

## Pourquoi

Comme plusieurs spécialistes de la petite enfance le mentionnent, l'enfant a besoin d'une routine stable pour l'amener à développer son autonomie, se sentir en sécurité, diminuer l'anxiété, etc. La routine permettra à l'enfant de se situer dans sa journée, mais elle pourra aussi permettre aux parents de faire leur travail (télétravail, tâches ménagères, repas, etc.).

## Faire confiance

Vous pouvez utiliser une minuterie lors des périodes où l'enfant doit jouer de façon autonome. Il peut être sécurisant pour l'enfant de savoir que lorsqu'il entend la sonnerie, son parent s'occupera de lui. Plus il vit cette situation, plus il vous fera confiance et il sera davantage disponible au jeu. Au CPE, nous devons nous assurer que le matériel de jeu respecte l'intérêt, le niveau d'apprentissage et la sécurité de votre enfant. Cela lui permet d'être concentré, créatif et investi dans son jeu. Faites-lui confiance!

## Une routine pour mes parents et moi

Afin de vivre harmonieusement toute la famille ensemble, nous vous proposons d'instaurer une routine qui respecte les besoins de tous.



La routine peut disparaître ou être modifiée la fin de semaine !



### Routine visuelle

On choisit des images simples, qui représentent le moment de la journée. Ensuite, on trouve un endroit où l'enfant peut s'y référer facilement. Il est préférable de limiter le nombre d'images pour assurer une bonne compréhension de la part de l'enfant. Par exemple, vous pourriez commencer la séquence d'image par le déjeuner et finir par le souper. La routine du matin et du soir est peut-être déjà bien intégrée pour lui.

Au début, votre enfant aimera s'y référer avec vous et vous pouvez l'amener à faire ses réflexions en lui posant des questions ouvertes.

### Déroulement

Il y a plusieurs options pour fabriquer votre routine, l'important c'est d'impliquer votre enfant dans la démarche. Vous pouvez prendre des photos de votre enfant en action, des endroits seulement où se déroulent l'action ou des objets qu'on utilise durant chaque moment. Si vous n'avez pas accès à une imprimante, vous pouvez sortir vos talents pour le coloriage! Aussi, sur les sites de coloriages à imprimer, certains nous offrent des images du quotidien à la maison.



**Dis-le moi et je l'oublierai; enseigne-le moi et je m'en souviendrai; implique-moi et j'apprendrai.**

**Benjamin Franklin**

### Exemple d'une routine

- 1- Déjeuner
- 2- Période de jeux / Travail
- 3- Jeux avec son parent
- 4- Dîner
- 5- Jeux calmes ou histoire
- 6- Sieste
- 7- Collation
- 8- Période de jeux / Travail
- 9- Souper

