



LIVRET DE MARS 2026



Relais Petite Enfance (RPE)

Espace Marcel Vidal - 20, avenue Raymond Lacombe
34800 Clermont l'Hérault

À CLERMONT L'HÉRAULT
ET DANS LE CLERMONTAIS

LES BIENFAITS DE LA PÂTE À MODELER



Les professionnelles de la Petite enfance, parmi leurs nombreuses casquettes, ont pour mission de veiller au bien-être des enfants et à leur éveil. Pour cela, elles organisent et animent des ateliers ludiques et d'éveil en utilisant plusieurs supports. Dit comme cela, tout semble évident et facile. Pourtant, cette chose qui « va de soi » est répétée chaque jour. Et il y a de quoi s'émerveiller de l'incroyable créativité que vous, assistantes maternelles, déployez au quotidien pour proposer des ateliers d'éveil aux tout petits que vous accueillez ! Ateliers sensoriels, moteurs, manipulation, sorties, livres, travaux manuels, mise en place d'univers de jeux, exploration de la nature...

Tant de propositions que vous déclinez sous toutes ses formes et de la manière la plus créative et imaginative qui soit.

Malgré tout, il n'est pas facile de se réinventer au quotidien, bien que cela semble quelque fois nécessaire pour ne pas s'ennuyer dans l'exercice de son métier. Il peut aussi y avoir une sorte de pression du « toujours plus » à l'heure où de nombreux sites internet donnent des idées d'ateliers à l'infini. Et tout le monde ne se sent pas l'âme créative, encore moins tous les jours ! **Deux bonnes nouvelles : les jeunes enfants ont besoin de répétition dans ce qui leur est proposé et les idées les plus simples sont souvent les meilleures.** D'ailleurs, ne dit-on pas que bien souvent, le mieux est l'ennemi du bien ? Revenir aux activités les plus simples semble alors tout indiqué, et surtout, il ne faut pas hésiter à les répéter souvent, pour que le jeune enfant puisse se les approprier, faire évoluer son jeu et son exploration.

C'est le moment de sortir la pâte à modeler ! Ce support

de jeu est à la fois une expérience sensorielle, ludique et créative dont les bienfaits sont nombreux. Avant 3 ans, l'idée n'est pas de figurer des animaux, bonhommes ou objets, bien que les enfants apprécient en général beaucoup les créations des adultes. Ils ont surtout besoin de toucher, malaxer, taper, couper, faire des trous, des empreintes, faire rouler, appréhender cette manière molle. En manipulant la pâte, l'enfant prend conscience que son action peut transformer la matière : il y a un **lien de cause à effet**, ses mains ont modifié l'apparence de la matière. De même, lorsque l'enfant fait des petits bouts puis reconstitue une boule unie, **il se familiarise avec des concepts mathématiques** d'unité, d'addition, de division. Il peut alors séparer, détruire, reconstruire, sans remettre en cause l'unité de la matière. Ce n'est pas parce qu'un bout se détache qu'il disparaît ou se désintègre. **Cette idée associée au pétrissage de la pâte peut être d'une aide précieuse au moment de l'acquisition de la continence.** L'enfant fait le lien entre la pâte molle et la matière qui compose ses selles, il se rassure sur le fait que même s'il laisse partir quelque chose qui sort de lui, cela ne remet pas en cause son intégrité physique. Manipuler la pâte à modeler permet à l'enfant de développer sa motricité fine des poignets et des mains. En faisant cela, il va également muscler ses mains et ses doigts. **Chose incroyable : jouer avec de la pâte à modeler prépare mieux le jeune enfant à tenir sa cuillère, à être à l'aise avec un crayon ou un stylo que de mettre de tels objets dans ses mains en lui montrant comment s'en servir !** C'est aussi une façon d'introduire le jeu symbolique en imitant des scènes du quotidien comme cuisiner ou faire un gâteau. La répétition de cette activité permettra à l'enfant d'affiner ses gestes, de découvrir de nouvelles façons de manipuler la pâte, de développer sa créativité.

L'activité pâte à modeler permet de nombreux apprentissages. Accompagnée par l'adulte, elle peut être **support du développement langagier** : on nomme les couleurs, les formes, on propose à l'enfant plusieurs couleurs pour l'inciter à faire un choix, on peut dire lorsque c'est gros ou petit. On peut aussi compter les petits bouts, dire ce qu'on ressent en touchant, si ça colle, c'est doux, etc.



