Livre

ARC EN CIEL
HABILETÉS SOCIALES

Comprendre • Communiquer • Créer des liens

Des histoires et activités inspirées de la RFT pour les enfants de 4 à 11 ans



Je dis bonjour



Je partage



Je pose des questions



Je comprends les émotions



J'écoute jusqu'au bout



Je me fais des copains



Pour les enfants de 4 à 11 ans

Histoires et activités inspirées de la théorie de la RFT

Communication · Interactions sociales · Émotions · Empathie · Confiance en soi

Comprendre les autres pour mieux vivre ensemble

Développé par Geisi Balsamo, spécialiste ABA et stratégies neuroaffirmatives.

© Geisi Balsamo – Tous droits réservés.
Ce matériel est une création originale et est destiné à un usage personnel et/ou professionnel dans le cadre prévu lors de son acquisition. Toute reproduction, copie, modification, adaptation, partage, mise à disposition, publication ou distribution, totale ou partielle, sous quelque forme que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation écrite préalable de l'auteure.
Il est également interdit de revendre, transmettre ou diffuser ce matériel, gratuitement ou contre rémunération, à des personnes qui ne l'ont pas acquis directement auprès de l'auteure ou d'un distributeur autorisé.
Merci de respecter le travail de création et les droits d'auteur associés à ce matériel.

SI DOCUMENT PARTAGÉ DANS DES GROUPES WHATSAPP, FACEBOOK OU TIKTOK, DES CONSEQUENCES JUDICIAIRES SERONT IMPLIQUÉES.

Bienvenue dans la collection Arc-en-Ciel – Habiletés sociales

Chaque jour, les enfants rencontrent de nombreuses situations sociales : dire bonjour, jouer avec un camarade, poser une question, attendre leur tour, exprimer leurs émotions, résoudre un conflit ou comprendre le point de vue d'une autre personne.
Pour beaucoup d'enfants autistes, ces situations ne sont pas toujours intuitives. Ce n'est pas un manque d'envie d'être avec les autres, mais une manière différente de comprendre, d'interpréter et de réagir aux situations sociales.
Comme toute compétence, les habiletés sociales s'apprennent. De nombreux enfants autistes disposent d'un répertoire d'habiletés sociales encore en développement. Ils peuvent avoir besoin d'un enseignement explicite pour apprendre à reconnaître les indices sociaux, comprendre les intentions des autres, choisir une réponse adaptée et utiliser ces compétences dans leur quotidien.
C'est pourquoi ce livre ne se limite pas à raconter des histoires. Il constitue un véritable programme d'entraînement progressif aux habiletés sociales, conçu pour développer, étape par étape, les compétences de communication, d'interaction et de résolution de problèmes sociaux.
À travers des histoires sociales illustrées, des activités pratiques et des mises en situation, l'enfant découvre :

- pourquoi une compétence sociale est importante ;
- comment l'utiliser dans la vie quotidienne ;
- quels bénéfices elle apporte à lui-même et aux autres ;
- comment s'entraîner dans différents contextes jusqu'à ce que cette compétence devienne plus naturelle.

Cette collection s'appuie sur les connaissances actuelles en Analyse Appliquée du Comportement (ABA), sur une approche neuro-affirmative respectueuse du fonctionnement autistique et sur les principes de la Relational Frame Theory (RFT), qui permettent de développer une meilleure compréhension des relations entre les personnes, les émotions, les situations et les conséquences de nos actions.
Notre objectif n'est pas de transformer la personnalité de l'enfant ni de masquer son autisme. Notre ambition est de lui donner des outils concrets pour mieux comprendre son environnement social, exprimer ses besoins, construire des relations positives et gagner en autonomie, tout en respectant son identité et sa manière unique d'être au monde.
Parce que les habiletés sociales ne s'acquièrent pas par hasard : elles s'enseignent, se pratiquent et se renforcent dans un environnement bienveillant.

Les habiletés sociales ne s'enseignent pas en demandant simplement à l'enfant de "bien se comporter". Elles se développent grâce à la compréhension, à l'observation, à l'entraînement et à la généralisation dans la vie quotidienne.

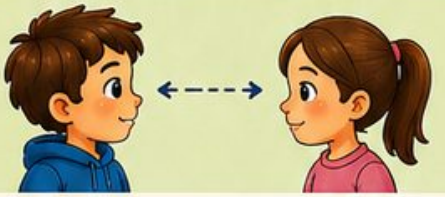
SOMMAIRE

NIVEAU 1

Apprendre les bases des interactions sociales

1 

Dire bonjour

2 
Regarder le visage de la personne

3 

Utiliser le prénom des gens

4 

Répondre aux questions

5 
Raconter sa journée

6 

Poser des questions

7 
Écouter jusqu'au bout

8 
Attendre son tour

Petit à petit, j'apprends.
Pratique, répète, progresse… et sois fier de toi !



Lucca

Lucca apprend : Dire bonjour

Dire bonjour, c'est une petite parole qui fait du bien et qui aide à bien commencer une interaction.



Laura, sa thérapeute

1. Qu'est-ce que ça veut dire "dire bonjour" ?

Dire bonjour, c'est saluer quelqu'un quand on le voit.

Je peux dire : "Bonjour !"



2. Pourquoi je dis bonjour ?

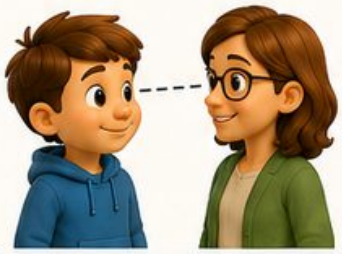
Dire bonjour montre que je suis poli et que j'ai envie de créer un bon contact.

Cela met les gens de bonne humeur !



3. Comment je fais ?

Je regarde la personne.



Je souris.



Je dis : "Bonjour !"



J'attends sa réponse.



4. Comment les gens se sentent quand je dis bonjour ?

Ils se sentent heureux.



Ils se sentent accueillis et importants.



Ils se sentent à l'aise pour parler avec moi.



Ils ont envie de répondre et de sourire.



5. Pourquoi c'est bénéfique pour moi ?

Les gens m'aiment et m'apprécient.



Cela m'aide à me faire des amis.



Les interactions sont plus faciles.



Je me sens fier de moi.



Je commence bien ma journée !



À retenir :

Dire bonjour, c'est simple mais très important !
Je fais plaisir aux autres et je crée de belles relations.
Chaque "Bonjour !" est une porte ouverte vers de bons moments ! ❤️



POURQUOI JE DOIS REGARDER
LE VISAGE DE LA PERSONNE QUI ME PARLE ?

