



LES BIENFAITS DU MASSAGE A L'ECOLE

Auteurs

1. contact Responsable du projet :

Madame B. BOURDAUDHUI et Madame M. MORAWSKI
Fonction puéricultrices formées AFME (Association Française Massage à l'école) Adresse CMS VAND EST 1 rue Goethe 54500 VANDOEUVRE
Tél 03.83.55.44.31
bbourdaudhuiec2_54.fr et mmorawski@cg54.fr

2. Organisme

CONSEIL GENERAL DE MEURTHE ET MOSELLE
Protection maternelle et Infantile PMI
48, Esplanade Jacques Baudot
54000 NANCY

3. Acteurs du projet

Madame Céline LESAULNIER Educatrice Protection de l'Enfance CMS VAND EST 1 rue Goethe VANDOEUVRE

Monsieur Etienne JOHANNES Directeur Ecole maternelle Europe Nations VANDOEUVRE

Conseil Général de Meurthe et Moselle territoire antenne Pôle Ouest s'inscrit dans un projet de micro territoire avec mise en lien des professionnels de terrain et partenaires.

Résumé

Proposition de la mise en place du programme de massage à l'école (MISP Massage In School Programm) (écoles maternelles de Vandoeuvre avec enfants d'âge PMI c'est-à-dire jusqu'à 6 ans)

Le programme de massage dans les écoles est un outil facile, rapide et efficace pour améliorer la qualité de vie de l'enfant à l'école. L'objectif principal est de donner à l'enfant la chance de vivre l'expérience du toucher à l'école d'une façon sécuritaire et de vivre une interaction différente avec les autres enfants.

Le programme tient compte de la nature profonde de l'enfant, la respecte et permet d'une façon efficace d'atteindre de nombreux objectifs pédagogiques (respect de l'autre, de son propre corps, politesse, concentration...)

Dans le programme, les enfants se massent les uns les autres.

Les adultes ne massent pas l'enfant.

Il n'y a donc pas de possibilité de fausse interprétation sur l'intention des adultes.

L'activité est répétitive. Elle sécurise l'enfant et au bout de quelques semaines, devient une seconde nature.

Mots clés

COMMUNIQUER SE RESPECTER IMAGINER CONFIANCE ESTIME DE SOI
CONCENTRATION

Introduction

Ce projet fait suite à des constats de la part des enseignants.

Lors des bilans médicaux en école (mission PMI) effectués auprès des enfants de 4 ans sont évoqués des problèmes de communication, d'agressivité, d'instabilité, voire de violence entre les enfants. Ces problèmes sont également évoqués lors des accompagnements auprès des familles (menés par les éducateurs) professionnels de **PMI** ou de service social.

Ce projet est une continuité de l'atelier « massage bébé ».

Le massage à l'école peut être transporté, transposé dans des structures d'accueil d'enfants (accueil périscolaire, centre de loisirs...)

Ce programme permet l'apprentissage du respect de l'autre, la communication. Il permet aux enfants de se concentrer, de se poser, d'être calme et ce dans une langue universelle : le toucher sain nourrissant.

Description du projet

1. Présentation et objectifs de l'action :

a. Les objectifs initiaux

Proposer une action auprès d'un public d'enfants scolarisés en partenariat avec les enseignants, les parents, mais également les éducateurs accompagnant les familles vulnérables.

Ces bienfaits sont observés auprès des enfants, des enseignants, des parents.

Permettre à l'enseignant d'apprendre la méthode et de la reproduire en rituel, seul, auprès des enfants de sa classe.

b. Les objectifs de résultats à moyen et long terme

o Bienfaits pour les enseignants :

Meilleure concentration des enfants Plus de facilité d'apprentissage

Meilleurs échanges avec les enfants Moins de bruits

Moins de violence verbale et physique Apprentissage du respect de l'autre

o Bienfaits pour les enfants

Espace sans obligation de résultats

Prise de conscience corporelle

Valorisation de l'estime de soi et des autres Sécurisation par la mise en place d'un rituel Bienfaits physiques sur la concentration

Aide l'enfant à reconnaître « le bon » du « mauvais toucher » (gestes agressifs, bousculades, bagarres)

2 Description de l'action

Atelier avec les enfants (4 — 6 ans) à l'école. L'adulte ne masse pas Les enfants se massent entre eux sur leurs vêtements (dos, tête, épaules, mains, bras).

