



© SKYNESHER / ISTOCK

À 3 ANS,  
L'ENFANT  
SAIT

SE LAVER LES MAINS

RANGER LES JOUETS UTILISÉS DANS LE BAIN

SE DÉSHABILLER TOUT SEUL

À 4 ANS,  
L'ENFANT  
SAIT

DÉCOUPER DES FORMES SIMPLES AVEC DES CISEAUX

BOUTONNER DES GROS BOUTONS

ENFILER SES CHAUSSURES

À 5 ANS,  
L'ENFANT  
SAIT

ENFILER DE PETITES PERLES

TRANSPORTER UN VERRE SANS LE RENVERSER

TARTINER SON PAIN AVEC UN COUTEAU

## MATERNELLE L'AIDER À ÊTRE AUTONOME À LA MAISON

En maternelle, une bonne partie des programmes vise à l'acquisition de l'autonomie. Voici nos conseils pour prendre le relais de cet apprentissage à la maison. **PAR JULIETTE VIATTE**

### **CHOISIR ET TRIER SES VÊTEMENTS.**

L'enfant peut être associé au choix de ses vêtements. Les préparer la veille limite le stress du matin. Vous pouvez aussi lui apprendre à suspendre son manteau à un crochet accessible et à enfiler ses chaussons dès le retour de l'école. Installez pour cela un petit panier dans l'entrée où il pourra déposer ses chaussures en échange. Renforcer son autonomie, c'est lui permettre d'être acteur. Il peut ainsi, dès 3 ans, ranger ses culottes ou chaussettes dans ses tiroirs, et trier le linge par couleur, en utilisant un bac pour le sombre et un autre pour le clair.

**RANGER SES JOUETS.** Les livres sur les étagères et les jouets dans des bacs. Pour aider votre enfant à ranger sa chambre, ce qu'il peut

commencer à faire dès 3-4 ans, vous pouvez coller sur chaque casier une étiquette de couleur ou une illustration des jouets qui s'y trouvent (figurines, déguisements, cartes à jouer...). C'est valorisant et responsabilisant de vous aider à ranger.

**FAIRE SA TOILETTE.** Dès 4-5 ans, l'enfant peut se laver tout seul. En s'aidant d'un gant de toilette et d'un pain de savon, qu'il peut s'amuser à faire mousser, il commence par les mains, le visage, les pieds puis descend le long de son corps. Pour parer au risque d'inondation de la salle de bains lors du rinçage, apprenez-lui à diriger le pommeau de douche contre son corps. Il peut aussi se coiffer tout seul devant la glace et se brosser les dents, même si, jusqu'à 7 ans, il est préférable de vérifier une fois par jour l'efficacité du brossage.

**PRÉPARER LE REPAS.** Rien de tel pour exercer sa dextérité que de préparer un gâteau au chocolat, couper des légumes pas trop durs (comme les courgettes ou les tomates) ou casser des œufs dans un saladier. Vers 5 ans, l'enfant peut sans difficulté verser un liquide dans un récipient, s'entraîner à doser et, bien sûr, mélanger une préparation avec une grande cuiller. Et s'il renverse ou fait déborder le plat, rien de grave. Il peut nettoyer avec une éponge. N'hésitez pas à installer un petit tabouret ou un marchepied stable pour qu'il soit positionné à bonne hauteur et profite pleinement de l'activité avec vous. L'essentiel est que vous partagiez ce moment et, pourquoi pas, que vous en profitiez pour lui permettre de raconter sa journée, ses rêves, ses pensées. ☺