1 C'est quoi ?

Regarder le visage de la personne qui me parle, c'est porter mes yeux sur elle.





Mes yeux écoutent !

2 Pourquoi c'est important ?

Ça montre que j'écoute et que je m'intéresse. La personne se sent respectée et comprend que je veux communiquer.





Je montre que je respecte l'autre.

3 Comment je fais ?

- Je tourne mon corps vers la personne.
- Je regarde ses yeux ou son visage.
- J'écoute ce qu'elle dit.
- Je réponds ou je pose une question.





Regarder + écouter = bien communiquer

4 Qu'est-ce que ça m'apporte ?

Les autres sont contents, ils ont plus envie de me parler. Je comprends mieux et les conversations sont plus agréables.





Des échanges positifs et de belles relations !

5 Je peux m'entraîner tous les jours !

À l'école, à la maison, au centre de loisirs, partout ! Plus je m'entraîne, plus c'est facile et naturel.





Petits efforts chaque jour, grands progrès !



Regarder le visage de l'autre, c'est ouvrir la porte à de belles relations !

COMMENT JE FAIS SI C'EST TROP DUR ?

J'ai des outils pour prendre soin de moi et continuer à progresser !

1 C'EST DUR DE REGARDER DANS LES YEUX

Parfois, regarder dans les yeux me met mal à l'aise ou me stresse. C'est normal.



CE QUE JE PEUX FAIRE :

1. Je regarde un point à côté des yeux (le front, le nez, le menton).
2. Je regarde pendant quelques secondes, puis je fais une petite pause.
3. Je me rappelle que mon copain veut juste me comprendre.
4. Je m'entraîne un peu chaque jour. Petit à petit, ça devient plus facile !

JE FAIS DE MON MIEUX, ET C'EST DÉJÀ TRÈS BIEN !

2 JE SUIS EN SURCHARGE CORPORELLE

Mon corps est trop plein d'énergie ou de sensations. Je me sens agité, tendu ou débordé.



CE QUE JE PEUX FAIRE :

1. J'arrête un instant. Je fais une pause.
2. Je respire lentement : j'inspire par le nez, j'expire par la bouche.
3. Je bouge mon corps : je m'étire, je marche, je saute, je presse une balle.
4. Je demande un coin calme si besoin.
5. Quand je me sens mieux, je peux réessayer de communiquer.

PRENDRE UNE PAUSE, C'EST PRENDRE SOIN DE MOI !

3 JE N'AI PAS ENVIE DE COMMUNIQUER

Parfois, je n'ai pas envie de parler ou d'être avec les autres. C'est ok, tout le monde a besoin de temps pour soi.



CE QUE JE PEUX FAIRE :

1. J'écoute mon corps et mes émotions. J'ai le droit de ne pas être disponible.
2. Je peux dire : "J'ai besoin d'un peu de temps." ou "Je ne suis pas disponible maintenant."
3. Je fais une activité que j'aime pour me sentir mieux.
4. Quand je me sens prêt, je peux réessayer d'aller vers l'autre.

MES ÉMOTIONS SONT IMPORTANTES, ET JE PEUX CHOISIR CE QUI M'AIDE !

✨ Le prénom : la clé des relations ! ✨

1 C'est quoi un prénom ?

Un prénom, c'est le mot spécial qui dit qui je suis. C'est mon nom personnel.



2 Pourquoi apprendre le prénom des autres ?

Apprendre le prénom de mes copains de l'école et du centre de loisirs, ça montre que je m'intéresse à eux.



3 Quand mes copains m'appellent par mon prénom...

Ça veut dire qu'ils me voient, qu'ils m'incluent et qu'ils veulent me parler.



4 J'utilise le prénom pour bien communiquer.

Le prénom, c'est la base de la communication.



5 J'utilise le prénom pour initier une conversation.

Dire le prénom, c'est un bon début pour parler avec quelqu'un.



6 J'utilise le prénom pour demander quelque chose poliment.

C'est plus respectueux et efficace.



7 J'utilise le prénom pour m'excuser si nécessaire.

Ça montre que je suis responsable.



8 J'utilise le prénom pour dire que je suis content.

Ça rend les moments agréables encore meilleurs.



9 J'utilise le prénom pour dire que je n'aime pas certaines choses.

Je peux le dire calmement et avec respect.



10 Le prénom, c'est la base pour avoir des copains.

Quand j'utilise le prénom des autres et qu'ils utilisent le mien, on se comprend, on se respecte et on devient amis !



❤ Utiliser les prénoms, c'est ouvrir la porte aux belles relations !

POURQUOI LES ADULTES ME POSENT DES QUESTIONS ?

Les adultes me posent des questions pour m'aider, me comprendre et m'apprendre des choses.



1 C'est quoi ?

Les adultes me posent des questions pour savoir ce que je pense, ce que j'ai besoin ou ce que j'ai compris.



2 Pourquoi c'est important ?

Cela montre qu'ils s'intéressent à moi et veulent m'aider à grandir et à apprendre.



3 Comment je fais ?

J'écoute la question jusqu'à la fin, je prends le temps de réfléchir et je réponds avec mes mots.



4 Qu'est-ce que ça m'apporte ?

Je comprends mieux, je progresse et je gagne en confiance.



5 Je peux m'entraîner tous les jours !

À la maison, à l'école, au centre de loisirs… chaque question est une chance d'apprendre !



Les questions m'aident à grandir ! 💙

Pourquoi c’est important de raconter ma journée ?

1 Je partage ma journée.

Je peux raconter ce que j’ai fait à l’école, au centre de loisirs, au restaurant, chez papa, chez mamie, au parc… toutes mes aventures !



2 On aime partager la vie avec quelqu’un qu’on aime.

Maman, papa, mamie, mon frère… sont heureux de m’écouter. Ça nous rapproche !



3 Maman est contente !

Quand je raconte ma journée, maman est fière de moi. Ça lui fait plaisir de me voir heureux et de savoir que je vais bien.



4 J’apprends et je m’entraine.

En racontant, j’augmente mon vocabulaire, je m’entraine à parler avec les autres enfants et les adultes. Je deviens de plus en plus fort pour communiquer !



5 Ça m’aide tous les jours !

Raconter ma journée m’aide à me souvenir des bons moments, à mieux comprendre ce que j’ai vécu et à être prêt pour demain.



Raconter ma journée, c’est partager, apprendre et grandir chaque jour !

POURQUOI J'ATTENDS MON TOUR POUR PARLER ?

1 C'est quoi ?

Attendre mon tour pour parler, c'est laisser l'autre finir avant de prendre la parole.