L'enfant est libre de participer ou pas

Déroulement

Enchaînement de gestes précis appelé « routine » qui dure 10 à 15 minutes

L'atelier a lieu dans la salle de classe de l'enseignant

L'institutrice (ici la puéricultrice de PMI) enseigne les mouvements

à reproduire au quotidien (enchaînés selon la routine (cartes routine)

15 mouvements de massage sont proposés et visionnés par les enfants par l'intermédiaire des cartes routines (les cartes routine sont accrochés à un fil et laissées sur place) cf.

annexe O

Instauration du programme en séances de 15 minutes afin de proposer des mouvements par groupe de 3 (donc 5 séances)

Permettre à l'enseignant d'apprendre la méthode et de la reproduire en rituel, seul, auprès des enfants.

Au bout de 3 mois une séance est proposée en commun (professeur des écoles et institutrice) pour évaluer les bienfaits auprès des enfants Les cartes « routine » sont laissées à l'enseignant

Cette action sera proposée aux classes de grande section des écoles maternelles de Vandoeuvre.

(à long terme le nombre d'enfants concerné par l'action serait d'environ 300 enfants (10 groupes scolaires sur la commune).

Rôle de chaque intervenant

Contact préalable avec les enseignants et les parents afin de présenter la démarche (réunion d'information ou note dans le cahier de liaison) Installer la classe au vu de l'activité

L'institutrice apprend la méthode « routine » de base aux enfants et à l'enseignant

Lors de la première séance l'institutrice montre la routine aux enfants en binôme avec l'enseignant ou l'éducateur et fait référence aux cartes routine pour la visualisation (cartes ci-jointes).

Les adultes veilleront à ce que chaque enfant se sente respecté, inclus, tout en faisant attention aux personnalités et tempérament différents (4 tempéraments : « le chef » « le papillon » « l'observateur » « l'introverti » cf annexe O

Evaluation :

Séance proposée au bout de 3 mois pour évaluer l'action, répondre aux questions posées, observer les bienfaits

Tableau d'observation à compléter pour chaque enfant : (cf annexe 43 les tableaux d'observation)

Au début du programme

Après 2 semaines

Après 6 semaines

Après 3 mois

Après 5 mois Résultats

attendus

Instauration de rituels apaisants permettant aux enseignants, éducateurs, d'instaurer les moments de calme, de communication et l'apprentissage du respect de chacun.

Enfants plus confiants, apaisés, plus sécurisés

Liens avec les parents en transmettant dans le cahier de liaison, 2 ou 3 mouvements de la routine à reproduire à la maison.

Conclusion

Faire connaître la méthode de façon plus large (pratique acquise et enseignée dans les écoles anglaises)

Transmettre aux enseignants, éducateurs et parents une vision positive du toucher sain et de l'apprentissage du respect de l'autre tous les jours dans les classes de grandes sections de maternelle et d'étendre cette expérience positive auprès des enseignants des classes supérieurs (élémentaires)

Cette méthode peut aider à créer un lien entre les enseignants, les partenaires et les parents.

BIBLIOGRAPHIE

MANUEL DE FORMATION DU PROGRAMME DE MASSAGE DANS LES ECOLES

BRAZELTON : Les points forts

DOLTO

Les étapes majeures de l'enfance

ASHLEY MONTAGU « Touching »

