

Développement psychomoteur du jeune enfant

(Extraits d'après les travaux de Dutilleul MB, Du Saussois N, Gilibert H, Les enfants de 2 à 4 ans à l'école maternelle, A Clolin, de J Lacombe, Le développement de l'enfant de la naissance à 7 ans, Editions De Boeck)

	2 ANS	2 ANS 6 MOIS	3 ANS	3 ANS 6 MOIS	4 ANS	5 ANS
MARCHE	La marche est hésitante.	La marche est plus assurée, équilibrée et s'automatise progressivement. L'enfant devient capable de marcher sur la pointe des pieds.	L'enfant se déplace en avant, en arrière, sur la pointe des pieds et sur les talons.	L'enfant passe de la marche à la course sans trop de difficulté.	La marche est assurée. Toutes les marches sont possibles : avant, arrière, latérale.	
COURSE	La course apparaît bien après la marche. L'enfant semble courir après son équilibre et avant la course réelle, apparaît une sorte de trotinement.	La course est une marche accélérée.	La course n'est pas tout à fait contrôlée. On retrouve la difficulté à s'arrêter brusquement, à éviter un obstacle, à changer de direction, à enchaîner avec une autre action.	La course s'organise en un mouvement continu, succession d'appuis et de suspensions. Le mouvement devient plus fluide.	La course est réussie sans mouvements parasites. L'enfant est capable de passer de la course à la marche ou inversement sans rupture ni temps d'arrêt.	L'enfant court avec aisance.
LANCER	Tentatives de lancers. Simples ouvertures de la main puis projections vers le sol. L'enfant lâche l'objet à la demande.	Il parvient à donner une impulsion au geste de lancer ou de faire rouler mais le mouvement reste désordonné sans réelle efficacité ni recherche de cible.	Le geste s'ordonne. L'enfant commence à se soucier de la direction. Une orientation du lancer se précise mais il reste de faible amplitude, imprécis. Le corps entier semble se projeter en avant en même temps que le projectile.	Il se préoccupe de la distance et commence à régler la force et l'amplitude du geste en fonction du but.	Il lance et reçoit mais sans économie et précision dans le geste. Les formes de lancer se diversifient (à 1 main, à 2 mains, à bras cassé, au dessus de la tête...) et s'adaptent de mieux en mieux au projectile, à la taille et à la distance de la cible.	Il peut lancer rapidement une balle et la recevoir correctement. La possibilité de coordonner un élan pour lancer plus loin est beaucoup plus tardive.
SAUTER	Les premiers sauts effectifs apparaissent. L'enfant dépense une énergie considérable pour un résultat négligeable. Les sauts en contrebas sont d'abord des chutes (il n'y a pas d'impulsion) dont la réception n'est pas encore équilibrée. Il sait sauter d'une petite hauteur, mais ne sait pas décoller du sol à l'arrêt.		Les premiers sauts relativement efficaces apparaissent. Il s'agit d'enjambement pour franchir un obstacle bas, mais il y a très peu de possibilité de progression vers l'avant. Il sait sauter un petit obstacle bas et étroit à pieds joints.		L'amplitude et la variété de saut augmentent. Il saute sur un pied et pieds joints, un peu plus haut, un peu plus loin. L'impulsion devient	Il se déplace à cloche pied sur une petite distance. (C'est la forme de saut la plus difficile). A partir de 6, 7 ans, il saute avec son

	La plupart du temps, l'enfant enjambe l'obstacle sans sauter.			plus efficace. Il n'est pas capable d'enchaîner course et impulsion sans temps d'arrêt.	ped dominant sur une plus longue distance.	
TIRER PORTER	L'enfant tire et traîne. Le mouvement spontané, désordonné commence à s'organiser.	Il tire, traîne, soulève, pousse. Il transporte maladroitement.	Il a une meilleure prise des objets.	LEVER PORTER La prise est adaptée à l'objet.		
MONTER GRIMPER	Il monte et descend l'escalier marche après marche		Il monte correctement. Il descend marche après marche.			
ESPACE	L'enfant a des repères dans l'espace connu mais appréhende les espaces inconnus. Le mouvement lui fait découvrir la signification des mots « avant, arrière, haut, bas, dedans, dehors, devant, derrière, en haut, en bas »	L'enfant n'a plus peur des espaces inconnus. Le vocabulaire relatif à l'espace se complexifie. Il réussit à combiner plusieurs mots (ex : sur la table, sous, dessus, dessous..) et prend conscience de la place des objets.	Il manifeste un intérêt marqué pour les détails qui concernent l'espace et l'orientation. Concernant le mouvement dans l'espace, il est capable de changer de sens en mouvement continu.	Il est capable d'aller dans tous les sens en un mouvement continu.	Repères dans l'espace : « à côté, loin, près, autour, moyen, couché (horizontal), debout (vertical) »	Repères dans l'espace : « contre (quelque chose), partout, droit »
RYTHME	Il perçoit mal les rythmes extérieurs.	Il prend conscience d'un rythme autre que le sien.	Tout en essayant de s'adapter aux rythmes qui lui sont proposés, sa réponse est souvent décalée.	Il améliore sa rapidité d'exécution.		
RELATION	Il agit individuellement, en ordre dispersé.	Il tient compte des autres, il est capable de les éviter ou de les associer à son action.	Le travail à deux devient possible.	Le travail à deux est possible sans difficulté.		
IMMOBILITE	Il est peu capable d'immobilité.	Il peut s'immobiliser quelques secondes.	Il commence à s'immobiliser à la demande, mais son temps de réaction est long.	Le temps de réaction à un signal se réduit.		
TONUS	Hypertonie dominante					

