LES TROIS STADES D'ACQUISITION DES HABILETÉS MOTRICES FONDAMENTALES

OBJECTIFS

- Comprendre les stades de développement des habiletés motrices fondamentales des enfants de 0 à 9 ans.
- Développer une vision d'ensemble du groupe pour la mise en place d'occasions de jeux actifs dans le but de faire évoluer les habiletés motrices des enfants.
- Offrir aux enfants des activités et du matériel adaptés à l'âge des enfants.

CONSIGNES

- Observer de façon générale, les stades d'acquisition des habiletés motrices fondamentales des enfants du groupe.
- Créer un environnement favorable et des situations de jeux adaptés aux stades de développement des enfants avec l'information obtenue de l'observation.

Vous référer aux outils suivants*:

Outil nº 4a - Évolution des habiletés motrices fondamentales de 0 à 9 ans.

Outil n° 4b - Caractéristiques des trois stades d'acquisition des habiletés motrices fondamentales.

Outil nº 4c - Tableau de l'ensemble des habiletés motrices fondamentales.

*Les outils fournis ne permettent pas un diagnostic sur le développement moteur ni ne servent à comparer les habiletés des enfants du même groupe.



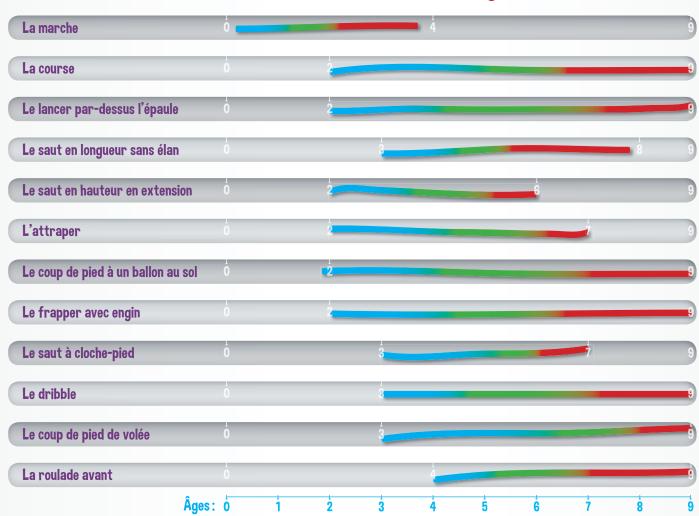


Voici quelques pistes d'actions pour soutenir les enfants dans leur développement:

- proposer des activités selon les stades d'acquisition des enfants
 - offrir des occasions de mettre en pratique leurs habiletés (ex.: les laisser lancer, sauter, botter, se déplacer à cloche-pied, faire des roulades, etc.);
- offrir du matériel varié, diversifié, stimulant et adapté à l'âge de l'enfant (ex.: utiliser des ballons de différentes grosseurs et textures);
- offrir quotidiennement des occasions de jeux actifs initiés par l'enfant.

Les 3 stades d'acquisition de 0 à 9 ans

Bleu: Stade initial **Vert :** Stade intermédiaire Rouge: Stade final



LES 3 STADES

Initial : émergence des comportements moteurs primaires (tonus, posture, équilibre, préhension, station assise, marche). Intermédiaire : époque de l'acquisition et de l'adaptation des compétences motrices fondamentales.

Final: période du perfectionnement des comportements moteurs antérieurs avec l'amélioration des performances motrices.

Source : PAOLETTI, R., L'éducation et motricité de l'enfant de deux à huit ans, Gaétan Morin éditeur, Québec, 1999, 223 pages.

CARACTÉRISTIQUES DES TROIS STADES D'ACQUISITION DES HABILETÉS MOTRICES FONDAMENTALES

Quelle que soit l'activité motrice considérée, la manière dont elle est réalisée évolue avec l'âge. Des stades dans le contrôle de ces différentes activités ont donc été répartis en trois phases: les manifestations initiales du comportement étudié, les intermédiaires et les caractéristiques finales (proches de celles des comportements de l'adulte). Au début de l'école primaire, les enfants maîtrisent déjà la grande majorité des patrons moteurs.

LA MARCHE

Elle s'acquiert le plus fréquemment entre 12 et 18 mois. Dès quatre ans, la marche de l'enfant présente les caractéristiques de celle de l'adulte (la longueur des pas augmente avec la croissance et la taille des jambes). Il n'est donc pas nécessaire de construire des séances d'éducation motrice pour l'améliorer.

