

SEMAINE 1 : LE TOUCHER



C'est quoi le toucher ?? Le toucher c'est un SENS ! Un de nos 5 sens (odorat, goût, ouïe, vue et toucher) ça nous sert tous les jours à comprendre ce qui nous entoure dans notre environnement (notre maison, à l'IME, dans les transports,) et de comprendre tout ce qui se passe pour avoir des comportements adaptés et bien apprécier ce qui nous entoure !

Alors pour bien comprendre ce qu'est le toucher il faut... TOUCHER ! C'est ce qu'on appelle expérimenter, on touche, puis on se demande « est ce que c'est agréable ? désagréable ? »

Le toucher permet de se dire aussi quand quelque chose est chaud ou froid, dur ou mou, piquant ou doux, et après on se demande si c'était agréable ou désagréable. Tout un programme !

Tu as peut-être eu à l'IME des expériences déjà avec tes éducateurs, instituteurs, psychomotriciennes, ou art thérapeute ? Raconte-le à ceux qui sont autour de toi !

Voici des activités à faire à la maison, pour la semaine, autour du toucher !

1^{ère} JOURNEE :

Avant de commencer il faut déjà savoir tout ce que l'on touche partout, tout le temps, ce n'est pas pareil selon les endroits de la maison. C'est ce qu'on appelle des matières, il y a différentes matières un peu partout, par exemple le carrelage c'est froid et dur alors qu'un matelas ça peut être mou et chaud. Alors pour commencer, les deux premières missions : bien faire la différence de tout ça :

- Mission numéro 1 :
 - Essaye de trouver chez toi des choses qui sont différentes à toucher : une peluche, du coton, une fourchette, une éponge, un feutre, un verre... et donne ton ressenti :
 - Doux / piquant
 - Mou / dur
 - Chaud / froid

- Mission numéro 2 :
 - Peux-tu maintenant les classer dans ce que tu aimes bien toucher et ce que tu n'aimes pas ?
Voici des cœurs si tu veux faire des catégories ils peuvent t'aider à ranger en « j'aime – je n'aime pas », tu peux les dessiner sur une feuille à côté ?

J'adore



J'aime



Je n'aime pas



Je déteste



RENDEZ VOUS AU TABLEAU TOUT EN BAS SI TU VEUX RACONTER TES DEUX PREMIERES MISSIONS !

2^{ème} JOURNEE :

Heureusement qu'on arrive à reconnaître des choses sans les yeux, alors on va essayer et ce n'est pas si simple !

- Mission numéro 1 :
(Tu peux demander à des personnes autour de toi de t'aider à trouver les objets dont tu auras besoin pour cette mission)
 - **Jeu du sac à toucher :** Il faut trouver des objets, des formes, des matières identiques cachés dans un sac (retrouver deux morceaux d'un même tissu, des objets durs / mous, piquants / doux). Cache-toi les yeux pour ne pas tricher !
(pour le sac tu peux utiliser une taie d'oreiller)
- Mission numéro 2 :
(N'hésite pas à demander de l'aide pour remplir les bassines !)
 - **Les bassines d'eau :** 2 bassines d'eau, une d'eau chaude et une d'eau froide, sont devant toi, bande-toi les yeux et mets les mains dedans et demande-toi ce que ça fait sur tes mains, tu peux aussi essayer sur tes pieds !

LAQUELLE PREFERES TU ?

TU PEUX RETOURNER AU TABLEAU A LA FIN POUR METTRE CE QUE TU EN AS PENSE !!

3^{ème} JOURNEE :

Le toucher c'est sur tout le corps ! Eh oui ! Sur les épaules, les genoux, sous les pieds,... Alors les missions de la journée vont être de tester le toucher sur le corps !

Tout en faisant bien sûr attention aux zones que l'on touche sur l'autre personne !

- Mission numéro 1 :
 - **Le jeu du bâton** : par deux, l'un a les yeux fermés, l'autre lui touche avec un bâton différentes parties du corps (doigts, paume de la main, joues, cou, épaule, genoux, pied, mollet...). Chaque fois, l'autre personne doit préciser où est-ce que l'autre a touché et ce qu'il ressent.
(Nous ne sommes pas sensibles partout pareil : est-ce que tu sens la différence entre ton cou et ton genou par exemple ?)

- Mission numéro 2 :
 - **Le jeu des différences sur le corps** : trouve un objet dans chaque catégorie vue au début (dur, mou, piquant, doux, chaud, froid ...) touche le d'abord avec ta main, puis ton pied, puis ton front, puis ton coude, puis ton genou... est ce que tu ressens la même chose pareille partout ?
Chez toi essaye de noter quelle partie de ton corps est la plus sensible : ce sont tes pieds ? tes épaules ?
Est-ce que tu préfères quand ça pique ou quand c'est doux ?

4^{ème} JOURNEE

Plus difficile, tu es bientôt un professionnel du toucher alors nous allons compliquer un peu la tâche ! Nous avons vu que nous pouvions toucher avec les mains, les pieds, que nous touchions avec tout notre corps. Et la bouche alors ? C'est bien une partie du corps, et quand je mange quelque chose de trop chaud ou trop froid je le sens dans ma bouche. Comme je sens les différents aliments : tous ne se mangent pas pareil, certains sont durs, d'autres mous. Alors voici ta mission de la journée :

- Mission numéro 1 :
 - **Le toucher dans la bouche** prépare tout seul ou à plusieurs quelques aliments que tu vas goûter les yeux bandés, on goûte des aliments puis il faudra dire s'ils sont : mous, piquants ou durs, chauds ou froids !
Voici des exemples : des glaçons, une mandarine, du thé, une pomme, une compote, un carré de chocolat ...
(On peut repérer une texture avec sa langue aussi !)

QU'EN AS-TU PENSE ??

5^{ème} JOURNEE :

- MISSION FINALE

- **Réalisation d'un livret tactile** : essaye de dessiner, écrire, découper, tous les objets que tu auras touchés cette semaine.

Il faut maintenant les trier (sur des feuilles, dans un cahier, sur une table...)

⇒ Tu peux les trier en fonction de ce que tu aimé ou de ce que tu n'as pas aimé avec les cœurs que nous avons vus le jour 1

⇒ Ou tu peux les trier en :

- Doux / piquant
 - Mou / dur
 - Chaud / froid
-

Voici quelques questions pour t'aider à remplir le tableau à la fin de chaque mission :

- ✓ A la fin de chaque journée qu'as-tu testé ?
 - Le chaud le froid ?
 - Le dur le mou ?
 - Le piquant le doux ?
- ✓ Reconnaître des parties du corps sans voir ?
- ✓ Des choses pareilles / différentes ?
- ✓ Des jours où tu avais les yeux ouverts ? fermés ?
- ✓ Essaye de préciser ce que tu as préféré à chaque fois
- ✓ Note les objets que tu as trouvés chez toi
- ✓ As-tu fait les activités seul ou à plusieurs ?

LE TOUCHER	MISSION 1	MISSION 2
JOURNEE 1 Découverte du sens		
JOURNEE 2 Le toucher sans les yeux		
JOURNEE 3 Le toucher sans les yeux sur le corps		
JOURNEE 4 Le toucher des matières dans la bouche		
JOURNEE 5 Conclusion des différentes missions		