



# BOUGER avec PLAISIR

Chez mon **ASSISTANTE MATERNELLE**  
Et au **RAM de Saint-André-de-l'Eure**

Ce projet a reçu le soutien de





Baby gym à Marcilly-sur-Eure le 7 octobre 2019.



## La psychomotricienne

Mme Boscher

### Intérêt

Les lancers permettent à l'enfant d'exercer et d'affiner la précision, la force et la fluidité. Cela prépare les apprentissages et l'utilisation de l'outil scripteur. Tout le corps s'organise pour garder l'équilibre, les points d'appuis au sol pour libérer le mouvement du bras. Il en est de même pour la posture assise à table pour l'écriture.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Jeu - Concentration - Coordination - Découverte

### Rôle de l'assistante maternelle

La mise en place de cette activité repose surtout sur vos capacités d'observation.

En effet, observer le comportement des enfants vous permettra de repérer ce besoin de lancer et de proposer l'activité adaptée. Quel pur plaisir pour l'enfant que de lancer une balle !

Pour varier les plaisirs, proposez différentes sortes de balles ! Vous pourrez ajuster l'activité si besoin pour éviter de mettre les enfants en situation d'échec.

Pensez également à échanger avec les parents (avant et après).

### Conseils et Astuces

Encourager et valoriser chaque enfant par le regard, un mot ou de simples gestes (comme des applaudissements).

L'activité est idéale dans un couloir. C'est un lieu qui permet à l'enfant de faire rouler les balles. Pensez à matérialiser le départ.

# Atelier Bowling



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Quelques bouteilles vides ou légèrement lestées
- ▶ Un espace bien défini (de préférence face à un mur)
- ▶ Une balle plus ou moins grosse

Invitez l'enfant à se placer face au mur pour lancer la balle sur les quilles.

**Idée :** la réalisation de quilles décorées peut faire aussi office en amont d'un bel atelier manuel avec les enfants.

## PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

### Hygiène

La veille au soir vérifier l'état du matériel.

### Sécurité

Utilisation de tapis adaptés absorbant les chocs. Ne pas prendre des tapis d'emboîtement (type puzzles).

### Prévention

Mettre un pain de glace au congélateur. Arnica sur prescription médicale uniquement à partir de 6 mois. Affichage des numéros d'urgence.



Baby gym à Marcilly-sur-Eure le 4 novembre 2019.



## La psychomotricienne

Mme Boscher

### Intérêt

Les lancers permettent à l'enfant d'exercer et d'affiner la précision, la force et la fluidité. Tout le corps s'organise pour garder l'équilibre, les points d'appuis au sol pour libérer le mouvement du bras. Il en est de même pour la posture assise à table pour l'écriture.

Varié les prises, les tailles de balles et l'orientation des tirs permet de faire appel à diverses préhensions et donc de stimuler les praxies comme bien tenir la cuillère pour manger ou encore l'utilisation de l'outil scripteur.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Plaisir - Découverte - Coordination  
Interactions

### Rôle de l'assistante maternelle

Organiser l'activité (le confort des enfants, choix du moment propice, l'espace, la gestion des enfants, le rangement), observer le comportement des enfants, se mettre à leur hauteur le plus possible, ajuster l'activité si besoin en fonction des enfants pour éviter de les mettre en situation d'échec, échanger avec les parents (avant et après).

### Remarque

Avant toute activité pour permettre à tous les enfants de comprendre le jeu, vous pouvez proposer au plus grand de faire une démonstration.

# Atelier Handball



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Une balle ou un ballon de taille moyenne.
- ▶ Un cerceau ou une feuille à coller au mur à l'aide de pâte à fixe avec le dessin d'un but de handball ou d'un cercle.

## PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

### Recommandations

Pensez à la sécurité des enfants et à l'hygiène (sol et matériel).

Il est important de prévenir les parents la veille au soir.

Mettre au congélateur des pains de glace en cas de chute.