Stade initial entre 0 et 12 mois

Marche les bras loin du corps, les jambes écartées et a un contact pied à plat au sol.

Stade intermédiaire entre 1 et 2 ans

Les bras sont placés le long du corps, et les jambes moins écartées. Il monte et descend un escalier, une marche à la fois. Il peut marcher à reculons ou de côté.

Stade final entre 2 et 4 ans

La démarche est fluide et ses bras se balancent de chaque côté en opposé avec les jambes.





LA COURSE

Elle apparaît vers deux ans; elle se distingue de la marche par la phase d'envol au cours de laquelle aucun des deux pieds ne touche le sol. Après quatre ans, les enfants contrôlent mieux le déroulement ainsi que les changements de direction (ils prennent moins d'espace pour tourner); ils poussent alors davantage sur leur jambe postérieure tout en inclinant le corps vers l'avant, les bras participent davantage à la propulsion qu'à la stabilisation du corps.

Stade initial entre 2 et 3 ans

Commence à trotter. C'est le début de la course avec une phase d'envol très limitée.

Stade intermédiaire entre 3 et 6 ans

Court avec plus de grâce et la foulée est plus grande.

Stade final entre 6 et 9 ans

Court comme un adulte. Ses mouvements sont bien coordonnés. Capable d'amorcer la course, de s'arrêter et de changer de direction.

LES SAUTS

C'est vers trois ans que le premier décollage apparaît, le saut atteignant 6 cm vers cinq ans et 9 cm vers six ans. Nous pouvons utiliser les deux jambes (saut en longueur ou en extension à pieds joints) ou une seule jambe pour l'appel (saut en hauteur, en longueur, à cloche-pied). Pour le saut à cloche-pied, où la force et l'équilibre requis sont plus importants, il faut attendre trois à quatre ans pour qu'apparaissent deux ou trois sauts enchaînés et cinq ans pour une dizaine : le jeu à la marelle devient dès lors possible.







LE SAUT EN LONGUEUR SANS ÉLAN

Stade initial entre 3 et 4 ans

La poussée des jambes est minime, elle est plus dirigée vers le haut que vers l'avant.

Stade intermédiaire entre 4 et 5 ans Légère participation des bras. La poussée des jambes est plus vive.

Stade final entre 5 et 7 ans

Balance bien les bras de chaque côté pour augmenter la puissance et la poussée des jambes.

LE SAUT EN HAUTEUR EN EXTENSION

Stade initial entre 2 et 3 ans

Commence à sauter en décollant les pieds du sol. Peut sauter sur un pied.

Stade intermédiaire entre 4 et 5 ans Décolle les deux pieds du sol. Le saut est un peu plus puissant, mais pas encore assez bien coordonné avec les bras.

Stade final entre 5 et 6 ans

Saute de plus en plus haut. Ses bras et ses jambes sont bien coordonnés et donnent plus de puissance. Commence à essayer de sauter à la corde.

LE SAUT À CLOCHE-PIED

SE DÉPLACER EN SAUTILLANT SUR UNE SEULE JAMBE.

Stade initial entre 3 et 4 ans

Les bras sont très hauts de chaque côté du corps pour garder l'équilibre. Peut faire 1 à 3 sauts avant de perdre l'équilibre.

Stade intermédiaire entre 4 et 6 ans

Les bras bougent de bas en haut et les sauts se succèdent rapidement. Peut faire jusqu'à une dizaine de sauts consécutifs sans perdre l'équilibre.

Stade final entre 6 et 7 ans

Les bras participent à la prise d'élan avec la jambe qui est dans les airs. Plus grand contrôle du saut et de la retombée. Peut se déplacer sur une longue distance.

LANCER PAR-DESSUS L'ÉPAULE

L'évolution du lancer illustre parfaitement bien l'existence de stades dans l'acquisition d'une habileté motrice.

Stade initial entre 2 et 3 ans

L'enfant utilise que son bras pour lancer. Il peut à ce stade, encore lancer le ballon à deux mains et avec tout le corps dans un bloc. Au lancer à une main, le coude est plié et seulement le bras donne de la puissance à l'objet. Les jambes ne participent pas au lancer.

Stade intermédiaire entre 4 et 6 ans Le corps bouge davantage pour donner un élan lancer en tournant du côté de son bras lanceur. Il avance son pied et met le poids de son corps sur la jambe du même côté que le bras en fin de lancer. Il commence à lancer vers une cible.

