

# Praxies en folie pour les petits



**Livret de conseils  
pratiques aux parents**



# Quésaco ?

Les **praxies** oro-faciales sont les mouvements du visage, actifs ou passifs, que font vos enfants lorsqu'ils mangent, qu'ils avalent et qu'ils parlent.

Vous les observez aussi quand ils sourient, pleurent ou font des grimaces.

C'est par son visage et sa bouche que l'enfant découvre le monde et communique avec son entourage, dans le **plaisir** de l'échange.

Voici des idées de massages, stimulations et adaptations des activités quotidiennes pour stimuler cette zone clé de la communication.



# Les massages

Les massages oro-faciaux doivent avant tout être un moment d'échange et d'écoute entre l'enfant et le parent, dans l'harmonie et le plaisir.

En plus d'être un moment de **détente** les massages permettront à l'enfant de prendre conscience de son visage.

Vous pourrez, au cours du massage, chanter les différentes parties du visage que vous stimulez.

Ce moment privilégié pourra devenir une **habitude** du matin au lever ou du soir au coucher, sous forme de jeu entre les parents et l'enfant.

N'hésitez pas à vous rapprocher de votre enfant, à lui parler.



# Les massages



***Taping des lèvres*** : tapotez sur le contour des lèvres en gestes appuyés.



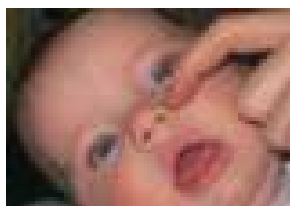
Massages circulaires des ***joues*** et des ***tempes*** pour la détente musculaire.



Massages circulaires du menton.



Sollicitez le ***dessous du menton*** en appuyant légèrement pour déclencher la déglutition.



Massages de ***l'arête et des ailes*** du nez avec l'index.

# Les massages

## A l'intérieur de la bouche...

Pour tous ces massages vous pouvez utiliser différents embouts qui se placent sur l'index pour varier les stimulations. (Hop Toys ©).

Geste appuyé de l'index sur :

les ***gencives supérieures et inférieures***



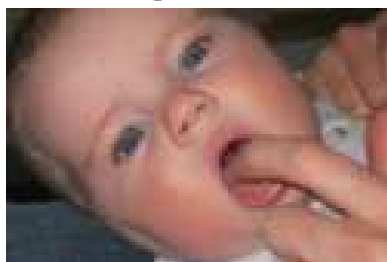
le ***palais***



***l'intérieur des joues***



La langue et la ***pointe de la langue.***



# Les activités quotidiennes

Les rituels quotidiens avec votre enfant lui offrent des **repères stables** et **rassurants**, propices à l'échange.

Dans toutes ces activités laissez-le faire ses propres découvertes.

## Le repas



Moment de plaisir et de partage, n'hésitez pas à **exagérer vos mimiques** que l'enfant comprendra et imitera.

« Mmmm ! C'est bon ! » « Ouff c'est chaud, on souffle ! »

**Variez** les éléments, les textures (petits morceaux vers 8-9 mois), les quantités, la température, la couleur... et aidez-le à connaître l'intérieur de sa bouche en orientant la cuillère, à droite puis à gauche.

Les comptines, chansons, gestes accompagnant le repas, le rendront d'autant plus agréable.

« Attention ouvre le garage, la voiture arrive, aaaaaaah !! »



# Les activités quotidiennes

## Le bain

La toilette est, pour l'enfant, un moment privilégié de détente et de découverte de son corps.

Avec l'eau : l'enfant remue, patauge, veut la saisir, la mettre en bouche...



**Versez** de l'eau sur son corps ou sur son visage : cela entraînera des mimiques de surprise et de plaisir (yeux écarquillés, sourcils relevés, bouche grande ouverte...) que vous pourrez ensuite reprendre.

Avec les objets : de nombreux jeux pour le bain donneront envie à l'enfant de souffler et d'observer l'effet de ses actions sur l'eau.



**Utilisez** les pailles, les moulins à eau, la mousse, les bulles de savon...

L'enfant aimera reproduire avec vous le bruit du bateau sur l'eau et autres inventions.



# Les activités quotidiennes

## L'habillement/deshabillage

Encore une occasion pour votre enfant de découvrir son corps et pour vous d'être **expressif** :

« Ouuh, je vais les manger ces petits pieds ! »,

« Où es-tu ? Où te caches-tu ? Oh ! Je te vois ! »,

« Cache-cache...coucou te voilà ! »,

« C'est la p'tite bête qui monte, qui monte, qui monte... Ahhh guili-guili-guili ! ».



# Les activités quotidiennes

## Le brossage de dents

(à partir de 9-12 mois)

Moment parfois redouté par les enfants, il permet cependant, en plus de l'hygiène, de stimuler l'intérieur de la bouche.

Dès que les dents commencent à pousser, vous pouvez frotter la gencive de votre enfant à l'aide d'une brosse à embout à picots. (BB Confort ©) .

