

LA PSYCHOMOTRICITÉ

Qu'est-ce ?

Discipline spécialisée dans les interactions entre motricité, cognition et psychisme dans leurs contextes émotionnel et relationnel (CNPP, 2023).

Concrètement, elle permet de prévenir ou de rééduquer les difficultés **motrices**, **cognitives**, **émotionnelles** et **sensorielles**



A qui s'adresse-t-elle ?

Pourquoi ?



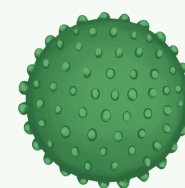
Accompagner le développement et/ou le renforcement des fonctions psychomotrices (motricité, tonus, représentations corporelles, espace/temps, socialisation, fonctions exécutives, autonomie, gestion des émotions...)



Le psychomotricien accompagne à tous les âges de la vie selon les particularités de chacun

Comment ?

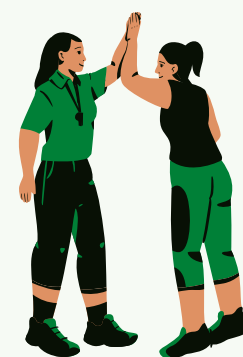
En s'appuyant sur le lien corps-esprit, le psychomotricien agit par l'intermédiaire du corps à travers diverses techniques et médiations rééducatives, éducatives ou préventives sur les sphères motrices, cognitives et psycho-affectives



PSYCHOMOTRICITÉ ET SECTION BAMBINS

La section bambins rouvre ses portes pour la 5^e année consécutive avec de nouvelles disciplines pour accueillir et accompagner vos enfants dans leur première expérience sportive. Pour cette nouvelle saison 2025-2026, **8 disciplines** sont spécifiquement ajustées et personnalisées selon les capacités de vos très jeunes sportifs.

Ensemble, éducateurs/entraîneurs, stagiaires et psychomotricienne co-encadrent les activités de la section bambins. Grâce à des supervisions et formations continues, les savoir-faire spécifiques de chaque professionnel se conjuguent et s'enrichissent pour prodiguer une pédagogie et un encadrement adapté aux compétences des jeunes bambins, un suivi personnalisé est réalisé durant l'année (grille de développement).



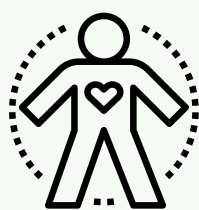
Pourquoi ?

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.

Les objectifs

Découvrir 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...



Découvrir 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

Se découvrir soi-même

- 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



ATHLÉTISME

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.

La course

Course de vitesse (sprint) / d'endurance
Courte / Moyenne distance



Le saut

Saut en longueur / saut en hauteur
Différents appuis, obstacles



Le lancer

Lancer en longueur
Variétés des objets, des trajectoires, des prises



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...

BASKET-BALL

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.



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

NEW



BOUGE ET JOUE

Spécialement conçue et réservée aux bambins âgés de 4 et 5 ans, l'activité Bouge & Joue propose d'accompagner vos jeunes sportifs vers une plus grande autonomie motrice et sociale. Via des parcours moteurs complets, des jeux d'équilibre, de coordination et d'agilité, vos enfants pourront développer leurs compétences motrices globales. Cette activité offre également une première sensibilisation à des jeux normés, idéale pour apprendre à grandir et s'épanouir ensemble.

