

Le guide pratique

30 jours pour introduire

LA LANGUE DES SIGNES POUR BÉBÉS

dans votre crèche



Sommaire

<i>Chapitre 1 - Le programme de 30 jours</i>	03
<i>Chapitre 2 - Comment prendre l'habitude de signer grâce à la méthode des triples 1</i>	26
<i>Chapitre 3 - Les 3 meilleurs moments pour apprendre à signer sans chambouler votre organisation</i>	28
<i>Chapitre 4 - La technique pour enseigner les signes même aux enfants les moins réceptifs</i>	29
<i>Chapitre 5 - Comment mémoriser les signes sans avoir à réviser un manuel tous les soirs</i>	30
<i>Chapitre 6 - 3 histoires à lire avec les enfants pour leur apprendre la langue de signes</i>	32

POURQUOI LIRE CE GUIDE PRATIQUE ?

Introduire la langue des signes pour bébés dans votre crèche peut sembler intimidant, mais le programme présenté dans cet ebook vous permettra de vous y mettre facilement. En lisant ce guide, vous aurez toutes les clés pour introduire la langue des signes dans votre crèche en seulement 30 jours.

Grâce à cela, vous pourrez comprendre plus facilement les sources de frustration des enfants, qui sauront vous dire pourquoi ils pleurent ou sont en colère.

Vous et votre équipe arriverez plus facilement à créer du lien et des moments de complicité avec les enfants, et vous profiterez d'une crèche plus calme et plus épanouie.

Il est généralement recommandé de signer avec les enfants à partir de 6 mois, mais vous pouvez en réalité commencer à signer avec eux dès le plus jeune âge. Comme pour la parole, ils apprendront petit à petit, à leur rythme. Les plus précoces pourront commencer à signer dès 10 mois !

Mais d'abord, pourquoi est-ce si important d'apprendre aux enfants à signer ?

Les signes peuvent aider les enfants de moins de 3 ans à communiquer plus facilement et plus rapidement, bien avant qu'ils ne soient capables de parler.

Il faut savoir que les muscles des mains sont matures bien avant les muscles des cordes vocales. Il est donc plus facile pour les tous petits de s'exprimer en signes qu'à l'oral.

En effet, les enfants sont conscients de ce qu'ils veulent ou de ce qui les embête - ils n'arrivent tout simplement pas à le dire avec des mots.

C'est pour cela qu'ils pleurent, c'est une forme de communication... Mais s'il est plus facile pour eux de vous faire comprendre ce dont ils ont besoin avec des signes plutôt qu'avec des pleurs, ils signeront. Et vous les comprendrez immédiatement.

Par ailleurs, étant donné que la communication en signes améliore la capacité des enfants à exprimer leurs besoins, elle joue un rôle crucial dans leur développement social, mais aussi cognitif.

Et oui : contrairement à ce que l'on pourrait penser, enseigner la langue des signes aux enfants ne retardent pas leur développement linguistique. Au contraire ! Des études montrent que les enfants qui utilisent la langue des signes pour bébés parlent plus rapidement que les autres et ont de meilleures capacités linguistiques.

Alors, prêt.e à introduire la langue des signes pour bébés dans votre crèche en seulement 30 jours ?

Suivez le guide !

LE PROGRAMME DE 30 JOURS

Le programme se concentre sur les 12 signes les plus utiles pour comprendre les frustrations des enfants : papa, maman, encore, fini, eau, manger, fatigué, avoir mal, colère, peur, seul, aider.

Lorsqu'un nouveau signe est introduit dans le programme, vous avez deux jours pour l'apprendre avant de passer à un autre signe.

Le premier jour, il est recommandé de ne se signer QUE le nouveau signe pour avoir l'occasion de le répéter souvent et de l'assimiler.

Le deuxième jour, vous pouvez réintroduire les signes que vous connaissez déjà en plus du nouveau signe. Et le lendemain, on recommence ce cycle de 2 jours en introduisant un nouveau signe !

Cette méthode vous fait travailler la pratique plus que la théorie, ce qui vous permet d'apprendre sans être submergé.e d'informations.

Si le programme s'étale sur 30 jours, vous n'avez réellement que 21 jours de pratique, correspondants aux jours ouvrés en crèche dans un mois (vous avez le droit de vous reposer le weekend !). Laissez-vous simplement guider par les exercices quotidiens du programme.