Je patiente un petit peu.

2 Pourquoi c'est important ?

Ça permet à tout le monde de s'exprimer. Les autres se sentent écoutés et respectés. Cela évite les coupures et les disputes.



Respect et bonne entente !

3 Comment je fais ?

- J'écoute quand l'autre parle.
- Je lève la main ou j'attends que ce soit mon tour.
- Je parle calmement quand c'est à moi.



Ma main peut m'aider à patienter.

4 Qu'est-ce que ça m'apporte ?

Les autres m'écoutent aussi quand je parle. Les conversations sont plus calmes et agréables. J'apprends à mieux communiquer.



De meilleures conversations !

5 Je peux m'entraîner tous les jours !

À la maison, à l'école, avec mes amis... Plus je m'entraîne, plus c'est facile et les autres sont fiers de moi !



Je deviens un super communicant !

Attendre mon tour, c'est respecter les autres et me faire respecter !

Lucas gère une situation difficile.

1. Lucas a un ami qui fait une blague qu'il n'aime pas.



2. Lucas se sent contrarié.



3. Lucas s'éloigne de la situation.



4. Lucas va parler à un adulte connu.



5. Lucas réfléchit pour faire un bon choix.



6. Lucas choisit un autre ami pour jouer.



NIVEAU 2

Sommaire

Découvrons ensemble le monde des idées, des émotions et des relations !

1. Les autres ne savent pas ce que je pense.



2. Les autres ont aussi des idées.



3. Les autres peuvent être contents.



4. Les autres peuvent être tristes.



5. Les autres peuvent être occupés.



6. Les autres aiment qu'on s'intéresse à eux.



Chaque personne a ses pensées, ses idées, ses émotions et ses activités. Comprendre les autres, c'est construire de belles relations !

NIVEAU 2

Les autres peuvent être contents.

Pourquoi c'est important ?

Les autres ont leurs propres idées et leurs propres goûts.

Écouter et respecter leurs idées peut les rendre contents et nos relations plus positives.

Quand l'utiliser ?

Quand je joue, quand je fais un choix, quand je discute avec un ami ou un membre de ma famille.

Je gagne quoi ?

- Des amis contents
- De bonnes relations
- Plus d'idées différentes
- Moins de conflits









Chaque idée compte.
Quand on respecte les idées des autres, tout le monde peut être content !

Les autres ont aussi des idées.









À retenir :

Les autres ont aussi des idées.
Quand j'écoute, je comprends mieux,
et ensemble, on trouve de bonnes solutions !



POURQUOI LES AUTRES NE SAVENT PAS CE QUE JE PENSE ?

Les autres ne peuvent pas lire dans ma tête.
Je dois parler pour qu'ils comprennent
ce que je pense ou ce que je ressens.



1 C'est quoi ?

Personne ne connaît mes pensées
si je ne les dis pas à voix haute.



2 Pourquoi c'est important ?

Dire ce que je pense ou ressens
évite les malentendus et aide
les autres à bien me comprendre.



3 Comment je fais ?

J'utilise mes mots pour parler
de mes idées, de mes besoins
et de mes émotions.



4 Qu'est-ce que ça m'apporte ?

Je me fais comprendre, j'évite
les problèmes et je me sens mieux
dans mes relations.



5 Je peux m'entraîner tous les jours !

Plus je parle de ce que je pense
et ressens, plus c'est facile !



**Je parle avec mes mots,
pour être compris et me faire des copains !**

Les autres peuvent être tristes



1 Emy est triste aujourd'hui.
Elle ne sourit pas.
Elle ne parle pas beaucoup.
Son regard est tourné vers le bas.



2 Lucas voit que sa copine n'a pas l'air bien.



3 Lucas lui demande gentiment : « Qu'est-ce qu'il s'est passé ? »



4 Emy explique ce qui s'est passé.



5 Emy dit qu'elle préfère être seule pour le moment.



6 Lucas comprend et respecte son choix.



7 Lucas lui laisse son espace et continue son activité tranquillement.



8 Plus tard, Emy peut se sentir mieux quand elle est prête.



9 Ils peuvent à nouveau parler et partager un bon moment ensemble.

Je me souviens :

- Les autres peuvent être tristes.
- Je peux être à l'écoute et demander.
- Je respecte le besoin d'espace de l'autre.
- Je suis patient et bienveillant.

Les personnes peuvent être occupés.



1 Lucas entre dans la cuisine et appelle maman.



2 Dans le garage, il appelle papa qui nettoie la voiture.



3 Dans sa chambre, il appelle sa sœur qui joue avec Barbie.



4 Que puis-je faire ?

Voici quelques idées :



Aider maman dans la cuisine ?



Jouer à la Barbie avec ma sœur ?



Nettoyer la voiture avec papa ?



5 Lucas réfléchit à la meilleure idée.



6 Il décide d'aller dans la cuisine pour aider maman.



7 Il demande gentiment s'il peut aider.



8 Maman est contente. Ils travaillent ensemble.



9 Lucas est fier de lui. Il a fait un bon choix.

À retenir :

- Les personnes peuvent être occupées.
- Je peux être patient et comprendre.
- Je peux proposer mon aide ou choisir une autre activité.
- Aider les autres, ça fait du bien à tout le monde !

Je suis patient, je comprends et je fais de bons choix !

Les gens aiment qu'on s'intéresse à eux 💙



1 Emy raconte sa soirée cinéma. Linda écoute, mais ne montre pas beaucoup d'intérêt.



2 Emy continue à parler, mais Linda répond juste "ok".



3 Emy dit à Linda ce dont elle a besoin : être écoutée et avoir des questions.



4 Linda comprend. Elle décide d'essayer de s'intéresser davantage à sa copine.



5 Le lendemain, Linda pose une question à Emy.



6 Emy est contente et répond avec enthousiasme.



7 Linda pose une autre question et écoute vraiment.



8 Elles discutent et partagent leurs idées.



9 Linda s'intéresse, Emy se sent bien. Elles passent un bon moment ensemble !

À retenir

- Montrer de l'intérêt rend l'autre heureux.
- Écouter vraiment, c'est important.
- Poser des questions aide à mieux se connaître.
- Une bonne conversation crée des amis heureux.
- Je peux m'entraîner chaque jour !

Comment commencer une interaction avec les autres ?

Quand je suis dans un endroit avec d'autres personnes, je peux avoir envie de parler, de jouer ou de participer à une activité.
Je peux apprendre à commencer une interaction de manière adaptée !



1 Je peux dire bonjour



Quand j'arrive dans un endroit, je peux regarder la personne et dire :

- Bonjour !
- Salut !
- Bonjour, ça va ?

