

# COMMENT FAVORISER LE DÉVELOPPEMENT MOTEUR DE VOTRE ENFANT AVANT SON ENTRÉE À LA MATERNELLE ?

La rentrée à la maternelle vous préoccupe? Vous souhaitez préparer votre enfant pour le début des classes, mais vous ne savez pas comment? Sachez que plusieurs activités quotidiennes permettent le développement moteur de votre enfant!

## ?? MAIS QU'EST-CE QU'ON ENTEND PAR DÉVELOPPEMENT MOTEUR?

**Le développement moteur représente l'évolution de l'enfant sur le plan physique. Il comprend la motricité globale et la motricité fine.**

### UN PETIT MOT SUR LA MOTRICITÉ GLOBALE

Lorsque l'enfant saute, cours, rampe, marche à quatre pattes, etc., il développe sa motricité globale. La motricité globale est donc la capacité de l'enfant à maîtriser son corps tout en contrant la gravité.



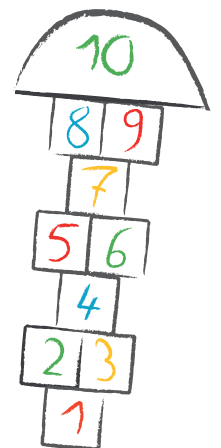
### UN PETIT MOT SUR LA MOTRICITÉ FINE

Lorsque l'enfant découpe, colore, colle, bricole, etc., il développe sa motricité fine. La motricité fine est donc la capacité de produire et contrôler des mouvements avec les bras et les mains.



### QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS POUR DÉVELOPPER LA MOTRICITÉ GLOBALE

- 1 Créer un parcours dans un corridor à l'aide de ruban adhésif ou de tout autres objets à votre disposition, dans lequel l'enfant devra effectuer des défis comme se tenir en équilibre sur un pied, sauter, lancer des objets, ramper, etc. (Pour vous inspirer : <http://rseqqca.com/wp-content/uploads/2015/10/Id%C3%A9es-parcours.pdf>);
- 2 Aller jouer au parc (activités de balançoire, de marelle, de glissade, etc.);
- 3 Demander à votre enfant d'imiter un animal lorsqu'il se déplace pour aller à sa chambre (par exemple : grenouille, crabe, tigre et kangourou);
- 4 Débuter l'apprentissage du vélo, incluant le tricycle pour les 3-4 ans et la bicyclette avec des roues stabilisatrices pour les 4-5 ans (vous pourrez les enlever lorsque l'enfant se sentira prêt!).



## QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS POUR DÉVELOPPER LA MOTRICITÉ FINE

- 1 Utiliser des pochoirs et une éponge pour créer un bricolage original;
- 2 Réaliser des activités de découpage (incluant des lignes larges pour les 3-4 ans et des carrées pour les 4-5 ans);
- 3 Profiter du printemps pour sortir dehors et faire des dessins avec des craies;
- 4 Réaliser des activités de collage de gommettes.



### Pistes de réflexion pour inclure des activités motrices dans votre quotidien

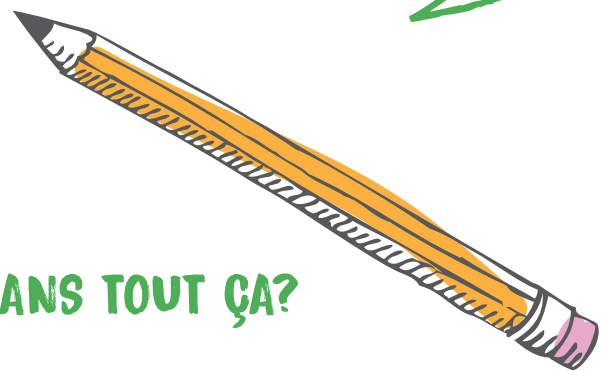
- Quel est le meilleur moment dans votre journée pour accompagner votre enfant dans les activités motrices structurées?
- Quelles activités ne demandent pas de supervision constante de votre part et vous permettent de réaliser d'autres tâches quotidiennes en même temps?
- Quels sont les forces et les défis de votre enfant?
- Comment pouvez-vous adapter les activités selon ceux-ci?

**PSST...**

*Si vous constatez que votre enfant présente des difficultés à réaliser une activité, n'hésitez pas à lui offrir votre aide ou simplifier l'activité. L'activité doit être un défi atteignable pour l'enfant, afin qu'il soit motivé à la réaliser et qu'il s'y investisse entièrement.*



## ET L'ÉCRITURE DANS TOUT ÇA?



Le coloriage, le découpage et les jeux de table sont toutes des activités qui permettent à l'enfant de se préparer à écrire. Nul besoin que l'enfant sache écrire son prénom de mémoire dès son entrée à la maternelle, rassurez-vous! Toutefois, si votre enfant débute la maternelle 5 ans, vous pouvez vous amuser à écrire vous-même le prénom de votre enfant sur ses coloriages, dessins et bricolages pour qu'il puisse le copier.

#### Références

- Case-Smith, J. & O'Brien, J. C. (Eds). (2015). Occupational Therapy for Children and Adolescents. (7th ed.). St-Louis, Missouri: Elsevier
- Mosby. Éditions du CHU Sainte-Justine. (2014). Le développement de l'enfant au quotidien de 0 à 6 ans.
- Repéré à: [https://www.editions-chusainte-justine.org/media/livre/document/253\\_Tableau\\_synthese\\_Dev\\_06ans.pdf](https://www.editions-chusainte-justine.org/media/livre/document/253_Tableau_synthese_Dev_06ans.pdf)  
Ferland, F. (2004). Le développement de l'enfant au quotidien : Du berceau à l'école primaire, Hôpital Ste-Justine, Montréal.

Document préparé par : Isabelle Tremblay, ergothérapeute (2021)