Deux conseils avant de commencer :

1) Formez les signes avec votre main dominante. Mais si c'est l'autre main qui vient ce n'est pas grave, signez avec cette main-là.

2) Le nombre de mouvements par signe est *en général* similaire au nombre de syllabes du mot.

Jour 1

"PAPA / MAMAN"

Quand les parents partent de la crèche, bébé peut se sentir perdu. Expliquez-lui que papa ou maman revient le soir le chercher. N'hésitez pas à signer "papa" et "maman" dans la même phrase pour ancrer chaque signe facilement, par exemple : "Papa et maman reviennent te chercher ce soir".

Comment signer "Papa" : placez votre main à côté de votre bouche et ramenez votre index sur votre pouce (comme pour mimer un bec d'oiseau), deux fois.



Tous droits réservés, illustrations non libre
de Clémence Brunat

Jour 1

"PAPA / MAMAN"

Comment signer "Maman" : placez votre main à côté de votre bouche, pouce levé, et tapez votre pouce sur la joue deux fois.



"ENCORE"

Encore est un des premiers signes qui arrivent aux enfants. Il est utilisé pour dire "encore" ou "plus" lorsque l'enfant souhaite que vous répétiez une activité ou qu'il a encore faim. Vous pouvez leur montrer aux moments des chansons, des repas, des jeux : «Tu en veux encore?», «Nous chantons encore ensemble».

Comment signer "Encore" : tapez deux fois sur la paume de votre main ouverte avec le bout des doigts de votre autre main.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 3

Pas de nouveau signe aujourd'hui. Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore.



Papa



Maman

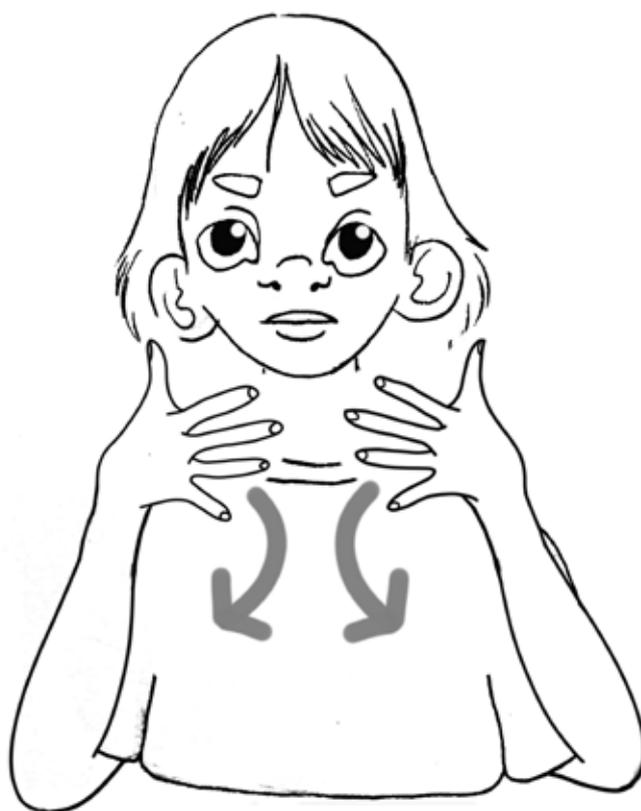


Encore

"FINI"

Quelque soit l'activité du jour, vous pouvez faire ce signe pour faire comprendre aux enfants qu'elle se termine : « les jeux sont finis, nous allons les ranger ». Vous pouvez aussi l'utiliser lors du repas : «tu as fini ton repas ?» ou encore à la fin de la journée : «la journée est finie».

Comment signer "Fini" : placez vos mains à hauteur de poitrine, les doigts ouverts et la paume tournée vers vous. Puis, abaissez vos mains de haut en bas.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 4

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini.



Papa



Maman



Encore



Fin

Jour 6

"EAU"

L'enfant peut avoir besoin de boire en dehors des temps consacrés à ce rituel. Montrez-lui ce signe quand vous lui donnez à boire de l'eau. Il fera ainsi le lien entre ce signe et l'eau et il pourra en demander quand il aura soif.