Je peux aussi faire un signe de la main si je ne veux pas parler.

J'attends que la personne me réponde.

2 Je peux faire un commentaire



Je peux parler de ce que je vois, de ce que nous faisons ou de quelque chose que j'aime.

Par exemple :

- Il fait beau aujourd'hui !
- J'aime beaucoup ce jeu.
- C'est un gros camion !
- Tu as un nouveau sac !
- Cette activité est amusante !

Je fais un commentaire en rapport avec la situation.

3 Je peux poser une question



Si je veux parler avec quelqu'un, je peux lui poser une question.

Par exemple :

- Tu veux jouer avec moi ?
- Tu fais quoi ?
- C'est quoi ?
- Tu aimes ce jeu ?
- On peut jouer ensemble ?

Je pose ma question, puis j'écoute la réponse.

4 Je peux observer mon environnement



Je peux regarder autour de moi pour trouver quelque chose dont je peux parler.
Par exemple, si je vois :

- Quelqu'un jouer au ballon → « Tu joues au ballon ? »
- Quelqu'un dessiner → « Tu dessines quoi ? »
- Quelqu'un faire un puzzle → « Je peux faire le puzzle avec toi ? »
- Un nouveau jouet → « C'est un nouveau jouet ? »

Je peux utiliser ce que je vois pour commencer à parler.

Une petite règle pour m'aider



1. J'observe
Qu'est-ce qui se passe autour de moi ?



2. Je choisis
Bonjour ?
Commentaire ?
Question ?



3. Je parle
Je dis ma phrase.



4. J'écoute
J'attends la réponse de l'autre personne.



5. Je continue
Si la personne répond, je peux continuer la conversation ou proposer une activité.

Exemple


Je vois un enfant jouer avec des voitures.


Je m'approche calmement.



Je dis ma phrase.



J'écoute la réponse.



Je peux continuer la conversation.

Je peux apprendre à commencer une interaction !

Il n'y a pas une seule bonne phrase.
Je peux dire bonjour, faire un commentaire, poser une question ou parler de ce que j'observe.
Je peux m'entraîner avec un adulte avant de le faire avec d'autres enfants.

Petit à petit, je vais devenir plus à l'aise !

Comment entrer dans un jeu ?

1 C'est quoi ?

Entrer dans un jeu, c'est rejoindre un ou des copains qui jouent déjà ensemble.



2 Pourquoi c'est important ?

Cela me permet de me faire des copains, de m'amuser tous ensemble et de partager de bons moments.



3 Comment je fais ?

1. Je m'approche du groupe calmement.
2. Je regarde et j'écoute ce qu'ils font.
3. Je demande si je peux jouer : "Je peux jouer avec vous ?"
4. J'attends leur réponse.
5. S'ils disent oui, je les rejoins et je m'amuse avec eux !



4 Qu'est-ce que ça m'apporte ?

Les copains sont contents que je participe.
Je me sens bien et j'apprends à jouer ensemble.



5 Je m'entraîne !

Je peux m'entraîner chaque jour à l'école, au centre de loisirs, dans le parc ou à la maison.



À l'école | Au centre de loisirs | Dans le parc | À la maison

Je peux le faire ! Petit à petit, c'est de plus en plus facile ! 😊

Si c’etait toi ?



1. Je viens d’arriver dans une nouvelle ville.

Comment je fais pour trouver un copain qui habite ici ?

A Je vais chercher partout et demander aux gens.

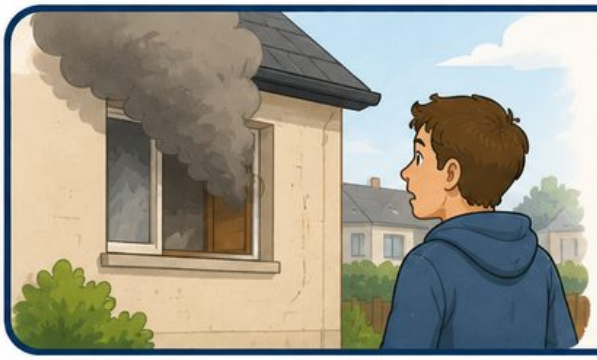


B J’envoie un message sur son portable pour avoir son adresse.



C Je m’assois dans le parc et j’attends qu’il passe, on sait jamais.





2. Que dois-je faire si je vois de la fumée sortir de la fenêtre de mon voisin ?

A J’appelle ma mère et j’attends.



B Je vais chez le voisin pour voir ce qui se passe.



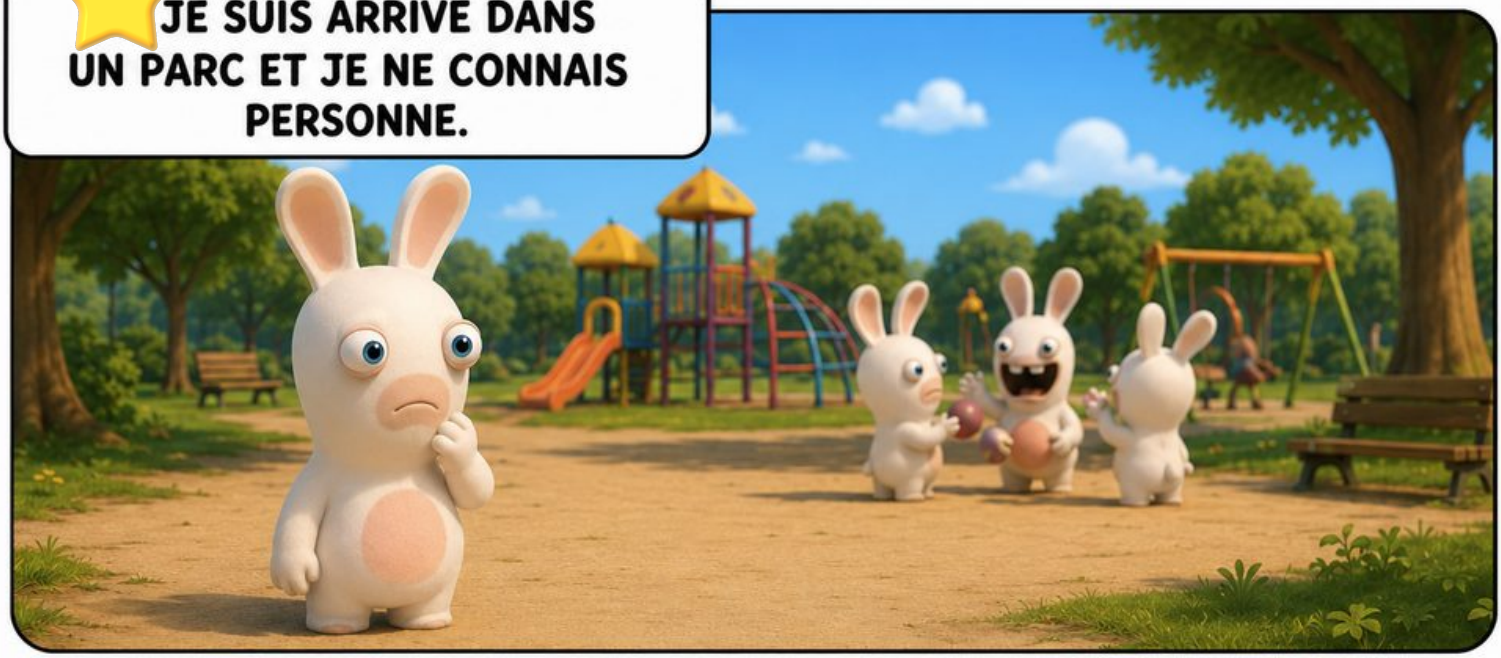
C Je m’éloigne, j’appelle un adulte et les pompiers (18).



