

Est-ce que mon enfant doit tenir son crayon correctement et savoir découper des formes ?

- Ce n'est pas une exigence pour son arrivée au préscolaire.
- Inciter votre enfant en bas âge à adopter une prise du crayon pour lequel son corps n'est pas prêt augmente les risques de développer une PRISE INCORRECTE ou de se décourager.
- Votre enfant devrait GRIFFONNER avec différents types de crayon ET DÉCOUPER LIBREMENT dans différentes textures afin qu'il devienne à l'aise. En suivant son rythme de développement, le geste se précisera graduellement.

Est-ce que je dois soutenir mon enfant dans son intérêt pour les lettres et les chiffres ?

- Si votre enfant démontre de l'INTÉRÊT pour les chiffres et certaines lettres, vous pouvez l'encourager, mais sans avoir une approche académique. L'enfant pourrait s'ennuyer à l'école et PERDRE SA MOTIVATION.
- L'éveil à la lecture et à l'écriture est essentiel. Par exemple, lire une histoire à votre enfant permettra de développer son vocabulaire et lui donnera le goût d'apprendre à lire.
- L'environnement de votre enfant est submergé par des chiffres et des lettres, il en connaîtra assurément quelques-uns avant son entrée à l'école.

Est-ce que l'enfant doit reconnaître son nom par écrit ?

- Ce n'est pas une exigence pour son arrivée au préscolaire.
- En faisant des JEUX ludiques et actifs incluant des mots écrits et des sons, il en viendra peut-être à reconnaître son nom parmi ceux de ces amis.

## Le développement moteur se joue entre 0 et 9 ans. Chaque enfant évolue à son propre rythme.

La clé du succès : **JOUER DEHORS, EXPLORER ET S'AMUSER** pour développer des bases solides pour l'avenir !

Contrairement aux croyances populaires, il n'y a aucune exigence en lien avec les notions académiques pour l'entrée de l'enfant à l'école. Les évaluations demandées par les enseignants au préscolaire servent simplement à mieux connaître les enfants dans le but de bien les soutenir dans leurs apprentissages scolaires.

Il importe de connaître les **VÉRITABLES BESOINS** des enfants et de ne pas confondre avec les besoins de l'adulte. Le besoin de **PERFORMER** ne devrait pas être au premier plan. Pour faciliter l'apprentissage, il est judicieux de suivre **L'ÉVOLUTION** des **INTÉRÊTS** de l'enfant et de saisir les moments où il est disposé à apprendre.

À noter : si vous avez des doutes sur le développement moteur de votre enfant, vous pouvez consulter un professionnel de la santé ou du développement des enfants.

« Qu'est-ce que je peux faire si nous manquons de temps pour l'activité physique ? »

Intégrer l'activité à vos habitudes quotidiennes. Déplacez-vous à pied ou en vélo avec votre enfant plutôt qu'en voiture, empruntez les escaliers, descendez de l'autobus un arrêt plus tôt.

Privilégier la marche au lieu de la poussette.

Aller au parc avec votre enfant après la journée de travail.

Encourager votre enfant à jouer à des jeux actifs avec ses amis.

Pendant ses temps libres, mettre à la disposition de votre enfant du petit matériel pour qu'il choisisse son propre jeu (balles, ballons, cônes, cerceaux, etc.).

Ne pas diriger le jeu. Laisser de la place au jeu actif initié par votre enfant.

« Qu'est-ce que je peux faire si mon enfant n'est pas en forme ? »

Demander à votre enfant ce qu'il aimerait faire.

Laisser-le planifier une activité familiale.

Encourager votre enfant à faire des activités avec ses amis.

Commencer progressivement — chaque minute compte.

Privilégier des activités de courte durée, car les enfants sont très actifs dans les 10 premières minutes d'un jeu. Offrez à votre enfant des occasions d'être actif plusieurs fois dans la journée.

« Qu'est-ce que je peux faire si nous vivons dans un quartier peu sécuritaire ? »

Aménager un espace stimulant et sécuritaire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Inclure graduellement des consignes de sécurité lors de vos déplacements à pied ou à vélo. À long terme, votre enfant développera des aptitudes à évaluer les risques de danger.

« Comment puis-je limiter le temps que passent mes enfants devant un écran ? »

Fixer des limites claires et concrètes quant au temps passé devant des écrans.

Utiliser un chronomètre.

Retirer les écrans de la chambre à coucher.

Les solutions de rechange au temps passé devant un écran sont de jouer dehors, de marcher, de faire du vélo, de passer du temps de qualité en famille, etc.

« Mon enfant n'aime pas les activités de grande énergie; qu'est-ce que je peux faire pour qu'il développe son intérêt ? »

Offrir des jeux actifs selon le niveau de développement, les intérêts et les besoins de votre enfant.

Exercer les trois formes d'influence les plus efficaces : encouragement, participation et facilitation.

Montrer de la fierté, peu importe sa performance. Il s'agit de reconnaître ses progrès et de ne pas insister sur les erreurs ou les défaites.

Intégrer l'activité à vos habitudes quotidiennes.

Déplacez-vous à pied ou en vélo avec votre enfant plutôt qu'en voiture, et le laisser monter les escaliers.

Donner le plus tôt possible à votre enfant l'occasion d'apprendre et de pratiquer les habiletés motrices de base, pour qu'il puisse en profiter tout au long de sa vie.

Jouer activement ne veut pas dire faire du sport.

Sautiller, galoper, et faire une roulade sont des mouvements simples qui favorisent le développement moteur.

« Qu'est-ce que je peux faire pour aider mon enfant à diminuer son stress et à améliorer la qualité de son sommeil ? »

Un jeu actif où l'enfant est essoufflé permet de libérer les tensions internes, une meilleure gestion du stress et améliore la qualité du sommeil.

L'enfant qui joue activement dans des environnements naturels extérieurs démontre de la résilience, du contrôle de soi et développe des habiletés qui l'aidera à réagir de façon appropriée au stress au cours de sa vie.