Comment signer "Eau" : placez votre poing devant vous, index tendu vers le haut. Puis, repliez deux fois votre index pour former un crochet.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 5

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau

"MANGER"

Les enfants peuvent signer "manger" pour dire qu'ils ont faim. Vous pouvez commencer par faire ce signe lors des repas : «On va manger ?»; «Tu manges».

Lorsqu'ils pleurent, vous pouvez leur dire "tu as faim ? Tu veux manger ?" et faire le signe.

Comment signer "Manger" : joignez vos doigts ensemble et portez-les à votre bouche.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 6

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger

"FATIGUÉ"

Si l'enfant est fatigué, il peut utiliser ce signe pour le faire savoir.
Pour l'enseigner, racontez une histoire où le personnage est fatigué, par exemple : « Bonne nuit tout le monde » de Chris Haughton. Le mot "fatigué" revient plusieurs fois et sa répétition permettra aux enfants de l'apprendre.

Comment signer "Fatigué" : ouvrez vos mains (doigts joints) et placez la paume sur votre torse. Puis, alternativement, faites descendre chaque main de haut vers le bas (comme si toute votre énergie partait vers le bas de votre corps).



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 7

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué

"AVOIR MAL"

Si l'enfant ressent de la douleur ou de l'inconfort, il peut utiliser ce signe pour le faire savoir. Le signe "avoir mal" doit s'accompagner ensuite d'un pointage vers la zone douloureuse (mal aux pieds, mal au genou, mal au ventre...). Vous pouvez utiliser ce signe lors d'une histoire, ou lorsqu'un petit tombe ou se fait mal.

Comment signer "Avoir mal" : fermez vos poings paume vers l'extérieur, sortez les pouces et faites-les tourner une fois, l'un autour de l'autre. Ensuite, pointez la zone douloureuse.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 8

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué, Avoir mal.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué



Avoir mal

"COLÈRE"

Saviez-vous que les enfants qui connaissent ce signe peuvent l'utiliser en pleine crise de colère pour exprimer cette émotion forte ? Cela leur permet d'évacuer une partie de leur frustration. Pour leur apprendre, vous pouvez chanter avec eux « Petit Loup est en colère ». Vous pouvez aussi utiliser cette chanson pour leur apprendre "peur", le prochain signe du programme.

Comment signer "Colère" : formez des griffes avec vos mains et tournez vos paumes vers vous. Puis, déplacez vos mains de bas en haut, de la poitrine aux épaules.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 9

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué, Avoir mal, Colère.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué



Avoir mal



Colère

"PEUR"

Après avoir appris "colère", je vous propose d'apprendre une nouvelle émotion forte : la peur. Pour cela, vous pouvez raconter des histoires qui font peur, adaptés bien sur à l'âge des enfants. Vous pouvez aussi chanter la chanson de « Petit loup », vue au signe précédent.

Comment signer "Peur" : placez votre main ouverte au niveau de votre poitrine, paume tournée vers vous. Puis, tapez doucement votre poitrine, comme pour rappeler un cœur qui bat.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 10

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué, Avoir mal, Colère, Peur.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué



Avoir mal



Colère



Peur

"SEUL"

Une crise peut apparaître car l'enfant est frustré de ne pouvoir faire tout seul une action ou une activité. Proposez-lui de faire seul : «Tu veux faire tout seul ? Tu veux essayer de le faire seul ?». Vous pouvez aussi utiliser ce signe dans les histoires.

Comment signer "Seul" : fermez votre main avec le pouce tendu vers le haut. Placez votre main au niveau de votre torse, paume tournée vers vous. Puis, déplacez votre main de l'intérieur vers l'extérieur (comme une personne qui s'isolerait d'un groupe).



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 11

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué, Avoir mal, Colère, Peur, Seul.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué



Avoir mal



Colère



Peur



Seul

"AIDER"

Allié incontesté de mot seul, le signe "aider" permet à l'enfant de calmer sa frustration autrement qu'en piquant une colère. Vous pouvez lui dire : «Tu as besoin d'aide ?», ou encore : «Tu veux le faire seul ? Ou tu veux que je t'aide ?» (ce qui permet de réutiliser le signe "seul" appris précédemment).