ACTIVITÉS EXTRAS POUR LES HABILETÉS SOCIALES



JE SUIS ARRIVÉ DANS UN PARC ET JE NE CONNAIS PERSONNE.



A



Rester seul.

B



Dire que je ne veux plus aller au parc.

C



Me présenter et demander à jouer.

JE SUIS FATIGUÉ.



A



Je continue de sauter sans m'arrêter.

B



Je me repose un peu.

C



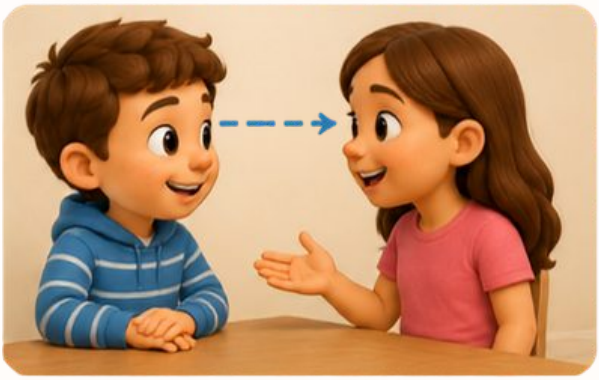
Je joue avec tout par terre.

Discuter avec un copain est bien ! Petites astuces :

Écouter quand le copain / la copine parle 👇



Regarder est important pour la conversation





Faire des bruits de bouche ou crier n'est pas cool



Je ne peux pas parler que de mes intérêts



Laisser la personne seule sans rien dire, pas cool



Ne pas répondre la copine : n'est pas polie

⭐Cartes de comportement en récréation ⭐



Commencer à jouer
= dire bonjour.



Jouer avec les
autres = partager.



Être avec les amis
= écouter aussi



Jouer ensemble =
attendre son tour



Être amis = proposer
et jouer ensemble

≠



si je veux refuser de
jouer = je peux
m'éloigner

HÉRI, MA PETITE VOIX INTÉRIEURE QUI M'AIDE

Mes pensées ne sont pas toujours vraies. Je peux choisir comment réagir.

1 À la récréation...



Lina a des pensées qui lui font mal.
Elle se sent triste et mise à l'écart.

2 Héri est là, tout près de son oreille...



Héri est la petite voix de son cerveau, sa conscience bienveillante.

3 Héri lui rappelle quelque chose d'important...



Les pensées arrivent... mais elles passent.
Elles ne sont pas toujours vraies.

4 Héri lui propose des idées...



De petites actions peuvent faire une grande différence.

5 Lina choisit et essaie !



Même avec un peu de trac, elle fait le premier pas. Bravo Lina !

6 Lina se sent fière !



Tes pensées peuvent revenir... et c'est OK !
Tu sais maintenant quoi faire !

HÉRI EST TOUJOURS LÀ, À CÔTÉ DE TON OREILLE, POUR T'AIDER À CHOISIR !

Une pensée n'est qu'une pensée.

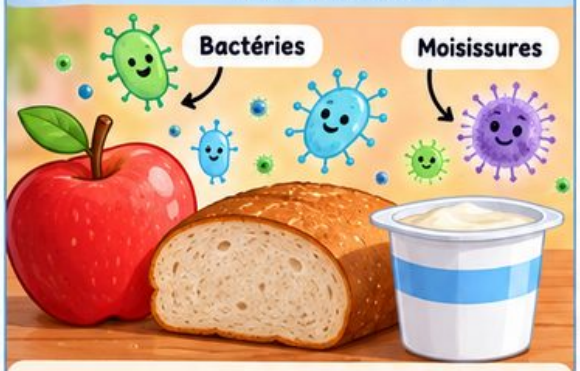
Je peux ressentir mes émotions et continuer à avancer.

Je peux choisir ce qui compte pour moi.

PETITES ACTIONS = GRANDS PAS !

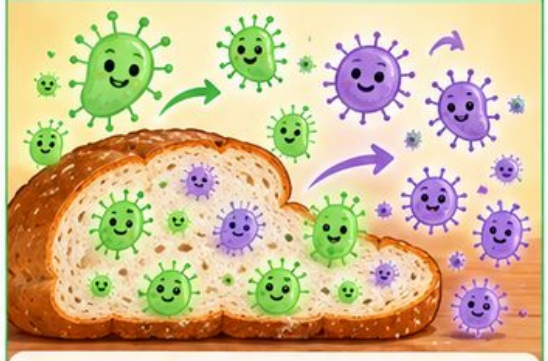
Apprendre sur les aliments périmés

1 Il y a des micro-organismes autour de nous.



Il y a des micro-organismes (bactéries, moisissures…) autour de nous. Ils sont partout : dans l'air, sur les aliments, sur nos mains.

2 Avec le temps, certains micro-organismes se multiplient.



Si l'aliment est à température ambiante et qu'il reste longtemps, les bactéries et les moisissures peuvent se multiplier et devenir très nombreuses.

3 L'aliment peut se dégrader et pourrir.



Quand elles se multiplient, les micro-organismes peuvent changer l'odeur, la couleur ou la texture de l'aliment. L'aliment se dégrade et peut pourrir.

4 Le froid ralentit leur multiplication.



Au réfrigérateur (environ 4 °C), les micro-organismes se multiplient plus lentement. C'est pour cela que les aliments se conservent plus longtemps.

