enfant. La variété de ce que nous offre la nature est infinie, que ce soit en termes de :

- matière : le sable, la terre, l'herbe...
- toucher : granuleux, lisse, épineux...
- bruits : d'une feuille sur un arbre ou une feuille sèche au sol...
- odeurs : les herbes aromatiques, la lavande, le jasmin, les roses...
- saisons : se repérer dans le temps, vivre le renouveau ...



### Les premiers gestes pour jardiner

Avec les enfants, les premiers gestes sont ceux du toucher la terre, rempoter, planter et arroser.

L'enfant s'habitue progressivement à mettre ses mains dans la terre et à se salir. Avec un peu d'encouragement, cela devient un vrai plaisir ! Il transvase la terre d'un endroit à un autre, par exemple pour le rempotage.

L'enfant prend connaissance des différentes graines et bulbes. Il apprend ensuite à reconnaître si la terre est sèche ou si elle a besoin d'eau. Il choisit l'outil pour arroser : une bouteille, un arrosoir, un tuyau d'arrosage... Plus tard, les gestes se multiplieront : bêcher, ratisser, tracer un sillon, semer, planter, désherber, éclaircir...





# Notre approche :

Quand le bébé est très petit, la famille reçoit la fiche appropriée par exemple celle sur l'alimentation qui est une des premières interrogations.



Fiche conseil

C2

## Le biberon



*L'enfant a besoin de faire le lien entre ses mains et sa bouche pour devenir acteur et engager le chemin de l'autonomie lors de ses repas.*

### La prise en main du biberon

Dès la maternité, la maman aide l'enfant à poser ses mains autour du sein ou du biberon pour créer le premier lien main/bouche.

Puis très vite, la maman aide son bébé déficient visuel à anticiper le temps du repas. Elle lui fait entendre les bruits de préparation du biberon. Elle le prévient de ce qu'il va manger.

Le choix du biberon est important et propre à chaque bébé : il peut être petit, léger, la tétine inclinée, avec ou sans poignée...



0/1 an



### L'approche de la tétine

Pour prévenir le bébé de l'arrivée de la tétine, l'adulte peut au choix faire sentir le lait, caresser la joue, les lèvres, glisser la tétine du lobe de l'oreille jusqu'au coin des lèvres avant l'introduction de la tétine.

Pour rester sur une expérience positive, l'adulte est attentif à la température du lait



+ 4 mois

### La transition vers la cuillère

A partir de 4 mois, comme tout enfant, il doit découvrir les différentes familles d'aliments en complément du lait.

Cette transition du passage du biberon à la cuillère est initiée par l'adulte. Cette diversification des aliments offre la découverte de textures, odeurs et goûts différents. De même la variété des différentes matières et formes de cuillère est source d'expériences.

### Valoriser l'utilisation de la cuillère

Le passage à la cuillère permet :

- de goûter différents aliments afin de diversifier l'alimentation,
- de tonifier les muscles de la bouche, pour croquer, embrasser, parler et articuler, faire des grimaces, ...
- de découvrir la mastication pour manger à table.





Puis, par exemple, celle sur la lecture



## Fiche conseil



### La lecture

*La lecture est une activité agréable partagée entre le parent et son enfant. Elle offre un moment de proximité, d'intimité où le ton de la voix, la mélodie de l'histoire font partager l'état émotionnel de la personne qui lit.*

*Proposée régulièrement, la lecture facilite l'acquisition du langage, la découverte de vocabulaire et des rythmes. Elle développe la capacité d'écoute, de concentration, et stimule l'imagination et la mémoire...*

*Le livre est nécessaire à tout enfant, voyant ou non voyant, dans son processus de développement. La difficulté pour les enfants déficients visuel est le rapport à l'image. Dans les livres jeunesse, l'image dit toujours plus que le texte.*

*L'adaptation du livre est importante pour permettre à l'enfant non voyant de découvrir le plaisir de la lecture, la conscience de l'écrit, le développement du langage et des représentations.*

#### Co-agir

Co-agir, c'est agir ensemble enfant et parent. L'enfant déficient visuel ne peut pas spontanément découvrir un livre. Il est alors nécessaire d'en mettre à sa disposition et de guider ses mains pour le parcourir. L'adulte montre comment il peut manipuler le livre, touche avec lui l'image tactile afin de la décrire et d'y mettre du sens. La co-action permet de découvrir ensemble les histoires racontées dans le livre.





Et enfin les trente fiches sont offertes aux familles pour les utiliser, à la maison ou à l'école, selon l'évolution, les intérêts et les compétences de l'enfant.

Sylvie KINDT, Instructrice en Activité de la Vie Journalière

Nathalie CAFFIER, Éducatrice spécialisée