Comment signer "Aider" : placez votre main droite à plat, paume vers le haut. Posez ensuite votre main gauche poing fermé et pouce tendu vers le haut (= signe « seul ») sur votre main droite. Le geste consiste à relever votre main gauche et votre main droite ensemble, sans les décoller.



PRATIQUER LES SIGNES 1 À 12

Concentrez-vous sur la répétition des signes Papa, Maman, Encore, Fini, Eau, Manger, Fatigué, Avoir mal, Colère, Peur, Seul et Aider.



Papa



Maman



Encore



Fin



Eau



Manger



Fatigué



Avoir mal



Colère



Peur



Seul



Aider

COMMENT PRENDRE L'HABITUDE DE SIGNER GRÂCE À LA METHODE DES TRIPLES 1

La méthode des triples 1 consiste à faire 1 habitude, 1 fois par jour, pendant 1 minute.

Cette méthode permet d'ancrer une habitude en misant sur la régularité. C'est le secret de toutes les habitudes qui durent : il faut miser sur le volume et la régularité, plutôt que sur la qualité ou l'intensité.

C'est pour cela que l'on apprend mieux l'anglais en passant 6 mois à Londres à parler tous les jours avec des locaux (même si on fait des fautes), plutôt qu'en 10 ans d'école à parler peu (même s'il y a un professeur pour nous corriger).

Dans le même esprit : si vous voulez progresser en sport, il vaut mieux faire une séance de 20 minutes 3 fois par semaine, plutôt qu'une séance intensive de 8h une fois par mois.

On a souvent tendance à vouloir trop en faire au début, lorsqu'on est motivé.e. Et quand la motivation retombe, on n'arrive plus à tenir nos habitudes trop ambitieuses.

La méthode des triples 1 prend justement le contre-pied. Elle vous demande de faire quelque chose de presque *trop* facile. C'est pourquoi cette méthode est si efficace !

Comment appliquer la méthode des triples 1 ?

Pour apprendre la langue des signes, le mieux est donc de fixer comme objectif de prendre une minute dans la journée pour signer avec les enfants.

Choisissez un moment de la journée, et signez pendant 1 minute. Cela peut-être au rituel du bonjour, au repas, ou lors d'une histoire (nous reviendrons sur les 3 meilleurs moments pour apprendre à signer au chapitre suivant).

Commencez par 1 signe à répéter plusieurs fois. Quand vous en aurez appris un deuxième, essayez d'inclure les deux durant cette minute. Enfin, quand vous aurez appris les 12 signes, vous pourrez utiliser tous ceux que vous voulez !

Vous pouvez le faire avec un seul enfant dont vous vous occupez, ou plusieurs enfants lors d'une histoire ou d'un jeu. C'est comme vous voulez ! L'important est que vous ayez pu signer pendant au moins 1 minute à la fin de chaque journée.

Bien sûr, vous n'êtes pas obligé.e de vous limiter à une seule minute. Plus vous signez plus vous progresserez.

Certes au début, cela vous demandera un effort... mais un effort minime.

Ensuite, à force de le faire, vous prendrez l'habitude de signer.

Et quand vous aurez pris l'habitude de signer, vous le ferez sans effort - et sans y penser !

LES 3 MEILLEURS MOMENTS POUR APPRENDRE À SIGNER SANS CHAMBOULER VOTRE ORGANISATION

1. Le rituel du bonjour : à ce moment, tous les enfants sont disponibles et attentifs. Vous pouvez facilement leur faire les signes "papa", "maman", mais aussi "colère" ou "peur" en fonction de l'état de l'enfant.

Voici une chanson que vous pouvez faire sur l'air de "La Famille des doigts" (<https://www.youtube.com/watch?v=GhEYnipKrqw>) :

Mon papa (x2), Où es-tu ?
Au travail (x2), Comment vas-tu ?
Ma maman (x2), Où es-tu ?
Au travail (x2), Comment vas-tu ?
Mon bébé (x2), Où es-tu ?
À la crèche (x2), Comment vas-tu ?

2. Le temps chansons : insérez dans votre temps chansons de 1 à 4 chansons en signes. Voici un exemple de chanson signée que vous pouvez faire : <https://vimeo.com/477049907> (« 3 p'tits moutons »)

3. Le repas : le temps repas est un bon moment pour signer tranquillement avec les enfants : encore, manger, eau... mais aussi fini, s'il te plait, merci, les aliments, ranger.... Idéal également pour abaisser le niveau sonore du repas.