5 DLC : « à consommer jusqu'au… »



La **DLC** (Date Limite de Consommation) concerne les aliments très périssables (ex. : viandes, poissons, plats préparés frais). Après cette date, ils peuvent présenter **un danger pour la santé. Il faut la respecter.**

6 DDM : « à consommer de préférence avant le… »



La **DDM** (Date de Durabilité Minimale) **concerne surtout la qualité** de l'aliment (goût, texture, vitamines…). Après cette date, l'aliment peut perdre en qualité, mais cela ne signifie pas automatiquement qu'il est dangereux.



Je regarde la date sur l'emballage.



Je respecte la conservation (froid, emballage fermé, au sec…).



En cas de doute, je demande à un adulte.

Que lui dirais-tu ?





Que lui dirais-tu ?





Relation d'Identique -
Entraînement à réaliser avec l'enfant. Toutes images représentent la même catégorie de sentiments : Aimer quelqu'un, plaisir, relation d'amitié.



aimer quelqu'un

=



Proposer d'aide



Dire bonjour



Parler avec politesses



Partager les jouets



Donner un cadeaux

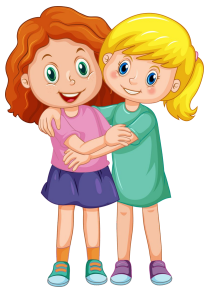


Faire un câlin



Préparer un gateau

Relation de Différence : Entraîner l’enfant à la difference



aimer quelqu’un

≠



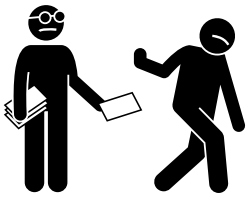
Détruire le jouet



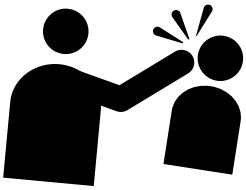
refuser de partager



faire de méchanceté à quelqu’un



Partir sans dire au revoir



Être agressif, taper



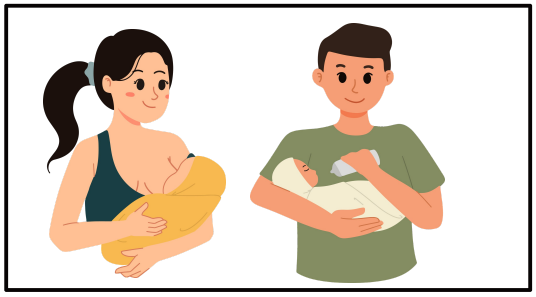
Parler sans politesse



crier avec une personne

Pourquoi etre gentil avec mes parents ? (à decouper chaque image)
Raconter l'histoire avec l'enfant.

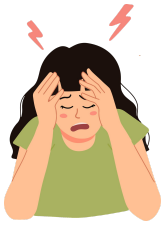
















Pourquoi etre gentil avec mes parents ? (à coller)



=



=



Les prépositions spatiales

avec un livre et un stylo



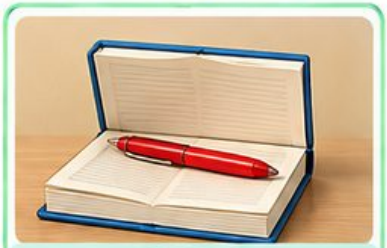
SUR

Le stylo est **sur** le livre.



SOUS

Le stylo est **sous** le livre.



DANS

Le stylo est **dans** le livre.



DEVANT

Le stylo est **devant** le livre.



DERRIÈRE

Le stylo est **derrière** le livre.



À CÔTÉ DE

Le stylo est **à côté de** le livre.



ENTRE

Le stylo est **entre** les livres.



AU-DESSUS

Le stylo est **au-dessus** du livre.

OÙ EST LE STYLO ?

Regarde l'image et choisis la bonne réponse.

1



- ☐ sur
- ☐ sous
- ☐ devant

2



- ☐ sous
- ☐ sur
- ☐ derrière

3



- ☐ dans
- ☐ sur
- ☐ sous

4



- ☐ devant
- ☐ derrière
- ☐ à côté de

5



- ☐ derrière
- ☐ sur
- ☐ devant

6



- ☐ à côté de
- ☐ sous
- ☐ sur

7



- ☐ entre
- ☐ sur
- ☐ à côté de

8

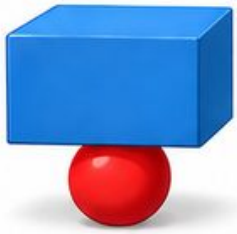


- ☐ au-dessus
- ☐ sur
- ☐ dans

Les prépositions spatiales



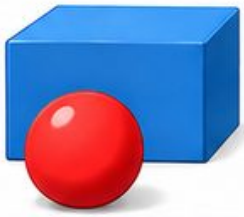
SUR



SOUS



DANS



DEVANT



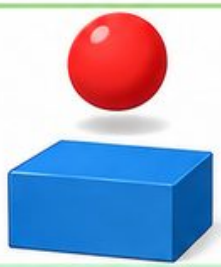
DERRIÈRE



À CÔTÉ DE



ENTRE



AU-DESSUS

OÙ EST LE BALLON ?

Regarde l'image et choisis la bonne réponse.

