



---

# JE ME DECOUVRE

---

DOCUMENT ENSEIGNANTS  
ET ANIMATEURS

La découverte de soi et la construction de l'identité sont essentielles pour l'enfant et constituent la base de sa relation aux autres et le fondement de ses apprentissages ultérieurs.

Ici, l'enfant se découvre et se représente son corps. A l'aide de petits défis, il se met à l'épreuve, explore ses capacités corporelles. Il identifie et nomme ses émotions, aborde les notions d'identité sociale et d'appartenance à un groupe.

Cet espace permet à l'enfant, à une période de sa vie en constante évolution, de se comparer à l'autre pour mieux se connaître, et faire un point sur son identité.

**Cité des enfants 2 - 7 ans Nouvelle Génération**

---

Cycle 1

---

Cycle 2

# SOMMAIRE

## Je me découvre

<i>Présentation des îlots</i>		p 3
<i>Mon corps</i>	L'empreinte de ma main	p 4
	Les miroirs	p 5
	Mon image à l'écran	p 6
	Les cabanes miroir	p 7
	Le puits	p 8
<i>Mes capacités</i>	La roue du hasard	p 9
	La boule aux objets	p 10
	Les tubes à odeur	p 11
	Les tubes sonores	p 12
	Les carrés à toucher	p 13
	Le mur de la souplesse	p 14
<i>Grandir</i>	Les manteaux	
	Les vélos	
	Les chaises	p 15
	Les mains	
	La toise	p 16
<i>Mes émotions</i>	La cabane de la joie	
	La cabane de la peur	
	La cabane de la colère	p 17
	La cabane de la tristesse	
<i>Copain, copine</i>	Naissance	p 19
	Sous mon toit	p 19
	La fête	p 19
	L'école	p 20
	La cour de récréation	p 20

## Thème

*L'îlot* L'élément **L'ELEMENT**

page

**Je me découvre**

## **Mon corps**

Dans cet îlot, l'enfant découvre son corps à la fois partiellement et entièrement. Il obtient une représentation de son corps, « sous toutes les coutures ». L'image peut être obtenue de façon morcelée avec « les miroirs » ou globalement avec « les cabanes à miroirs ». L'enfant peut aussi laisser une trace éphémère d'une partie de son corps. Il peut également découvrir sa voix avec « le puits ». Les différentes images de son corps que l'enfant reçoit l'aident à construire une représentation unifiée de lui-même.

## **Mes capacités**

Dans cet îlot, l'enfant découvre ses capacités corporelles en se mesurant, en se testant et en mettant ses sens (le toucher, l'ouïe et l'odorat) à l'épreuve. Faire vivre à l'enfant des expériences sensorielles lui permet de percevoir et répondre à son environnement. C'est aussi un premier pas vers la découverte du handicap, telle que la privation d'un ou plusieurs des sens. Les capacités corporelles sont sollicitées grâce à l'élément « Souplesse ».

## **Grandir**

Dans cet îlot, l'enfant prend conscience du fait que son corps évolue et qu'il est en train de grandir en essayant, en se mesurant et en se comparant avec des objets du quotidien. Cette référence au conte « Boucle d'or et les trois ours » l'aide à comprendre qu'il est toujours plus grand que l'un et plus petit que l'autre. Ce dispositif permet également à l'enfant de revenir et de comparer l'évolution de son corps dans le temps.

## **Mes émotions**

Cet îlot contribue au développement de l'identité psychique de l'enfant alors qu'il commence à identifier et reconnaître les émotions. En effet, savoir reconnaître les émotions ressenties, chez soi et chez les autres, est l'une des conditions indispensables à la communication, au développement des relations sociales et à l'empathie.

## **Copain, copine**

Dans cet îlot, l'enfant crée sur un ordinateur un personnage virtuel et le voit grandir, vivre avec ses proches jusqu'à son entrée à l'école, lieu de vie en société pour les jeunes enfants. Il va alors observer comment son personnage virtuel se comporte avec ceux des autres enfants en fonction du caractère qu'il lui aura donné. Les relations à la famille, aux camarades de classe, aux adultes jouent un rôle essentiel dans la construction de l'identité et de la personnalité de l'enfant.

## Je me découvre



## Mon corps

## L'EMPREINTE DE MA MAIN

### OBJECTIFS

Faire réaliser à l'enfant son empreinte en creux et en relief.  
Comparer l'empreinte de sa main à d'autres empreintes.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Jouer avec son corps.

Expérimenter, observer, constater.

Comparer avec d'autres enfants ou avec des adultes les effets obtenus en jouant avec son corps.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Suggérer à l'enfant de réaliser des empreintes différentes de sa main.