ANNEXES

1

Demander la permission

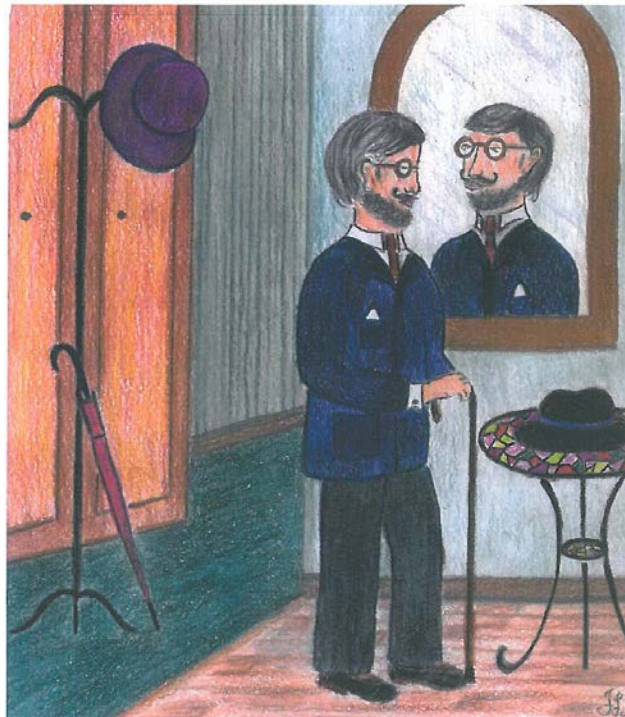
2

Les lunettes



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Héti



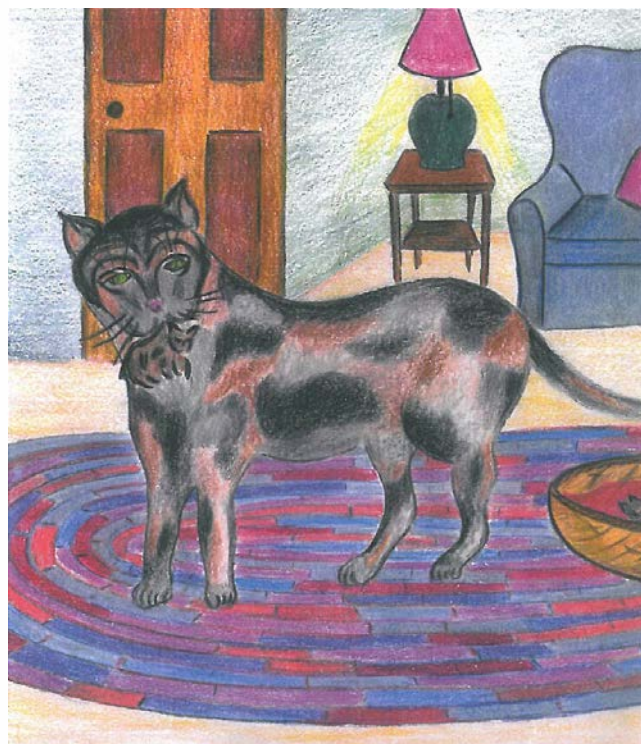
3

Maman chat



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Héti



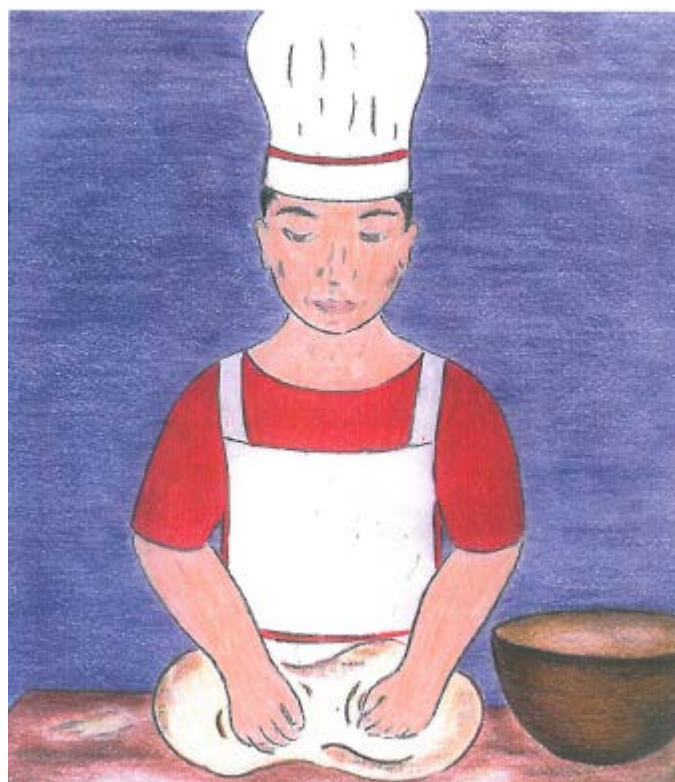
4

Le Boulanger



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.messageinschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Hébert



