

ORGANISATION ET ACCOMPAGNEMENT SIESTE

PETITE SECTION – 2024/2025

Les élèves de PS se préparent à la sieste dès la fin du repas (pas de récréation).
IMPORTANCE DE PRENDRE LE TEMPS PENDANT LA TRANSITION car passage d'un moment intense (bruit, grand groupe à la cantine) à un moment de repos.

Aide de 2 CM2 chaque jour pour temps hygiène, déshabillage, lecture d'une histoire

Verbaliser sur la cantine (ce qu'ils ont aimé ou pas, demain ce sera différent...) puis sur le besoin de se reposer.

Laisser un temps suffisant entre passage aux toilettes et le coucher pour qu'ils se déchaussent, discutent entre eux.

Puis lire une courte histoire dans la classe.

Les lits sont positionnés selon les besoins (bons dormeurs, enfants qui arrivent plus tard, propreté fragile).

Au fur et à mesure ils intègrent la salle de sieste et s'installent sur leur couchette.

La salle est déjà dans la pénombre mais veilleuse allumée.

Les doudous auront été placés sur leur lit avant la récréation.

La mascotte de la classe est aussi dans un lit.

Mettre une musique douce pour les relaxer et les aider à lâcher prise afin d'entrer sereinement dans la phase d'endormissement.

Chuchoter/Ecouter/Réconforter

Proposer la photo des parents.

Présence des 2 ASEM PS de 12h45 à 13h15

13h15-13h30 : accueil des PS ayant déjeuné à la maison par une ASEM et des PS (qui ont moins besoin de dormir) qui sont restés sur la cour de récréation avec les MS

13h30-14h15 : surveillance par une enseignante de PS.

L'autre enseignante de PS accueille dans sa classe les bons dormeurs MS sur des tapis et au fur et à mesure de l'année les élèves de PS qui dorment moins ou plus.

+ des GS qui ont besoin ponctuellement de se reposer

14h15-14h45 : 1 seule ASEM surveille la fin de la sieste et l'autre lève les PS déjà réveillés

Aide matérielle :

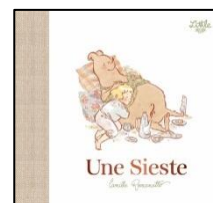
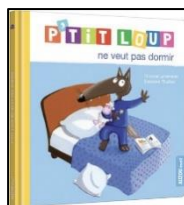
- des albums en lien avec la sieste, l'apaisement
- la photo des parents
- la mascotte,
- des musiques douces/relaxation, box de médiation *Mon petit Morphée*
- une veilleuse
- *téte et couche culotte* « pull-up » autorisées au début mais avec contrat mis en place avec la famille = **aide éducative**



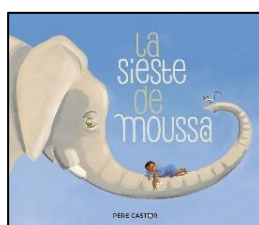
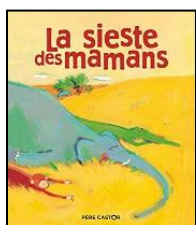
14h45 : lever échelonné

- les enfants regagnent leurs sanitaires respectifs
les aider à se rhabiller, se chausser, stimuler l'autonomie
retour en classe pour un temps d'ateliers libres et autonomes
- Faire le point régulièrement pour évolution de la prise en charge des enfants
petits dormeurs/non dormeurs.

Bibliographie :



(PS)



(MS)

POSTURE BIENVEILLANTE

- Prendre le temps avec les enfants de faire tous les gestes rituels, en profiter pour parler en situation d'écoute et authentique,
- Mettre en valeur les bienfaits du sommeil auprès des enfants et auprès des familles
- Veiller au confort de l'enfant,
- Différencier les propositions pour répondre aux besoins individuels des élèves (temps de sieste ou temps de repos, réveil échelonné, récréation facultative, activités à la carte au lever...) et **surtout faire évoluer au fur et à mesure des périodes de l'année**
- Harmoniser les pratiques entre adulte de l'établissement : définir une politique d'école à insérer dans la charte éducative ASEM/PE, prévoir des temps de régulation

Les élèves de moyenne section se reposent sur des tapis de gym au sein de leur classe et avec leur enseignante à partir de 13h40 et pendant 20/30 minutes. La durée varie selon la fatigue et les besoins.

Les bons dormeurs de MS sont pris en charge par une des deux enseignantes de PS dans une classe de PS. Ce temps évolue au cours de l'année selon l'évolution des enfants.

Les élèves de GS peuvent être accueillis ponctuellement si besoin avec le groupe des MS bons dormeurs.

Tiphaine RUPAUD