Avoir à proximité des numéros d'urgence si besoin.

Prendre en compte l'adhésion de l'enfant.



Baby gym à Marcilly-sur-Eure le 23 septembre 2019.



Lancer

## La psychomotricienne

Mme Boscher

### Intérêt

Les lancers permettent à l'enfant d'exercer et d'affiner la précision, la force et la fluidité. Cela prépare les apprentissages et l'utilisation de l'outil scripteur. Tout le corps s'organise pour garder l'équilibre, les points d'appuis au sol pour libérer le mouvement du bras. Il en est de même pour la posture assise à table pour l'écriture.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Valorisation - Activité ludique  
Encouragements - Expérience

### Rôle de l'assistante maternelle

Cette activité répond parfaitement au besoin de lancer.

Pourquoi ne pas constituer un sac avec des choses que l'enfant aura le droit de lancer sans danger pour sa sécurité, celle des autres enfants et votre mobilier ? Les possibilités sont nombreuses : des ballons de baudruche, des pompons, des plumes ect...

### Remarque

C'est une activité qui peut être organisée aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur.

# Atelier Basket

## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ De projectiles légers : ballon, balle, paire de chaussettes
- ▶ Un réceptacle : un seau, un panier à linge
- ▶ Un espace bien défini (de préférence face à un mur)

**Idée :** l'adulte peut former un cercle avec ses mains et créer un panier amusant, il peut ainsi jouer avec l'enfant à tour de rôle.

## PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

### Prévention

Veiller au risque de chute.

Pour éviter que l'enfant ne se sente en échec, laissez le s'approcher du panier au plus près.



Baby gym à Marcilly-sur-Eure du 7 octobre 2019.

# Atelier petit Serpent

## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Deux chaises pour accueillir l'obstacle.
- ▶ D'un balai ou seulement de son manche.
- ▶ Une écharpe peut convenir si vous souhaitez quelque chose de non rigide.

### PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

#### Hygiène

La veille au soir vérifier l'état du matériel.

#### Sécurité

Utilisation de tapis adaptés absorbant les chocs. Ne pas prendre des tapis d'emboîtement (type puzzles).

#### Recommandations

Penser à augmenter le chauffage si besoin par rapport au sol qui peut être froid, attention à l'ergonomie (pensez à vous protéger le dos), reposer à l'enfant l'activité pour qu'il puisse passer de la découverte à l'expérimentation.



## Ramper

## La psychomotricienne

Mme Boscher

#### Intérêt

Ramper nécessite l'organisation de tous les membres autour de l'axe corporel (colonne vertébrale) pour pouvoir coordonner le haut et le bas du corps, la gauche et la droite. Cela lui permet alors d'atteindre le premier moyen de déplacement et en repoussant le sol de se familiariser avec la position demi-assise. Position qu'il pourra trouver par essai erreur, seul et à son rythme.

Cet atelier permet de prendre conscience de l'espace arrière de son corps, son dos et l'arrière de sa tête. Cela permet de construire l'espace et d'éprouver le fait de passer en dessous.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

#### Mots-clés

Simplicité - Valorisation - Autonomie  
Expériences

#### Rôle de l'assistante maternelle

Être au plus près du sol représente pour certains enfants un véritable plaisir. Pour d'autres, l'acquisition de la marche et le désir d'être toujours plus haut va l'emporter !

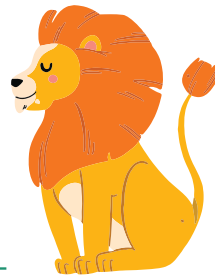
N'hésitez pas à les accompagner dans cet atelier, voir les adultes ramper les fait toujours sourire !

#### Remarque

certaines enfants auront besoin d'abord d'une phase d'observation avant de pouvoir expérimenter l'activité.



# Atelier petit Lion



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Quatre chaises.
- ▶ Un grand drap pour recréer un tunnel.