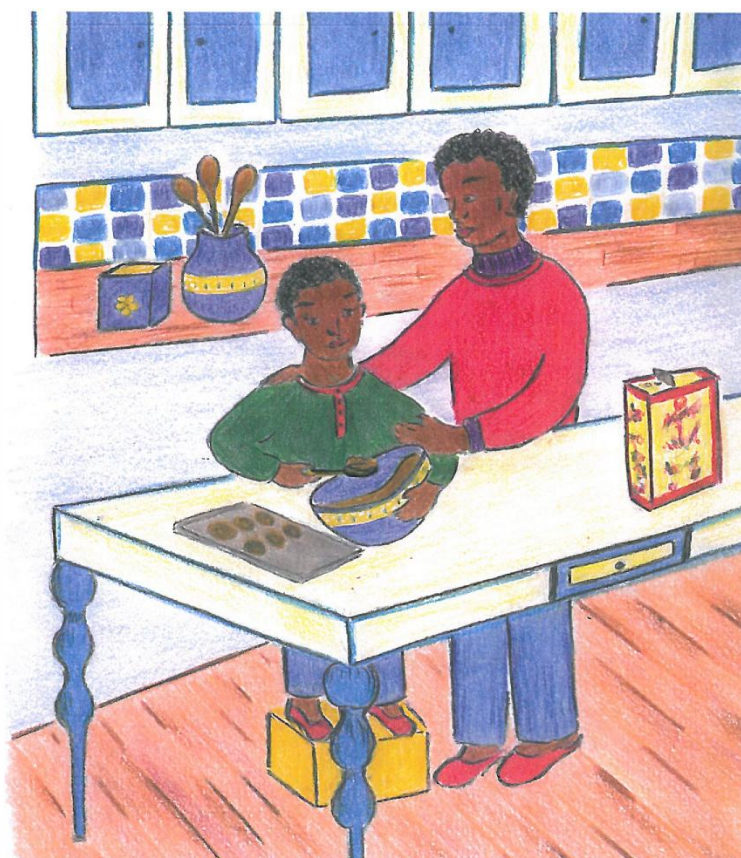
5

La cuillère



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.messageinschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Hébert



