



PROJET PÉDAGOGIQUE

RÉALISÉ PAR LISE CHOLLET, PSYCHOMOTRICIENNE DE/TE

À Paris, le 23/04/2025

LA SECTION BAMBIN

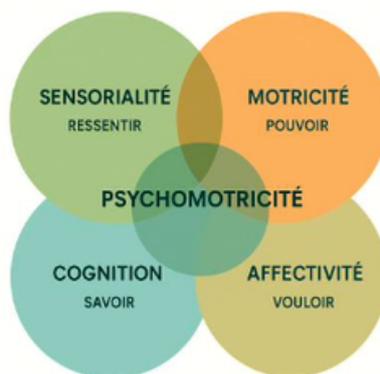
Dans le cadre du partenariat avec la Salésienne de Paris pour la saison 2025-2026, ce document reprend les fondements de l'approche psychomotrice dans le co-encadrement de la section bambins associant éducateurs et entraîneurs sportifs à une psychomotricienne diplômée et des stagiaires psychomotriciens. Le projet pédagogique a été pensé et construit pour accompagner au mieux le jeune enfant de 3 à 5 ans dans son développement global harmonieux. L'expertise technique et tactique des éducateurs et entraîneurs sportifs conjuguée aux connaissances du développement psychomoteur des enfants de la psychomotricienne et des stagiaires psychomotriciens contribuent à la bonne réalisation de ce projet.

Ce document propose une présentation de la psychomotricité et du développement psychomoteur de l'enfant. Des précisions sur le développement des enfants de 3 à 5 ans (2022-2020) permettront d'éclairer l'accompagnement psychomoteur réalisé. Les bénéfices et les objectifs d'un co-encadrement seront présentés. Pour terminer un lexique est inclus afin de définir certains termes spécifiques à la discipline psychomotrice.

LECTURE ET APPROCHE PSYCHOMOTRICE

La psychomotricité, fusion de « psycho » et « motricité » (Lauzon, 2019), est une discipline des sciences humaines spécialisée dans les interactions entre la motricité, la cognition et le psychisme d'un individu tout en tenant compte du contexte émotionnel et relationnel de ce dernier (CNPP, 2023). Ainsi, selon cette définition, le psychomotricien envisage donc le mouvement avec l'ensemble des mécanismes cérébraux qu'il implique (concentration, planification, inhibition...) ainsi que des potentiels répercussions psycho-affectives qui peuvent survenir (estime de soi, confiance...) (D'Ignazio & Martin, 2018). En outre, par une lecture globale du sujet tout en tenant compte de sa singularité, le psychomotricien s'attache à accompagner l'individu dans le développement ou le maintien harmonieux du lien entre le « corps » et « l'esprit » (Lauzon, 2019).

Pour répondre à cet objectif le psychomotricien agit par l'intermédiaire du corps et à travers diverses techniques et médiations rééducatives, éducatives et préventives sur l'ensemble des composantes de la personne. De ce fait, une action directe sur la sphère motrice va être effectuée (courir, sauter, tirer...) afin de renforcer et/ou développer les possibilités d'action du sujet, nommé aussi « pouvoir-faire ». La sphère cognitive ou le « savoir-faire » va également être améliorée/mobilisée (concentration, stratégie, mémorisation...). La sphère affective ou le « vouloir-faire » est sollicitée (émotion, motivation, confiance...) tout comme la sphère sensorielle ou « ressentir ». L'ensemble de ces sphères sont interdépendantes et indissociables. Elles rentrent en action dans l'entièreté des actions d'un individu (D'Ignazio & Martin, 2018 ; Cohen, 2024).



L'APPROCHE PSYCHOMOTRICE À LA SALÉSIEENNE DE PARIS

Dans le cadre du partenariat avec la Salésienne de Paris l'intervention psychomotrice au sein de la section Bambins s'inscrit dans une action de prévention et d'éducation psychomotrice (Décret n°88- 659 du 6 mai 1988). L'objectif de cette collaboration est d'accompagner de manière optimale le jeune enfant dans un développement global harmonieux et dans un épanouissement personnel à travers l'éveil à une activité sportive. L'activité physique et sportive permet une mise en mouvement diversifiée ouvrant la stimulation et donc le développement des fonctions psychomotrices élémentaires (tonus*, schéma corporel*, image du corps*, latéralité, motricité globale et fine, espace, temps, émotion, socialisation...) nécessaires au développement global du bambin. A savoir que le développement des fonctions psychomotrices est un prérequis au développement des compétences sportives (Vachez-Gatecel & Valentin-Lefranc, 2019). Ainsi le cadre sportif par les diverses expérimentations corporelles, sociales et cognitives qu'il propose est un médiateur idéal pour que le jeune enfant puisse enrichir la connaissance et la maîtrise de son corps (Lauzon, 2019).