A plusieurs, on peut proposer un défi, trouver une idée différente du copain ...

Pour les 2/3 ans.

Rassurer l'enfant en jouant avec le mur d'épingles pour lui montrer que ce n'est pas douloureux. Le laisser explorer librement le jeu.

## Je me découvre

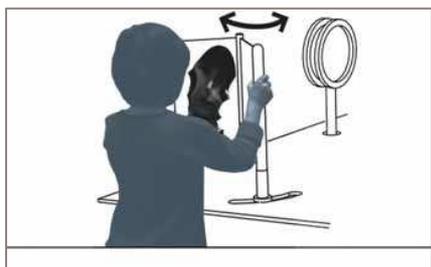
## Mon corps



## LES MIROIRS

### OBJECTIFS

A partir de la manipulation de différents miroirs, donner la possibilité à l'enfant de percevoir son image tout en jouant à transformer son visage. Sensibiliser les enfants à la relation qu'il y a entre la forme de la surface de réflexion et l'image réfléchie.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Jouer avec son corps.

Expérimenter, observer, constater.

Comparer avec d'autres enfants ou avec des adultes les effets obtenus en jouant avec son corps.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Laisser l'enfant manipuler les différents miroirs. Solliciter la verbalisation, faire décrire l'image obtenue et permettre ainsi de suggérer un lien entre l'effet d'optique et la position et/ou la forme des miroirs.

A plusieurs, on peut proposer un concours de grimaces. Rassurer l'enfant en jouant avec lui, s'étonner, s'amuser des images obtenues.

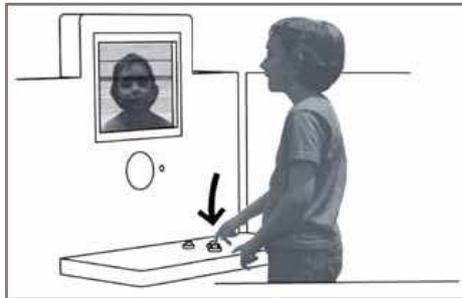
Pour les 2/3 ans.

## Je me découvre

## Mon corps



## MON IMAGE A L'ECRAN



## OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de découvrir l'image de son visage sur un écran, de face, de côté, de dos.

## ACTIVITES DE L'ENFANT

Jouer avec son corps.

Expérimenter, observer, constater.

Comparer avec d'autres enfants ou avec des adultes les effets obtenus en jouant avec son corps.

## SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Demander à l'enfant de décrire la partie de son visage qu'il voit sur l'écran.

Lui faire nommer ou lui donner le terme exact : profil, face, dos.

L'aider à situer la partie du visage vue à l'écran, en la touchant, par exemple touche ton nez, que vois-tu ? touche tes cheveux... touche une oreille, l'autre ...

Ce jeu connu et apprécié des jeunes enfants permet également de renforcer l'acquisition de ce vocabulaire spécifique.

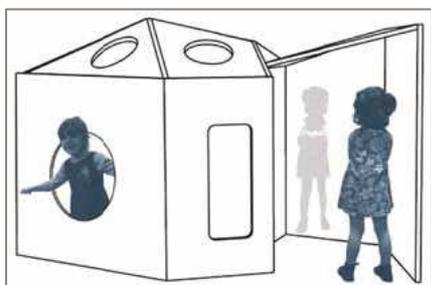
Pour les 2/3 ans.

## Je me découvre



## Mon corps

## LES CABANES MIROIR



### OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de se découvrir dans des miroirs sous différents angles et dans des postures variées face au miroir.

### ACTIVITES DE L'ENFANT

Jouer avec son corps.

Expérimenter, observer, constater.

Comparer avec d'autres enfants ou avec des adultes les effets obtenus en jouant avec son corps.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Elément particulièrement adapté aux 2/3ans.

Laisser l'enfant découvrir les différentes cabanes miroir.

Attirer son attention sur l'image renvoyée par les miroirs et lui suggérer de changer de position.

Après une découverte libre, favoriser la verbalisation en demandant à l'enfant de décrire ce qu'il voit, de nommer les parties de son corps. Lui proposer de trouver des positions amusantes ou bizarres.

Pour les plus grands.

## Je me découvre

*Mon corps*

## LE PUIITS

### OBJECTIFS

Entendre le son de sa voix enregistrée et restituée.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Jouer avec son corps.

Expérimenter, observer, constater.

Comparer avec d'autres enfants ou avec des adultes les effets obtenus en jouant avec son corps.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Inciter l'enfant à produire des phrases courtes et à écouter l'écho.