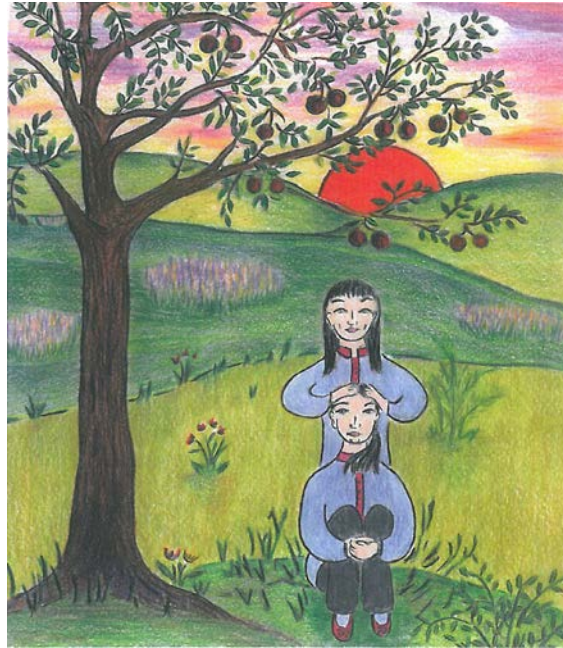
6

Caresser le front



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert



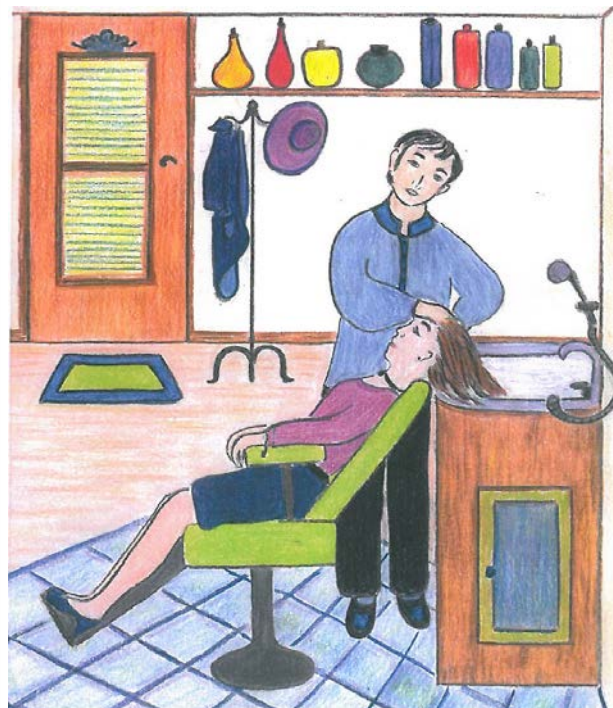
7

Le Coiffeur



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert



8

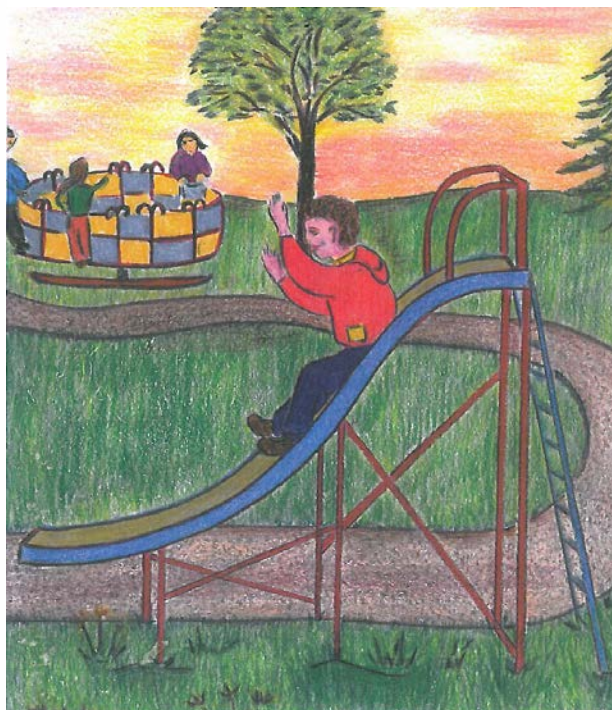
La glissade



© Ur Publications & Programmes Inc.

www.messageinschools.com

Illustration by Francine Labeur and Sylvie Hétu



9

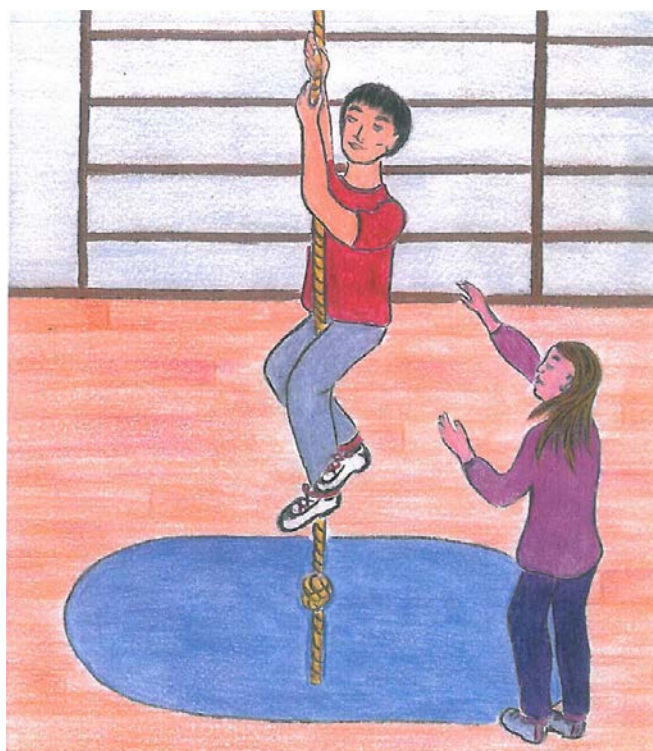
Descendre à la corde



© Ur Publications & Programmes Inc.

www.messageinschools.com

Illustration by Francine Labeur and Sylvie Hétu



10

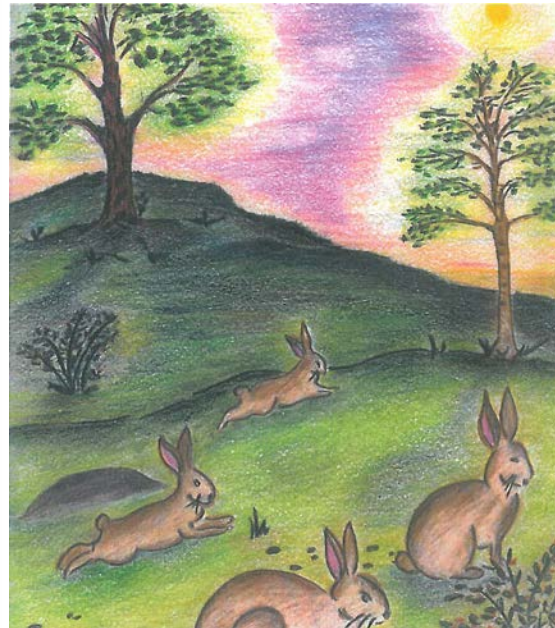
Les sauts de lapin



© Ur Publications & Programmes Inc.