PMI  
la puéricultrice  
et l'infirmière

### Recommandations à suivre

Uniquement avec du matériel recommandé, vérifier la température du sol et augmenter le chauffage si besoin.

### Prévention

faire toujours attention à son dos et ses postures.



Ramper

## La psychomotricienne

Mme Boscher

### Intérêt

Cette activité permettra à l'enfant de repasser par la position 4 pattes pour exercer l'alternance droite gauche et la coordination haut bas du corps.

Le 4 pattes prépare et renforce la marche, nous conservons cette alternance droite gauche et la coordination haut bas du corps en position debout.

Passer dans le tunnel permet de travailler sur les limites: dedans et dehors.

### Idée

Utiliser à la maison des cartons, des cabanes en tissus ou des coussins pour jouer avec ces limites spatiales.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Confiance - Motricité libre - Encouragement Interactions

### Rôle de l'assistante maternelle

Organiser l'activité (le confort des enfants, choix du moment propice, l'espace, la gestion des enfants, le rangement), observer le comportement des enfants, se mettre à leur hauteur le plus possible, échanger avec les parents (avant et après).

### Astuces

Pour les enfants hésitant à entrer dans le tunnel, leur proposer une balle lumineuse pour les rassurer ou se mettre à l'extrémité du tunnel pour qu'ils vous voient et vous rejoignent.

Cette activité permet aux enfants marcheurs de repasser par du 4 pattes!



Baby gym à Marcilly-sur-Eure du 28 novembre 2019.

# Atelier Saut



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Un tapis.
- ▶ Des lattes au sol ou dessiner avec une craie au sol et proposer à l'enfant de sauter sans toucher.
- ▶ Des cerceaux pour inviter l'enfant à sauter à l'intérieur.

### PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

#### Sécurité

Tous les ateliers de hauts sauts ne peuvent être organisés au domicile des assistants maternels (le matériel doit être adapté et l'atelier encadré par un professionnel).

Attention aux canapés et rebords de meubles.



Sauter

## La psychomotricienne

Utiliser un marche-pied deux marches permet d'appréhender le vide sans mettre l'enfant en danger.

Cet atelier stimule le réflexe « parachute » et donne confiance à l'enfant.

L'enfant exerce l'ajustement musculaire entre les chaînes antérieures et postérieures pour aboutir à la flexion / extension des jambes.

Pour les enfants qui n'ont pas encore accès au sautiller et donc ne sont pas à l'aise pour le saut d'une hauteur nous pouvons proposer de danser et/ou de faire du trampoline.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

#### Mots-clés

Vigilance - Sécurité - Besoin - Disponibilité

#### Rôle de l'assistante maternelle

Organiser l'activité (le confort des enfants, choix du moment propice, l'espace, la gestion des enfants, le rangement), observer le comportement des enfants, se mettre à leur hauteur le plus possible, ajuster l'activité si besoin en fonction des âges des enfants, échanger avec les parents (avant et après).

#### Conseil

Si vous prenez les enfants en photo pendant les activités, pensez à ne pas les couper dans leur élan ou leur action.



## La psychomotricienne

Mme Boscher

### La roulade

La roulade avant/arrière, les "roulé-boulé" sur le côté permettent de revenir à son centre, ils travaillent le mouvement de flexion de la tête et du corps.

### À retenir

L'enroulement est la première forme dans laquelle le fœtus est installée, c'est cette position qui pourra reconforter ou apaiser plus tard l'enfant.

### Vigilance

Certains enfants peuvent avoir une appréhension à enrouler la tête pour diverses causes (naissance difficile, chute, accident), proposez de passer d'abord sur le côté et écoutez l'enfant.

Faire rouler le doudou ou une peluche pourra aider les enfants appréhendant cette activité.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Verbalisation - Sécurité - Confiance - Plaisir

### Rôle de l'assistante maternelle

Pour aider l'enfant à surmonter son appréhension de la roulade vous pouvez aussi l'accompagner par la lecture d'albums, celui de Tatsuhide Matsuoka "Roule" est particulièrement adapté à cet atelier roulade.