Pour installer cette activité, vous pouvez mettre une nappe en toile cirée afin que la pâte ne colle pas à la table. Pour inclure l'enfant dès le début, il est possible de lui proposer d'aider à installer l'activité, choisir les couleurs. La clé de la réussite est de laisser les enfants manipuler la pâte seule et sans outils (surtout au début), en faisant à côté d'eux. Une fois que l'enfant a beaucoup expérimenté la matière, il est possible d'introduire des outils pour découper, écraser, étaler mais aussi des emporte-pièces et des contenants plus ou moins grands. Il arrive que des enfants soient réfractaires à toucher de nouvelles textures. On pourrait ne pas leur proposer ce type d'activité pour leur éviter gêne et inconfort.

Or, **moins on stimule un sens (ici le toucher), plus il devient sensible et l'inconfort important.**

Sans obliger l'enfant à toucher, nous pouvons continuer à présenter des activités sensorielles en faisant devant l'enfant et en manifestant le plaisir que l'on prend lors de ses activités, et peut-être proposer plus vite des outils qui agissent alors comme un médiateur entre la main de l'enfant et la matière. Si les jeunes enfants ont tendance à mettre à la bouche, il convient que la pâte à modeler utilisée convient aux bébés.

Vous l'aurez sans doute compris, la pâte à modeler est une activité incontournable pour les jeunes enfants !

ALORS À VOS PÂTES, PRÊTS, PARTEZ !



Exemple de recette de la pâte à modeler

- > 300 gr de Farine
- > 75 gr de Maïzena
- > 75 gr de Sel
- > 1 cuillère à soupe d'Alun de Potassium (à acheter en pharmacie ou sur internet)
- > 2 cuillères à soupe d'Huile
- > 1 demi litre d'Eau
- > Colorants alimentaires (facultatif)

Mélanger tous les ingrédients dans l'ordre. Une fois le mélange préparé, cuire à feu doux en mélangeant sans s'arrêter à l'aide d'une spatule en bois. Lorsque la pâte se décolle des parois de la casserole, la pâte à modeler est prête !

Petit plus : Malaxer un peu la pâte pour un rendu plus homogène puis laisser refroidir avant que les enfants ne jouent avec. La pâte à modeler ainsi obtenue se conserve très bien dans un sac isotherme ou bien dans un Tupperware. L'Alun de potassium agit comme un stabilisateur et le sel est un agent conservateur idéal !

MAINTENANT, À VOUS DE JOUER !

La lecture du mois

LE ÇA

DE MICHEL ESCOFFIER ET MATTHIEU MAUDET

2013, éditions l'École des loisirs, 20p.

Maman n'est pas très contente. Il y a un ÇA sur le tapis. Qu'est-ce que c'est que ÇA ? demande-t-elle à Jules. Comment ÇA peut-il être là ? Jules ne comprend pas pourquoi maman veut jeter le ÇA ! Ouf, Jules le retrouve enfin, il aime tellement son ÇA.



L'idée recette

CRÈME DUBARRY

POUR 4 PERSONNES

- 400 gr** de chou-fleur
- 1 blanc** de poireau
- 200 gr** de pomme de terre
- 20 gr** de beurre
- 60 cl** de bouillon de légumes
- 15 cl** de lait
- 5 gr** de sel fin
- 5 gr** sucre semoule
- 10 cl** de crème liquide



- > Dans une casserole profonde, faire suer le blanc de poireau et le chou-fleur en brisure (petit morceau) sans coloration avec le beurre.
- > Saler, sucrer et verser le bouillon de légumes, puis le lait.
- > Ajouter les pommes de terre en petits dés.
- > Porter à ébullition, laisser cuire environ 25 minutes à feu doux.
- > En fin de cuisson, rajouter la crème liquide.
- > Mixer le tout hors du feu.
- > Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

BON APPÉTIT !



Le légume du mois

LE CHAMPIGNON DE PARIS

Le champignon de Paris, ou de couche, est originaire de Paris, d'où son nom. Apparu au XVII^e siècle à Versailles, il sera cultivé par la suite au XIX^e siècle principalement dans la région des Pays de la Loire (62%) et en région Centre (15%).

Une des espèces la plus consommée est l'*agaricus bisporus*, cultivée de façon industrielle en champignonnières, il en existe quelques espèces sauvages rares.

Le champignon de Paris est reconnaissable aux lamelles sous son chapeau, et sa couleur blanche.

Sa saison va de septembre à juin. La France est le 3^e producteur Européen.

Source de vitamines B9, B2, B3, B5, riche en potassium et faible en calories, il se consomme en entrée et accompagnement, cru parfois mais souvent cuit, chaud ou froid, tels qu'à la grecque, en Duxelles, en risotto, polenta forestière ou encore en potage.