A plusieurs, on peut proposer de produire plusieurs phrases différentes ou une phrase identique, mais dite avec une intonation différente.

Cela permet à l'enfant d'augmenter sa capacité d'attention.

Je me découvre



*Mes capacités*

## LA ROUE DU HASARD

### OBJECTIFS

Permettre de sélectionner au hasard, une « mission » à assurer.

### ACTIVITES DE L'ENFANT

Comprendre et respecter la mission à assurer.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Faire nommer ou nommer (si nécessaire) les différents objets dessinés sur la roue.

Faire resituer les objets dans leur contexte, pour faciliter leur identification sonore, tactile et olfactive.

Faire des analogies avec des objets connus (c'est comme ...)

Pour les 2 / 3 ans.

## Je me découvre

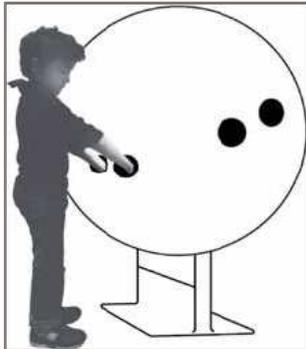


*Mes capacités*

## LA BOULE AUX OBJETS

### OBJECTIFS

Exercer le sens du toucher.  
Faire comprendre aux enfants que l'on peut reconnaître des objets uniquement par le toucher.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Reconnaître un objet en utilisant ses sens.

Utiliser un sens en en condamnant un autre.

Découvrir que l'on peut s'approprier le monde extérieur par d'autres sens que la vision.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Faire un rappel systématique de l'objet recherché, représenté sur la roue du hasard pour permettre à l'enfant de garder l'objectif en mémoire. En effet, l'enfant peut perdre de vue l'objectif à atteindre à savoir retrouver un objet en utilisant l'un des cinq sens.

Pour les 2 / 3 ans.

Les aider à dépasser leur peur (mettre la main dans un trou, approcher son nez ou son oreille des orifices). Solliciter la verbalisation sur l'objet sous forme de devinettes → Est-ce que c'est rond ? Est-ce que c'est doux ?

## Je me découvre

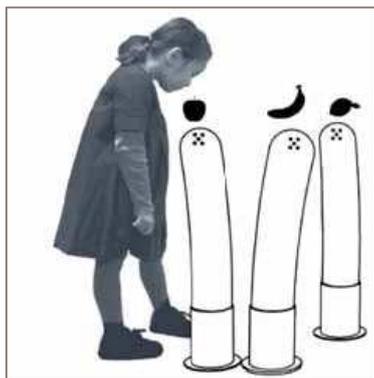


## Mes capacités

## LES TUBES A ODEUR

## OBJECTIFS

Exercer sa capacité olfactive.  
Faire comprendre aux enfants que l'on peut reconnaître des environnements uniquement par l'odeur.



## ACTIVITES DE L'ENFANT

Reconnaître un objet en utilisant ses sens.

Utiliser un sens en en condamnant un autre.

Découvrir que l'on peut s'approprier le monde extérieur par d'autres sens que la vision.

## SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Faire un rappel systématique de l'objet recherché, représenté sur la roue du hasard pour permettre à l'enfant de garder l'objectif en mémoire.

En effet, l'enfant peut perdre de vue l'objectif à atteindre à savoir retrouver un objet en utilisant l'un des cinq sens.

Pour les 2 / 3 ans.

Les aider à dépasser leur peur (mettre la main dans un trou, approcher son nez ou son oreille des orifices). Solliciter la verbalisation sur l'objet sous forme de devinettes → Est-ce que c'est rond ? Est-ce que c'est doux ?

## Je me découvre



## Mes capacités

## LES TUBES SONORES

## OBJECTIFS

Exercer sa capacité auditive.  
Faire comprendre aux enfants que l'on peut reconnaître des objets par les sons qu'ils émettent.



## ACTIVITES DE L'ENFANT

Reconnaître un objet en utilisant ses sens.

Utiliser un sens en en condamnant un autre.

Découvrir que l'on peut s'approprier le monde extérieur par d'autres sens que la vision.

## SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Faire un rappel systématique de l'objet recherché, représenté sur la roue du hasard pour permettre à l'enfant de garder l'objectif en mémoire. En effet, l'enfant peut perdre de vue l'objectif à atteindre à savoir retrouver un objet en utilisant l'un des cinq sens.

Pour les 2 / 3 ans.

Les aider à dépasser leur peur (mettre la main dans un trou, approcher son nez ou son oreille des orifices). Solliciter la verbalisation sur l'objet sous forme de devinettes → Est-ce que c'est rond ? Est-ce que c'est doux ?

