



## PROJET PÉDAGGIQUE

RÉALISÉ PAR LISE CHOLLET, PSYCHOMOTRICIENNE DE/TE

À Paris, le 23/04/2025

La psychomotricité est une discipline spécialisée dans les interactions entre motricité, cognition et psychisme dans leurs contextes émotionnel et relationnel (CNPP, 2023). Concrètement elle offre une lecture globale de la personne en mettant en lien le corps, le cognitif et le psychoaffectif.

La psychomotricité permet d'accompagner le développement et/ou le renforcement des fonctions psychomotriciennes (motricité tonus, représentations corporelles, espace/temps, socialisation, fonctions exécutives, autonomie, gestion des émotions...). En s'appuyant sur le lien corps-esprit, le psychomotricien agit par l'intermédiaire du corps à travers diverses techniques et médiations rééducatives, éducatives ou préventives sur les sphères motrices, cognitives et psycho-affectives.

### LES OBJECTIFS DE LA SECTION BAMBIN

Le bambin de 3 à 5 ans découvre le monde qui l'entoure par l'action. À cet âge, l'enfant se mobilise, s'investit et apprend à travers le jeu et le mouvement. Il va ainsi multiplier les terrains et les modalités d'activités ludiques. De nouvelles expérimentations corporelles et intellectuelles sont vécues et viennent accompagner le jeune enfant dans son développement moteur, social, intellectuel et psychologique (Lacombe, 2012). L'éveil et la sensibilisation à la pratique sportive dès le plus jeune âge est une aide précieuse pour accompagner le bambin vers un développement global harmonieux et un épanouissement dans sa vie quotidienne actuelle et future.

#### 1. DECOUVRIR SON CORPS

- Investir positivement et connaître son corps : schéma corporel et image du corps
- Développer la motricité globale et fine : équilibre, coordination, régulation tonique
- Écouter et comprendre son corps : sensations kinesthésiques, proprioceptives...

#### 2. DECOUVRIR SON ENVIRONNEMENT

- Enrichir la compréhension et la représentation du monde qui l'entoure et du temps (repères, organisation et perception de l'espace et du temps)
- Développer les capacités de communication et d'interaction avec ses pairs et les adultes
- Investir sa sphère amicale et ses relations aux pairs

#### 3. SE DECOUVRIR SOI MEME

- Développer et affirmer sa personnalité
- Accroître son autonomie
- Écouter, comprendre, gérer ses sensations et ses émotions et celles d'autrui
- Améliorer son attention et sa concentration





## LA SECTION BAMBIN ATHLÉTISME

Course de vitesse, endurance, sauts, appuis et obstacles, lancer en longueur, variétés des objets et des prises

Accompagnés d'éducateurs diplômés et sensibilisés à la psychomotricité, vos bambins pourront découvrir dans une approche ludique multidisciplinaire l'athlétisme. Ils y expérimenteront les 3 grandes familles qui composent cette discipline sportive : la course, le saut et le lancer. L'ensemble des ateliers proposés et la pédagogie mise en place respectent le processus développemental théorique des bambins et s'adaptent aux capacités et besoins réels des jeunes athlètes.

### LES OBJECTIFS

- Découvrir et développer la connaissance de la discipline et des différentes épreuves : saut en longueur, saut en hauteur, course de vitesse, lancers...
- Développer la motricité et les équilibres statiques et dynamiques : sauts, courses, lancers
- Développer la connaissance et la maîtrise de son corps en mouvement : schéma corporel, coordination, régulation tonique
- Développer la collaboration : jeu de relais, respect des consignes et des infrastructures...

## LA SECTION BAMBIN BASKETBALL

Tirer/shooter, passer/attraper, dribbler, déplacement et placement, jouer en équipe

Accompagnés d'éducateurs diplômés spécialistes de la discipline et sensibilisés à la psychomotricité, vos bambins pourront découvrir dans une approche ludique le basket-ball. L'ensemble des ateliers mis en place et la pédagogie d'enseignement s'appuient sur les connaissances théoriques du processus développemental des bambins tout en les adaptant aux capacités et aux besoins réels des jeunes basketteurs. Ainsi vos bambins pourront expérimenter ce sport collectif de manière optimale et dans une ambiance bienveillante et positive.

### LES OBJECTIFS

- Découvrir et développer la connaissance de la discipline du jeu: sensibilisation et éveils aux règles (touche, panier, nombre de rebonds...)
- Développer la sphère spatiale et temporelle : zones du terrain, placements et déplacements, mouvements de la balle et des coéquipiers...
- Développer la connaissance et la maîtrise de son corps en mouvement avec et sans ballon : équilibres, coordination oculo-manuelle, schéma corporel, régulation tonique
- Développer la collaboration d'équipe





## LA SECTION BAMBIN FOOTBALL

Tirer/passer contrôler, dribbler, conduite de balle, déplacement, placement, jouer en équipe.