### Astuce

Pour varier dans le jeu vous pouvez proposer aux enfants de rouler sur eux-mêmes sur le côté.

# Atelier Roulade



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

### ► Un tapis épais

**Technique pour accompagner l'enfant :** lui demander de mettre les mains au sol, de tendre les jambes et rentrer la tête vers les jambes.

L'adulte met une main au niveau de la nuque de l'enfant et une autre main au niveau de ses fesses ou au bas de son dos, il peut ensuite accompagner le mouvement.

**Idées :** si vous avez du matériel cylindrique ou un autre objet qui roule (adapté à la taille de l'enfant), vous pouvez lui proposer de s'allonger sur le cylindre les mains en avant et l'accompagner dans ses mouvements vers l'avant.

**Enrouler la tête de l'enfant pour la roulade.**

**La roulade peut se faire sous forme de jeu symbolique, en utilisant l'ours comme fil conducteur :** pour la position, regarder entre ses jambes et accompagner l'enfant à rouler.

PMI

Sécurité

Le tapis doit être plat et épais

La puéricultrice  
et l'infirmière





**Bouger**

# Atelier Course

## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Quelques objets pour délimiter un trajet.
- ▶ Consignes dynamiques pour le conduire à marcher vite ou courir.

### PMI

## La puéricultrice et l'infirmière

### Sécurité

Veiller aux risques de chute (enlever les jouets ou les objets au sol).

Pensez à mettre au congélateur des pains de glace par précaution.

En cas de chute, possibilité d'appliquer de l'arnica si les parents ont fourni une ordonnance (valable 6 mois).

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Plaisir de courir - Besoin - Sécurité - Simplicité

### Rôle de l'assistante maternelle

"Ne cours pas!"

Nous avons oublié que le besoin et le plaisir de courir est primordial pour l'enfant. Il s'agit d'un atelier très simple à organiser surtout à l'extérieur.

### Remarque

Cette activité est plus adaptée à l'extérieur sauf si vous avez une grande pièce à l'intérieur, pensez dans ce cas à bien sécuriser l'espace à hauteur des enfants (coins de table ect...).



**Bouger**

## La psychomotricienne

Mme Boscher

### La position califourchon

C'est se placer au dessus d'un objet avec les hanches en ouverture.

### Intérêts

Travaille la stabilité de l'axe corporel et l'axe vertical. L'ouverture des hanches, la mobilité, la stabilité du bassin permet de meilleures sensations pour ensuite renforcer l'équilibre debout sans appui. Maîtrise de l'axe corporel par un buste fort, souple et équilibré. L'équilibre de l'axe vertical permet à l'enfant d'avoir accès au mouvement juste (loi de succession proximo-distale). Assis trop tôt et ayant peu conscience du pied comme « pied porteur », l'enfant pourra trouver ses appuis en étant assis à cheval sur la cuisse de l'adulte. Il est nécessaire alors de bien positionner les pieds au sol pour que l'enfant soit acteur du maintien de sa posture.

### Conseils

Pied nus pour ressentir les appuis et stimuler la musculature pour une meilleure posture de l'ensemble du corps.

### Idée

Possibilité d'utiliser les coussins de canapés (assez hauts), un traversin, la jambe de l'adulte ou encore un banc pour les plus petits.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

### Mots-clés

Bien-être - Plaisir - Motricité libre - Disponibilité

### Rôle de l'assistante maternelle

Organiser l'activité (le confort des enfants, choix du moment propice, l'espace, la gestion des enfants, le rangement), observer le comportement des enfants, se mettre à leur hauteur le plus possible, échanger avec les parents (avant et après)

### Conseil

Si vous prenez les enfants en photo pendant les activités, pensez à ne pas les couper dans leur plaisir ou leur action. Les plus belles photos ne sont pas toujours celles où l'enfant pose, surtout quand il est stoppé dans son plaisir !