C'est en mobilisant et en découvrant son corps que l'enfant pourra ensuite découvrir un sport et toutes les caractéristiques techniques et tactiques qui lui sont propres.

Un encadrement complémentaire

À partir de septembre 2025, et ce depuis maintenant 4 ans, la Salésienne de Paris propose d'accompagner vos bambins dans leur première expérience sportive à travers 8 disciplines spécifiquement ajustées et personnalisées selon les capacités de vos très jeunes sportifs (Athlétisme, Basket-ball, Danse, Eveil sportif, Football, Judo, Multisports, Tennis).

Pour ce faire la section bambin est co-encadrée par des éducateurs et entraîneurs sportifs qualifiés associés à une psychomotricienne diplômée et des stagiaires psychomotriciens. Cette pluridisciplinarité offre un accompagnement optimal de vos enfants tant sur le plan sportif que psychomoteur. Dans cette volonté de prodiguer une pédagogie la plus adaptée possible aux besoins et aux capacités de vos bambins, l'ensemble de l'équipe encadrante (éducateurs, entraîneurs, stagiaires psychomotriciens) effectue des supervisions et des formations continues au cours de l'année sportive, ces dernières étant réalisées par la psychomotricienne diplômée. Au cours de ces réunions, les savoir-faire techniques et tactiques des entraîneurs et éducateurs conjugués à la connaissance du développement des bambins du psychomotricien permettent de construire, d'enrichir et de consolider l'accompagnement et la pédagogie prodiguer durant les entraînements. En effet grâce à cette complémentarité des visions, les professionnels encadrants s'enrichissent mutuellement et étoffent leur accompagnement de nouvelles facettes. L'encadrement peut également, selon les créneaux, s'effectuer directement en duo sur les terrains. La pédagogie est adaptée et uniformisée au sein des différentes disciplines de la section bambins permettant d'obtenir un réel suivi et de grands bénéfices dans la construction et l'adaptation des activités selon les capacités et les envies des bambins. Elle offre également un cadre sécurisant psychologiquement et physiquement propice à l'épanouissement et à l'éveil aux premiers gestes techniques sportifs.



Depuis la rentrée 2024, afin de continuer dans notre souhait d'accompagner au mieux chaque jeune sportif inscrit dans la section bambins, une fiche de suivi individuelle sera remplie semi-annuellement (octobre/novembre 2025 - mai/juin 2026) par les éducateurs, stagiaire et/ou psychomotricienne. Cette dernière a été construite et validée par une psychomotricienne diplômée avec pour vocation de situer votre enfant dans son développement psychomoteur et sportif par rapport à des repères de développement selon son âge. Il est à noter que cette fiche n'est en aucun cas à valeur de bilan psychomoteur mais seulement une première grille de lecture pour situer votre enfant dans ses acquisitions psychomotrices dans un cadre sportif. Une lecture des résultats sera réalisée par la psychomotricienne qui pourra alors entrer en contact avec vous si vous souhaitez davantage de renseignements ou bien échanger. L'ensemble des fiches de suivi du développement de votre enfant au sein d'une activité sportive vous sera transmis. Il est évident que nous ne pratiquerons ce suivi et nous ne remplirons ces grilles qu'avec votre accord, sans ce dernier nous ne procéderons pas à la passation nécessaire au remplissage de la grille (cf grille du développement bambin vierge).

Les objectifs

L'ensemble des intervenants au sein de la section bambins ont pour objectifs d'accompagner au mieux les jeunes sportifs dans la découverte de leur corps, de leur environnement mais également de les conduire dans la découverte d'eux-mêmes.

- Découvrir son corps : développer sa motricité globale et fine, écouter son corps et ses sensations (proprioceptions...), investir positivement son corps (développer le goût du mouvement, estime de soi, confiance en soi, appréciation corporelle...)
- Découvrir son environnement : enrichir sa compréhension et sa représentation du monde selon les dimensions spatiales et temporelles (repère, organisation, perception), accroître ses capacités de communication et d'interactions avec ses pairs et les adultes (socialisation, respect des règles, vie de groupe), investir la sphère sociale (collaboration, imitation...)
- Se découvrir soi-même : développer son autonomie et son individuation, renforcer et affirmer sa personnalité, écouter, comprendre et gérer ses sensations et ses émotions et celles d'autrui, améliorer sa concentration et son attention

COMPRENDRE LE DÉVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR DU BAMBIN

L'intervention psychomotrice au sein de la section bambins est adaptée aux besoins spécifiques des jeunes enfants de 3 à 5 ans grâce aux connaissances théoriques du développement psychomoteur des bambins. Ces données théoriques sont mises en relation et enrichies par l'expérience professionnelle des intervenants.

