

Bouger au préscolaire !

Par Camille Beaudoin

Baccalauréat en éducation au préscolaire et enseignement au primaire

Faculté des sciences de l'éducation

Cohorte 2016-2020

Comment développer la motricité globale des élèves du préscolaire au quotidien en considérant l'aménagement physique de la classe?

Contexte et problématique

Classe de maternelle 5 ans : 19 élèves.

Comme la plupart des classes de niveau préscolaire au Québec (Siag, 2016), mes élèves de stage ont un total de 30 minutes d'éducation physique par semaine. Le régime pédagogique ne prévoit rien au niveau préscolaire. De plus, les locaux de classe ne sont parfois pas assez grands pour pouvoir y bouger.

Dans ma classe de stage, le local était plutôt petit et les gymnases étaient rarement disponibles pour nous. Plus précisément, quelques élèves de ma classe avaient des difficultés au niveau du déplacement (sauter, courir, descendre les marches, ramper).

Traces

Septembre

1 - DOMAINE PHYSIQUE ET MOTEUR agir avec efficacité dans les différents contextes sur les plans sensoriels et moteur

Développement de la psychomotricité

- Prendre de bonnes postures : s'asseoir, se tenir debout (tonus)
- Se déplacer de différentes façons : grimper, sauter, monter et descendre l'escalier
- Être habile pour tourner, prouetter, s'étirer, se relever...
- Démontrer un bon équilibre : marcher sur une poutre, se balancer...

Décembre

1 - DOMAINE PHYSIQUE ET MOTEUR agir avec efficacité dans les différents contextes sur les plans sensoriels et moteur

Développement de la psychomotricité

- Prendre de bonnes postures : s'asseoir, se tenir debout (tonus)
- Se déplacer de différentes façons : grimper, sauter, monter et descendre l'escalier
- Être habile pour tourner, prouetter, s'étirer, se relever...
- Démontrer un bon équilibre : marcher sur une poutre, se balancer...

● = je suis capable
● = je progresse
● = j'ai besoin d'aide en tout temps

Les balises proviennent d'une formation sur le dépistage précoce au préscolaire.

Exemple de balise pour se déplacer de différentes façons (en septembre) :

- grimpe dans les modules, saute sur un pied en avançant, monte et descend les escaliers en alternant les pieds tout en tenant la rampe.
- demande de l'aide pour grimper dans les structures. À l'occasion, il trébuche lorsqu'il court. Il saute sur ses deux pieds en avançant.
- l'adulte assure une surveillance étroite dans les déplacements de l'enfant dans les escaliers pour éviter les accidents et l'accompagne dans les modules de jeux à grimper. L'enfant décolle difficilement ses deux pieds du sol lorsqu'il saute.

Cadre et analyse

Parcours moteur

Psychomotricité

Différents décalques installés sur les murs et sur les planchers afin de favoriser l'activité physique

« La psychomotricité est une **technique** qui utilise le **corps, l'espace et le temps** dont l'objectif est de permettre à la personne d'expérimenter son corps et son environnement immédiat afin d'y agir de façon adaptée » (Dellèvre & Staes, 2006).

Permet de développer plusieurs mouvements

Différents mouvements développés dans la routine du matin (en contexte de jeu)

Sauter, ramper, se tenir en équilibre, sauter sur un pied, coordonner plusieurs parties du corps en même temps

Exemples d'activités vécues :

- S'asseoir en même temps qu'un mouchoir au vol, faire rouler une balle sur les parties du corps, sauter dans des cerceaux, reconnaître des objets manquants, etc.

contribuent à développer

Motricité globale

Se rapporte à des habiletés motrices qui sollicitent l'utilisation simultanée de plusieurs des grands groupes musculaires du corps (jambes, tronc, bras). (Rigal, 2003)

Les activités de psychomotricité proviennent d'une formation donnée par des enseignants d'éducation physique sur la psychomotricité au préscolaire.

Traces (suite)

Petite questionnaire à l'oral avec les élèves :
Court résumé

- Plaisir +++ (les élèves ont l'impression de jouer à un jeu)
- Efforts +++ (les élèves veulent s'améliorer)
- Accessibilité (les élèves aiment pouvoir aller au parcours moteur quotidiennement)
- Confiance (les élèves trouvent qu'ils deviennent bons)

Résultat / conclusion

Les différentes traces montrent donc que les élèves ont développé plusieurs mouvements de motricité globale (sauter, courir, descendre les marches, ramper, etc.) grâce au parcours moteur et aux moments de psychomotricité sans devoir avoir un grand local. De plus, le parcours moteur a été un outil accessible pour tous à tout moment de la journée. Le parcours et les moments de psychomotricité ne demandent pas beaucoup de temps dans une journée, c'est donc très faisable et accessible.

Analyse

En regardant la comparaison au niveau de la motricité globale, on constate une amélioration pour plusieurs élèves. La moitié des élèves considérés à risque au niveau de la posture au mois de septembre ne le sont plus au mois de décembre (même chose pour le déplacement de différentes façons). Quelques mois plus tard, mon enseignante associée a continué d'observer les élèves progresser au niveau de la compétence I (motricité globale en particulier). Les élèves qui sont toujours considérés à risque pourront bénéficier de moments de psychomotricité individualisés ou en sous-groupe. C'est donc un processus à long-terme.

De plus, les réponses des élèves au questionnaire montrent que les élèves ont développé leur motricité globale tout en ayant du plaisir. Ce point est important, car les élèves du préscolaire doivent vivre des expériences motrices et psychomotrices **positives** afin de rester actifs à long terme (Connelly, 2018).

Références

- Connelly, J.-A. (2018). Développement des compétences motrices : quel est le rôle de l'enseignante ? *Revue Préscolaire*, 56(3), 22-24.
- Dellèvre, B. & Staes, L. (2006). *La psychomotricité au service de l'enfant : notions et applications pédagogiques*. Bruxelles : De Boeck.
- Gravel, S. (2018). Les bonnes pratiques pour favoriser le développement moteur et psychomoteur de l'enfant de 4 à 6 ans. *Revue Préscolaire*, 56(3), 31-32.
- Ministère de l'Éducation (2006). *Programme de formation à l'école québécoise*. Québec, Canada : Bibliothèque nationale du Québec.
- Rigal, R. (2003, 3ème édition). *Motricité humaine. Fondements et applications pédagogiques*. Tome 2 - Développement moteur. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Siag, J. (H avril 2016). *Éducation physique : les élèves de la maternelle oubliés*. La Presse. Repéré à <https://www.lapresse.ca/vivre/sante/enfants/2016/04/01/01-497152-education-physique-les-élèves-de-la-maternelle-oublies.php>
- St-Jean, A. (2018). Le développement moteur de l'enfant : comment le favoriser ? *Revue Préscolaire*, 56(3), 25-27.