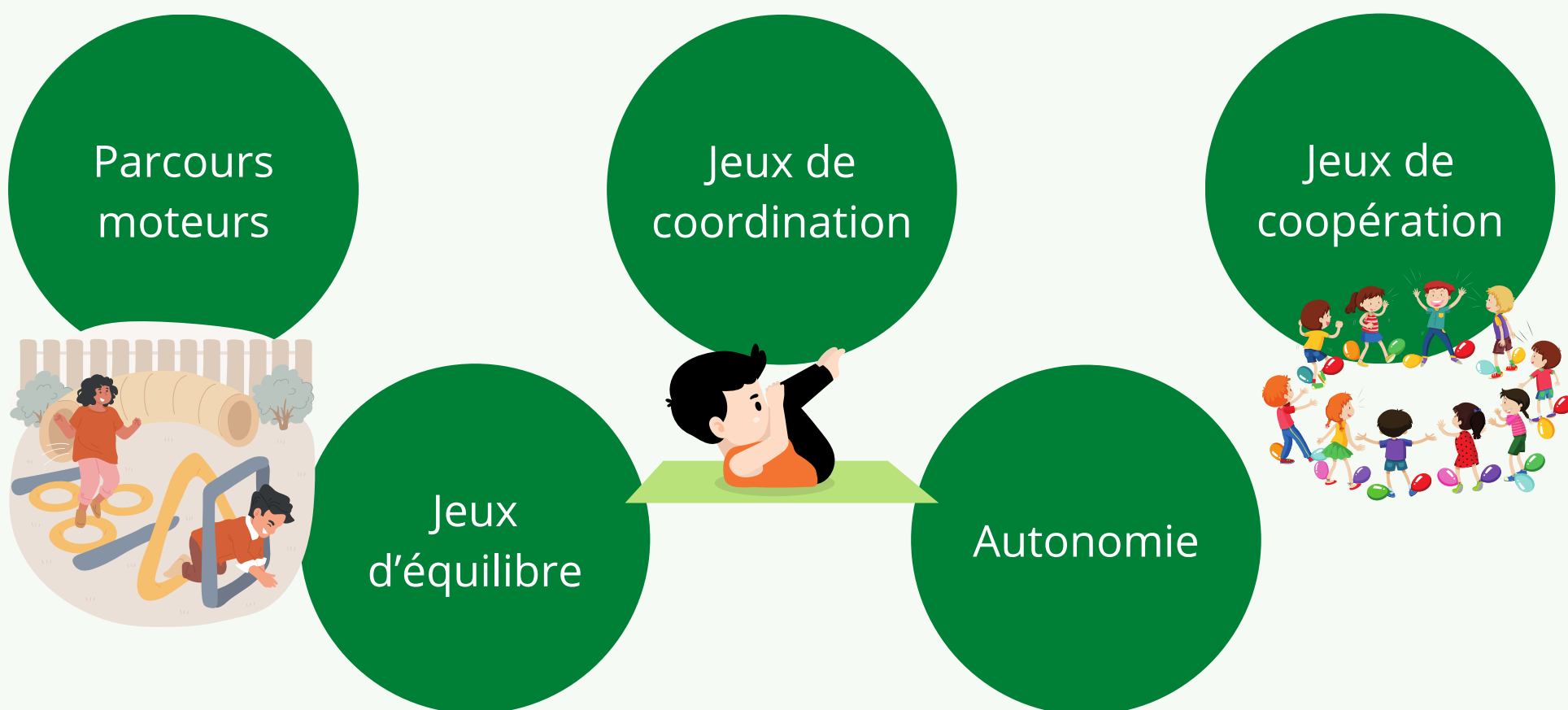


Objectifs

- Développer la motricité globale : équilibres dynamiques (sauts, courses...), équilibre statique, coordinations, dissociation, réflexe, agilité
- Développer la coopération entre pairs et la vie d'équipe : socialisation, coopération/opposition...
- Découvrir et respecter les normes et les règles d'une activité : respect des règles, tour de rôle...

EVEIL SPORTIF

L'éveil sportif offre à vos bambins âgés de 3 et 4 ans l'opportunité d'explorer leur motricité et leur environnement. À travers des parcours moteurs adaptés, des jeux d'équilibre et des ateliers de coordination, vos jeunes enfants pourront se dépenser tout en réalisant leurs premières expériences corporelles et sportives avec d'autres camarades de leur âge.



Objectifs

- Développer la motricité globale : modes de déplacements diversifiés (roulades, sauts, ramper...), coordinations, dissociation, équilibres statiques et dynamiques
- Développer l'expression motrice, le repérage spatio-temporel...
- Développer la collaboration et l'autonomie motrice : socialisation, vie de groupe, coopération...

FOOTBALL

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.



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, adversaires / coéquipiers...

JUDO

La Salésienne de Paris propose d'accompagner vos bambins dans la découverte du Judo. Discipline idéale pour développer les compétences globales du jeune enfant tant sur un 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 et cela dans un cadre sécurisant et adapté.



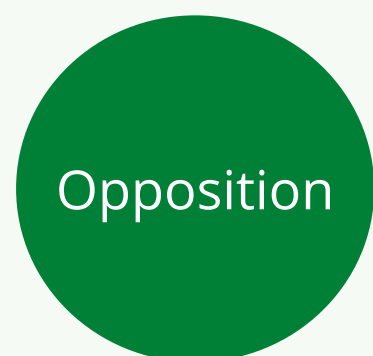
Objectifs

- 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...

MULTISPORTS

Le multisport 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.



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...

TENNIS

Accompagnés d'éducateurs diplômés spécialistes de la discipline et d'une psychomotricienne, 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.

Coup droit
Revers
Service...



Contrôle
de balle

Lecture de
jeu



Déplace-
ment /
Placement

Individuel
/ Collectif



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, sensorimotricité...