



Chapitre 10

Déplacement

Un jeune bébé a peu de contrôle sur la façon dont il se déplace. Mais peu à peu, au fur et à mesure qu'il grandit, il prend d'abord le contrôle d'une partie de son corps, ensuite d'une autre partie, ainsi de suite :



D'abord, il prend le contrôle de sa tête et de son corps (tronc)...



...ensuite il développe le contrôle des bras et des mains



...et enfin, le contrôle des jambes.

Les enfants apprennent à se déplacer parce qu'ils sont intéressés par quelque chose, comme un jouet, et ils veulent l'atteindre. Un enfant qui ne peut pas bien voir aura besoin de plus d'encouragement pour se déplacer parce qu'il peut ne pas savoir qu'il y a un monde intéressant à explorer.

Pour un enfant qui ne peut pas bien voir, le déplacement peut également être effrayant. Aidez votre enfant à s'habituer au déplacement en l'encourageant à bouger dès le jour de sa naissance. Si votre bébé a moins de 6 mois d'âge ou ne peut pas se déplacer beaucoup, lisez d'abord le Chapitre 5 sur les « Activités pour le Jeune Bébé ».

Lorsque votre enfant peut contrôler sa tête et recevoir de l'aide pour s'asseoir, il est prêt pour commencer les activités de ce chapitre. Ces activités aideront votre enfant à apprendre à :

- s'asseoir par lui-même et marcher à quatre pattes ;
- se tenir debout, marcher, et utiliser une canne ;
- avoir des bras et mains flexibles et forts ;
- sentir les détails subtils et les formes avec ses mains.

Pour de plus amples informations concernant le maintien de votre enfant dans la sécurité, voir le Chapitre 9 sur la « Sécurité » Voir les informations sur la sécurité lors de la marche dans de nouveaux endroits, page 112 et les moyens d'encourager le jeu entre votre enfant et les autres enfants, page 129.

ACTIVITÉS

Si votre enfant peut voir un peu, veillez à l'adaptation de ces activités pour mieux utiliser le reste visuel (voir page 28).

► Aidez votre enfant à s'asseoir tout seul

Placez votre enfant dans une position assise avec les jambes écartées et les bras en avant pour l'aider. Montrez- lui des jouets, puis placez-les dans différents endroits, comme entre ses jambes, et sur les côtés droit et gauche de son corps. Au fur et à mesure qu'il se déplace pour trouver les jouets, il utilisera et développera son équilibre.



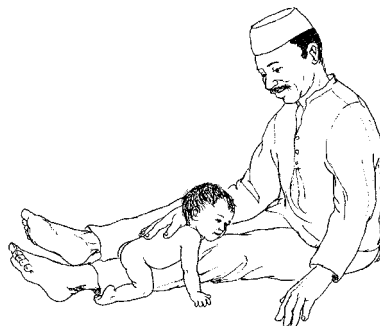
► Aidez votre enfant à apprendre à marcher à quatre pattes

Lorsque votre enfant peut s'allonger sur son ventre et pousser le haut de son corps en avant avec ses bras tendus, il est prêt à commencer à apprendre à marcher à quatre pattes. Les activités dans cette section peuvent l'aider à apprendre à bouger la partie supérieure et inférieure de son corps séparément, à s'appuyer sur ses bras et jambes, et faire basculer son poids d'un côté à l'autre. Toutes ces techniques sont importantes pour apprendre à marcher à quatre pattes et doivent être effectuées dans l'ordre indiqué ici.

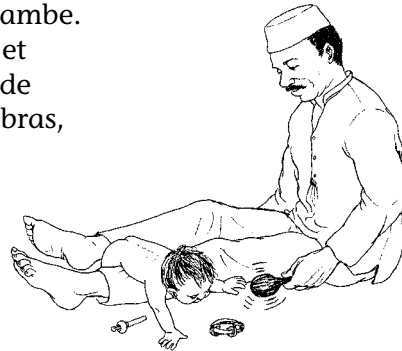
1. Lorsque votre enfant est couché sur le ventre, placez des jouets à côté de lui près de sa taille. Ensuite aidez-le à lever une main et à essayer de prendre un jouet avec l'autre main.



2. Placez votre enfant sur une de vos jambes afin que ses bras soient droits et ses genoux soient fléchis. Pour l'aider à s'appuyer sur ses bras et sur les jambes, et à faire basculer son poids d'un côté à l'autre, à balancer sa jambe d'un côté à l'autre tout en poussant doucement sur ses épaules et le bas de son dos.