Puis, avec une brosse à dents, à hauteur de votre enfant, brossez-lui la **langue**, les **dents**, la **gencive**, **l'intérieur des joues**.

Laissez l'enfant s'amuser à **mordre** ou **mâcher** les poils de la brosse à dents.

Le site [www.vocaludik.fr](http://www.vocaludik.fr) vous propose de nombreux objets variés pour solliciter la zone buccale de votre enfant.



# Les activités quotidiennes

## La Promenade

Tout est source de **découvertes** dans l'environnement extérieur :

- Le soleil qui brille et chauffe,
- L'herbe qui sent bon et bouge avec le vent,
- Les cris des animaux,
- Le bruit de la mer,
- L'odeur des fleurs,
- Le pissenlit qui s'envole quand on souffle,
- La sensation de la pluie qui tombe...



**Attirez** l'attention de l'enfant sur ces phénomènes, faites-le sentir, toucher, imiter les bruits, souffler...



# Les activités quotidiennes

## La lecture



C'est une des activités préférées de votre enfant.  
Elle permet de découvrir de nouveaux univers à travers les mots et vos expressions.

***Donnez vie aux personnages*** par des gestes, des voix, des mimiques.

C'est en vous voyant faire que l'enfant les reproduira naturellement !



# Les activités quotidiennes

## Les comptines



Préférez des comptines avec des refrains ou phrases répétitives pour créer une routine plaisante.

Petite comptine avec le doigt : « Je fais le tour de la maison (tour du visage), je ferme les volets (fermer les yeux) et je ferme la porte (fermer la bouche) à clé ! (tour sur le nez).

Les sites [www.descomptines.free.fr](http://www.descomptines.free.fr) , [www.comptine-enfants.com](http://www.comptine-enfants.com) et [www.petitestetes.com](http://www.petitestetes.com) proposent de nombreuses comptines dont « Le visage », « Je te tiens, tu me tiens par la barbichette » très appréciées par les enfants.



# Les jeux

Les jeux préférés des enfants sont naturellement riches en mimiques et expressions faciales.

Pour tous ces jeux ne **forcez-pas** l'imitation de votre enfant !

Observez-le discrètement et éveillez son attention en faisant vous-même « semblant ».

## La dinette

Votre enfant **imite** les situations de repas : il porte à sa bouche, fait semblant d'avaler, de mâcher, croquer, de boire au verre ou à la paille, de se lécher les babines ou bien une glace.

Il reproduit aussi des vocalisations, des intonations et des mimiques.

« *Hummm, c'est bon ! Miam !* »,

« *Ouh, c'est chaud ! Ffff !* ».



# Les jeux

## La ferme



Votre enfant connaît-il les **bruits des animaux** ?

L'abolement du chien, le grognement du cochon, le miaulement du chat, le caquètement de la poule, le coassement de la grenouille, le hennissement du cheval, le rugissement du lion, le meuglement de la vache... :

« Wouf-wouf, Miaou-miaou, cot-cot-cot-codac, Rrrrrr, Meuuuh, Croa-croa ... »

Tous les bruits des animaux suscitent le plaisir des enfants tout en nécessitant des mouvements précis.



# Les jeux



## Le garage

« Vroum, vroum, les voitures démarrent. BOUM ! Accident ! ».

**Utilisez** les onomatopées pour rendre le jeu de l'enfant plus vivant.

« Aïe, Tac,, Pouet-Pouet, Tut-Tut, Pimpompin... »



...et **créez** sans-cesse de nouvelles situations.



# Les jeux

## Les poupées ou doudous

En *imitant* les situations du quotidien sur les objets, l'enfant prend une nouvelle fois conscience de son corps et particulièrement du visage et de ses fonctions.

« Allez, ferme les yeux maintenant, c'est l'heure du dodo ! »

« Ouhhh, tu es triste ? Je vais te faire un bisou magique.. »