Le développement psychomoteur : qu'est-ce ?

Le développement psychomoteur est un processus en perpétuel évolution de la naissance à l'âge adulte. Il repose sur l'expression des éléments tels que le tonus, la motricité, la cognition... qui s'enrichissent au fil des expériences vécues et des apprentissages qui en émanent. Il s'appuie également sur la construction du psychisme de l'enfant, c'est-à-dire sur l'affirmation de sa personnalité et sur la gestion de ses émotions.

Le développement psychomoteur peut se résumer comme l'interaction et le développement harmonieux des fonctions psychomotrices regroupées dans les sphères suivantes :

- Sphère cognitive : développement intellectuel, compréhension et intégration de notions spatiales et temporelles, attention, concentration, inhibition, raisonnement...
- Sphère motrice : tonus*, coordination, dissociation, équilibre, praxie*, motricité globale et fine...
- Sphère psycho-affective : gestion émotionnelle, représentations corporelles (image du corps* et schéma corporel*)
- Sphère sensorielle : réguler et comprendre les sensations, s'adapter à son environnement...

Le développement de l'ensemble de ces sphères est permis par les relations et les stimulations environnementales. Il est donc primordial de proposer des terrains d'expérimentations divers et variés afin d'enrichir le développement des capacités psychomotrices du bambin.



Le tonus

Le tonus s'entend conventionnellement comme « l'état de tension permanente des muscles » (Carric & Soufir, 2014). Cette tension varie selon les actions mais également selon le contexte émotionnelle (stress, joie...). Les bambins sont au cœur du processus de maturation neurologique, le contrôle et la régulation de leur tonus s'affine de plus en plus en fonction des contraintes et des besoins du mouvement. Le relâchement tonique volontaire (détente musculaire) s'ouvre doucement à eux. La musculature commence à se développer, le maintien de posture devient de moins en moins coûteux. Par exemple ce n'est qu'à partir de 5-6 ans que la station assise est automatisée sans effort, avant cela représente un effort cognitif et musculaire de maintenir cette posture statique (Robert-Ouvray & Servant-Laval, 2015 ; Lacombe, 2012).

Motricité globale et motricité fine

Marcher, courir, sauter... C'est durant cette tranche d'âge que les jeunes enfants grâce à leurs nouvelles possibilités développementales découvrent le monde environnant. Ils prennent plaisir à varier leur mode de déplacement et améliore leur performance.

Ainsi les équilibres dynamiques sont pleinement investis, d'abords bipodaux (course, sauts à deux pieds, sauts pieds joints...) avant les unipodaux (sauts cloche-pied). L'équilibre statique bipodal et unipodal sont doucement apprivoisés (Miermon et al., 2015).

Les mouvements volontaires globaux mais également segmentaires se fluidifient et gagnent en précision. Les coordinations se perfectionnent : attraper, lancer, pas chassés, tirer... Ils apprivoisent et contrôlent de mieux en mieux leurs actions sur les objets et de nouvelles praxies sont apprises : ils shoot dans un ballon, l'attrape et le lance à deux mains et à une main avec ou sans rebond... La dissociation des mouvements est également en expansion : il lève un bras puis un autre, tape alternativement un pied puis l'autre au sol... (D'ignazio & Martin, 2018).

Latéralité

Les bambins sont également au cœur du processus de latéralisation, la préférence d'utilisation manuelle, podale et oculaire sont en cours d'installation. Il est alors normal que les jeunes enfants expérimentent une activité des deux mains et il est même nécessaire de les y encourager afin qu'ils développent ses capacités motrices des deux hémicorps. La latéralité manuelle tend à se stabiliser à partir de 6 ans (Lacombe, 2012).

Schéma corporel et image du corps

Tout à chacun vit, sent et se représente son corps selon ses expériences vécues et son équipement corporel actuel. Ces représentations corporelles comprennent les concepts de Schéma corporel et d'Image du corps. Le Schéma corporel correspond à une cartographie mentale du corps (Paumel, 2021 ; Pireyre, 2021) tandis que l'Image du Corps s'entend comme les sentiments et les savoirs propres que l'individu a de son corps (estime de soi corporelle, appréciation, connaissances, croyance, satisfaction corporelle...) (Agostinucci & al., 2022 ; Paumel, 2019).