3. Placez votre enfant à travers votre jambe. Avoir des jouets éparpillés à droite et à gauche. Encouragez-le à essayer de prendre un jouet, d'abord avec un bras, puis avec l'autre.



Essaies de trouver ton jouet, Ahmed.

Voici ton hochet préféré, Diego. Peux-tu venir et le prendre?



4. Si votre enfant traîne sur son ventre au moment où il commence à marcher à quatre pattes, soutenez son ventre avec vos mains ou avec une serviette. Au moment où il se déplace vers un jouet, tirez la serviette légèrement sur un côté, puis l'autre, de sorte qu'il apprenne à faire basculer son poids d'un côté à l'autre. Au fur et à mesure qu'il devient plus habile, apportez- lui moins de soutien.

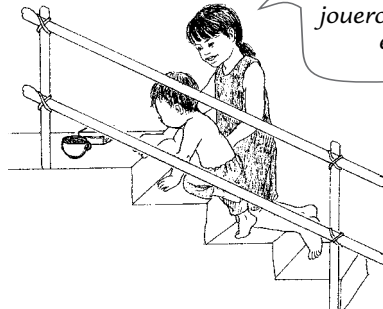
Viens prendre ton hochet, Kortie.



5. Une fois que votre enfant peut se mettre à quatre pattes sur ses mains et sur ses genoux tout seul, encouragez- le à tendre le bras pour prendre un jouet. Essayez de continuer à le faire avancer ainsi il ne va pas se rasseoir sur ses fesses.

6. Une fois que votre enfant peut marcher à quatre pattes facilement, encouragez-le à monter sur les escaliers à quatre pattes. Placez ses mains sur le premier pas et montez avec lui. Puis aidez-le à se retourner et à descendre les escaliers en trainant sur ses fesses.

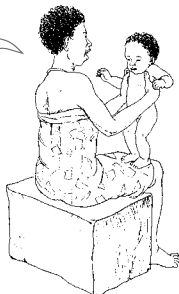
Juste un pas de plus, Alfredo. Puis nous jouerons avec ta tasse et ta boîte!



Dès que votre enfant est en train de marcher à quatre pattes, vous devez veiller à ce que les endroits où il va soient propres et sécurisants pour lui.

► **Aidez votre enfant à apprendre à se tenir debout**

Faisons des bonds du haut en bas, Natife.



Tenez-le en position debout sur votre genou. Faites-lui faire quelques bonds du haut en bas pour qu'il s'habitue à sentir où ses pieds se trouvent. Déplacez le doucement également d'un côté et de l'autre ainsi il apprend à faire basculer son poids.

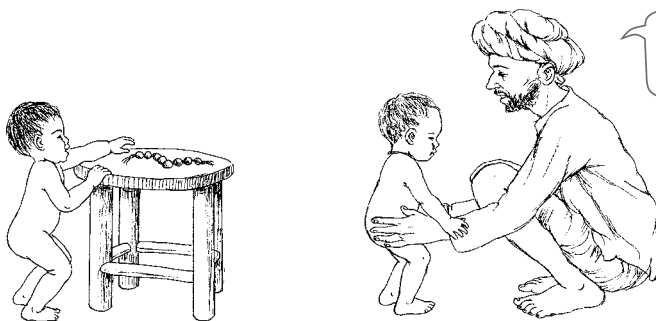
Asseyez-vous au sol les jambes écartées. Encouragez votre enfant à s'accrocher à votre corps et à se relever étant à genou, puis à se tenir debout.

Continue à te relever, Anil. Là vas-y!



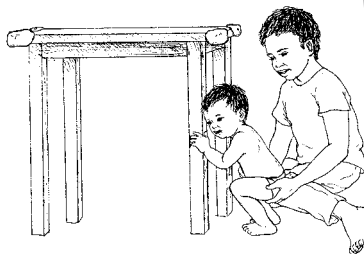
Placez les jouets qu'il aime sur une chaise ou sur une table et encouragez-le à se relever pour les atteindre. Ou mettez vos mains sur ses hanches pour l'aider à se tenir debout.

Debout, tu y arrives, Viku!



Aidez votre enfant à s'abaisser, passant de la position debout à la position assise, soutenez ses fesses au fur et à mesure qu'il s'abaisse au sol.