Recommandations

Lancer

Il est primordial de proposer aux élèves des situations de lancer en faisant varier au maximum :

- Les projectiles en taille, forme, poids, encombrement (ne pas se limiter aux balles et ballons mais faire lancer des objets longs, circulaires...)
- Les cibles en distance (de plus en plus éloignées au fur et à mesure que l'enfant grandit), en taille (très grande pour les enfants les plus jeunes), placement (cibles au niveau du regard, au sol, en hauteur, au-dessus de la tête...)
- Les situations de lancer individuelles et collectives (balles brûlantes)
- Les moyens de vérifier le résultat (cibles sonores, qui accrochent le projectile, projectile laissant une marque...)

Rattraper

Avant 4, 5 ans, on peut dire que la réception est pratiquement impossible, à moins d'effectuer un lancer précis et lent dans les bras de l'enfant et, même dans ce cas, certains enfants mettent trop de temps pour réagir et fermer les bras sur le ballon.

Vers 5 ans, les enfants attrapent le ballon entre la poitrine et les bras mais sont incapables d'une réception dans les mains à distance du corps.

Vers 6 ans, la réception est réussie si le ballon a été envoyé dans l'axe du corps, mais pas si il a été lancé latéralement.

En conséquence, pour les jeunes enfants, on ne peut pas mettre en place des situations d'apprentissage du lancer sous la forme d'échanges entre enfants, ni de jeux collectifs basés sur le principe d'échange de ballons.

Déplacer des objets

L'enfant cherche très rapidement à déplacer des objets : traîner, pousser, tirer, soulever... Il soulève avec des prises de plus en plus efficaces. Il aura alors à résoudre des problèmes de coordination entre l'orientation de son déplacement, les changements éventuels de direction et la prise de l'objet car il s'engage dans des opérations parfois complexes qu'il peut très bien résoudre s'il a la possibilité de s'y exercer souvent.

Les jeux de déménageurs ne devront pas se limiter au transport de petits objets. Les objets encombrants, volumineux, posent des problèmes différents sur le plan des conduites motrices et peuvent d'autre part amener les enfants à commencer à mettre en œuvre une coopération à 2 ou à plusieurs.

Courir

La course comme la marche doit faire l'objet de situations d'explorations particulières. Course d'adaptation chez les plus jeunes (courir sur des terrains différents, avec ou sans obstacles, en montée et en descente...) elle va se différencier en course rapide d'une part (moins de 5 secondes vers 5/6ans moins de 7 secondes vers 10 ans) et course longue d'autre part (dès 5 ans les enfants peuvent courir plus d'une minute jusqu' à 10 à 15 minutes à 10 ans)

Sauter

Il s'agit dans les premières années (jusqu'à 6/7 ans) non pas de faire acquérir des formes de sauts déterminées, mais de proposer des situations d'explorations les plus variées possibles pour permettre aux enfants de développer une maîtrise croissante de toutes formes de sauts et d'être capable d'adapter l'organisation du saut (élan, impulsion, réception) à l'obstacle.

Ensuite les progrès viendront d'une meilleure liaison course/impulsion et de l'amélioration de la coordination des différentes phases de saut.

Quadrupédie et grimper

Les progrès se manifestent par la maîtrise progressive de situations de plus en plus complexes : grimper sur des supports de moins en moins inclinés (jusqu'à la verticale), de plus en plus irréguliers, avec des appuis de moins en moins sûrs.

La mise en œuvre de toute forme de quadrupédie, à tous les âges, est fondamentale pour l'activation simultanée des deux hémisphères cérébraux et le renforcement du corps calleux.

Monter et descendre les escaliers

Les différences entre enfants ne viennent pas de différences d'aptitudes motrices mais d'un déficit d'apprentissage.

Des situations d'apprentissage utilisant des escaliers (trop peu utilisés dans la vie courante) devraient être mises en place lors de séances d'Eps à l'école maternelle.