1



- ☐ sur
- ☐ sous
- ☐ devant

2



- ☐ derrière
- ☐ devant
- ☐ à côté de

3



- ☐ dans
- ☐ sur
- ☐ sous

4



- ☐ sur
- ☐ sous
- ☐ dans

5



- ☐ devant
- ☐ derrière
- ☐ à côté de

6



- ☐ entre
- ☐ sur
- ☐ à côté de

7



- ☐ à côté de
- ☐ dans
- ☐ derrière

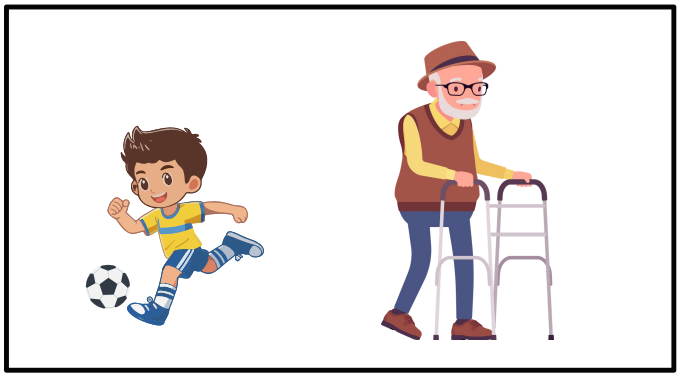
8

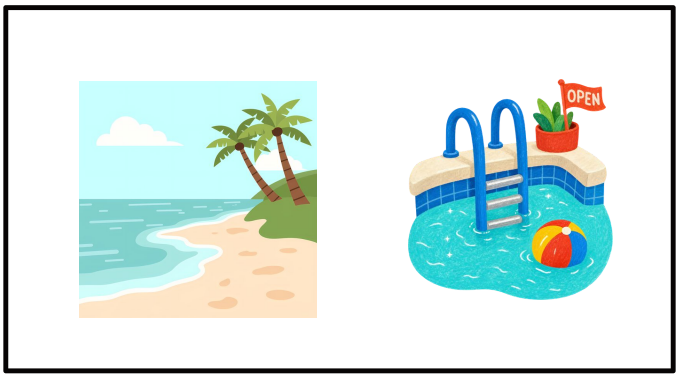


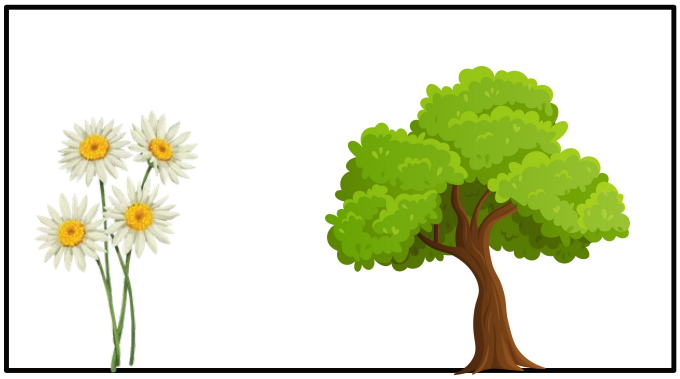
- ☐ au-dessus
- ☐ sur
- ☐ sous

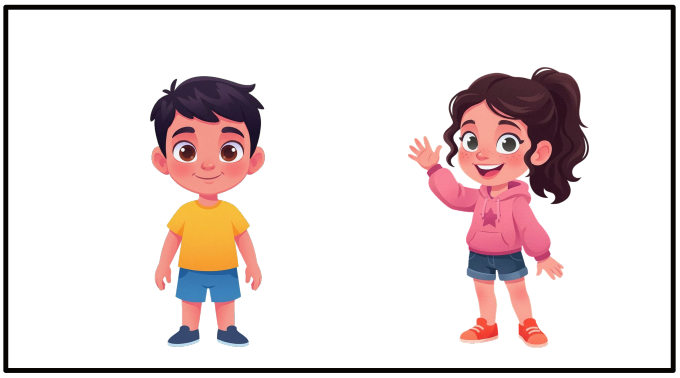
DÉCRIRE LES DIFFÉRENCES ET LES SIMILITUDES :

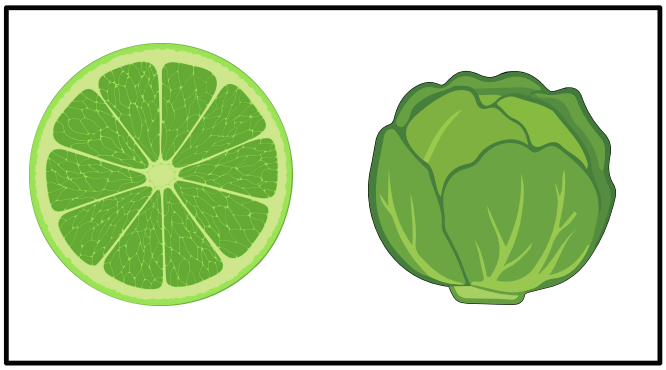
1. **Couper et plastifier les cartes.**
2. **Demandez à l'enfant de nommer chacune des images de la carte.**
3. **Demander : Dites-moi pourquoi le _____ et la _____ sont différents (OU SIMILAIRES) ?**

