

Les rendez-vous de la petite enfance

Le massage pour bébé accessible à tous

Activité proposée par le multi-accueil Les Canailles - Saint Germain du Puch

Objectifs :

Permettre à votre enfant de se relaxer

L'enfant a besoin d'être guidé pour apprendre à se détendre.

Permettre à votre enfant de prendre conscience de son corps

Les sensations procurées par la pression de la balle vont aider votre enfant à prendre conscience de son schéma corporel.



A Prévoir

- un moment où votre enfant est détendu mais en état de veille
- 2 ou 3 balles propres de différentes tailles et de différentes matières (plastique, mousse, picots)



Pour vivre un joli moment de complicité et d'échange avec son enfant en toute simplicité

Comment on procède ?

- Une balle pour vous et une balle pour l'enfant ;
- Installez bébé allongé devant vous (contact visuel important), pour les enfants plus grands, qui tiennent déjà bien assis, mettez votre enfant entre vos jambes (contact visuel) ;
- Commencez le massage par les pieds en faisant des mouvements circulaires avec le plat de votre main ;
 - Insistez bien sur les talons ;
- Remontez sur les jambes puis le ventre, les épaules, les bras, le dos, la nuque, et le crâne (attention pour le crâne, pas avant que les fontanelles soient bien consolidées - 2 ans) ;

Règles Importantes

- Appuyer un peu plus sur les parties charnues (cuisses).
- Rouler sur l'intérieur et l'extérieur des membres (pour que les enfants découvrent tout leur corps).
 - Nommer chaque partie du corps mais si besoin pour favoriser l'interaction n'hésitez pas à chanter.
- Ne pas sauter d'une partie du corps à l'autre (aller du ventre à l'épaule et au bras au lieu de passer du nombril au poignet - sensation de corps continu).
- N'insistez pas si votre enfant se détache de l'activité ou vous repousse, réitérez l'expérience un autre jour.
- Pour les enfants plus grands qui cherchent à reproduire, permettez leur de vous masser le dos.