

Édition de
septembre et
d'octobre 2018

« Une maison sans
livres est comme un
corps sans âme »

-Cicéron

Initiative de
Diane Lafortune,
Bibliothécaire
Secteur primaire



L'ergothérapie à l'école, c'est quoi ?

L'objectif de l'ergothérapie dans le milieu scolaire est d'offrir des services aux enfants, aux enseignants et aux intervenants de l'équipe-école dans le but de faciliter les apprentissages scolaires. Aussi, l'ergothérapeute vise à développer et préserver l'autonomie des élèves dans leurs activités de la vie quotidienne. Il s'agit ici d'habiletés fondamentales comme s'habiller, manger, écrire, découper, se déplacer, avoir une bonne posture et se maîtriser. L'ergothérapeute peut agir sur l'environnement ou modifier le processus des tâches en s'adaptant aux besoins de l'enfant. Le but est d'éduquer ou de rééduquer pour gagner une autonomie tout en réussissant à surmonter des obstacles et acquérir ou maîtriser des nouvelles compétences. Le fait de pouvoir accomplir ses tâches quotidiennes rend l'enfant plus autonome et confiant. L'ergothérapeute peut aussi accompagner les enseignants en les aidant à mieux comprendre les besoins des élèves et en leur proposant de nouvelles stratégies d'intervention. Il peut émettre des recommandations quant aux activités et à l'aménagement scolaire, afin de favoriser la participation et l'apprentissage de tout un chacun. La présence d'un ergothérapeute à l'école facilite également le dépistage des élèves en difficulté et la mise en place d'interventions rapides et adaptées, et ce, dès la maternelle.

Avec la collaboration de Geneviève Denoury, ergothérapeute, CS de Sorel-Tracy



Suggestions d'activités



L'ergothérapeute utilise des activités ludiques et significatives pour travailler les différentes habiletés motrices nécessaires au bon développement de l'enfant. La suggestion de livres, mais aussi de jeux peuvent aider les enfants à se développer tout en s'amusant.

Certains livres de yoga / Pilates proposent des postures adaptées pour les enfants leur donnant l'impression de participer à l'histoire.

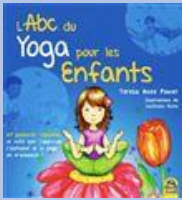
Les livres sonores ou livres de comptines sont des livres accompagnés d'un CD où l'enfant est invité à bouger.

Les jeux de société proposent, quant à eux, d'imiter des postures, des déplacements précis ou le maintien d'équilibre est important.

L'enfant peut choisir le livre qu'il veut. Il sera davantage intéressé à essayer ce que le livre lui propose s'il le trouve intéressant.



Suggestions de lecture



L'ABC du yoga pour les enfants : 67 postures rigolotes et voilà que j'apprends l'alphabet et le yoga en m'amusant / Teresa Anne Power, Éditions Macro, 2017, 11,95\$

Un livre d'initiation qui permet aux enfants d'apprendre l'alphabet, des mots anglais et des postures de yoga avec des textes simples et des illustrations.



Mes premières postures de yoga / Couturier, Stéphane, Éditions Grund, 2017, 16,95\$ (avec CD)

Une première approche du yoga adaptée aux tout-petits qui pourront être autonomes grâce aux puces sonores qui expliquent les diverses postures. Sur la page de gauche, des conseils sont donnés aux parents pour aménager un moment de calme et de détente. Sur la page de droite figure une illustration de la posture.



Le Pilates pour les petits / Ouerghi, Rida, Éditions Gallimard, 2013, 15,95\$

Douze exercices mettant en scène des animaux pour faire découvrir l'activité du Pilates aux enfants, leur faire prendre conscience de leur corps en douceur et favoriser leur développement physique et mental.



Gym et comptines pour les petits / Ouerghi, Rida, Éditions Gallimard, 2012, 19,95\$

Un album pour favoriser l'éveil moteur des enfants en leur proposant de se familiariser avec les gestes de base (marcher, courir, ramper, etc.). Neuf séances d'activités sont illustrées et accompagnées d'une comptine.



Contes du yoga / Marie Tanneux, Éditions Hatier, 2017-2018, 24,99\$

Les trois petits cochons, La princesse au petit pois et Cendrillon : Un conte et une séance de yoga de vingt minutes environ avec échauffements, postures, relaxation et méditation.

Contes du yoga / Thérèse Dufour, Éditions Hatier, 2017-2018, 24,95\$

Malin comme un signe, Qui a volé le soleil : Un conte et une séance de yoga de vingt minutes environ avec échauffements, postures, relaxation et méditation.

Gigoter / Oriane Lallemand, Éditions Flammarion, 2015, 22,95\$

Douze comptines invitant à bouger, sauter et danser : nommer les doigts de sa main, faire la galipette, glisser dans la neige, etc. Elles permettent de découvrir le corps et la motricité.