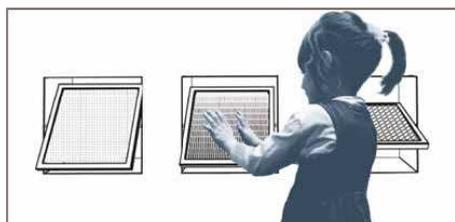
Je me découvre

*Mes capacités*

## LES CARRES A TOUCHER

### OBJECTIFS

Exercer le sens du toucher.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Reconnaître et nommer une matière en utilisant le toucher.

Exprimer des sensations.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Elément particulièrement adapté aux 2/3ans.

Laisser l'enfant découvrir les différentes matières.

L'aider à mettre des mots sur des sensations, en sollicitant des analogies (c'est comme ....), puis leur demander de montrer les matières douces, celles qui piquent ....

Solliciter la verbalisation :

- 1- en trouvant avec eux des qualificatifs précis (rugueux, lisse, doux, froid...).
- 2- les laisser donner leur avis : j'aime, je n'aime pas...
- 3- leur demander de désigner les matières qu'ils connaissent.
- 4- leur donner le nom des matières inconnues.

Pour les plus grands.

## Je me découvre

*Mes capacités***LE MUR DE LA SOUPLESSE****OBJECTIFS**

Tester ses capacités corporelles (souplesse) à partir de positions possibles et impossibles.

**ACTIVITES DE L'ENFANT**

Mesurer ses capacités.

Les comparer avec celles d'un autre enfant ou d'un adulte.

**SUGGESTIONS D'EXPLOITATION**

Laisser l'enfant découvrir les positions possibles.  
Lui demander de décrire sa position, solliciter l'utilisation de vocabulaire précis : en haut, à côté, au milieu... droite, gauche pour les plus grands.  
A plusieurs, on peut proposer de faire un concours de positions : la plus simple, la plus déséquilibrée, la plus amusante....

Je me découvre



Grandir

## LES MANTEAUX

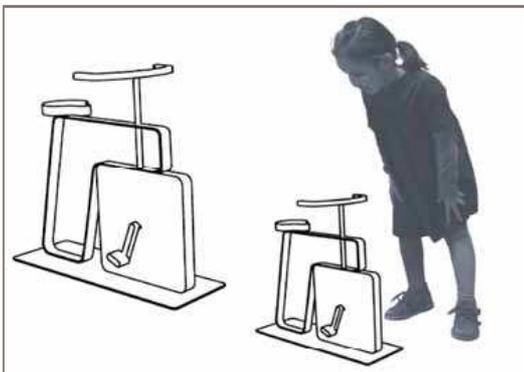
## LES VELOS

## LES CHAISES

## LES MAINS

### OBJECTIFS

A travers différentes empreintes, objets et vêtements, permettre à l'enfant de retrouver sa taille et de la comparer à celle des autres.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Comparer des objets entre eux.

Evaluer celui qui va le mieux à sa taille.

Se comparer aux autres (enfants, adultes).

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Laisser l'enfant essayer les différents objets, empreintes et vêtements.

Lui demander de nommer l'ensemble d'objets.

Lui proposer de trouver celui de cet ensemble qui correspond le mieux à sa taille, celui qui est trop grand ou trop petit.

A plusieurs, chacun choisit un ensemble d'objets et doit retrouver celui qui correspond à sa taille ou celui qui est trop grand, ou trop petit.

On joue ainsi avec des notions de taille et de comparaison.



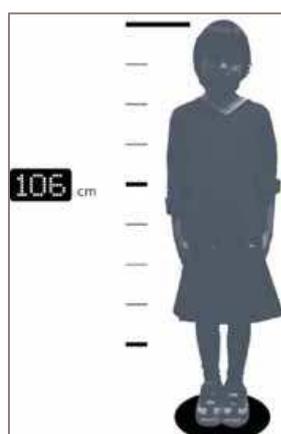
Je me découvre

*Grandir*

## LA TOISE

### OBJECTIFS

Permettre aux enfants mais aussi aux adultes de se mesurer et de prendre conscience que l'on grandit.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Se mesurer.

Evaluer sa croissance, son évolution physique.

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Lorsque l'enfant s'est positionné, lui lire la mesure indiquée sur le cadran numérique.  
A plusieurs, on peut comparer les différentes tailles.