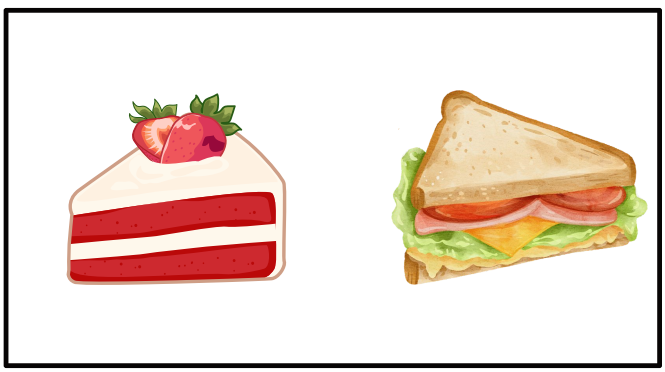


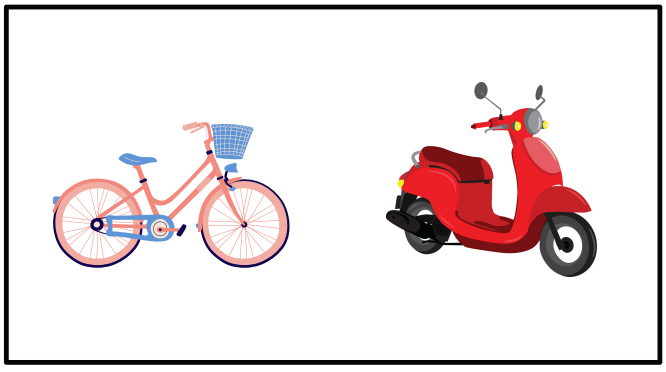


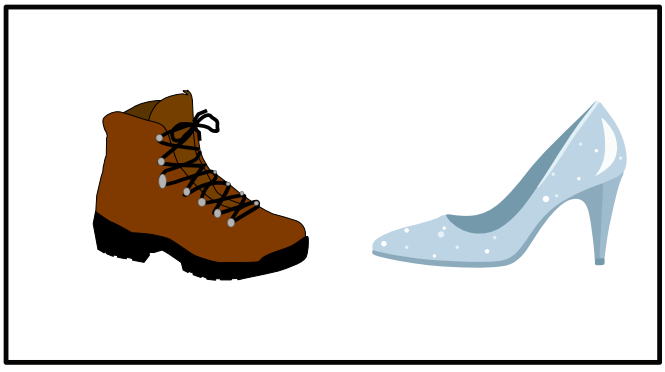




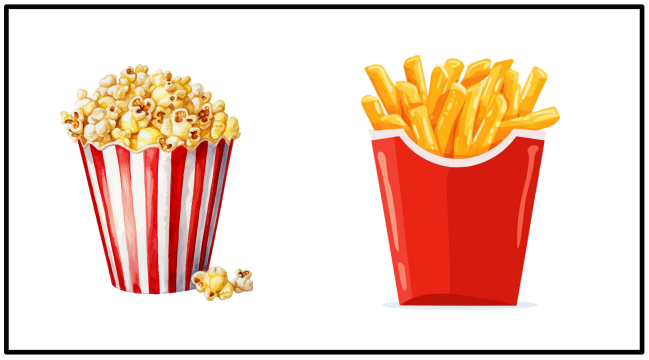


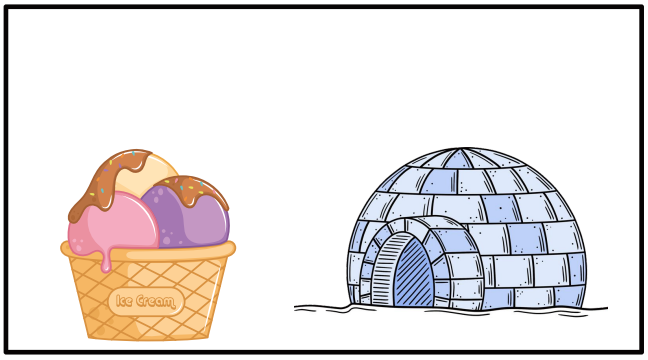




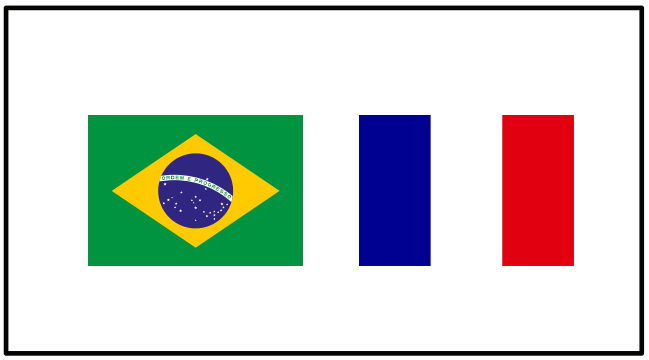


DÉCRIRE LES DIFFÉRENCES ET LES SIMILITUDES :

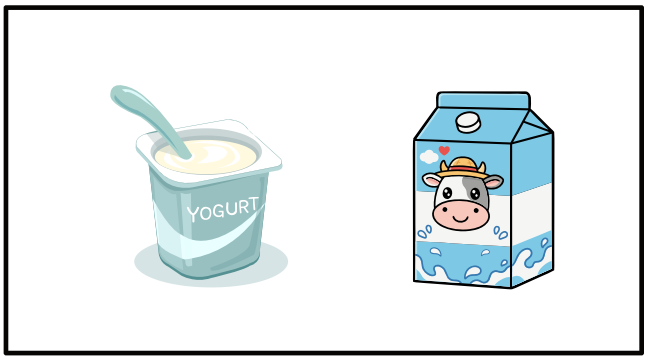


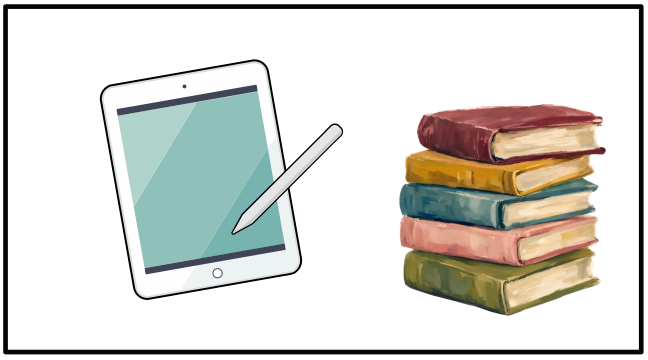
















<u>Règle du jeu "Mes deux amis"</u>

On mélange les 16 cartes de situations, faces cachées (les 2 cartes personnages restent posées face visible pour servir de repères), et chaque joueur retourne deux cartes à son tour. Une paire, c'est la même situation vécue de deux façons opposées : une carte où l'enfant écoute le Chien Furieux et une carte où il écoute Héri le Hérisson. Pour gagner la paire, l'enfant doit répondre à deux questions. La première porte sur l'identité (ce qui est pareil) :

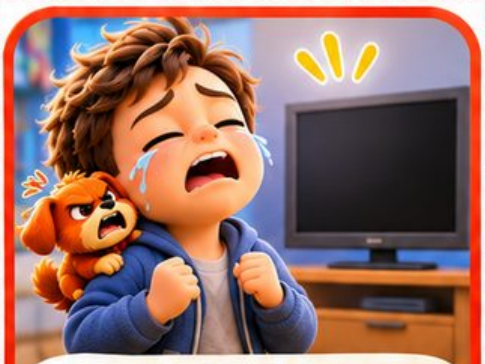
"Qu'est-ce qui est pareil sur ces deux cartes ?"

Il doit nommer la situation commune, par exemple « On éteint la télé ». La seconde porte sur l'opposition : "Qu'est-ce qui est le contraire ?" Il doit décrire les deux réponses opposées, par exemple "Avec le Chien je crie, avec Héri je respire et je choisis un autre jeu". Si les deux cartes ne vont pas ensemble, on les retourne et on demande : "Cette carte, elle est pareille au Chien ou pareille à Héri ?", et l'enfant la relie au bon personnage avant que le jeu continue.

<u>Évolution:</u> Au fil des parties, l'adulte fait évoluer la consigne vers la dérivation. Il montre seulement une carte Chien et demande "Quel est le contraire de ça ?" ou "Qu'est-ce qu'Héri dirait ?" , puis il propose une situation nouvelle sans carte ("Ton frère prend ta place sur le canapé… ") en demandant ce que dirait le Chien et ce que dirait l'opposé du Chien. Chaque bonne réponse est renforcée par une félicitation précise ("Bravo, tu as trouvé le contraire du Chien ! "), et le gagnant est celui qui a le plus de paires.



Le Chien Furieux



On éteint la télé : je crie



Je perds : je jette tout



Je me trompe : je déchire



J'attends : je pousse



On prend mon jouet : j'arrache



Maman dit non : je crie



Ma tour tombe : je lance tout



Il faut partir : je me roule par terre



Héri le Hérisson



On éteint la télé :
je choisis un autre jeu



Je perds :
je respire



Je me trompe :
une croix,
et je continue



J'attends mon
tour en comptant



Je demande
gentiment



Maman dit non :
je respire



Ma tour tombe :
je reconstruis



Il faut partir :
je range et je viens


Mes deux amis

Petite Histoire ...





FIN