

VIE PRATIQUE

Verser des graines

Le grand classique des premiers gestes précis : simple pour vous, passionnant pour votre enfant.

Le matériel

- 1 plateau (ou grande assiette)
- 2 petits pichets identiques, ou 2 bols, ou 2 verres épais
- 2 grosses poignées de pois chiches secs ou de gros haricots blancs



ÂGE
2-3 ans



DURÉE
10-15 min



DIFFICULTÉ
Facile



PRÉPARATION
2 min



ÉCRAN
Zéro

La mise en place

Posez le plateau sur une table à sa hauteur : le pichet **rempli au tiers** à gauche, le pichet **vide** à droite. C'est tout. Un plateau prêt donne envie de commencer.



rempli au 1/3

vide

Ce que votre enfant développe

- La coordination œil-main et le geste précis
- La concentration profonde
- Les petits muscles de la main, ceux qui prépareront l'écriture
- La confiance : « je fais tout seul, comme les grands »

Votre rôle (le plus dur : ne rien faire)

- Ne corrigez pas pendant qu'il fait : les graines tombées le lui disent mieux que vous
- Restez à côté, silencieux et disponible
- Arrêtez quand **il** se lasse, pas avant

Le déroulé, pas à pas

1



Invitez-le : « Je vais te montrer comment verser des graines. Tu veux regarder ? »

2



Montrez lentement, sans parler pendant le geste. Versez doucement, reposez. Plus vos gestes sont lents, mieux il les absorbe.

3



Proposez : « À toi. » Il verse dans un sens, puis dans l'autre, autant de fois qu'il veut. La répétition construit la concentration.

4



Si des graines tombent : il les ramasse une à une et les remet. Ramasser fait partie de l'activité, au même titre que verser.

Pour aller plus loin

Quand le geste est sûr : graines plus petites (lentilles), puis **verser de l'eau** (avec une éponge sur le plateau), puis verser avec un entonnoir dans une bouteille.



Sécurité : les graines sèches présentent un risque d'étouffement. Activité **toujours sous la surveillance directe d'un adulte**, jamais avant 2 ans, et rangée hors de portée entre deux séances. Choisissez de grosses graines non toxiques (pois chiches, haricots blancs).