# Atelier à Cheval



## Les éducateurs sportifs de Siel Bleu

Pour cet atelier, vous aurez besoin de :

- ▶ Acheter un « peanut ball » : c'est un gros ballon de pilates ou utilisé au yoga en forme de cacahuète. Il permet à l'enfant de se mettre à cheval et de travailler l'équilibre.

Si vous n'avez pas de matériel :

- ▶ Utiliser une structure ronde ou empiler des coussins les uns sur les autres et mettre l'enfant à cheval pour travailler son équilibre.
- ▶ Tout simplement proposer à l'enfant de s'asseoir sur un de vos genou et chanter « au pas, au trot, au galot » (en mimant le cheval).

PMI

La puéricultrice  
et l'infirmière

### Sécurité

Uniquement avec un matériel adapté car il peut y avoir un risque de brûlure à l'intérieur des cuisses de l'enfant s'il est en body.



## Quelques conseils pratiques pour mettre en place des ateliers motricité à votre domicile

### La psychomotricienne Mme Boscher

Comment l'assistant maternel peut mener à bien ses ateliers à son domicile ?

- ▶ Je détourne les objets du quotidien.
- ▶ Je pars de ce que l'enfant fait.
- ▶ Je respecte les règles de sécurité.
- ▶ J'identifie avant le lieu sur un temps donné.
- ▶ Je varie les supports et les textures du matériel utilisé.
- ▶ J'interviens le moins possible sur le corps de l'enfant mais je reste près de lui pour apporter du soutien, des encouragements et de la valorisation.

**À retenir :** Lorsque l'enfant expérimente et explore ses capacités motrices, nous pouvons être tentés de lui dire "Attention ! Tu vas tomber !". L'enfant peut alors penser qu'il n'est pas capable... il est préférable de partager avec lui notre ressenti "j'ai peur que tu tombes, je préfère venir près de toi."

Quand l'enfant fait seul, il apprend et consolide sa confiance en lui mais s'il ne réussit pas tout du premier coup, il est judicieux de soit revenir sur les étapes du développement antérieures ou/et de lui reproposez l'activité.

## PMI La puéricultrice et l'infirmière

Pensez avant chaque activité à la tenue vestimentaire des enfants, la température de la pièce et du sol.

Tous les soins d'hygiène doivent être effectués avant l'activité.

Aussi il est important que vous preniez soin de votre corps pendant les activités avec les enfants en faisant attention à vos postures.

Attention à ne pas tenter de reproduire des activités de motricité qui nécessiteraient un encadrement professionnel et du matériel spécifique.



## Conseils

## Les éducateurs de siel bleu

Manon et Emmanuel

Il est important de tenir compte de l'âge des enfants et de leurs compréhensions.

Donnez à l'enfant des consignes simples, claires et brèves. Les enfants tendent naturellement vers le mouvement, ils bougent, sautent, lancent et touchent à tout. Nous ne cherchons qu'à organiser cette énergie. Proposez leur des activités simples et ludiques. En fonction de leurs réponses, modulez ou arrêtez l'activité. L'important c'est de lui proposer et lui laisser la liberté de s'en saisir ou non.

## RAM Saint-André- de-l'Eure : EJE

Les activités de motricité peuvent être proposées tous les jours à votre domicile de manière organisée ou spontanée avec un aménagement de l'espace qui permet à l'enfant de bouger librement en fonction de ses besoins et en toute sécurité.

En premier lieu, partez bien de vos observations de l'enfant : à quelle étape du développement psychomoteur se trouve-t-il ? Quels sont ses besoins ? Ses envies ?

Il est important de bien donner les règles et les conditions d'utilisation quand un objet est détourné.

Pour que l'enfant identifie l'activité gym, pensez à un pictogramme.

Travaillez en partenariat avec les parents pour les associer à poursuivre à leur domicile (week end, vacances).

