

Regarde, puis choisis

La notice · Préparer simplement

0-2 ans, avec un adulte · 2-4 min

Partager un court moment autour d’un objet choisi, en suivant les signes d’intérêt du bébé.

Dans ce kit de 5 pages

Pages 1-2 : la notice et un exemple.
Page 3 : le support illustré à utiliser ensemble.
Page 4 : une grille pour observer et ajuster.
Page 5 : quatre cartes pour choisir le prochain essai.

Avant de commencer

Imprimer en A4 à 100 %, en recto simple. Garder la notice pour l’accompagnant. Préparer uniquement les pages utiles au premier essai ; lire les consignes avant de découper. La plastification est facultative. Les pages et les cartes restent dans les mains de l’adulte ; aucun papier découpé n’est laissé au bébé.
À prévoir : Deux gros jouets adaptés à l’âge, sans petites pièces ; un adulte disponible.

Un bébé avec un adulte disponible. Suivre son intérêt, ses gestes et sa fatigue ; ne pas demander de performance ni de réponse imposée.

Usage et copie autorisés. Revente interdite.



Regarde, puis choisis

La notice · Un premier tour, pas à pas

1. Installer le bébé confortablement et présenter un seul objet à portée de regard ou de main.
2. Attendre sa réaction : mouvement, vocalisation, regard ou détournement. Aucun regard dans les yeux n’est demandé.
3. Suivre son initiative ; présenter le second objet seulement si le premier ne l’intéresse plus.
4. Terminer dès qu’il se détourne ou montre de la fatigue. Nommer simplement « terminé ».

Un exemple concret

Présentez un gros jouet sûr. Le bébé tend la main : rapprochez-le à sa portée sans imposer un geste. Il détourne la tête : attendez ou terminez. Les cartes aident l’adulte à suivre ces signes ; le bébé n’a rien à réussir.

Terminer à la durée choisie ou avant si la personne le souhaite. Décrire un fait observé, demander ce qui a aidé et ranger ensemble. On peut reprendre plus tard ; aucun score ni récompense n’est nécessaire.

Usage et copie autorisés. Revente interdite.

Regarde, puis choisis

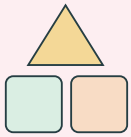
Le support à utiliser ensemble

Le plateau de mon petit objectif

Écrire, dessiner ou placer un objet pour représenter la tâche. Les cartes peuvent rester sur la feuille.

Ce que je souhaite faire

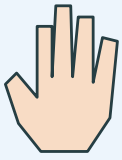
Le tout premier geste



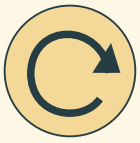
Un objet



Je regarde



Je touche



Encore



Pause



Terminé

Ce qui m’aide à commencer / ce que je veux changer

Usage et copie autorisés. Revente interdite.



Regarde, puis choisis

Observer, comprendre, ajuster

Observer, comprendre, ajuster

Un suivi partagé sert à décider si cette activité et les aides proposées sont utiles. Il ne fournit ni diagnostic, ni score standardisé.

L'objectif choisi avec la personne

Ce que nous observerons concrètement

Date / contexte	Essai ou participation	Aide choisie	Effet / avis

À garder / à modifier

Dans quel autre moment essayer ?

Point d'attention

Noter ce qui attire son intérêt et ce qui semble le fatiguer, sans durée à atteindre.

Si une difficulté inhabituelle, une douleur ou une détresse apparaît, interrompre l'exercice et solliciter le soutien prévu. Pour un objectif de soin, le professionnel définit l'indication, les adaptations et le suivi.

Repères documentaires : R02, R03. Bibliographie détaillée dans le dossier de la collection. Création originale Les Extras ; exercice non soumis à une étude clinique propre.

Usage et copie autorisés. Revente interdite.



Regarde, puis choisis

Quatre cartes pour rejouer ou ajuster

Choisir une seule carte pour la prochaine fois. Garder la feuille entière ou découper les quatre cartes. Changer un seul élément à la fois et conserver l’aide qui reste utile.

1 · Découvrir ensemble

Installer le bébé confortablement et présenter un seul objet à portée de regard ou de main.

2 · Rendre plus accessible

Un seul objet et quelques secondes ; l’adulte fait tout le jeu.

3 · Essayer autrement

Alterner deux textures sûres, séparément, sans multiplier les stimulations.

4 · Regarder ce qui aide

Noter ce qui attire son intérêt et ce qui semble le fatiguer, sans durée à atteindre.

Usage et copie autorisés. Revente interdite.