Stade final entre 7 et 9 ans

Grands mouvements du corps bien coordonnés pour donner plus de puissance et de précision au lancer. La dernière étape, il avancera le pied opposé au bras lanceur à la fin du lancer après avoir imprimé une forte impulsion à l'engin lancé. L'entraînement permet ici d'acquérir de façon plus précoce un lancer en opposition bras-jambe.

L'ATTRAPER

Dans l'attraper, il n'est pas étonnant que vers trois ans, le ballon que nous lui avons lancé passe entre les bras de l'enfant refermés trop tard!

Stade initial entre 2 et 4 ans
Les pieds sont fixes au sol et les
bras tendus vers l'avant qui se
referment après le contact du ballon
avec la poitrine. Vers quatre ans,
il plie les bras vers le tronc pour
coincer le ballon. Il attrape avec tout
le corps.

Stade intermédiaire entre 4 et 6 ans Les pieds sont fixes au sol, les paumes des mains se font face pour préparer l'encerclement du ballon. Peut attraper de plus petites balles. Vers cinq ans les mains forment une coupe pour accueillir la balle qui a rebondi sur le sol.

Stade final entre 6 et 7 ans

Les yeux suivent la trajectoire du ballon et il se déplace en fonction de la trajectoire du ballon si par exemple, celui-ci ne vient pas sur lui. La saisie de la balle est bien coordonnée par les mains.

LA ROULADE AVANT

La roulade avant commence à être possible vers trois ou quatre ans, l'enfant roulant alors souvent sur le côté au lieu de vers l'avant.

Stade initial entre 3 et 4 ans
Faible poussée des bras et des
jambes. Roulade fréquente sur
le côté. Sa tête est souvent en
extension au lieu d'être en flexion.
Arrivée allongée au sol.

Stade intermédiaire entre 5 et 6 ans Petite poussée des bras et des jambes. Il roule en s'aidant des bras et des jambes pour pousser, en commençant à poser l'arrière de sa tête au sol, mais il arrive les jambes tendues vers l'avant, ses abdominaux étant encore trop faibles

Stade final entre 7 et 9 ans
Le menton bien rentré dans son cou
pour fléchir la tête au maximum.
La poussée des bras et des jambes
est énergique et lui permet de se
relever sans l'aide des mains au sol.
À l'arrivée, les jambes sont pliées et
facilite le relevé avec la projection
des bras vers l'avant.







LE COUP DE PIED À UN BALLON AU SOL

Très rapidement, les enfants vont frapper un ballon avec le pied.

Stade initial entre 2 et 3 ans

Très peu d'élan. Il frappe un ballon au sol simplement en faisant un pas vers l'avant. La jambe de frappe pousse plus qu'elle ne frappe le ballon.

Stade intermédiaire entre 4 et 6 ans

Une plus grande prise d'élan de la jambe vers l'arrière. La jambe continue le mouvement vers le haut après le frapper.

Stade final entre 7 et 9 ans

L'élan très vif de la jambe de frappe vers l'arrière puis retour aussi vif vers l'avant. Poursuite du mouvement de la jambe vers le haut après le frapper. L'élan se précise et le frapper acquiert de plus en plus de force.



LE COUP DE PIED DE VOLÉE

Le frapper de volée (ballon préalablement lancé dans les airs) commence vers trois ans et devient de plus en plus efficace vers cinq à six ans avec un meilleur contrôle de l'équilibre et de l'élan de la jambe de frappe.

Stade initial entre 3 et 5 ans

Les bras lancent le ballon vers le haut, la jambe touche au ballon avec très peu d'élan. Le ballon touche souvent le genou au lieu du pied.

Stade intermédiaire entre 6 et 7 ans

Les mains tiennent le ballon et le lancent vers l'avant et le haut avec plus de précision. L'élan est plus important au niveau de la jambe de frappe.

Stade final entre 7 et 9 ans

Le ballon est lancé vers l'avant par la main opposée au pied de frappe. La prise d'élan est très vive et il y a un léger sursaut après la frappe.

LE DRIBBLE

Pour le dribble, la main utilisée suit d'abord le déplacement du ballon avant de l'anticiper: il en résulte que, lors des premiers essais, la main touche le ballon pendant sa phase descendante et ne lui donne pas d'impulsion. Le ballon fait un premier bond puis finit par rouler à terre.