Pour approfondir vos pratiques professionnelles, pensez à la formation continue ou aux soirées thématiques proposées par le RAM.



Formation à Saint-André-de-l'Eure le 02 avril 2019.

## Réunion d'information sur la motricité libre

La motricité libre c'est se souvenir que l'enfant est compétent.

Il naît avec son vécu in utéro, les cinq sens ainsi que les réflexes l'ont aidé à prendre ses premiers repères. Les réflexes sont la base de notre motricité.

En effet, ces automatismes non-volontaires constituent la base neurologique pour le développement de mouvements contrôlés donnant ainsi la possibilité de faire des choix.

La motricité libre c'est laisser le développement de l'enfant se faire dans le sens logique, sans le couper par des positions non-maîtrisées (telle que la position assise).

Les réflexes apparaissent puis s'intègrent de façon physiologique et aident à la mise en place d'un tonus harmonieux permettant la fluidité du geste. Or, si une position est proposée trop tôt ou trop longtemps elle entravera la bonne intégration du réflexe et donc la motricité volontaire à venir.

Le bébé va à son rythme pour développer ses capacités motrices, cognitives, affectives qui l'aideront dans sa vie future.

Pratiquer la motricité libre revient à respecter son rythme, adapter l'environnement pour qu'il soit en sécurité et sécurisé. L'environnement matériel ainsi qu'humain est alors stimulant, apaisant, bienveillant et autonomisant.

S'appuyer sur les 4 lois de développement permet de comprendre la logique du développement par étapes.

Quatre lois :

- ▶ **Loi de différenciation** : l'enfant passe de mouvements globaux liés à des réflexes à des mouvements de plus en plus volontaires et plus fins.
- ▶ **Loi de variabilité** : l'évolution se fait toujours dans le sens d'un perfectionnement progressif. Il peut cependant y avoir des périodes de stagnations, d'arrêts ou encore de régressions.
- ▶ **Loi Céphalo-caudal** : le contrôle musculaire s'achemine de la tête vers les pieds.
- ▶ **Loi Proximo-distale** : le contrôle moteur s'achemine depuis le centre du corps jusqu'à la périphérie (épaules, bras, mains, doigts).

L'observation est un élément clé pour adapter les jeux et l'environnement à l'enfant et l'étape dans laquelle il est à ce moment précis. Permettre à l'enfant d'avoir confiance en ses capacités et son propre jugement, c'est lui permettre de ressentir ses sensations corporelles.



Réfléchir  
ensemble

## Quelques conseils :

- ▶ Installez votre bébé à plat dos afin qu'il puisse bouger et découvrir ses sensations corporelles en variant les supports (plus ou moins dur ou mou et de textures différentes...).
- ▶ Évitez les positions qu'il n'a pas acquis seul ou dont il ne peut pas se défaire seul.
- ▶ Lorsqu'il cherche à se mettre debout, encouragez-le sans intervenir. Laissez-le tranquillement prendre ses appuis et trouver son propre équilibre sans lui tenir les mains au dessus de la tête ou l'installer dans un trotteur.

## Références

- ▶ **Mme PICKLER Emmi**, pédiatre. Elle amène la méthode **LOCZY**, en créant une crèche pensée à la façon Motricité libre. Tout part de l'activité spontanée du bébé et donc de l'aménagement de l'espace, du respect du rythme de l'adaptation des professionnels.
- ▶ **La méthode Montessori** s'appuie sur l'installation optimale de l'environnement physique pour apporter la juste stimulation, « stimulation raisonnée ».
- ▶ **Mme FORESTIER**, kinésithérapeute, plus interventionniste. « De la naissance aux premiers pas ».

Cependant elle souligne l'importance d'aller dans le sens du développement inné et naturel. C'est au sol que l'enfant construit sa motricité à partir du plat ventre.

Là où l'adulte va intervenir c'est pour l'aider, lui apprendre à se sortir d'une situation à risque de manière autonome.