

Activités de soutien de l'oralité

À proposer à votre enfant en fonction de son âge



Parfois votre enfant qui grandit à du mal à investir sa bouche, à toucher les objets, les textures, les aliments. Voici une liste non exhaustive d'idées de petits jeux qui vont l'aider à explorer sa bouche pour progressivement en faire un lieu de plaisir (alimentation, exploration orale, langage...).

Pour votre tout-petit :

Exploration orale

- Tétines.
- Brosses à dents en caoutchouc (bébé confort®, Nuk®, Nuby®...).
- Hochets de dentition, girafe Sophie, jouets à porter en bouche.

Pour votre jeune enfant :

Manipulation de textures non alimentaires diverses

- Peluches, papier cadeau, carton ondulé, livres tactiles... puis en grandissant peinture à doigt, pâte à modeler ou pâte à sel.

Comptines mimées

- Si vous utilisez un objet ou une peluche, tenez-le près de votre bouche, cela attire naturellement l'enfant à regarder les mouvements de bouches associés à ce qu'il entend.
- Profitez de cette activité pour approcher le visage de l'enfant (« la petite bête qui monte »...).

Sensibilisation aux odeurs

- Odeurs de cuisine, du quotidien.
- Livres et loto des odeurs.

Exploration orale

- Hochets de dentition, girafe Sophie, jouets à porter en bouche.
- Brosses à dents en caoutchouc, avec des poils ou électrique.
- Sensibilité tactile sur le visage (gant de toilette dans le bain...).

Praxies*

- Activités praxiques (sur imitation de l'adulte et en exploitant ce que fait l'enfant spontanément).
 - Boire à la paille des liquides de plus en plus épais (eau, yaourt à boire...).
 - Faire des grimaces (tirer la langue, la mobiliser de gauche à droite, gonfler les joues...).
 - Faire des bruitages (le poisson, la petite voiture, la pluie...).
 - Onomatopées (livre des bruits, cris des animaux, bruits des moyens de transport...).
- Souffle.
 - Jouets de souffle (trompette, bulles, paille et liquide colorés, feutres à souffler, plume...).
 - Mouchage.

Alimentation et plaisir

- Partager le repas familial.
- Proposer les repas aux heures classiques (rythme).
- Jeux symboliques « à toi, à moi », « biberon à la poupée » qui rassurent.
- Rencontre d'autres enfants d'âge relativement proche (halte garderie...).
- Avec une texture et un goût apprécié (goût « copain »).
 - Proposer sur le bout des lèvres jusque dans la bouche. Accepter les mimiques d'étonnement voire les grimaces sans s'y arrêter notamment si l'enfant est demandeur, mais sans forcer. La nouveauté s'associe parfois à ce comportement.
 - Proposer de façon latérale pour inciter la langue à se déplacer sur les côtés.
 - Épaissir et/ou augmenter les quantités progressivement en laissant l'enfant s'habituer quelques jours à chaque modification même s'il l'accepte bien.
 - Revenir à l'étape précédente si l'évolution n'est pas bien acceptée et introduire une étape intermédiaire.
 - Diversifier les modes de présentation (cuillère, verre, timbale...) et proposer une familiarisation des objets au préalable par des jeux symboliques (dînette, poupée) sans alimentation.

Remarques

- Les cuillères en plastique spéciales pour les bébés sont souvent mieux acceptées.
- Une assiette attrayante peut motiver l'enfant (dessin à découvrir au fond de l'assiette par ex).
- Il faut veiller à présenter à votre enfant une quantité adaptée à son appétit et ses possibilités pour ne pas le décourager.

**Praxies orales : capacité d'exécuter sur ordre ou imitation des « grimaces » (tirer la langue, faire un bisou, souffler...) qui mettent en action les muscles du visage et de la bouche.*