Stade initial entre 3 et 4 ans

Le corps est incliné vers l'avant et monte et descend en même temps que le ballon. Les pieds sont fixes au sol. Il utilise souvent les deux bras. Le mouvement accompagne le ballon pendant sa descente au lieu de le frapper.

Stade intermédiaire entre 5 et 6 ans

Le corps est incliné vers l'avant. Les pieds sont fixes au sol. Les bras sont tendus vers l'avant. Il frappe de la main avec mouvement au poignet. Il peut frapper plusieurs fois de suite le ballon.

Stade final entre 7 et 9 ans

Le corps est légèrement incliné vers l'avant. Il commence à fléchir le bras. Les déplacements du corps sont coordonnés avec celui du ballon. Le contact avec le ballon se fait pendant sa phase ascendante et pousse avec les doigts au lieu de frapper. Plus tard, la vision périphérique et la proprioception se substituent à la vision centrale dans le contrôle de cette activité.

LE FRAPPER AVEC ENGIN

Frapper un engin (rondelle, balle, volant) avec un instrument (raquette, bâton) est encore plus complexe puisqu'on ajoute un élément extérieur modifiant la «longueur» du bras de l'enfant. Il n'est pas alors étonnant que l'enfant laisse tomber le volant de badminton sur sa main tenant la raquette au lieu de le faire sur le filet: il lui faudra reculer son coude tenant la raquette ou tendre davantage le bras tenant le volant pour que les deux, volant et filet, se trouvent sur la même trajectoire!

Stade initial entre 2 et 3 ans

Au départ l'enfant utilise souvent les deux mains pour tenir l'engin. Il est capable de frapper un ballon suspendu ou lancé à la hauteur de sa taille avec une main.

Stade intermédiaire entre 4 et 6 ans

Il frappe la balle ou le ballon par balayage latéral (devant-derrière). Les pieds sont fixés au sol et il n'y a aucune rotation du tronc.

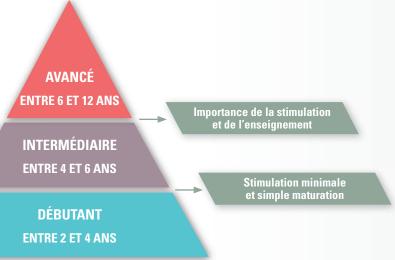
Stade final entre 7 et 9 ans

Il y a une rotation du tronc et un transfert de poids de la jambe arrière sur la jambe avant. Le balayage latéral de grande amplitude du bras se poursuit après le contact de l'objet. Il anticipe son action en prenant en considération les mêmes informations: il se prépare à frapper en fonction de la trajectoire de la balle.



Vers cinq ans, l'enfant est déjà bien avancé dans la maîtrise d'un grand nombre de comportements moteurs : il monte et descend les escaliers en alternant les pieds, sautille sur place ou en avançant, tourne en courant et s'arrête rapidement, saute plus loin et saute à cloche-pied, attrape un ballon et le lance à plusieurs mètres. ACTIONS NATURELLES QUI DÉCOULENT EN PARTIE DES MOUVEMENTS RÉFLEXES ET RUDIMENTAIRES.

L'ÉVOLUTION DES HABILETÉS MOTRICES FONDAMENTALES SE FAIT EN 3 STADES :



Chaque habileté motrice fondamentale comporte des caractéristiques évolutives pour les 3 stades.

La littérature en démontre une vingtaine répartie dans 3 catégories.

Habiletés motrices fondamentales	Stabilisation	Locomotion	Manipulation
Équilibre sur un pied	Ø		
Ramper		\blacktriangledown	
Grimper		\blacktriangledown	
Marcher (au sol et sur des objets)		Ø	
Galoper		\blacktriangledown	
Pas de géant (bond)		\blacktriangledown	
Gambader		\blacktriangledown	
Esquiver		\blacktriangledown	
Courir		♂ ♂ ♂	
Saut à cloche-pied		\blacktriangledown	
Sauter en longueur sans élan			
Sauter en hauteur sans élan		\blacktriangledown	
Sauter d'une hauteur		♂	
Pas chassés		\blacktriangledown	
Roulade avant		\blacktriangledown	
Roulade latérale		\blacktriangledown	
Lancer par-dessus l'épaule			♂
Lancer par-dessous l'épaule			♂
Attraper à deux mains			♂
Dribbler statique			Ø
Botter avec élan			♂
Botter à la volée			♂
Frapper un objet avec la main ou raquette			♂
Frapper un objet avec un engin			Ø