Encadrés par des coachs spécialistes et sensibilisés à l'approche psychomotrice, vos bambins pourront expérimenter une première approche du football sur un véritable terrain comme les plus grands ! Vos jeunes footballeurs découvriront les spécificités du ballon rond dans un cadre adapté et selon une pédagogie s'appuyant sur des connaissances théoriques ajustées à leurs besoins et à leurs compétences. Vos bambins pourront découvrir ce sport collectif de manière optimale dans une ambiance bienveillante et positive.

### LES OBJECTIFS

- Découvrir et développer la connaissance du jeu : sensibilisation et éveil aux règles (touches, but, passes, équipes et adversaires...)
- Développer la sphère spatiale et temporelle : zones du terrain, placements et déplacements, mouvements de la balle et des coéquipiers...
- Développer la motricité avec et sans ballon
- Développer le sens de l'équipe et du jeu collectif : place dans le groupe, collaboration, adversaire/coéquipiers

## LA SECTION BAMBIN EVEIL SPORTIF

Jeux de balles, jeux d'opposition, parcours psychomoteurs, Gym, jeux rythmiques, jeux coopération

L'éveil sportif propose d'accompagner vos bambins dans la découverte de leur motricité et de leur environnement à travers divers jeux ludiques créés et co-encadrés par des éducateurs, stagiaire et psychomotricien. Vos jeunes enfants pourront ainsi se dépenser et expérimenter de nouvelles expériences psychomotrices, corporelles et sportives dans un cadre adapté avec d'autres camarades de leur âge.

### LES OBJECTIFS

- Développer la motricité globale : modes de déplacements diversifiés (roulades, sauts, ramper...), coordinations, dissociation...Développer la sphère spatiale et temporelle : zones du terrain, placements et déplacements, mouvements de la balle et des coéquipiers...
- Développer la motricité fine : manipulation, attraper, lancer, régulation tonique...
- Développer l'expression motrice, le repérage spatio-temporel...
- Développer la collaboration et l'autonomie motrice : socialisation, vie de groupe, coopération...





## LA SECTION BAMBIN JUDO

Règle technique, opposition, coopération, maîtrise de soi, respect de l'autre.

Discipline idéale pour développer les compétences globales du jeune enfant tant sur le plan moteur que social. Les professeurs spécialistes de la discipline guideront vos bambins dans leur initiation aux spécificités du judo (techniques, règles et principes) et ils accompagneront également vos enfants dans leur développement global dans un cadre sécurisant et adapté.

### LES OBJECTIFS

- Découvrir les règles et principes de la discipline
- Développer la motricité globale : déplacements diversifiés(avant, arrière...), coordinations, dissociation, équilibres, réflexes...
- Développer la motricité fine : préhension, prises...
- Développer le contrôle moteur et émotionnel : maîtrise de soi, régulation tonique...
- Développer la socialisation : coopération/opposition, respect de l'autre...

## LA SECTION BAMBIN MULTISPORT

Diversité, balles, ballons, coopération, opposition.

Le multisports accompagne vos bambins dans la découverte de diverses activités sportives. Vos enfants pourront ainsi varier les expériences et les expérimentations motrices, sportives mais également sociales. Toutes les activités sont ajustées aux compétences de vos jeunes sportifs selon leur avancée développementale par des éducateurs diplômés et sensibilisés à l'approche psychomotrice. Ainsi vos bambins pourront se dépenser tout en découvrant de façon ludique différentes activités sportives dans un cadre adapté avec d'autres enfants de leur âge.

### LES OBJECTIFS

- Découvrir de multiples sports, varier les expériences sportives et motrices
- Développer la motricité fine et globale spécifique à chaque sport : coordinations oculo-manuelle/oculo-podale, coordinations et dissociations bimanuelles, lancer/attraper, régulation tonique...
- Développer la coopération entre pairs et la vie d'équipe :socialisation, coopération/opposition...





## LA SECTION BAMBIN TENNIS

Cout droit/revers, lecture de jeu, contrôle de balle, déplacement/placement.

Accompagnés d'éducateurs diplômés spécialistes de la discipline et d'un psychomotricien, vos bambins pourront découvrir dans une approche ludique le tennis. L'ensemble des ateliers mis en place et la pédagogie d'enseignement s'appuient sur les connaissances théoriques du processus développemental des bambins tout en les adaptant aux capacités et aux besoins réels des jeunes joueurs. Vos bambins pourront ainsi être initiés aux premières bases techniques et tactiques du tennis de façon optimale le tout dans un cadre bienveillant et positif.

### LES OBJECTIFS

- Développer la connaissance du jeu : sensibilisation et éveil aux règles (point, adversaire, filet, engagement...)
- Développer l'organisation spatiale et temporelle : zone du terrain, trajectoire de la balle, vitesse de déplacement de la balle et du joueur...
- Développer la motricité avec raquette : tenue à une ou deux mains, utilisation de la raquette, accompagner le processus de latéralisation, coordination visuomotrice...
- Développer la motricité sans raquette : coordinations, dissociations, équilibres, sensorimotrice...

**LA SECTION BAMBINS.**

