



Votre enfant et le jeu

De la naissance à trois ans

Your Child and Play

From Birth to Three Years

Grâce au jeu, votre enfant apprend, se développe et observe comment les gens interagissent. Grâce au jeu et à la curiosité, votre enfant acquiert des habiletés langagières, des habiletés sociales comme la coopération et le partage, ainsi que des habiletés physiques et mentales comme ce qu'on fait avec les objets ou comment ils fonctionnent.

Votre enfant et le jeu

Les bébés se développent rapidement, en raison de la rapidité de leur croissance physique et du développement de leur cerveau. En tant que parent, vous êtes le principal partenaire du développement de votre bébé. Vos soins aimants, enrichissants et sécuritaires assurent le développement optimal de votre enfant. N'oubliez pas que chaque enfant est unique et se développe à son propre rythme. Il existe des lignes directrices générales sur le développement des enfants à différents âges.

En tant que parent, vous être le premier compagnon de jeu de votre enfant, celui qui assure un endroit sécuritaire à explorer et qui offre plaisir et attention. Les bébés sont très sociables et aiment jouer. Prenez le temps de jouer avec votre bébé et de le connaître. Déterminez ce que votre bébé aime le plus et à quel moment il aime le plus jouer. Rendez votre maison sécuritaire et aménagez une aire de jeu sécuritaire. Consultez le site Web de Santé Canada « Votre enfant est-il en sécurité? », au www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/pubs/cons/child-enfant/index-fra.php.

À mesure que votre enfant grandit, les spécialistes recommandent que les parents appuient et encouragent leurs enfants à jouer comme suit :

- Jouez activement – Les tout-petits ont besoin d'au moins 60 minutes d'activité physique tous les jours, afin d'avoir des os, des muscles, un cœur et des poumons bien forts. Essayez de danser, de sautiller, de sauter ou de courir.

- Dans la mesure du possible, jouez avec d'autres enfants, pour aider votre enfant à acquérir des habiletés sociales comme le partage.
- Jouez de façon à favoriser la créativité et la libre expression de votre enfant.

La croissance de votre enfant

Durant les six premiers mois de leur vie, les bébés grandissent très rapidement et apprennent de nouvelles habiletés tous les jours. Ils découvrent d'abord leurs doigts, puis leurs orteils. Ils commencent par attraper des objets puis réalisent qu'ils peuvent atteindre ce qu'ils veulent d'eux-mêmes. Ils soulèvent la tête, regardent alentour et découvrent le monde. Ils roulent d'un côté et de l'autre, puis ils se retournent tout seuls. Ils apprennent ensuite à ramper, puis à marcher debout. Pour assurer la sécurité de votre bébé, surveillez-le bien pour qu'il n'attrape pas d'objets dangereux et qu'il ne tombe pas dans les escaliers.

Types de jeu

Même si vous pouvez organiser les activités de jeu de votre enfant de temps en temps, la plupart des jeux devraient être spontanés et libres. C'est lorsque les tout-petits sont libres d'explorer et de se déplacer à leur propre rythme qu'ils apprennent le mieux. Laissez votre tout-petit mener le jeu et présentez de nouveaux jouets ou de nouvelles activités pour l'amuser et susciter son intérêt.

Les enfants apprennent grâce à divers types de jeu. Vous observerez probablement votre enfant s'adonner aux types de jeu suivants :

- Le jeu solitaire – Jeu durant lequel votre enfant joue seul. Tous les enfants aiment jouer seuls de temps à autres.
- Le jeu parallèle – Jeu durant lequel votre enfant joue à côté d'un autre enfant, mais sans interagir ou jouer avec celui-ci. Les tout-petits aiment le jeu parallèle,

qui leur permet d'observer et, souvent, d'imiter ce que les autres font.

- Jeu d'imitation – Jeu durant lequel les enfants s'imitent ou se copient les uns les autres.
- Activité sociale – Première étape où votre enfant joue avec d'autres enfants et s'amuse avec eux. Avant l'âge de 2 ans ou 24 mois, il offrira des jouets aux autres et communiquera avec eux.
- Jeu coopératif – À mesure que votre enfant vieillit, il commencera à jouer avec d'autres enfants, habituellement vers l'âge de 3 ans ou de 36 mois.

Types d'activités

La première année est une période importante pour le développement de la parole et des habiletés langagières de votre bébé. Parlez à votre bébé. Montrez-lui vos yeux, vos oreilles et votre nez, ainsi que les couleurs et de nouveaux objets. En lui parlant, vous l'aidez à acquérir des habiletés liées au langage et à la communication.

De plus, les bébés apprennent par le toucher. Aidez votre bébé à explorer son monde en lui présentant beaucoup d'objets de formes et de textures variées. Parlez-lui pendant qu'il touche à différents objets, comme un animal en peluche. Comme les bébés aiment aussi faire du bruit, donnez des jouets comme des clés ou des hochets en plastique.

Vérifiez la taille des jouets et assurez-vous qu'un jouet ne peut être rapetissé. Tout jouet qui entre complètement dans la bouche de votre enfant est trop petit et peut causer l'étouffement.

Les bébés aiment regarder. Vous pouvez placer le siège de votre bébé à un endroit sûr d'où il pourra vous observer préparer le souper ou nettoyer la pièce. À l'aide de mots et de phrases simples, décrivez-lui ce que vous faites.

Les bébés aiment regarder de nouveaux objets, comme des mobiles de couleurs vives et de formes différentes. Accrochez des images colorées à des endroits où votre bébé peut les voir. Commencez à bricoler l'album personnel de votre bébé avec des photos, dont celles des membres de la famille et des amis. Les enfants adorent regarder les images dans les livres et entendre votre voix quand vous lisez. Lisez à votre enfant tous les jours.

Les bébés aiment aussi la musique. Faites jouer la musique que vous aimez et votre enfant l'appréciera probablement aussi. Rappelez-vous de garder le

volume à un niveau bas. Les bébés aiment également le chant, alors chantez aussi des chansons à votre enfant.

Les bébés aiment les marches en poussette ou en porte-bébé au début. En grandissant, les tout-petits aiment jouer et se déplacer, en rampant, en marchant ou en courant. Allez à l'extérieur pour faire une marche et familiarisez-vous avec les terrains de jeu locaux. Les enfants aiment avoir la possibilité de faire le tour du quartier, d'aller au magasin, d'aller jouer à la plage ou de rendre visite à la famille ou à des amis. Il s'agit là de possibilités d'aventure et d'apprentissage.

En grandissant, votre enfant apprendra de manière plus optimale lorsqu'il pourra choisir ce qu'il veut faire à partir de quelques choix. Avec le temps, les tout-petits offriront aussi d'aider leurs parents avec les activités à la maison. Trouvez des façons créatives et sécuritaires permettant à votre enfant de vous aider. Grâce au jeu, les enfants apprennent les rapports de cause à effet, de nouvelles habiletés, de nouveaux mots et des connaissances sur le monde.

Pour plus de renseignements sur la santé et le développement des enfants, consultez le site Web Best Chance, au www.bestchance.gov.bc.ca/ (en anglais). Voici les autres HealthLink BC Files (fiches santé de la C.-B.) sur le développement des enfants :

[92b Your Child's Development from Birth to Three Years](#)

[92c Your Child's Feelings](#)

[92d Toilet Training](#)

[92e Time for Bed](#)

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.