

Film les rythmes du jeune enfant

Conducteur pédagogique



Déroulement de la séance

Introduction avec présentation des intervenants et présentation de l'activité

Après invitation d'un groupe de parents ou professionnels sur un horaire adapté à tous, avec des conditions favorables (enfants gardés à part, de préférence, pour augmenter la disponibilité des parents)

Proposer le visionnage du film puis faire un groupe de discussion avec les parents à partir des commentaires du film.

Laisser exprimer les commentaires pour les parents et professionnels.

Faire rebondir les parents entre eux en démarche communautaire (l'animateur fait circuler la parole et valorise les « parents-ressources » en s'appuyant sur leur parole), répondre aux questions qu'ils se posent quand il n'y a pas de réponse collective du groupe ou s'il y a une demande précise d'un avis plus « spécialisé ».

Axes de discussion potentiels

- **Rythmes et horaires (horloges avec des tranches horaires favorables à chaque séquence et récapitulation finale pour les différents temps de la journée), rythmes globaux nécessaires pour un jeune enfant**
- **Alimentation** : 3 repas et un goûter (horaires, composition diversifiée avec les différents groupes d'aliments , sensibilisation sur les fruits et légumes qui sont bien présents (plateaux enfants avec plats mangés avec plaisir par les enfants), ambiance, imitation (séquence du kiwi comme papa), à table en famille, importance de l'eau (texte et plateaux) , éviter boissons sucrées et sucreries (goûter équilibré) , sans écrans) en s'appuyant sur séquences filmées des repas et des plateaux récapitulatifs.
- **Sommeil** : sieste indispensable et nuit complète, horaires (horloges) , lieu (chambre de l'enfant) et luminosité , cadre sécurisé (doudou-sucette objets transitionnels) , rituels de préparation au sommeil , éviter biberon à l'endormissement et le préférer dans le cadre du repas à table, bienfaits et rôle du sommeil, durée du sommeil variable en fonction de l'âge et de la nature de chaque enfant et comportement marqueur d'un sommeil suffisant , repérage des signes de fatigue pour un coucher au bon moment), favorisé par les sorties en plein air et l'activité physique en journée.
- **Sorties et activité physique** : séquences filmées en extérieur avec les activités variées (marche, course, draizienne, piscine...) facteur de protection sommeil et obésité, ouverture vers le monde, découverte et éveil, découverte de la nature (arrosage jardin potager, herbes dans le champ) ; mise en lien avec le réel et éducation aux dangers (annonce voiture et protection de l'enfant).
- **Jeux intérieurs et mouvement** : séquences variées avec jeux libres (marteau, poupon) dirigés (peinture), course intérieure et danse, jeux d'imitation et d'implication vie familiale (préparation du repas, aspirateur, nettoyage cuisine...), jeux d'eau dans le bain sous surveillance.

- **Hygiène** : séquences toilette matin, bain, lavages de main (le premier apprentissage par la mère à l'enfant, le deuxième en autonomie accompagnée par la surveillance, source bien-être et prévention des maladies infectieuses transmissibles manuportées ; maternage contenant et relations.
- **Prévention expositions aux écrans** : rappelé dans les textes repas, film d'animation OREIL explicatif intégré pour sa partie moins de trois ans, affiche Mairie Toulouse intégrée, séquences d'activités filmées permettant le soir en intégrant l'enfant dans la vie familiale d'éviter l'exposition
- **Eveil et autonomisation** : diversité des propositions d'activités spontanées ou dirigées filmées, accompagnement du langage de l'enfant par la parole de l'adulte, échanges spontanés (adulte-enfant dans les différentes séquences filmées et entre enfants aussi), reformulation des langages non verbaux de l'enfant (pointing sur maison dans le champ, nourrissage du poupon...); épisode d'habillage manteau avant la sortie, jeux ménagers et avant le repas (courge, épluchures..) et texte d'accompagnement.
- **Maternage contenant** : nombreuses scènes filmées de relations sécurisées entre adultes et enfant et entre enfants ; les pères sont aussi présents (jeux d'imitation, repas), attention des adultes, dialogue, chatouilles, bisous...
- **Un petit axe possible vers les normes de « genre »** : un petit garçon peut jouer au poupon, passer un aspirateur et essuyer la cuisine au chiffon
- **Un petit axe vers les particularités familiales et ou culturelles** : l'affiche choisie sur les écrans est avec une famille pouvant évoquer la diversité culturelle.
- **La synthèse finale « Dans ma famille à moi » peut laisser venir les questions des particularités de chaque famille.**

Cloture de l'atelier

Synthétiser la discussion, proposer éventuellement une suite sur un sujet qui aura suscité de l'intérêt ou un questionnement.

Ressources :

- Flyer 3-6-9-12 de S. Tisseron sur les écrans: <https://www.3-6-9-12.org/>
- Lien pour utiliser le film réalisé par OREIL qui reprend sous forme imagée les recommandations 3/6/9/12 <https://www.youtube.com/watch?v=e-nXCHwzqTE>
- Programme malin pour des fiches sur l'alimentation des 0-3 ans: <https://www.programme-malin.com/>
- mangerbouger.fr
- MPEDIA site généraliste sur l'enfant: <https://www.mpedia.fr/>