Concernant les bambins ces représentations corporelles commencent à s'enrichir de plus en plus notamment grâce à leur maturation neurologique qui se poursuit mais également grâce aux expériences motrices et sensorielles qui s'accroissent. Ainsi les enfants investissent consciemment et inconsciemment de plus en plus leur corps. Ils comprennent de mieux en mieux les sensations corporelles qu'ils ressentent, ils développent leur conscience et leurs représentations de leur corps dans l'espace grâce au perfectionnement de sa motricité et de son contrôle tonique. Ils s'orientent dans leur environnement à partir de leur corps, la projection et la décentration ne viendront que plus tard vers 7 ou 8 ans. Leur champ lexical du corps s'enrichit preuve d'un investissement corporel grandissant (Lacombe, 2012). La mise en mouvement est primordiale pour l'enrichissement à la fois du schéma corporel et de l'image du corps.



Sphère spatiale et temporelle

L'espace et le temps sont des notions très abstraites et subjectives que nous pouvons rattacher à la sphère cognitive du développement psychomoteur. Elles sont étroitement liées à l'organisation du corps (Galliano & al., 2015). Les bambins tentent de les apprivoiser à travers l'action. Ils doivent pour ce faire activement percevoir ce qui les entoure avant de pouvoir se représenter de plus en plus objectivement l'espace et le temps. Ils pourront alors ensuite par les expérimentations et les manipulations s'organiser dans l'espace et le temps, structurer et s'adapter au monde spatial et temporel. Petit à petit une représentation mentale se crée, le temps devient de plus en plus objectif à travers l'acquisition de repères temporels : ils distinguent le passé et le présent, reconnaissent les moments de la journée, connaissent les jours de la semaine. Ils acquièrent et développent leur compréhension et leur organisation de l'espace en établissant des relations topologiques : de localisation (devant, au-dessus...), de voisinage (loin, près...), d'emboîtement (au milieu, à l'intérieur...), de continuité et de succession (au début, à la limite...). Les bambins se situent dans leur environnement et situent les objets par rapport à leur corps (D'ignazio & Martin, 2018 ; Lacombe, 2012).

Psycho-affectif

Entre 3 et 5 ans les jeunes enfants s'individualisent et une affirmation de soi s'entame progressivement. La meilleure maîtrise corporelle et l'élargissement des relations sociales accompagnent les bambins dans la reconnaissance, l'interprétation et la gestion des émotions ressenties. Les enfants développent en parallèle leurs capacités attentionnelles et une concentration soutenue peut s'étendre sur une durée de plus en plus longue au fil des années (Lacombe, 2012, Miermon & al., 2015).

La motivation est un élément clé dans l'adhésion des jeunes enfants à une activité (Pes, 2017 ; Merminod, 2019). Le jeu est un élément pleinement investi à cet âge, d'autant plus que l'imaginaire et le langage sont en expansion. Il est primordial de conserver un esprit ludique dans les activités afin de garantir la motivation des bambins.

Le groupe

Les bambins aiment partager avec leurs camarades du même âge des expériences ludiques. Leur sphère sociale s'élargit avec la diversité des expériences (entrée à l'école, activité extra-scolaire). Plus qu'un amusement, les jeunes enfants à travers leurs interactions avec d'autres se construisent, s'individualisent et s'autonomisent. Grâce à leurs relations sociales ils développent leur compréhension d'autrui, de leurs sentiments et de leurs comportements. Ils comprennent également qui ils sont en tant qu'individu propre. Les prémices de leur personnalité se mettent alors en place. L'investissement et le perfectionnement du langage permettent une meilleure ouverture aux autres (Lacombe, 2012).





LEXIQUE PSYCHOMOTEUR

Schéma corporel : dominance neurophysiologique des représentations corporelles. Il se définit comme une représentation mentale sensorimotrice, non-consciente, multidimensionnelles, automatique et sans cesse réadaptée de la position globale et/ou segmentaire du corps et des mouvements dans l'espace. En outre le schéma corporel permet la connaissance et la conscience de son corps à l'état statique ou dynamique. Il regroupe la connaissance du vocabulaire des parties du corps, la connaissance des limites corporelles, la proprioception (connaissance des parties du corps, de leur position et de leur mouvement dans l'espace) et la kinesthésie (sensation interne de la position et des mouvements du corps). L'assimilation du schéma corporel est nécessaire pour le développement de l'aisance motrice et gestuelle ainsi que pour se repérer dans l'espace et le temps (Paumel, 2021 ; Pireyre, 2021).