www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Hébert



11

Les coeurs



© Ur Publications & Programmes Inc.

www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latour and Sylvie Hébert



12

Le papillon



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert



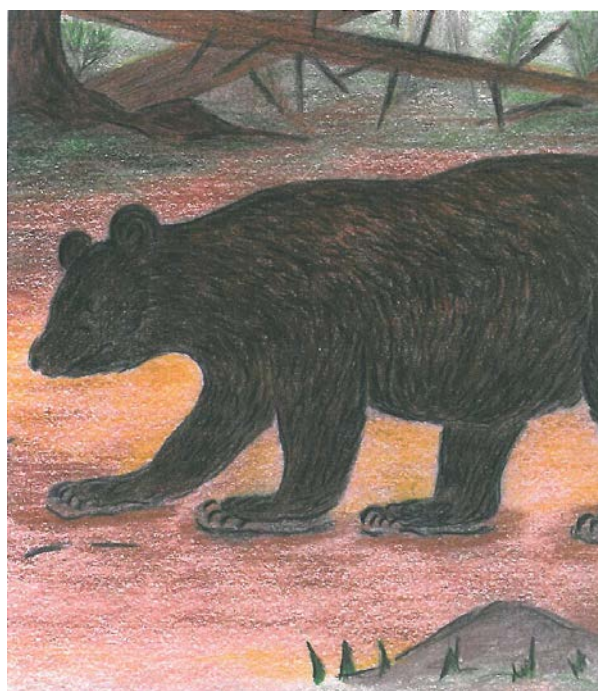
13

La promenade de l'ours



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com

Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert

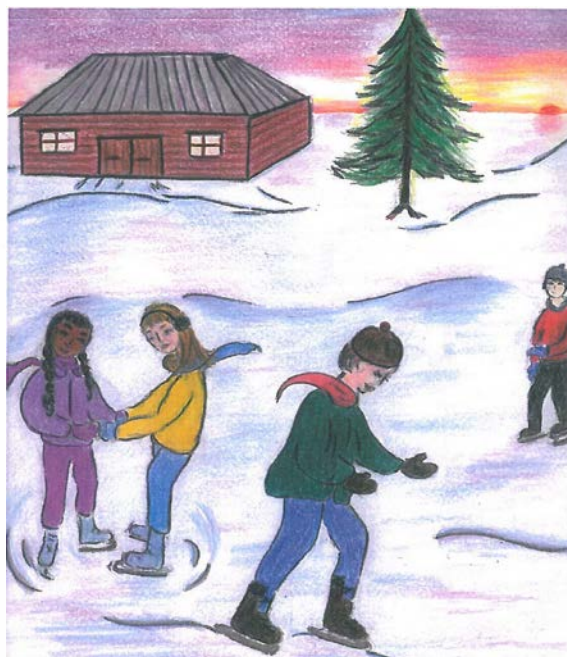


14

Le patinage



 © Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com
 Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert

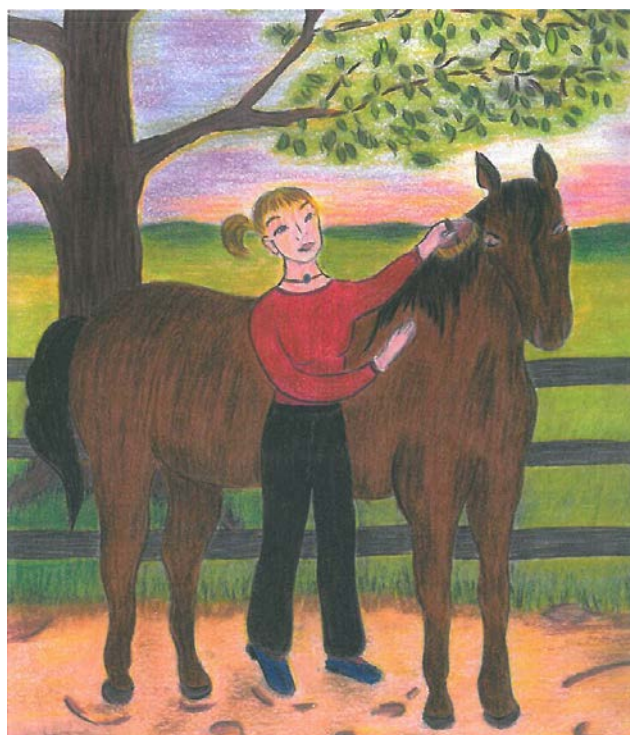


15

Brosser le cheval



 © Ur Publications & Programmes Inc.
www.massageinschools.com
 Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert



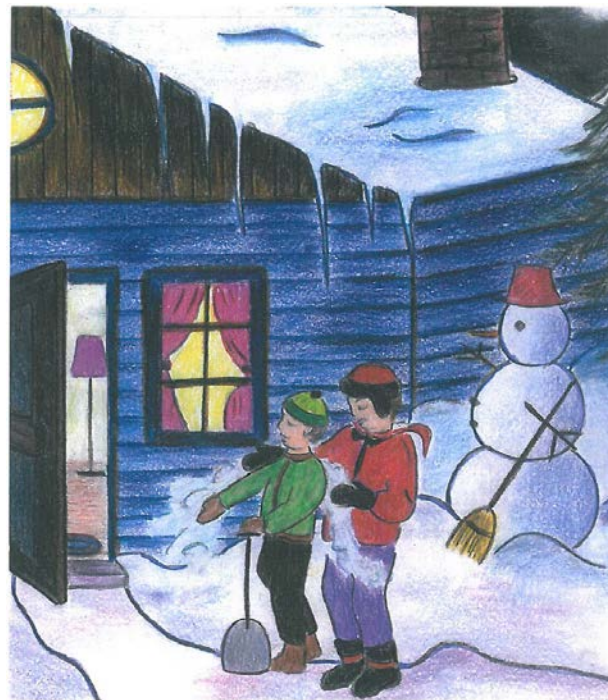
16
**Épousseter
la neige**

17
Dire merci



© Ur Publications & Programmes Inc.
www.messageinschools.com

Illustration by Francine Latreux and Sylvie Hébert



ANNEXE

QUATRE TEMPÉRAMENTS

A. Le chef

Certains enfants sont des chefs nés. Ils décident de tout, aiment qu'on les suive, aiment être chefs et participer. Les autres enfants acceptent facilement leurs ordres. Utilisez les chefs naturels et leurs talents. Assignez-leur des fonctions stratégiques au sein de la classe au moment de l'instauration du programme de massage dans les écoles, ou demandez-leur d'être vos adjoints ou de vous aider.

B. Le papillon

Celui-ci aime être partout, comme le papillon qui voltige d'un endroit à l'autre, d'une personne à l'autre, ne voulant rien manquer. Il aime s'amuser et rire, et bouge constamment. Assurez-vous qu'il est à la bonne place pour ne rien manquer et acceptez qu'il complète six mouvements de massage pendant que les autres en font trois.

C. L'observateur

Il s'agit de l'enfant satisfait *de* son sort. Il est bon observateur; il s'assied et ne bouge pas trop. « Ne pas faire trop d'efforts » est sa devise. Il apprécie le programme de massage si cela ne lui demande pas trop de déplacements. Il peut trouver laborieux de se lever de sa chaise et faire l'exercice, mais une fois qu'il a commencé, vous sentirez qu'il ne veut plus s'arrêter. Les changements sont des défis pour lui; c'est pourquoi il aime les routines.

D. L'introverti

En dernier lieu, il y a les enfants plus introvertis. Ils peuvent être très sensibles ou très émotifs. Ils excellent dans la dramatisation des situations. Ils doivent sentir que l'adulte les aime vraiment et désirent être avec lui: Si un enfant introverti a un équipier attentif, il se sentira aimé et en sécurité et abordera le programme avec sensibilité. Soyez vigilant à choisir l'équipier de l'enfant introverti, car il risque de se sentir rejeté.

OBSERVER LES ENFANTS

Directives servant à l'observation de chaque enfant

Nom : _____ Sexe : _____ Âge : _____ Classe : _____

Observer si l'enfant	Toujours	Souvent	À l'occasion	Jamais
engage le contact physique :				
• avec d'autres enfants				
• avec des adultes				
• avec les enseignants				
évite le contact physique :				
• avec les autres enfants				
• avec les adultes				
• avec les autres enseignants				
permet qu'on le touche :				
• quand les jeux sont extrêmement animés				
• quand les jeux sont plus calmes				
• lors des activités assises				
suit les directives quand :				
• les comptines sont mimées				
• les jeux augmentent les habiletés motrices				
• il s'agit d'imiter exactement les mouvements				
• il s'agit de jeux de toucher mutuel				
établit des contacts				
• par la rudesse				
• lors de jeux rudes				
• en poussant.				
• en touchant doucement				

Si ces simples observations sont faites pour chacun des enfants, il sera plus facile de constater quel type de contact physique l'enfant tolère, ce qui vous permettra de personnaliser pour chaque enfant le programme de massage.

Directives servant à l'observation de la classe entière

Date : _____ Classe : _____

Les enfants :	Oui	Aucun changement
• Sont plus respectueux		
• Demandent la permission pour d'autres activités		
• Poussent moins les autres		
• Sont plus attentifs		
• Peuvent se concentrer pendant plus longtemps		
• Sont plus empathiques		
• Sont moins agressifs		
• Sont plus tolérants		
• Sont plus sensibles		

Les meilleurs moments pour remplir ce tableau sont :

- au début du programme de massage dans les écoles
- après deux semaines
- après six semaines
- après trois mois
- après cinq mois

Prière de conserver ces rapports d'observation prêts pour utilisation.

Tableau d'observation

Nom :	Âge :	Sexe :
Description de l'enfant :	Date :	
Pour cet enfant, quels sont les objectifs visés ?		
À quelle fréquence l'enfant reçoit-il un massage ?		
Description de l'enfant après avoir reçu un massage :		
Après deux semaines :	Date :	
Après six semaines :	Date :	
Après trois mois :	Date :	
Après cinq mois :	Date :	
Description des changements remarqués chez l'enfant depuis le début du programme de massage dans l'école :		
Description des changements remarqués dans la classe depuis le début du programme de massage dans l'école :		
Autres commentaires :		



Pour tous renseignements

n'hésitez pas à contacter

CENTRE MEDICO SOCIAL

Puéricultrice P.M.I

1 rue Goethe - Bâtiment les Serins

54500 VANDOEUVRE

Tel : 03.83.55.44.31



« Ce programme est centré sur la bienveillance et le respect qui sont les fondations de relations humaines saines. Ces valeurs aident à créer un milieu sain, ouvert et sécurisant propice à la croissance et au développement de l'enfant »

MIA ELMSÄTER & Sylvie HETU

Co-fondatrice du programme M.I.S.P. (Massage Involontaire Scolaire) en Suisse et au Canada



(*) AFME : Association Française Massages à l'Ecole

PROGRAMME de MASSAGE

À L'ECOLE

Pour Qui, Où et Comment...



Les Bénéfices pour les Enfants et les Enseignants



ATELIER

« Massages à l'Ecole »

POUR QUI ?



Ce programme s'adresse aux Enfants de :

4 ans à 12 ans

OÙ ?



- ⇒ Etablissements Scolaires
- ⇒ Lieux d'accueil périscolaires
- ⇒ Structures d'accueil d'enfants

COMMENT ?

- ⇒ Les enfants se massent entre eux pendant 15 mn. sur les vêtements (dos, tête, épaules, bras et mains)



- ⇒ Les Adultes ne massent pas Les enfants
- ⇒ Les Enfants sont libres de participer ou pas
- ⇒ L'Enfant demande la permission à son camarade de le masser et termine en le remerciant

LES BENEFICES

« Pour l'Enfant et pour l'Enseignant »

Les bénéfices du massage à l'école permettent à l'ENFANT de :

- ⇒ Devenir plus calme et plus concentré
- ⇒ Augmenter la confiance en soi, le Partage, le Respect des autres et de soi-même
- ⇒ Connaître ses camarades et/ou apprendre à connaître
- ⇒ Sécuriser par la mise en place de rituels (action répétitive des gestes enseignés de la même façon, à la même heure)
- ⇒ Découverte du corps et/ou prise de conscience corporelle



Pour l'ENSEIGNANT les bénéfices de cette activité « Massage » sont les suivants :

- ⇒ Classe plus harmonieuse
- ⇒ Le Regard change par rapport à certains Enfants
- ⇒ Moins de discipline face à une classe plus calme
- ⇒ Respect grâce à une communication plus sereine