Vas-y Manuel je te tiens. Tu peux t'asseoir



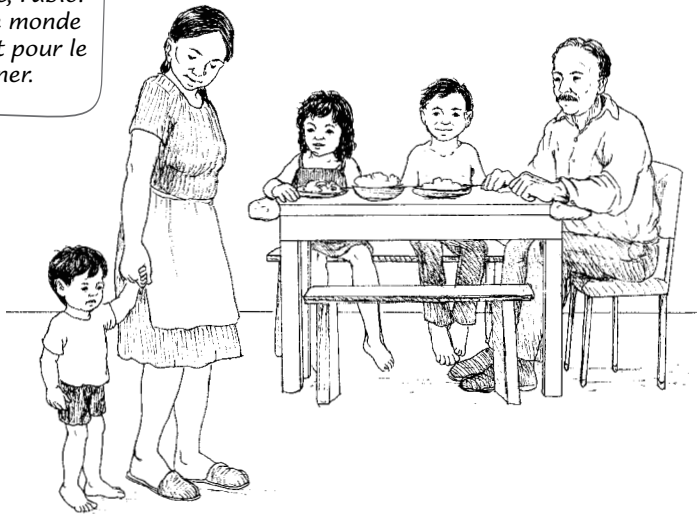
► Aider votre enfant à apprendre à marcher

Encouragez votre enfant à marcher en arrière et en avant, en s'appuyant sur un meuble. Cela l'aidera également à savoir où les différentes choses sont disposées dans la maison.



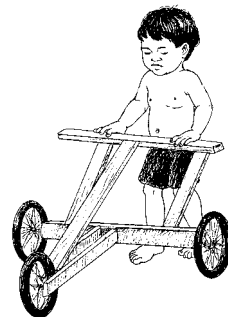
Marchons vers la table, Pablo. Tout le monde est prêt pour le dîner.

Lorsqu'il a un meilleur équilibre, tenez une de ses mains et marchez avec lui.



Laissez-le commencer à marcher seul en s'appuyant sur un simple marcheur, une chaise, ou une boîte. Mettez un peu de poids dans la boîte ou sur la chaise ainsi ce sera plus difficile de pousser et il ne pourra pas se déplacer rapidement.

Soyez patient. Il faut beaucoup de temps à un enfant pour se sentir en sécurité de marcher sans aucun appui.

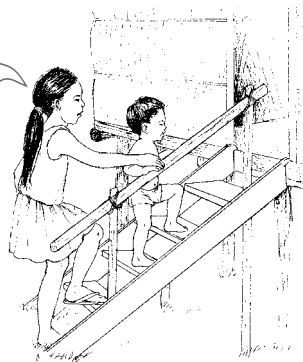


Une fois que votre enfant marche, veillez à penser aux possibles dangers dans votre maison et aux alentours, et comment rendre la marche sécurisante.

► **Aidez votre enfant à apprendre à monter et à descendre les escaliers**

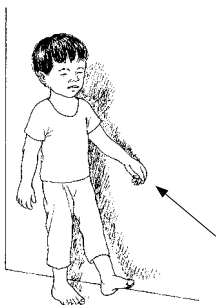
Aidez votre enfant à monter les escaliers, encouragez-le à se tenir debout et à tenir la rampe et à se déplacer un pied en sécurité avant de soulever et de faire monter l'autre pied. Après, apprenez-lui comment descendre également les escaliers.

Tiens la rampe, Fernando, ainsi tu ne te blesseras pas.



► **Aidez votre enfant à utiliser ses bras pour s'orienter**

Au fur et à mesure que votre enfant grandit, il peut apprendre à utiliser ses bras pour se guider et se protéger pendant la marche.



À la maison, il utilise le dos de sa main pour suivre un mur, le bord d'une table, ou d'autres objets.

Ce garçon touche le mur avec sa main pour se diriger.



En d'autres endroits, il peut garder une main devant sa face, avec sa paume opposée à son corps. Cette main protège sa face et sa tête. Il devrait garder son autre main au dessus de sa taille, à protéger le reste de son corps.



Lorsqu'il tombe, enseignez-le à se protéger en tendant ses mains et en pliant ses genoux au moment où il tombe. Cela l'empêchera de heurter sa tête.

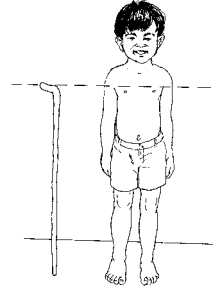
Les accidents se produiront juste comme ils se produisent chez les enfants qui peuvent voir. Mais il est important de laisser votre enfant effectuer les choses de lui même, apprendre à être indépendant.

► **Aidez votre enfant à apprendre à utiliser une canne**

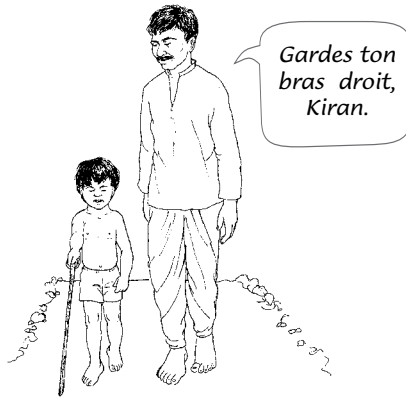
Un enfant peut commencer à utiliser une canne lorsqu'il se sentira prêt, généralement lorsqu'il a 3 ou 4 ans. Utiliser une canne peut aider un enfant à mieux se sentir lorsqu'il s'agit de marcher dans de nouveaux endroits.

Avec la pratique, la canne peut également l'aider à marcher rapidement à grands pas rassurés. C'est parce qu'il est plus à l'aise avec une canne qu'avec ses mains ou ses pieds.

La canne devrait être mince et légère, mais assez solide ainsi elle ne se cassera pas facilement. Le haut de la canne peut être courbé ou droit.



Elle devrait être assez haute à peu près atteindre les épaules de votre enfant.

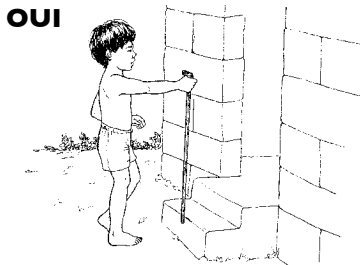


D'abord, amenez votre enfant à toucher légèrement le sol devant lui avec la canne au moment où il marche. Arrêtez avant qu'il ne soit fatigué. 5 à 10 minutes suffisent dans un premier temps.

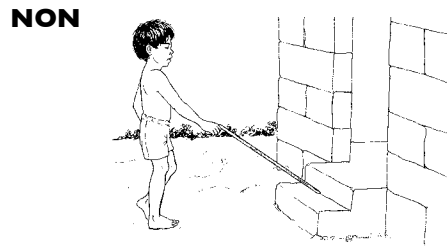


Au fur et à mesure qu'il s'habitue à la canne, enseignez-le à bouger d'un côté à l'autre, en touchant légèrement le sol. La largeur de son mouvement devrait être un peu plus large que ses épaules.

Votre enfant peut aussi utiliser une canne pour l'aider à monter et à descendre les escaliers et les trottoirs :



Apprenez-lui à tenir la canne comme pour sentir la hauteur et la position de chaque pas.



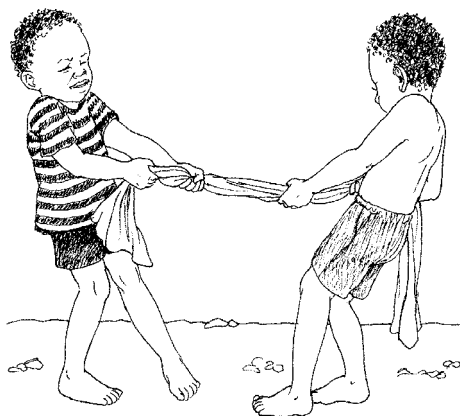
Ne tenez pas la canne comme ceci! Le pas peut faire arrêter la canne immédiatement et le frapper dans le ventre.

► **Pour aider votre enfant à apprendre plusieurs types de déplacement**

Lorsque votre enfant peut marcher facilement et est capable d'être stable sur ses pieds, laissez-le se déplacer dans les lieux ouverts là où il ne cognera pas les choses. Lorsqu'il se sent sûr de lui-même, il peut apprendre les différents déplacements d'un enfant de son âge :



Action de pousser



Action de tirer



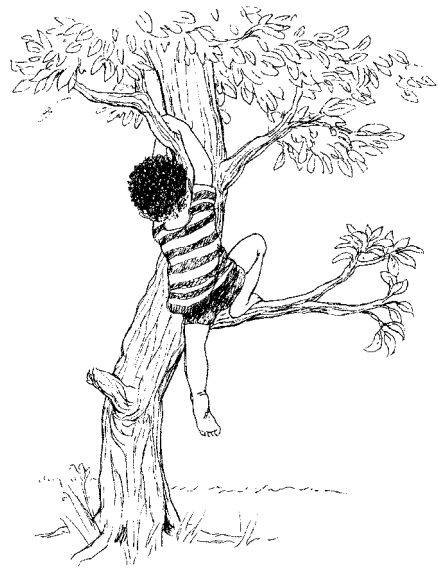
Action de glisser



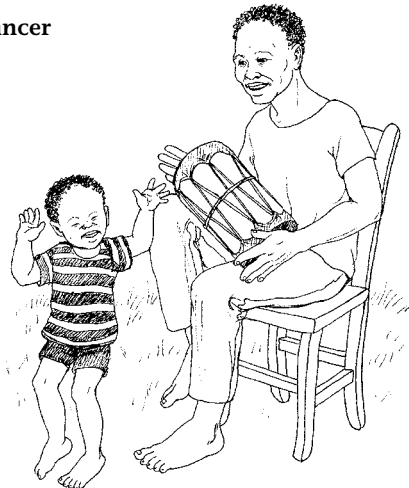
Action de garder l'équilibre



Action de balancer



Action de grimper



Action de danser

Les aptitudes de la main et des doigts

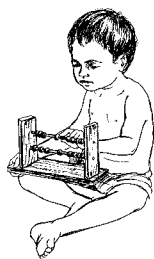
Tous les enfants développent les aptitudes de la main et des doigts, mais ces aptitudes sont dures à apprendre par les enfants qui ne peuvent pas voir. Un enfant qui ne peut pas voir bien doit apprendre à contrôler ses doigts, ses mains et ses bras parce qu'il dépend tellement d'eux pour lui donner des informations sur le monde. Ces compétences sont également importantes lorsqu'il apprend à lire le Braille (voir page 139).

Les enfants qui ne peuvent pas bien voir peuvent ne pas être aussi actifs comme les autres enfants. Encouragez votre enfant à participer aux activités quotidiennes qui l'aideront à développer :

- la force et la flexibilité dans ses mains et ses doigts ;
- la capacité de sentir les détails les plus subtils et les formes avec ses doigts.



en tant que jeune enfant



plus âgé et à l'école



commençant à apprendre un métier

► Aidez votre enfant à développer la force et la flexibilité dans ses mains et ses doigts

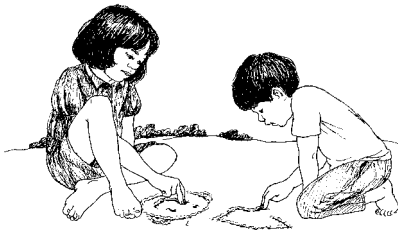
Donnez des tâches à votre enfant ou fabriquez des jeux dans lesquels il utilise les muscles du doigt – par exemple, rouler des boules de boue ou d'argile, pétrir la pâte à pain, des pois à écosser, ou des oranges à presser.

Donnez des tâches à votre enfant ou fabriquez des jeux dans lesquels il brise ou déchire les choses – comme l'herbe, les feuilles, les feuilles de maïs, ou coquilles – en de petits morceaux.





Encouragez votre enfant à faire des choses qui l'amènent à tourner sa main, comme à essorer l'eau des habits mouillés, à ouvrir des jarres à vis – des couvercles, ou à éteindre et mettre en marche la radio.

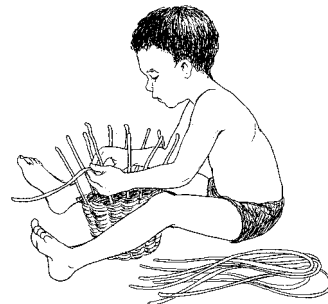


Encouragez votre enfant à gribouiller et à dessiner sur le sable mouillé ou sur la boue. Ensuite, laissez le sentir les figures qu'il a dessinées.

Initiez votre enfant à des jeux et des techniques dans lesquels il doit utiliser ses doigts de manière séparée, comme mettre les lacets de chaussures à travers les trous de ses chaussures ou à faire des nœuds, à enfiler des perles.



Apprenez à votre enfant à bricoler à tisser, à crocheter ou d'autres choses qui demandent l'usage.



Des activités comme mettre les jouets à travers un trou dans une boîte, manger avec les doigts ou les outils à manger, et utiliser les boutons, toutes ces activités sont bien pour le développement de la force et de la flexibilité.

► **Aidez votre enfant à développer la capacité de ressentir les détails subtils et les formes avec ses doigts**

Laissez votre enfant aller à quatre pattes dans les différentes surfaces, comme le plancher en bois, les tapis, l'herbe sèche et mouillée, la boue et le sable.



Encouragez votre enfant à chercher ses propres vêtements en touchant le tissu.

Demandez à votre enfant de vous aider avec les tâches dans lesquelles il doit sentir les différences entre les petites choses.



Collez une chaîne ou du fil pour faire des motifs différents sur un bout de papier ou de tissu. Puis, laissez votre enfant tracer les lignes avec le bout des doigts.