LA TECHNIQUE POUR ENSEIGNER LES SIGNES MÊME AUX ENFANTS LES MOINS RÉCEPTIFS

Certains enfants de votre crèche sont plus turbulents que d'autres, et vous avez plus de mal à capter leur attention. Cela ne doit pas vous décourager de leur transmettre la langue des signes !

Même s'ils ont l'air d'être moins attentifs que les autres, ils prendront ce dont ils ont besoin au moment opportun pour eux, à force d'être exposé aux signes... Surtout si leurs petits camarades s'y mettent aussi ! Si si, le mimétisme et l'effet grégaire, ça marche !!!

Cela étant dit, un petit coup de pouce pour capter leur attention ne serait pas mal, non ?

Il y a justement une technique pour cela : **les chansons** !

Si vous chantez en signant devant le groupe d'enfants, même ceux qui ne semblent pas intéressés prendront toujours quelques informations, l'air de rien.

Voici un exemple de chanson signée que vous pouvez faire : <https://vimeo.com/477049907> (« 3 p'tits moutons »)

Cela vaut aussi pour les petits de moins de 6 mois : intégrez-les aux temps chansons, ils s'imprèneront doucement des signes. Grâce à cela, certains bébés peuvent signer avant leurs 10 mois !

COMMENT MÉMORISER LES SIGNES SANS AVOIR À RÉVISER UN MANUEL TOUS LES SOIRS

Pour vous assurer d'apprendre facilement les signes, vous pouvez simplement suivre le programme prévu dans ce guide. Il est conçu pour favoriser la pratique et ancrer chaque mot avant de passer au suivant. Ainsi, vous apprenez tout en douceur.

Cependant pour vous rendre la tâche plus facile, voici deux astuces supplémentaires :

Astuce #1 : Affiche des signes

Imprimez et affichez dans votre crèche l'affiche fournie avec ce guide, celle qui reprend les 12 signes du programme.

C'est simple et rapide : en mettant l'affiche dans votre pièce de vie, vous pouvez vous y référer lorsque vous avez un trou de mémoire.

Vous apprendrez aussi les signes de manière passive à chaque fois que vous passerez devant.

Enfin, voir l'affiche vous permettra aussi de vous rappeler de signer avec les enfants.

Astuce #2 : Les mémos

Cette deuxième astuce est idéale à mettre en place à la fin des 30 jours pour garder l'habitude de signer - mais vous pouvez aussi la mettre en place quand vous voulez.

Elle consiste à préparer des petits papiers de couleur avec un mot correspondant à un signe sur chaque papier.

Pliez en 4 les papiers et mettez-les dans un contenant.

Chaque jour en arrivant à la crèche, tirez un papier et signez le mot inscrit dessus.

Vous pouvez aussi vous lancer le défi de signer ce mot au moins 3 fois dans la journée avec les enfants !

3 HISTOIRES À LIRE AVEC LES ENFANTS POUR LEUR APPRENDRE LA LANGUE DES SIGNES

Pour aller plus loin dans votre pratique, voici 3 histoires qui vous permettront de pratiquer les 12 signes du programmes, mais aussi d'en utiliser de nouveaux.

1. « **Bonne nuit tout le monde** » de Chris Haughton : Tous les animaux de la forêt sont fatigués. Tous, sauf petit ours ! Ils vont se coucher les uns après les autres. Signes possibles : fatigué, maman, souris, lapins, biche, ours, bonne nuit.

2. « **Mes animaux** » de Xavier Deneux. Un imagier simple en noir et blanc. Signes possibles : celui de chaque animal !

3. « **Gros cornichon** » d'Edouard Manceau. Gros cornichon est un monstre qui fait peur. Signes possibles : peur, pas peur, les parties du corps...



L'Atelier des Signes

Formations professionnelles à la communication par signes
avec les bébés certifiées Qualiopi

www.formations-signes-bebes.fr

Contact : Florence Davrout | Formatrice professionnelle

Tel : 07 81 72 01 20

Mail : florence.davrout@gmail.com