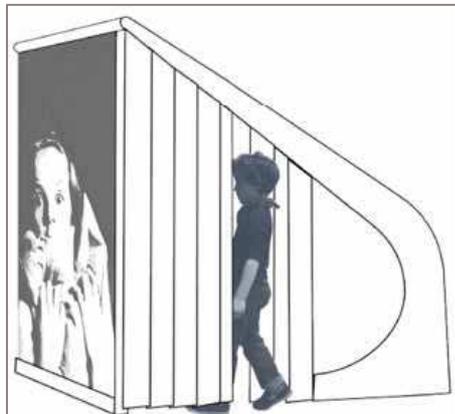
Je me découvre

*Emotions*

## LA CABANE DE LA JOIE LA CABANE DE LA PEUR LA CABANE DE LA COLERE LA CABANE DE LA TRISTESSE

### OBJECTIFS

Identifier différentes émotions à l'aide de micro univers sonores et visuels.  
Permettre à l'enfant et à son accompagnateur de reconnaître, de nommer et verbaliser à propos de ces émotions.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Reconnaître et nommer des émotions.

Exprimer son ressenti.

## SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

Faire le tour de chaque cabane et découvrir l'émotion présentée en décrivant avec l'enfant l'image titre.

Choisir une cabane, y entrer avec l'enfant.

S'installer confortablement pour découvrir un univers consacré à une émotion spécifique.

Pour permettre à l'enfant de maîtriser l'émotion ambiante et de ne pas se laisser submerger, on peut lui demander de décrire ce qu'il voit, ce qu'il entend et d'exprimer ce qu'il ressent.

On peut aussi lui demander de raconter des situations,

des histoires qui peuvent mettre en jeu cette

émotion, par exemple des histoires de loups qui font peur ou perdre son doudou ça rend triste ou voir le clown au cirque ça fait rire.....

A plusieurs, lorsque les 4 cabanes ont été visitées, on peut demander à un enfant de mimer l'émotion qu'il a préférée, les autres doivent la reconnaître.

Je me découvre

*Copain / copine*

## NAISSANCE

### OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de reconnaître les paramètres incontournables liés à la filiation biologique : repérer des critères physiques, culturels.

## SOUS MON TOIT

### OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de repérer les paramètres incontournables liés à son bien-être physique et psychologique : l'adulte responsable et bienveillant, l'environnement familial proche (adulte, enfant, animal), tout ce qui lui permet de grandir harmonieusement.

## LA FETE

### OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de repérer dans l'environnement familial élargi et dans l'environnement social proche, les êtres qui composent les 1ères interactions sociales : le tonton, la nounou, la voisine...

## L'ECOLE

### OBJECTIFS

Permettre à l'enfant de prendre du recul par rapport à un moment vécu parfois douloureusement : la première rentrée scolaire et de repérer les rituels qui l'aident à dépasser ces difficultés.

## Je me découvre

*Copain / copine***NAISSANCE  
SOUS MON TOIT  
LA FETE  
L'ECOLE****ACTIVITES DE L'ENFANT**

Construire un personnage dans son environnement social.

A chaque étape de l'évolution du personnage, l'enfant doit reconnaître et choisir différents paramètres :

- des critères physiques et culturels
- un entourage proche (parent, frère, sœur, ...)
- un entourage social plus éloigné (tonton, nounou, voisin, copain,...)
- un comportement dans une situation de séparation parfois délicate (première rentrée scolaire).

Aller au bout du processus pour visualiser la scène finale.



Je me découvre

*Copain / copine*

## LA COUR DE RECREATION

### OBJECTIFS

L'enfant pourra repérer les signes, les codes qui permettent de vivre en société, dans un environnement connu, l'école, où se côtoient adultes et enfants avec leurs diversités physiques, intellectuelles, culturelles, ethniques.



### ACTIVITES DE L'ENFANT

Retrouver son personnage dans la cour de l'école.

Observer son comportement.

Je me découvre

*Copain / copine*

## NAISSANCE SOUS MON TOIT LA FETE L'ECOLE LA COUR DE RECREATION

### SUGGESTIONS D'EXPLOITATION

A chaque étape, laisser l'enfant faire ses choix librement, aucune norme n'est imposée.

La seule contrainte du jeu est l'obligation de choisir au moins un adulte responsable du personnage pendant toute son évolution.

Il s'agit de faire comprendre aux enfants que le petit humain ne peut pas survivre sans les soins bienveillants d'un adulte.

Pour le reste, l'enfant peut au gré de son envie, de son expérience, de sa fantaisie, créer le personnage qu'il souhaite.

Les choix qu'il fait déterminent l'apparence physique particulière et le comportement spécifique de son personnage qu'il pourra ensuite observer sur grand écran.

Pour les 2 / 3 ans.

Comme au spectacle, l'enfant pourra regarder les personnages s'animer dans la cour de récréation.