# Pense-bête

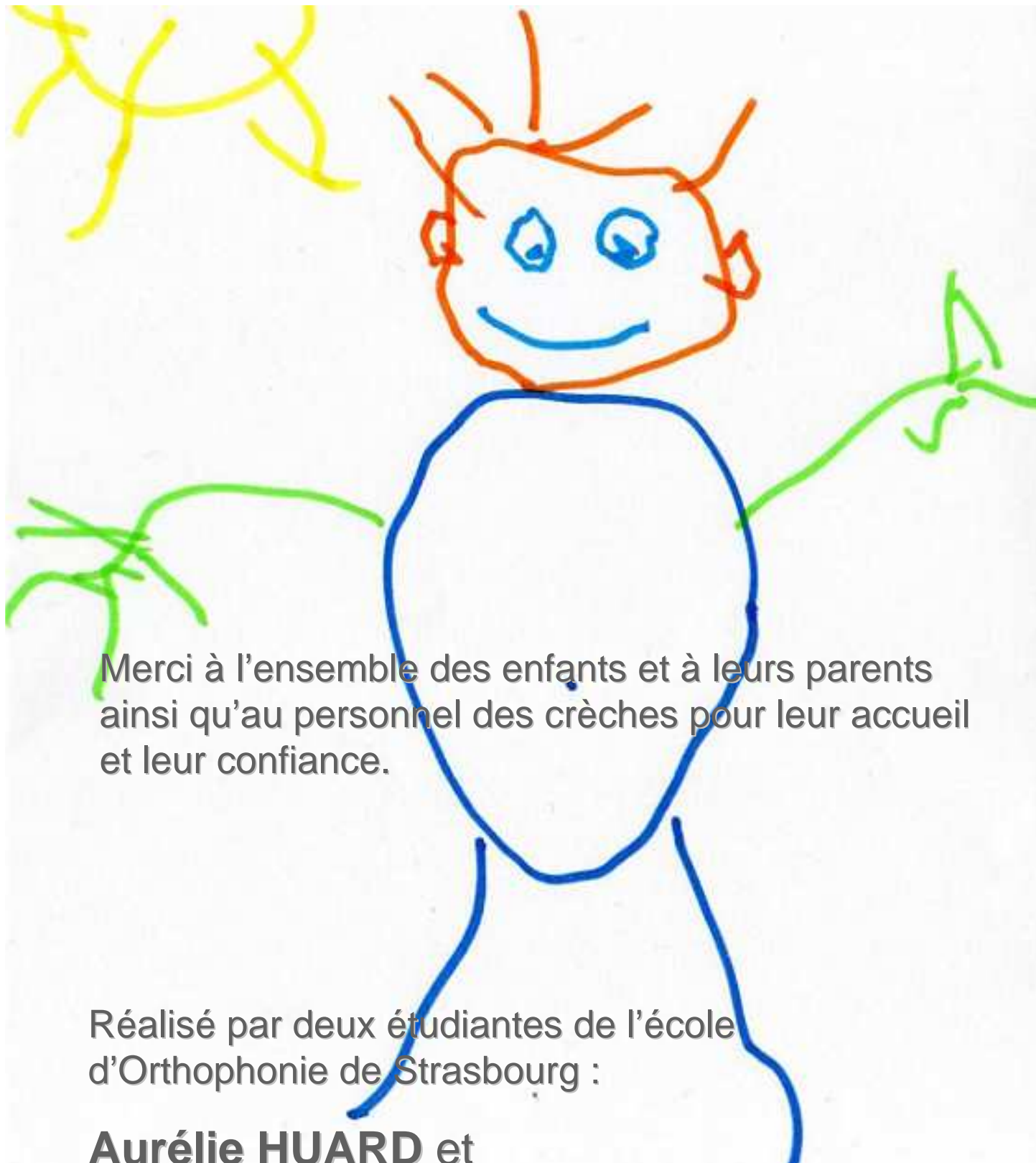
## Les grands classiques !

- o Le bisou.
- o Le grand sourire.
- o Tirer la langue.
- o Langue vers le nez et vers le menton.
- o Langue dans les coins.
- o Claquer la langue.
- o Rentrer/sortir la langue rapidement.
- o Lalalala.
- o Rentrer les lèvres.
- o Souffler (plus ou moins fort).
- o Gonfler les joues (d'abord les deux puis l'une après l'autre).
- o Froncer les sourcils.
- o Plisser le nez.

# Pense-bête

## Et encore ...

- **Masser** les ailes du nez, le menton, le contour de la bouche, la langue, les gencives et le palais.
- **Tapoter** du doigt le contour des lèvres.
- S'il laisse la bouche ouverte, lui fermer de temps en temps.
- Dès l'apparition des dents introduire le **brossage des gencives puis des dents** et en profiter pour passer délicatement la brosse sur la langue.
- Multiplier les occasions de **souffler** : tubes, pailles, tuyaux, fleurs, serpentins, bulles de savon, bougies...
- Inventer des jeux de souffle par le nez.
- Introduire rapidement le **mouchage**.
- Profiter du repas pour faire découvrir différentes **saveurs** (sucré, salé, amer, acide), **textures** et **températures**.
- Introduire la cuillère d'un côté puis de l'autre, plus ou moins loin.
- Attirer son regard sur des objets de **couleurs**, de **tailles** et de **formes** différentes pour le faire réagir.
- **Amplifier** vos gestes, mimiques et intonations.
- Utiliser des comptines et histoires qui nomment les parties du visage et les faire sentir à votre enfant sur son visage.



Merci à l'ensemble des enfants et à leurs parents ainsi qu'au personnel des crèches pour leur accueil et leur confiance.

Réalisé par deux étudiantes de l'école d'Orthophonie de Strasbourg :

**Aurélie HUARD** et

**Dorothee REDONNET.**

Documents et photos non contractuels © tous droits réservés.  
Ne pas jeter sur la voie publique.