Image du corps : dominance psychoaffective des représentations corporelles. Elle s'appuie sur le Schéma corporel mais elle le teinte de sentiments et de savoirs propres à chacun (Agostinucci & al., 2022 ; Paumel, 2019). Elle comprend différents aspects et différents concepts tels que : l'appréciation et la satisfaction corporelle, l'estime de soi corporel, les savoirs lexico-sémantiques, les perceptions sensorielles conscientes... (Cash & Smolak, 2011 ; Vani & al, 2021).

Tonus : état de tension permanente des muscles. Cette tension est active, involontaire et variable dans son intensité. Elle est le point de départ de la posture et du mouvement (Carric & Soufir, 2014).

Praxie : ensemble organisé de mouvements intentionnels réalisés en fonction d'un but. Elle relève généralement de l'exécution de gestes complexes volontaires et conscients issus d'un apprentissage (Allaire & al, 2015 ; Saint-Cast & Boscaini, 2012). L'exécution de gestes sportifs techniques sont des praxies (Doucet, 2007).



RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Agostinucci, M., Hanneton, S., & Andrieu, B. (2022). Evaluation psychomotrice du corps impropre. Recherches & éducations, HS.
- Allaire, F., Allard, S., & Seuru-Dufour, C. (2015). Présentation et réflexions autour de la mise en place d'un bilan des praxies chez l'enfant dans un SSES. Evolutions Psychomotrices, 27(107), 15-21.
- Carric, J.-C., & Soufir, B. (2014). Lexique : Pour le psychomotricien. ERA.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Body Image : A Handbook of Science, Practice, and Prevention. Guilford Press.
- CNPP. (2022). Obligation de Formation Continue. CNP Psychomotriciens. <https://cnp-psychomotriciens.fr/obligation-de-formation-continue/>
- Décret n°88-659 du 6 mai 1988 relatif à l'accomplissement de certains actes de rééducation psychomotrice, (1988). https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JOR_FTEXT000000693097/
- D'Ignazio, A., & Martin, J. (2018). 100 idées pour développer la psychomotricité des enfants. Tom Pousse.
- Doucet, C. (2007). Football, psychomotricité du jeune joueur : De l'éveil à la préformation. Amphora.
- Galliano, A.-C., Pavot, C., & Potel, C. (2015). L'espace et le temps. In Manuel d'enseignement de psychomotricité. 1. Concepts fondamentaux (p. 247-285). De Boeck Solal.
- Lacombe, J. (2012). Le développement de l'enfant de la naissance à 7 ans : Approche théorique et activités corporelles. De Boeck.
- Lauzon, F. (2019). L'éducation psychomotrice : Source d'autonomie et de dynamisme (2e édition). Presses de l'Université du Québec.
- Merminod, G. (2019, février 8). Le développement psychoaffectif du bébé et la régulation mutuelle des échanges [Document de présentation]. <https://www.perinatalite-valais.ch/files/9/formations/39/Powerpoint-Gaelle-Merminod.pdf>
- Miermon, A., Benois-Marouani, C., & Jover, M. (2015). Le développement psychomoteur. In P. Scialom, F. Giromini, & J.-M. Albaret, Manuel d'enseignement de psychomotricité. 1. Concepts fondamentaux (p. 17-86). De Boeck Solal.
- Paumel, C. (2019). La traversée adolescente : Problématiques psychocorporelles et interventions psychomotrices. Dans A. Vachez-Gatecel & A. Valentin-Lefranc (dir.), Le Grand livre des pratiques psychomotrices (p. 225-266). Dunod.
- Paumel, C. (2021). Contribution de la psychomotricité à l'évaluation et la compréhension des souffrances identitaires à l'adolescence. Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence, 69(6), 274-280.
- Pes, J.-P. (2017). Un corps, un cerveau un esprit, une âme pour apprendre : Pour une écologie humaine. ERA.
- Pireyre, E. W. (2021). Le schéma corporel (2) : Données actuelles et définition. Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence, 69(8), 415-421.
- Robert-Ouvray, S., & Servant-Laval, A. (2015). Le tonus et la tonicité. In P. Scialom, F. Giromini, & J.-M. Albaret, Manuel d'enseignement de psychomotricité. 1. Concepts fondamentaux (p. 161-199). De Boeck Solal.
- Saint-Cast, A., & Boscaini, F. (2012). Glossaire. Evolutions Psychomotrices, 24(95), 10-56. Vachez-Gatecel, A., Valentin-Lefranc, A. (2019). Le grand Livre des pratiques psychomotrices. Dunod.
- Vani, M., Murray, R., & Sabiston, C. (2021). Body image and physical activity. Dans Z. Zenko & L. Jones (dir.), Essentials of exercise and sport psychology : An open access textbook (p. 150-175). Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology