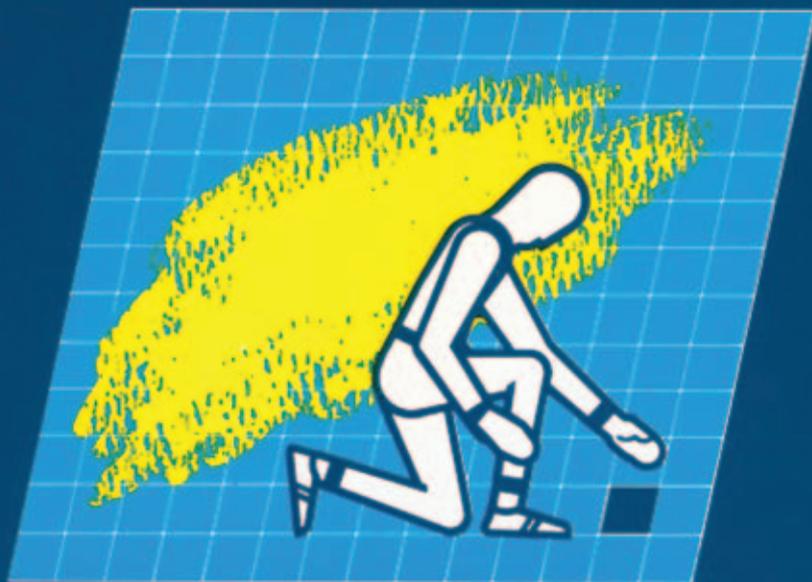


Isabelle Gagnon Bouchard • Andrée Guay Boisvert
avec la collaboration de Gilles Harvey

ACTIVITÉS SENSORIELLES



ET MOTRICES

É D U C A T I O N
R É É D U C A T I O N



Presses de l'Université du Québec

***ACTIVITÉS
SENSORIELLES
ET MOTRICES***

ACTIVITÉS SENSORIELLES ET MOTRICES

***ÉDUCATION
RÉÉDUCATION***

***Isabelle Gagnon Bouchard • Andrée Guay Boisvert
avec la collaboration de Gilles Harvey***

1984

**Presses de l'Université du Québec
C.P. 250, Sillery, Québec G1T 2R1**

Conception graphique : Norman DUPUIS

ISBN 2-7605-0356-9

***Tous droits de reproduction, de traduction
et d'adaptation réservés © 1984***

Presses de l'Université du Québec

**Dépôt légal — 4^e trimestre 1984
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
Imprimé au Canada**

REMERCIEMENTS

Nous désirons remercier tous les professionnels (médecins, psychologues, ergothérapeutes, psychomotriciens, enseignants), directeurs d'école, enfants et adolescents pour les renseignements précieux qu'ils ont bien voulu nous transmettre.

Nous remercions aussi tous ceux qui, de près ou de loin, ont contribué à la réalisation de cet ouvrage.

Le Fonds F.C.A.C. pour l'aide et le soutien à la recherche a accordé une aide financière pour la rédaction et l'édition de cet ouvrage dans le cadre de sa politique visant à favoriser la publication en langue française de manuels et de traités à l'usage des étudiants de niveau universitaire.

PRÉFACES

Voilà un répertoire qui se montrera fort utile à toute une variété d'intervenants en éducation : parents, éducateurs, pédagogues, psychologues, etc.

L'activité physique sous toutes ses formes y est représentée, nous savons quelle importance elle joue dans le développement cognitif de l'enfant ; elle permet entre autres l'exercice de fonctions mentales, l'adaptation au monde environnant, la socialisation. Sans elle, la pensée ne peut acquérir la réversibilité opératoire ni accéder au monde de l'hypothèse et de la déduction. Elle est le mode par excellence d'apprentissage et ceci depuis notre naissance et tout au long de notre vie.

Cet ouvrage se veut un outil pratique de référence. Ses indications concernent l'âge requis par le sujet, le matériel nécessaire et le « mode d'emploi » pour chacune des activités. Mais surtout, il suggère en termes de fonctions les bénéfices qu'on peut en escompter. Voilà qui nous apparaît bien précieux tant pour la prévention que pour la rééducation. Pensons en particulier aux « troubles d'apprentissage » et à la variété des fonctions impliquées: perception, coordination, mémoire, concentration, orientation spatio-temporelle, schéma corporel, latéralisation... entrent tour à tour en jeu dans l'acquisition de la lecture, de l'écriture et du calcul. Les auteurs ont tenu à signaler avec beaucoup de justesse les objectifs susceptibles d'être rencontrés par la pratique de telle ou telle activité, en particulier dans le merveilleux chapitre des jeux. De plus, tous les âges y sont représentés en commençant par le tout jeune enfant et la personne handicapée n'a pas été oubliée elle non plus, quelle que soit la gravité de son état.

Je tiens donc à féliciter les auteurs pour l'énorme travail de recherche qu'elles ont accompli et la synthèse qu'elles ont su en faire, au nom de tous ceux qui apprécieront comme moi la pertinence de cet ouvrage.

J. Flessas,
Neuro-psychologue
Hôpital Sainte-Justine

Ce livre fournit au lecteur une multitude d'activités psychomotrices qui peuvent être utilisées en éducation, rééducation ou thérapie, auprès de l'enfant et de l'adolescent. Ces diverses activités ludiques, sportives et expressives, lorsqu'elles sont bien choisies, peuvent favoriser le développement physique, intellectuel et social de l'enfant.

Les auteurs mettent l'emphase sur la valeur des activités psychomotrices et nous expliquent comment utiliser, varier et adapter ces activités aux diverses clientèles. Les auteurs nous rappellent qu'une même activité peut servir pour atteindre plusieurs objectifs et que plusieurs activités peuvent servir à atteindre un même objectif.

Ce livre est divisé en six chapitres, chacun traitant d'une catégorie d'activités psychomotrices. Ce que je trouve original dans cet ouvrage est l'apport d'activités rejoignant les nouveaux intérêts chez les enfants, comme les jeux électroniques, ainsi que des activités particulièrement appropriées à notre milieu québécois, comme le ski de fond.

J'apprécie spécialement le contenu du chapitre V sur l'utilisation thérapeutique de l'activité artisanale pour les personnes handicapées. Les auteurs réussissent à nous transmettre le message suivant : la personne handicapée doit être considérée d'abord comme une personne et ensuite, comme une personne ayant un handicap.

Le style est clair, concis et l'organisation des chapitres rend la consultation de ce manuel simple et pratique.

Ce livre intéressant sera, j'en suis sûr, bien accueilli, car il saura apporter une aide précieuse à toute personne œuvrant auprès des enfants et des adolescents.

Rhoda Weiss-Lambrou M.Sc. O.T. (C)
ergothérapeute, professeur agrégé
École de réadaptation
Université de Montréal

TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACES	IX
INTRODUCTION	1
CHAPITRE I — Les exercices	5
La respiration	8
La détente	10
La relaxation	12
La posture	16
Le tonus	18
Le rampement, la roulade, la culbute, la marche, la course, le saut.....	19
Exercices avec cerceau	25
Exercices avec ballon ou balle	31
CHAPITRE II — Les jeux	37
Jeux divers	40
Jeux d'initiation aux sports — jeux de balle ou de ballon, courses et poursuites	61
CHAPITRE III — Les sports	71
La marche	75
La natation	76
Le cyclisme	89
Le ski de fond	96
Le tir à l'arc	101
Le judo	102
L'équitation	106

CHAPITRE IV — Arts et expression	111
Expression	115
Le mime	115
La danse	120
L'expression corporelle et dramatique	125
Arts plastiques	130
Le dessin	130
La peinture	137
Le bricolage	143
Découpage, collage, modelage, gravure, sculpture, etc	144
Les marionnettes	154
CHAPITRE V — L'artisanat	163
Le rôle du professeur ou de l'éducateur	167
Les problèmes d'adaptation	169
Les handicapés physiques	170
Les déficiences motrices	170
L'infirmité motrice cérébrale	170
Les hémiplésies (atteintes cérébrales)	171
Les quadriplésies (atteintes médullaires)	172
Les amputations (membres supérieurs)	172
Les myopathies et autres maladies évolutives	173
Les déficiences sensorielles (visuelles et auditives)	173
Les handicapés psycho-sociaux	176
La déficience mentale	176
La mésadaptation socio-affective	177
Les ateliers	180
Utilisation des activités artisanales	181
CHAPITRE VI — Les jouets	185
L'enfant et le jouet	188
Le rôle du jouet	189
Jouets / maladies / handicaps	190
Critères d'évaluation d'un bon jouet	191
Familles de jouets	194
Jouets de situation / imitation	195
Poupées et accessoires	196
Animaux / Personnages / Véhicules et accessoires	199
Les marionnettes	200
Les ensembles	201

Jouets d'assemblage	203
Construction	206
Casse-tête	207
Les jouets dynamiques	211
Jouets musicaux ou sonores	214
Jouets sonores	214
Disques	217
Jeux de société	218
Lotos / Dominos / Jeux de mémoire	219
Jeux de société particuliers	221
Jeux de société drôles	223
Jouets artistiques et artisanaux	226
Jouets / Jeux électroniques	228
Jouets scientifiques	231
Livres	232
CONCLUSION	237
BIBLIOGRAPHIE	239
LEXIQUE	245
INDEX DES ACTIVITÉS	247
INDEX	251

INTRODUCTION

Deux écoles de pensée ont tenté de systématiser l'éducation sensorielle et motrice : ce sont la psychomotricité européenne, basée sur les théories psychanalytiques, et l'apprentissage moteur américain (motor learning) qui se base sur la recherche expérimentale des activités sensorielles et motrices. Quelle que soit l'approche, la pratique et l'expérience influencent l'intégration sensori-motrice liée à la maturation du système nerveux.

Le développement moteur ne peut être dissocié de la composante affective puisque le développement harmonieux de l'être humain dépend alternativement de l'un et de l'autre. De même, un troisième aspect se joint aux deux premiers, soit l'élément cognitif. C'est ainsi que la *sensation* et la *perception* deviennent les points d'appui de l'apprentissage moteur dans les activités quotidiennes, tant scolaires que ludiques.

Malgré les progrès réalisés par la recherche actuelle, les difficultés d'apprentissage ne sont pas encore totalement résolues. Les techniques éducatives et rééducatives utilisées dans le domaine psychomoteur sont basées sur des jeux et des exercices. Dans ce manuel, les activités sensorielles et motrices proposées tiennent compte des attentes et des besoins de l'enfant. Nous avons même obtenu la collaboration des enfants, pour l'élaboration de certains jeux et exercices, qui nous ont fait part de leurs réflexions et de leurs expériences. Ce manuel d'activités à caractère psycho-pédagogique a été rendu possible grâce aux entrevues avec plusieurs spécialistes de l'éducation et du développement ludique, et à l'expérimentation des activités et des jouets par les auteurs.

Afin d'éviter l'écueil de la répétition d'un même exercice sous plusieurs rubriques, un intérêt particulier est donné à l'activité elle-même, laquelle fait appel à plusieurs concepts psychomoteurs. Ce volume présente donc un éventail d'activités qui sont regroupées en familles selon leurs intérêts tels que les exercices, les jeux, les sports, les arts et l'expression, l'artisanat et les jouets. Un chapitre différent élaborera chacune des familles d'activités.

Le premier chapitre aborde le perfectionnement des attitudes corporelles et motrices par le biais d'exercices variés. Cette stimulation sensorielle et motrice favorise une harmonisation physique et psychologique dans le jeu, laquelle sera élaborée dans le deuxième chapitre. L'enfant a aussi besoin de canaliser son énergie et de développer sa sociabilité; nous retrouvons cet aspect au troisième chapitre qui se consacre aux sports. Les arts et l'expression qui sont décrits au chapitre quatre sont propices à une communication entre l'individu et son environnement puisque la créativité est la projection de sa personnalité dans la modification de son milieu. L'habileté manuelle, la conceptualisation et l'expression des sentiments de l'être humain se traduisent par la création de pièces d'artisanat, telles qu'illustrées au chapitre cinq. Enfin, le sixième et dernier chapitre nous introduit dans l'univers du jouet, outil d'apprentissage, de culture et de socialisation autant pour l'adulte que pour l'enfant.

L'originalité de ce livre repose, sans aucun doute, sur ce regroupement d'activités qui offre une plus grande accessibilité aux éducateurs ou aux parents souvent à la recherche de différentes activités adaptées aux besoins psychomoteurs de l'enfant et aux nécessités pédagogiques et rééducatives du praticien. Les situations proposées doivent stimuler les habiletés naturelles des enfants et combler leurs déficits par l'amélioration des capacités de concentration, d'observation et de maîtrise corporelle.

L'objectif recherché de ce manuel est d'aider l'intervenant en psychomotricité à favoriser le développement physique, psychologique et social des enfants. Pour ce faire, une gamme d'activités est mise à sa disposition parmi lesquelles il pourra sélectionner celles qui conviennent le mieux au type d'intervention (éducation ou rééducation), aux objectifs et à la clientèle desservie.

L'activité ludique constitue le mode d'apprentissage privilégié de l'enfant, tant au point de vue perceptuel, cognitif que moteur ; elle représente également pour le parent ou l'éducateur le moyen idéal d'entrer en relation avec le monde intérieur de l'enfant et d'interagir avec lui de la façon la plus appropriée possible. Toutes les activités proposées représentent chacune un moyen pour l'enfant et l'éducateur d'atteindre la maîtrise des habiletés sensori-motrices de base nécessaires à l'épanouissement.

CHAPITRE I

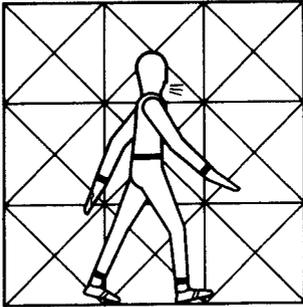
LES EXERCICES

Au cours de la maturation motrice, l'enfant qui évolue normalement, montre des périodes d'hésitation devant une nouvelle situation, de légères décompensations, notamment avant de passer d'une étape bien acquise, mais rudimentaire, à un niveau supérieur. Les premiers pas, la préférence latérale de la main, l'obtention de l'équilibre, plus tard le premier saut, la première galipette seront autant de situations d'anxiété. La croissance soudaine qui se produit à la puberté crée elle aussi un malaise réel avant que l'adolescent n'ait réussi à bien maîtriser les nouvelles dimensions de son corps. Tous ces problèmes se solutionnent d'eux-mêmes assez vite et sans grand malaise.

Mais il arrive souvent que les difficultés soient un peu plus sérieuses, qu'une maladie vienne les compliquer, ou que l'évolution ne suive pas tout à fait une voie normale pour qu'aussitôt l'enfant se trouve placé dans une situation délicate ; par exemple, vis-à-vis de ses camarades du même âge, qui pourront ainsi disposer sur lui d'un avantage physique, ce qui le mettra en situation d'infériorité. Le corps de l'enfant est construit pour et par l'action. C'est à nous de guider l'enfant dans ce développement normal.

L'ensemble des exercices proposés dans ce chapitre a pour but d'amener une meilleure coordination des parties importantes du corps de l'enfant (bras, jambes, tronc, etc.). Il pourra ainsi mieux se percevoir, mieux sentir son corps et s'en servir plus adéquatement. Il est important de débiter par ces activités dans le but d'augmenter la maîtrise de la motricité globale, première étape du développement psychomoteur de l'enfant.

LA RESPIRATION



La respiration est un mécanisme d'échange gazeux visant à produire de l'énergie par l'absorption de l'oxygène de l'air. La respiration comporte deux temps distincts : l'inspiration et l'expiration. L'inspiration est la pénétration de l'air dans les poumons rendue possible par l'expansion du thorax. L'expiration est le rejet à l'extérieur de l'air des poumons par le resserrement du thorax.

Nos objectifs pour ces exercices de respiration sont :

- faire prendre conscience de la respiration ;
- permettre d'adopter un meilleur contrôle de la respiration ;
- augmenter la capacité et les volumes respiratoires en développant et tonifiant les muscles participant activement aux mouvements de la respiration ;
- obtenir une meilleure oxygénation de l'appareil cardio-vasculaire et des différents tissus de l'organisme.

EXERCICES

Ces exercices doivent toujours s'effectuer calmement et doucement. Ils peuvent s'effectuer individuellement ou en groupe. Il est possible aussi de les intégrer sous forme de jeux.

Clientèle. Enfants normaux ou handicapés.

Matériel requis. Paille, verre d'eau, savon vaisselle, bouchon, balle de ping pong, pipe de plastique, loupe trouée, serpent, trompette, papier mouchoir, etc.

Conscience de la respiration

Position. Debout ou couché.

1. Lors de l'inspiration et de l'expiration, l'enfant peut sentir avec sa main le mouvement de va-et-vient de son thorax et de son abdomen.
2. Pendant qu'il respire normalement, lui faire prendre conscience avec sa main de l'air qui sort par les narines et par la bouche lors de l'expiration.

Contrôle de la respiration

Il est essentiel que ces exercices soient agréables, c'est-à-dire que l'on doit inspirer, expirer et retenir son souffle sans jamais forcer.

La respiration nasale par reniflement

Se mettre debout, les bras ballants sur les côtés. Par trois fois, inspirer en reniflant vigoureusement. Au premier reniflement, étendre les bras devant, au deuxième, mettre les bras sur le côté, puis en l'air, au troisième. Expirer la bouche grande ouverte en laissant tomber ses bras dans un mouvement détendu et mou. Éviter d'employer tout notre souffle au début. En garder pour le troisième et dernier mouvement.

Respiration alternée

1. Fermer la narine gauche au moyen du pouce de la main gauche, aspirer l'air par la narine droite, lentement, sans effort pendant 2 à 4 secondes. Puis, boucher également la narine droite et retenir son souffle pendant 4 à 8 secondes. Se détendre. Laisser tomber les épaules, garder la narine droite fermée et expirer par la narine gauche en 2 à 4 secondes. Refaire l'exercice, mais cette fois en inspirant par la narine gauche et en expirant par la narine droite.

2. Prendre une profonde inspiration, gonfler les joues et expirer par la bouche en faisant le bruit d'un grand vent en projetant l'air sur la figure de l'enfant, à la hauteur des yeux et des cheveux. Lui demander de faire à son tour ce grand vent dans vos cheveux.

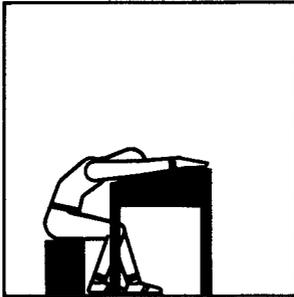
3. À l'aide d'une paille, faire faire des bulles dans l'eau, soit avec la bouche, soit avec une narine. Les bulles devront être petites pour commencer et devenir de plus en plus grosses.

4. Avec de l'eau savonneuse, une pipe de plastique ou autre, l'enfant peut faire des bulles de différentes grosseurs en contrôlant la force et le rythme de son expiration buccale.

5. La course de papier : il s'agit de souffler sur un morceau de papier ou papier mouchoir. L'exercice peut se faire assis, debout ou en rampant sur le sol ; cette dernière position, l'enfant étant à plat ventre, exige beaucoup plus d'effort. La balle de ping pong peut présenter plus d'intérêt pour certains enfants. Les distances et la position pour la course seront établies selon le type d'enfants.

6. Tous les menus objets comme le serpent de papier, la trompette, l'harmonica, les ballounes, la plume, le feu de la chandelle, etc., peuvent être utilisés pour faire des exercices respiratoires tout en s'amusant.

LA DETENTE



Avec les jeunes enfants, on tentera d'obtenir une détente neuro-musculaire qui est un repos du corps et de l'esprit.

Ces exercices ont pour but de favoriser des périodes de repos, en y ajoutant parfois un contact affectif. Ils s'adressent aux enfants de moins de 7 ans.

EXERCICES

Matériel requis. Tapis, musique, table ou pupitre.

L'enfant est soit couché sur un tapis, soit assis, la tête appuyée sur ses bras. On exige le silence et on fait jouer une musique très douce. Ensuite, on fait observer aux enfants comme ils sont bien, comme leurs bras, leurs jambes, le dos, la tête et le cou sont mous, comme ils se reposent bien.¹

Avec les enfants plus handicapés ou plus jeunes, il sera parfois nécessaire de les bercer tout doucement dans nos bras. Aussi, en appuyant une main au niveau du thorax et l'autre sur la cuisse de l'enfant allongé sur le sol ou dans son lit, on initie de légers mouvements de balancements latéraux comme pour bercer l'enfant.

LE RIRE

Le rire a des vertus thérapeutiques ; c'est pourquoi nous le conseillons comme exercice de détente que les enfants accepteront avec enthousiasme.

1. Il est à noter que la détente se fait d'abord globalement avant de se combiner avec des respirations, surtout lorsque l'on s'adresse à des groupes-classes.

Le rire s'avère un remède naturel pour retrouver et maintenir un bon équilibre physique et mental. C'est une véritable détente de toutes les parties de l'organisme. Ainsi, en riant, la tension musculaire diminue. Chez certains, on observe même une décontraction presque complète. Le rire active la circulation sanguine, assouplit les muscles abdominaux, favorise la digestion, apporte la confiance en soi et amène des attitudes positives.

Le rire élimine une partie du stress que nous impose la vie d'aujourd'hui. Il est facile de constater que le rire peut faire oublier la douleur. Il peut même apporter une fatigue bénéfique qui provoque le sommeil.

Le rire est contagieux, il se communique rapidement pour devenir une épidémie qui fait du bien même au plus triste d'entre nous. C'est un exercice psychomoteur n'ayant aucune contre-indication connue. Il est donc accessible à tous.

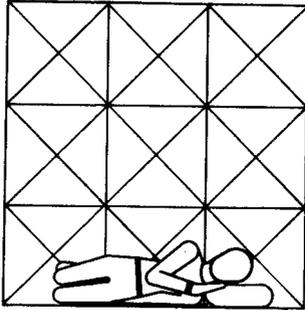
Le rire est un mouvement de détente, en ce sens que, lorsque l'on rit, on se détache quelque peu de la réalité, sans pour autant s'en retrancher; on abandonne la logique tout en maintenant des associations d'idées. C'est tout simplement un jeu et même une distraction. Ainsi, on se détend physiquement et intellectuellement.

En éducation/rééducation, pourquoi ne pas utiliser le rire comme moyen de détente et de relaxation. C'est une façon de faire prendre conscience à l'enfant de la notion de décontraction. Des périodes de rire (10 minutes environ) pourront remplacer la pause ou la sieste. Ainsi, l'attention si fragile chez l'enfant deviendra plus soutenue par la suite, son corps et son esprit seront plus aptes et plus intéressés à donner un meilleur rendement.

Il n'est pas nécessaire de détailler des exercices pouvant stimuler le rire, l'enfant saura très bien les inventer.

« La plus perdue de toutes les journées est celle où l'on n'a pas ri. »²

LA RELAXATION



L'intérêt de la relaxation est d'amener au calme par une décontraction musculaire et une détente mentale. Il y a deux façons de pratiquer la relaxation : l'une par des mouvements actifs, l'autre par une mobilisation passive.

Chez le jeune enfant la détente neuro-musculaire s'obtient en mobilisant passivement le corps de l'enfant. Lorsque l'enfant comprend, on peut le mobiliser en expliquant verbalement ce que nous faisons.

Plusieurs praticiens ont étudié la relaxation et ont développé leur propre méthode au sujet desquelles parents et éducateurs peuvent se documenter. Nous n'en mentionnerons ici que quelques-unes.

La méthode de Schultz, appelée « training autogène » est excellente pour l'enfant chez qui elle permet de prendre conscience de son corps. Inspirée de l'hypnose, elle vise à la déconnexion entre le mental et le physique. Pour obtenir cette déconnexion, des exercices de décontraction musculaire sont faits en se concentrant sur la pesanteur du membre.

Une variante permettrait à l'éducateur de nommer à l'enfant les différentes parties de son corps et de lui suggérer, par exemple, de voir des petits lutins relâchant les muscles de son corps pour les rendre plus mous.

Jacobson a développé la méthode de relaxation progressive, basée sur la physiologie neuro-musculaire. On peut arriver à la détente par la contraction musculaire statique, c'est-à-dire la contraction des groupes musculaires sans production de mouvement. On parvient secondairement à la détente par la prise de conscience des sensations kinesthésiques, lesquelles donnent à l'individu la perception exacte des segments de son corps dans l'espace.

Une variante permet aussi à l'éducateur de nommer à l'enfant une partie de son corps (ex. : bras, jambe, main...) et de lui demander de prendre une grande respiration tout en contractant le membre le plus possible, puis le relâcher en expirant.

Les méthodes de Schultz et de Jacobson s'adressent aux adultes et aux enfants de plus de neuf ans.

Picq et Vayer ont élaboré une méthode de relaxation globale et segmentaire accessible aux déficients mentaux. Selon eux « la réduction des tensions par la relaxation globale permet le déconditionnement et favorise l'équilibre émotionnel et la disponibilité mentale ». De même « la relaxation segmentaire est une éducation de l'attention intériorisée portée sur la perception des différents éléments du corps propre et est par là même une éducation de la maîtrise corporelle ».³

La méthode de Wintrebert, basée sur la mobilisation passive, est spécialement conçue pour les enfants d'intelligence normale ou inférieure, capables d'attention soutenue. Elle est une thérapeutique psycho-somatique basée sur les travaux de Pavlov sur le conditionnement. Elle utilise des consignes verbales de la part de l'éducateur à l'enfant.

Cette méthode a l'avantage de pouvoir évaluer le niveau de tension (raideur, résistance). Des mouvements passifs simples tels de balancement, de chute ou de rotation commencent par la main puis progressent vers l'avant-bras, le bras, l'épaule, le cou. On fait de même avec la jambe.

Ensuite coordonner les mouvements, d'abord d'un seul côté, et ensuite de façon symétrique et croisée.

Ces mouvements passifs améliorent les mécanismes de régulation du tonus. Ils permettent des mouvements des articulations. Les mouvements de va-et-vient continus, lents et rythmés, créent une sensation de bien-être physique ressenti par l'enfant.⁴

La relaxation aide à :

- faire disparaître les contractions et résistances musculaires non désirées ;
- faire prendre conscience des différentes parties du corps ;
- faire prendre conscience des notions de pesanteur et de contacts au sol ;
- obtenir un équilibre qui favorisera l'aisance gestuelle ;
- réduire les tensions psychiques ;
- régulariser les rythmes respiratoires et cardiaques ;
- maîtriser l'espace corporel et le préparer directement à l'action.

3. PICQ L. et VAYER P., *Éducation psychomotrice et arriération mentale*. Paris, Doin, 1974.

4. GUILMAIN, E. & G., *L'activité psycho-motrice de l'enfant*. Paris, Librairie Médicale Vigné, 1971.

SUGGESTIONS MÉTHODOLOGIQUES POUR LES MÉTHODES ASSISTÉES

L'éducateur mobilise d'abord le bras dominant de l'enfant en le déplaçant horizontalement de façon lente, rythmée (répéter plusieurs fois le même mouvement).

Les facteurs importants sont la lenteur, le rythme régulier et une monotonie de la voix. La voix doit cependant être harmonieuse et non pas détimbrée.

Suggérer une sensation de tranquillité, de chaleur, de douceur. Sentir un picotement dans les membres. La suggestion superposée à la musique retiendra l'attention du sujet et l'amènera progressivement vers un état de relaxation profonde. L'enregistrement préalable de la suggestion et de la musique de fond permettra à l'éducateur d'être plus attentif aux réactions de l'enfant.

EXERCICES

Clientèle. Enfants normaux, inadaptés ou handicapés.

Matériel requis. Musique douce, matelas ou tapis.

Aménagement. Salle suffisamment grande, sans être trop vaste, calme, d'une température douce, lumière tamisée, vêtements appropriés pour être à l'aise.

Consigne verbale. Toujours utiliser un vocabulaire accessible à l'enfant : « Être lourd, mou comme du chiffon... » Utiliser des suggestions de visualisation mentale, suivre le rythme de la respiration. Ex. : Imaginez le vent dans les arbres (imiter le vent) — calme - inspiration — vent - expiration.

Renforcement. Quand le sujet est mou, détendu, le lui dire : « C'est bien, c'est très bien ». Le « feedback » doit être immédiat. L'éducateur doit être détendu, souriant et bienveillant.

Position du sujet. L'enfant est en position fœtale. Par un jeu de flexion-extension des membres, amener l'enfant à prendre la position couchée sur le dos, et à se détendre.

Position de départ. Position en extension. *Couché sur le dos :* favorise l'extension de la colonne, et facilite la détente. *Membres supérieurs et inférieurs :* reposant à plat sur le sol. *Yeux fermés.*

Les mouvements passifs⁵

(le sujet ne participe pas au mouvement en aucun temps)

On commence par le côté dominant, ensuite le côté non dominant. Entre chaque exercice, on reprend la position de départ. Les exercices doivent être faits lentement.

Mouvements de la tête, de la face et du cou

1. Rotation de la tête de droite à gauche et inversement.
2. Décontraction des muscles du front en effleurant le front délicatement avec les doigts.
3. Décontraction des muscles de la bouche et de la mâchoire en exerçant l'enfant à ouvrir et fermer sa bouche lentement, à plusieurs reprises.

Membres supérieurs

Mobiliser d'abord l'épaule, ensuite le bras puis l'avant-bras et la main, dans les positions appropriées. Ces positions sont :

- Pour l'épaule, une rotation interne et externe.
- Pour le bras, une abduction, soit un mouvement qui écarte un membre de la ligne médiane du corps, et une adduction, soit un mouvement qui rapproche un membre de la ligne médiane (que l'on suppose diviser le corps en deux moitiés symétriques).
- Pour le coude, une flexion et une extension.
- Pour le poignet, une flexion et une extension.

Membres inférieurs

1. Plier les deux (2) genoux. Effectuer une rotation de la jambe et du bassin de gauche à droite pour aider à une bonne détente du tronc. On stabilise les jambes en plaçant les pieds entre nos genoux.

2. Côté dominant : fléchir simultanément la hanche et le genou.

- Genou plié, faire une abduction et une rotation externe à la hanche, et revenir à la position de départ.
- Fléchir la hanche tout en maintenant le genou en extension.
- Effectuer une rotation complète du pied.

5. WINTREBERT, «La relaxation chez l'enfant par la méthode des mouvements passifs».

Phase terminale

On laisse se prolonger l'état de relaxation pendant quelques minutes. Pendant cette période, le sujet garde les yeux fermés.

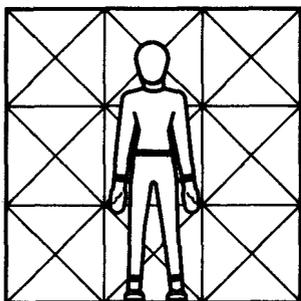
On touche légèrement les différentes parties du corps en disant : « Pense à ta main qui est détendue, etc. »

Cette période est particulièrement importante pour les enfants ayant des difficultés à localiser les parties de son corps, les yeux fermés.

Pour passer de la position couchée à la position debout, on fera réaliser des mouvements d'extension et de flexion des membres supérieurs, inférieurs et de tout le corps en adaptant la respiration à chaque mouvement : inspiration pour les mouvements d'extension, expiration pour les mouvements de flexion.

On demande alors à l'enfant de se mettre debout lentement et de laisser tomber sa tête et ses bras en avant.

LA POSTURE



Éduquer les bonnes postures à prendre dans les activités de la vie quotidienne est important pour obtenir et *maintenir* un bon équilibre psychique et physique. Ces exercices favorisent l'attitude générale du corps, soit au repos, soit en mouvement.

La musculature joue un rôle essentiel dans cette attitude mais un autre facteur agit *simultanément, notamment* la *conscience* qu'a l'individu de son corps.

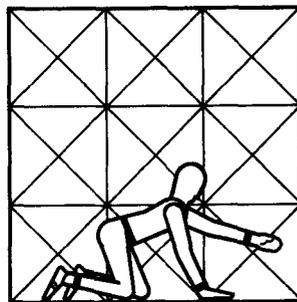
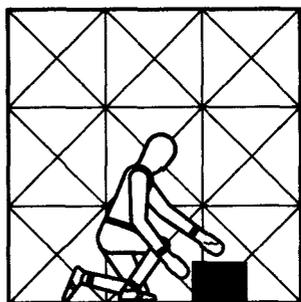
EXERCICES

Clientèle. Tous, enfants, adolescents ou adultes.

Station debout. Ne pas se tenir les pieds joints ni le cou fléchi mais, les pieds légèrement écartés et le cou droit.

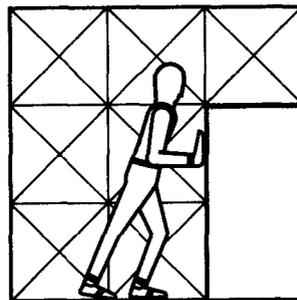
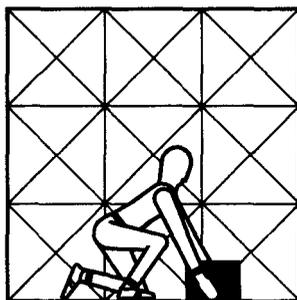
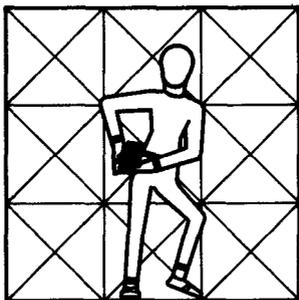
Station assise. Appuyer les fesses contre l'angle formé par le dossier et le siège de la chaise. Garder le dos droit, le ventre plat, les avant-bras seulement appuyés sur la table ou le pupitre.

À la marche. Pour obtenir une bonne posture à la marche, s'exercer à marcher avec un livre ou un sac de sable sur la tête en se tenant bien droit et en balançant naturellement les bras.



Pour ramasser un objet. Fléchir les genoux sans trop plier la colonne vertébrale. Ne pas maintenir les jambes tendues.

Pour travailler au sol. S'appuyer sur une main. Ne pas s'asseoir sur les talons, ce qui fait porter à la colonne vertébrale le poids du tronc.

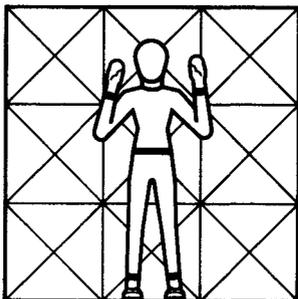


Pour porter un objet lourd. Répartir le poids de la charge également sur les deux hanches. Ne pas placer le poids au-dessous de la hanche.

Pour soulever un poids. Fléchir les genoux et les bras. Ne pas se relever les bras tendus, ce qui augmente le fléchissement de la colonne vertébrale.

Comment pousser. Les bras doivent être fléchis, et le dos droit. Ne pas laisser les bras raides et ne pas courber le dos.

LE TONUS

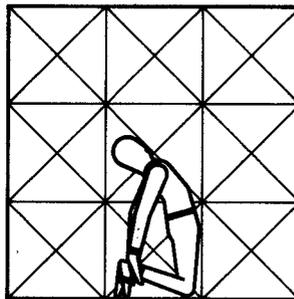
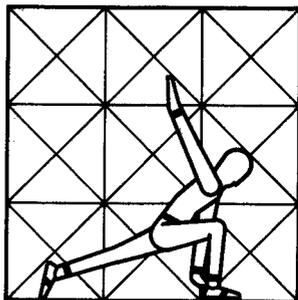


Les exercices d'étirement sont à l'inverse des exercices de contraction. L'état de tension habituelle se change alors en un état de détente, d'abord du système musculaire puis du système nerveux lui-même. La conséquence de ces exercices est l'acquisition de l'aisance corporelle. En plus, cette pratique dans le calme mental amène des habitudes de calme dans l'action. Ils ont pour objectif de renforcer le tonus et de permettre d'utiliser séparément le côté

droit et le côté gauche, de distinguer ces deux côtés sur son corps, et de développer une bonne coordination.

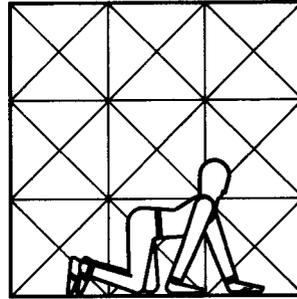
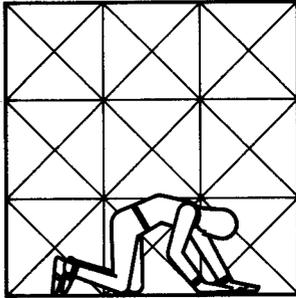
EXERCICES

Clientèle. Tous, excepté certains handicaps physiques.



Debout, jambes écartées, bras tendus à hauteur des épaules, pointer le pied gauche vers l'extérieur, le genou droit fléchi. Inspirer à fond, puis en expirant, toucher le sol avec ses doigts de la main gauche, en avant du pied droit. Rester quelques secondes dans cette position en retenant son souffle. Puis revenir à la position initiale. Faire le même mouvement du côté droit. Faire les mêmes mouvements en croisant l'axe médian, c'est-à-dire en prenant la main controlatérale au pied.

Faire la roue. Se mettre à genoux, jambes écartées et pointes de pieds se touchant. Se pencher en arrière et saisir ses chevilles. Cambrer fortement le bas du dos si nécessaire.



Faire le dos de chat. Se mettre à quatre pattes et en penchant la tête vers l'avant, faire le gros dos du chat. Insister pour qu'il soit très gros. Ensuite, relever la tête en arrière et cambrer le bas du dos. Étirer les bras le plus loin possible en avant en demeurant à genoux. Étirer ensuite une jambe après l'autre en conservant la position d'étirement des bras, tout comme le chat.

LE RAMPEMENT

LA ROULADE

LA CULBUTE

LA MARCHÉ

LA COURSE

LE SAUT

Ramper, rouler, culbutter, marcher, sauter sont des activités de la motricité globale.

Les exercices proposés ont pour but de développer une bonne coordination dynamique générale, d'obtenir un bon équilibre, et de favoriser l'apprentissage de l'orientation spatio-temporelle.

Pour développer le sens du rythme, ajouter la dimension de rythme soit avec de la musique ou un instrument musical.

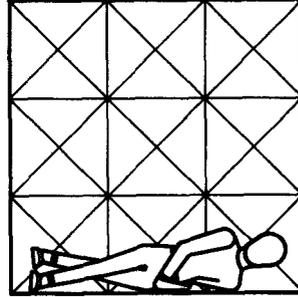
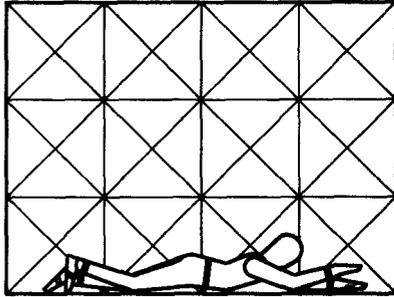
Les consignes verbales (à droite, à gauche) renforceront l'orientation spatiale et la latéralité de l'enfant. Des obstacles placés sur un parcours donné lui apprendront à évoluer dans un espace restreint et à respecter l'espace d'autrui (structuration spatio-temporelle).

Si on allie à ces exercices des sons d'imitation ou une histoire, ces mêmes exercices deviennent alors une expression corporelle et verbale et favorisent la créativité chez l'enfant.

Certains de ces exercices pourront être faits les yeux bandés.

EXERCICES

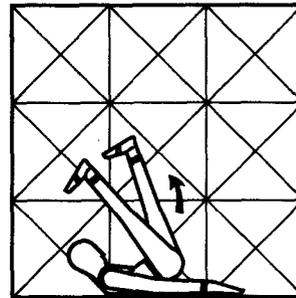
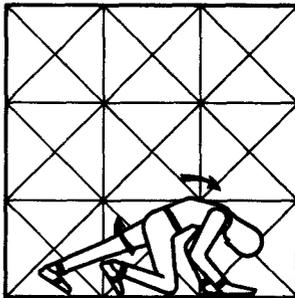
Clientèle. Tous — cependant, certains exercices sont inaccessibles à certains handicapés physiques.



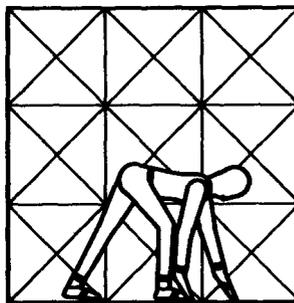
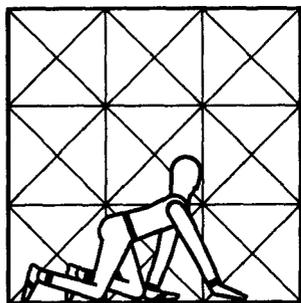
Ramper en chenille (à l'aide des mains et des pieds). Ramper sur le ventre et sur le dos.

Ramper comme un serpent (sans l'aide des mains, ni des pieds) (non illustré).

Roulade. Demander à l'enfant de se rouler sur le plancher, d'un mur à l'autre. Les bras sont le long du corps ou au-dessus de la tête.

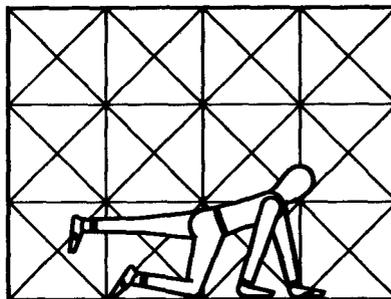
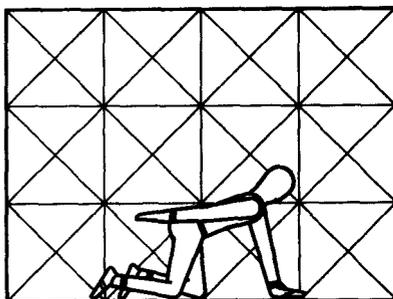


Culbute. Apprendre à l'enfant à faire des culbutes vers l'avant et vers l'arrière. On peut faire suivre un chemin ou faire des courses en culbutant.

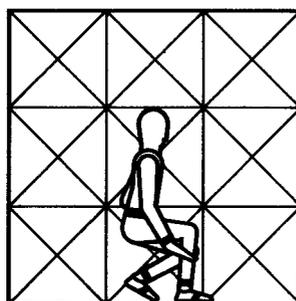
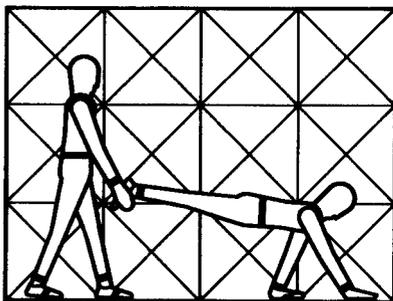


La marche du tigre. L'enfant se déplace à quatre pattes. Sa tête est droite et non penchée comme celle du porc-épic. Il devra apprendre à avancer sur ses genoux et ses mains de façon coordonnée.

La marche de l'ours. Le membre inférieur se pose à l'endroit où s'est posé le membre supérieur, en marche avant, en marche arrière. Les genoux ne sont pas pliés.

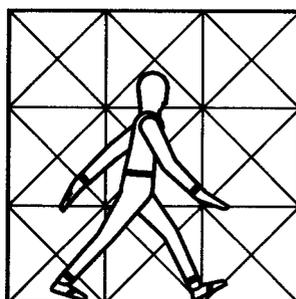
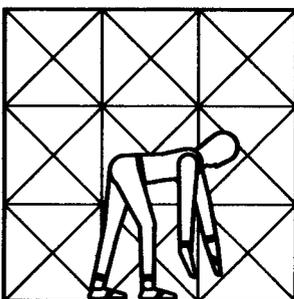


La marche du chien à la patte cassée. L'enfant prend la position à quatre pattes et place un de ses bras derrière son dos pour marcher à trois pattes. Il fait le même exercice en utilisant ses deux bras, mais en élevant une jambe.



La marche sur les mains (brouette). On tient les jambes de l'enfant bien tendues et celui-ci marche sur les mains. Ses jambes deviennent alors les manches de la brouette et ses mains, la roue.

La marche accroupie en canard. Les genoux sont pliés mais le corps est droit et les bras ballants de chaque côté.

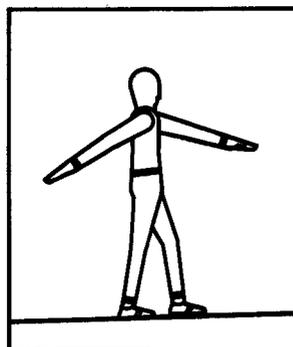
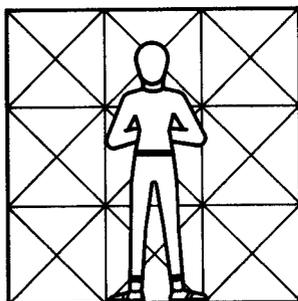


La marche du gorille. Penché au niveau de la taille, et les bras se balançant de chaque côté du corps, l'enfant marche lourdement.

La marche de la souris. L'enfant marche silencieusement sur la pointe des pieds (non illustré).

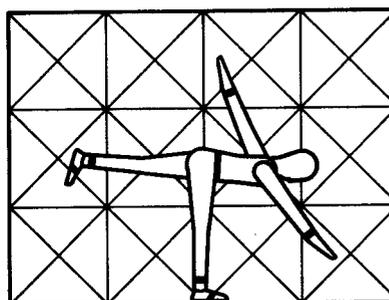
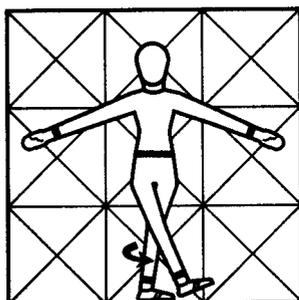
La marche du soldat de bois. Les bras et les jambes sont raides. Le corps ne bouge pas. Le balancement des bras est coordonné avec le pas, soit le bras gauche levé en même temps que la jambe droite (non illustré).

Les pas de géant. Faire des pas lents et lourds, les plus grands possible.



La marche du pingouin. Le torse est bombé, les pieds sont écartés vers l'extérieur, les talons sont très rapprochés, les jambes sont tendues. Les bras sont repliés de façon à placer la main sous le bras. Les pas sont très petits et saccadés avec un balancement rythmé du corps.

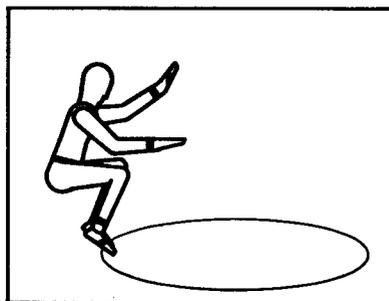
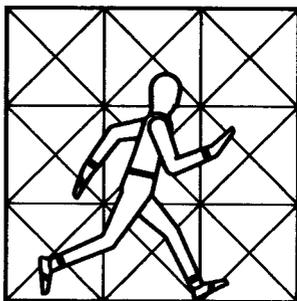
La marche de l'équilibriste. Sur une ligne tracée sur le sol ou sur un banc, l'enfant pose un pied droit devant l'autre, les orteils de l'un touche au talon de l'autre. Avec les bras tendus de chaque côté, il garde son équilibre, comme s'il s'agissait de la perche de l'équilibriste.



Les pas de parapluie. L'enfant tourne sur lui-même, en avançant. Les bras sont écartés du corps pour former la toile du parapluie, à angle de 45° environ.

Atterrir comme un avion en panne. L'enfant est debout sur un pied, son autre jambe est étendue le plus haut possible vers l'arrière. Son corps est penché vers l'avant et ses bras sont étendus de chaque côté comme les ailes d'un avion. Sur son seul pied, l'enfant avance le plus doucement possible.

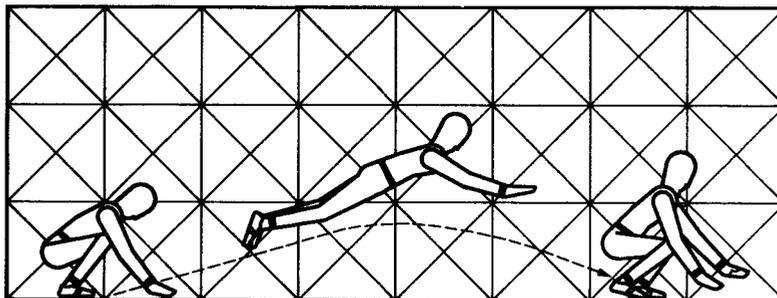
Marcher en glissant ses pieds. L'enfant doit marcher en glissant ses pieds sur le plancher. Lorsque vous frappez des mains, il doit marcher en levant le genou très haut (non illustré).



La course. La course sur place sera la première à être effectuée. Par la suite toutes les marches et sauts suggérés peuvent être effectués au pas de course.

Saut à pieds joints. Former sur le plancher un cercle d'environ huit pieds de circonférence avec une ficelle. L'enfant saute à pieds joints à l'intérieur et à l'extérieur du cercle. Reprendre sur un pied et le faire sauter à reculons s'il le peut.

Le saut du kangourou. Les coudes sont repliés et près du corps, l'avant-bras est relevé vers le haut et les mains sont pendantes. Les pieds sont légèrement tournés vers l'extérieur. Le saut doit se faire les deux pieds ensemble en ne bougeant pas le reste du corps (petits sauts) (non illustré).



Le saut du lapin ou du lièvre. Au départ, l'enfant est accroupi. Au moment du saut, il étire tous ses membres. Il doit retomber à quatre pattes.

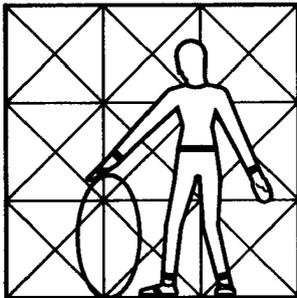
Le saut de crapaud. Les genoux sont écartés et fléchis, l'enfant est sur la pointe des pieds, les bras sont allongés entre les genoux. Le saut se fait de façon à retomber en position initiale (non illustré).

Le saut à la corde. L'enfant saute avec une corde à danser. Plusieurs variantes sont possibles : les deux pieds ensemble, sur un pied ou sur l'autre, de l'avant ou de l'arrière et de côté lorsque deux partenaires font tourner la corde. Établir le mouvement de rotation des bras et des poignets. Les enfants peuvent chanter cette chanson « Entrez dans la danse », fort connue d'eux. Deux enfants peuvent sauter en même temps. On peut aussi avancer tout en sautant.

Après ces exercices de motricité globale, il devient plus facile d'aborder des exercices qui exigent le contrôle de la main et de l'œil, ainsi que les mouvements fins qui sont à la base des apprentissages scolaires.

Une meilleure harmonie corporelle de l'enfant facilitera sûrement ses activités récréatives et sportives.

EXERCICES AVEC CERCEAU



La manipulation du cerceau apporte un élément différent et intéressant dans la gamme des exercices. Ce matériel permet de faire des activités pour obtenir un meilleur contrôle moteur favorisant ainsi la coordination des mouvements.

Les plus grandes particularités du cerceau sont d'apporter à l'enfant un outil favorisant l'éducation du schéma corporel et de la notion d'espace.

De plus, les exercices avec le cerceau renforceront la latéralité chez l'enfant, ainsi que son équilibre, tout en accroissant l'harmonie générale de son corps.

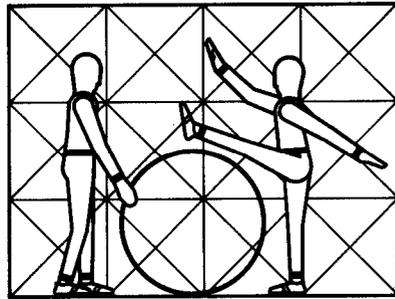
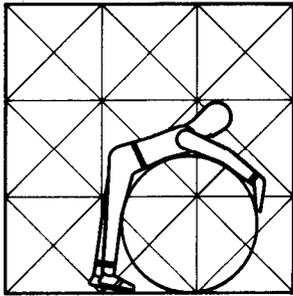
Avant d'entreprendre des exercices précis, nous suggérons de laisser l'enfant trouver des façons différentes « de faire » avec le cerceau. Ils ont beaucoup d'imagination quant aux postures à prendre et aux déplacements à effectuer.

Voici quelques suggestions d'exercices avec le cerceau imaginés par les enfants eux-mêmes.

EXERCICES

Clientèle. Tous — restriction faite pour quelques enfants ayant des handicaps physiques.

Objectifs. Éduquer la coordination, le schéma corporel, la notion d'espace, la latéralité, l'équilibre.



Demander à l'enfant de faire passer tout son corps dans le cerceau. Lui demander de trouver différentes façons de le faire en utilisant la position debout, assise, à genoux, ou couchée.

Demander à l'enfant de faire des culbutes avant, arrière, en tenant le cerceau avec ses deux mains.

Couché sur le dos, les yeux fermés, un cerceau est placé sous les jambes de l'enfant. Demander alors à l'enfant de placer ses pieds à l'intérieur du cerceau, ensuite de chaque côté à l'extérieur du cerceau, en avant et en arrière du cerceau.

L'enfant est à genoux. Le cerceau est à plat devant lui. Demander à l'enfant de toucher le sol à l'intérieur du cerceau avec sa tête, avec son front, son nez, son menton, son oreille droite, son oreille gauche, sa main droite, sa main gauche, son coude droit, son coude gauche, son pied droit, son pied gauche, son genou droit, son genou gauche.

Le cerceau est parallèle à l'enfant. Celui-ci s'allonge et son corps moule la courbe du cerceau.

On tient le cerceau horizontalement à différentes hauteurs et on demande à l'enfant de sauter à l'intérieur.

Placer des cerceaux verticalement, chacun d'eux retenu par un petit tapis ou tout autre objet, ou par un enfant. Le petit tapis sera déposé à plat à l'intérieur du cerceau pour empêcher celui-ci de tomber ou de rouler. Les enfants passent à l'intérieur en se déplaçant à quatre pattes. On peut déposer un sac de sable sur la tête ou sur le dos de l'enfant.

En position assise sur le cerceau et en le tenant avec ses mains, l'enfant devra rouler d'un côté et de l'autre.

Couché sur le dos, l'enfant tient le cerceau de ses deux mains, bien en place sous sa nuque, en lui donnant une inclinaison oblique. Il lui faut essayer de passer ses jambes à l'intérieur.

En se servant du cerceau autour du cou, d'un bras, de la taille ou des genoux, l'enfant fait des mouvements de rotation pour faire tourner le cerceau. Avec une jambe, on se servira du petit cerceau. L'emploi du grand ou du petit cerceau dépendra de l'âge de l'enfant. Faire ces exercices dans le sens des aiguilles d'une montre et inversement.

L'éducateur fait rouler un cerceau. L'enfant doit courir pour passer à travers le cerceau pendant qu'il est en mouvement. Il peut aussi utiliser un ballon ou une balle, qu'il lance dans le cerceau, au moment où celui-ci passe devant lui.

L'enfant est debout, les jambes écartées. Il tient le cerceau derrière lui. En glissant ses mains le long du cerceau, il s'abaisse, en pliant les genoux et en éloignant son cerceau, de façon à pouvoir le toucher de sa tête. S'il en est capable, il pourra passer sa tête à l'intérieur du cerceau. Il doit ensuite revenir à sa position initiale.

L'enfant pousse son cerceau et doit le suivre pour le faire rouler, de façon à l'empêcher de tomber. L'exercice peut se faire de la main droite et de la main gauche. Si plusieurs enfants participent, il s'agira pour eux de faire attention de ne pas frapper les autres enfants ou cerceaux.

L'enfant est debout. Le cerceau est déposé à plat sur le sol devant lui. Il doit alors toucher le sol des deux mains, dans le cerceau, en avant du cerceau, en arrière du cerceau, et de chaque côté du cerceau. Ces exercices doivent se faire sans fléchir les genoux.

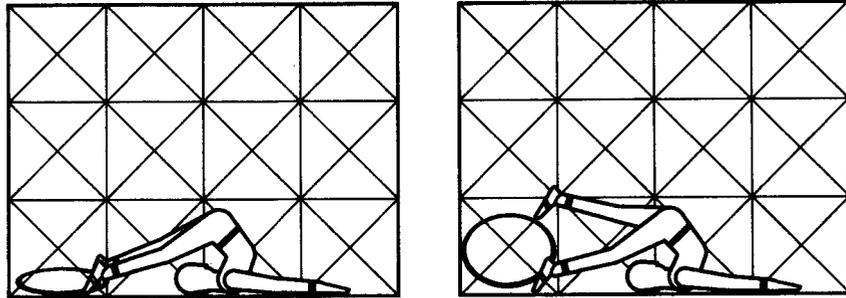
Un enfant tient un cerceau parallèle à lui, les bras tendus. Un autre enfant, face à lui, mais légèrement de biais, doit passer sa jambe au-dessus du cerceau, sans le toucher, ni fléchir les genoux.

Debout, jambes écartées, l'enfant place le cerceau entre ses jambes. En gardant les genoux droits, il doit toucher le centre du cerceau avec ses deux mains ou en faire le contour. (Petit cerceau).

Le cerceau est placé derrière l'enfant. Celui-ci, les jambes écartées et les genoux fléchis, doit toucher des deux mains, le centre et l'extérieur de chaque côté du cerceau.

À genoux, à l'intérieur du cerceau, l'enfant doit relever une jambe et maintenir cette position en gardant son équilibre. Dès qu'il perd son équilibre, il change de genou. Il pourra essayer d'étirer sa jambe vers l'avant, de côté et vers l'arrière. Il peut aussi prendre appui sur la jambe agenouillée avec son pied.

L'enfant se tient sur un pied seulement. Un cerceau est déposé devant lui, à plat sur le sol. Il s'agit alors de pousser le cerceau en ligne droite avec son pied, tout en gardant son équilibre. (Pied droit, pied gauche).



L'enfant est couché sur le dos, les bras le long du corps, le cerceau à l'arrière de sa tête. Avec ses pieds, il doit aller toucher à l'intérieur du cerceau. Même position, mais les pieds doivent toucher, de chaque côté, à l'extérieur du cerceau.

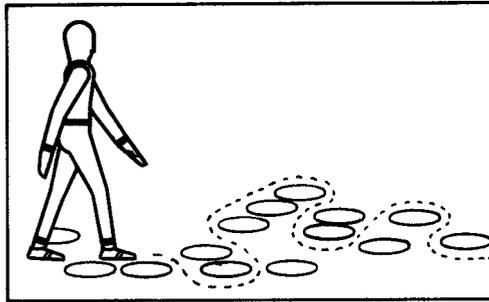
Placer sur le sol des cerceaux à différentes distances d'un point de départ. L'enfant aura à lancer un objet quelconque (sac de sable, soulier, gomme à effacer, etc.), à l'intérieur du cerceau. Cet exercice peut se faire inversement soit, en lançant le cerceau par-dessus l'objet. Cet exercice se fera de la main droite et de la main gauche.

L'enfant s'assied à l'intérieur du cerceau, genoux repliés et pieds joints à l'extérieur du cerceau. En prenant appui avec ses mains de chaque côté du cerceau, l'enfant doit se mettre debout sans toucher le cerceau. Cet exercice aussi se fait assis à l'extérieur du cerceau et pieds joints à l'intérieur.

On forme un cercle avec des cerceaux se touchant les uns, les autres. On demande à l'enfant de marcher, sauter ou courir en ayant toujours un pied à l'intérieur du cerceau et l'autre pied à l'extérieur. On peut faire cet

exercice à l'intérieur comme à l'extérieur du cercle formé par les cerceaux, inversant ainsi les pieds.

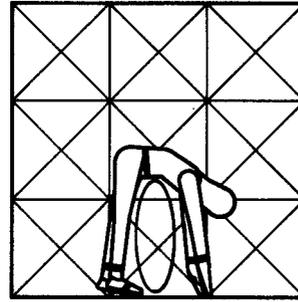
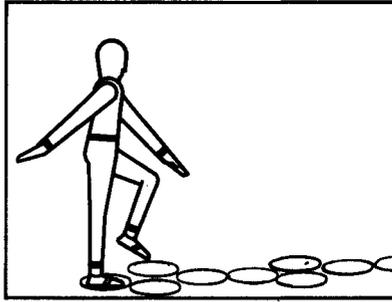
On forme un trajet sinueux avec des cerceaux, tantôt deux ou trois cerceaux se touchant, tantôt étant légèrement espacés ou beaucoup plus éloignés. L'enfant devra faire le trajet en ayant toujours un pied dans les cerceaux et en contournant les obstacles ainsi formés. Pour les plus petits, on peut indiquer à la craie, par une ligne pointillée, le trajet à parcourir. L'enfant devra refaire le trajet en sens inverse. Si l'on veut apprendre à l'enfant les notions droite-gauche, on lui demande de verbaliser le trajet. On pourra aussi demander à l'enfant de parcourir le trajet en faisant rouler un cerceau devant lui.



Donnez libre cours à votre imagination pour varier les trajets à parcourir

Il s'agit pour un enfant de lancer un petit cerceau et pour un autre de l'attraper. Cet exercice peut se faire debout ou à genoux. Les lancers peuvent être variés, par exemple, par devant, par derrière, par dessous la jambe, de côté, etc. Cet exercice se fera de la main gauche et de la main droite.

On place plusieurs cerceaux, de différentes façons, sur le sol. L'enfant doit suivre le trajet ainsi formé, en suivant ces consignes: sauter sur un pied dans un cerceau, sur les deux pieds dans deux cerceaux différents, sur deux pieds dans un même cerceau et on recommence. L'enfant peut faire le trajet en sens inverse ou à reculons. Il peut aussi faire tout le trajet à pieds joints. On ajoute alors des notions de direction. On peut utiliser des grands ou petits cerceaux selon l'âge et l'habileté de l'enfant.



Exemple de trajet

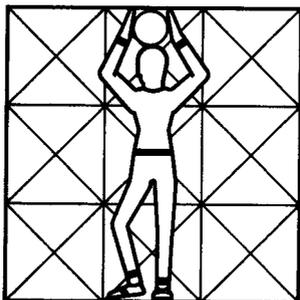
Le cerceau est placé par terre. L'enfant s'allonge à plat ventre sur le cerceau de façon à tenir une extrémité avec les mains, les bras étant étirés. L'autre extrémité du cerceau se trouve maintenue au sol par l'appui de son corps. L'enfant doit alors lever les bras pour élever le cerceau le plus haut possible et revenir à la position de départ.

L'enfant est debout. Le cerceau est perpendiculaire à lui. Il doit se placer sur la pointe des pieds et se pencher par-dessus le cerceau pour toucher le sol avec le bout de ses doigts. Même exercice, mais en étant debout sur les talons.

On peut employer des chambres à air pour plusieurs de ces exercices. Par exemple, on formera un tunnel avec plusieurs chambres à air attachées les unes aux autres ou un puit en les empilant, etc... Les enfants pourront faire des expériences avec ce matériel permettant des manipulations différentes. De par leur forme et leur texture, elles ont un aspect plus ludique pour l'enfant.

Il y a, bien entendu, une limite quant à la rédaction des exercices possibles avec le cerceau. Cependant, ceux-ci peuvent peut-être vous aider pour varier votre programme d'éducation. Ils peuvent aisément servir aussi lors d'une période de réchauffement précédant une activité physique quelconque.

EXERCICES AVEC BALLON OU BALLE



Il existe sur le marché une grande variété de balles ou de ballons, partant de la plus petite balle (super-ball), allant jusqu'à l'énorme ballon de rebondissement. Ils sont offerts dans différentes textures et un grand choix de couleurs.

La balle (ou le ballon) est faite pour rouler, être lancée, attrapée ou rebondir. Elle peut aussi voler, flotter, être frappée et même blesser si lancée imprudemment.

Appartenant surtout au domaine de l'enfant, elle est d'un maniement assez aisé. Celui-ci l'utilise partout, à l'intérieur comme à l'extérieur, dans le bain aussi bien qu'en gymnase.

Les exercices avec balle ou ballon entretiennent et développent les qualités physiques (agilité, souplesse, vitesse, réflexes, etc.) par le perfectionnement de la motricité globale et fine. Ce perfectionnement exigera la coordination œil-main, l'équilibre, le tonus, la latéralité, l'attention et le sens tactile.

Par les lancers qui exigent de fréquents arrêts et de brusques changements de directions, les enfants apprennent à maîtriser leurs mouvements.

Dans nos exercices, il faudra se soucier d'obtenir la maîtrise du geste plutôt que de rechercher la performance.

Chacun des exercices devrait être fait au moins trois fois. Pour ne pas que l'enfant disperse son attention en courant après une seule balle, on verra à mettre trois ou quatre balles ou ballons à sa portée avant d'entreprendre l'exercice.

EXERCICES

Clientèle. Tous — cependant, certains exercices sont inaccessibles à quelques handicapés physiques.

Demander à l'enfant de démontrer toutes les façons qu'il connaît pour lancer et attraper une balle ou un ballon. Pour compléter, on peut toujours lui en suggérer d'autres comme par exemple : par en arrière, sous sa jambe, en tournant sur lui-même, etc. On peut apprendre à l'enfant à lancer à bras cassés et à bras tendus, avec une ou deux mains. On peut aussi lui apprendre à recevoir: avec les deux mains, on lui fera attraper le ballon le plus loin possible du corps en offrant les paumes de la main au ballon. Celles-ci seront tournées suivant la trajectoire du ballon. Après avoir attrapé le ballon, ramener celui-ci en pliant les bras vers le corps. (Les bras atténuent le choc du ballon).

On présente à l'enfant un ballon ou une balle qu'il devra faire rouler sur toutes les parties de son corps en lui faisant prendre conscience de celles-ci. (Schéma corporel). Cet exercice peut se faire les yeux fermés ou bandés.

Demander à l'enfant de s'allonger sur le dos, les yeux fermés, la tête appuyée sur un petit ballon lesté ou une balle bourrée de tissus. La consigne sera : « Place ta tête à droite de la balle, à gauche, en avant, en arrière ». Dans cette même position, il doit ramasser la balle avec ses pieds et aller la déposer au-dessus de sa tête. Toujours dans cette position, on dépose une balle ou un ballon sur les pieds collés ensemble. Il doit relever ses jambes graduellement pour permettre à la balle de rouler jusqu'à son menton.

Déposer par terre un certain nombre de petites balles et un panier. L'enfant, pieds nus, doit les ramasser avec ses orteils et les déposer dans le panier.

L'enfant est couché sur le dos. On dépose une balle à sa tête. L'enfant croise et étire ses bras au-dessus de sa tête et prend la balle avec la main demandée par l'éducateur (main droite, main gauche, les deux mains). Cet exercice peut se faire aussi sur le ventre ou les yeux fermés ou bandés.

Demander à deux enfants de s'asseoir à cheval aux extrémités d'un banc. Ils ont chacun une balle qu'ils font rouler sur le banc, l'un vers l'autre, simultanément (main droite, main gauche, les deux mains).

Deux enfants sont allongés à plat ventre, en vis-à-vis. L'un d'eux pousse la balle avec sa tête, l'autre la lui retourne de la même façon. (Répéter plusieurs fois).

L'enfant se tient debout sur un pied et fait rouler le ballon avec son autre pied en suivant une ligne tracée à l'avance. Cet exercice se fera aussi à droite et à gauche de la ligne et avec chacun des pieds.

Debout sur un gros ballon lesté, les enfants doivent tenter de le faire rouler avec leurs pieds nus, sans perdre leur équilibre. Sur ce même ballon,

l'enfant peut tenter de garder son équilibre en étant accroupi, les mains aux hanches.

L'enfant doit pousser le ballon avec ses pieds dans différentes directions, en ayant toujours le ballon à portée de son pied. (Peut se faire les yeux bandés). Il fera cet exercice en marchant, puis en courant. On peut aussi placer un but à atteindre. L'enfant devra cependant arrêter et donner le dernier coup de pied visant le but à atteindre dès qu'il arrive à une certaine limite établie d'avance.

L'enfant doit placer sa balle entre le menton et le haut de sa poitrine. On lui demande alors de marcher dans diverses directions, de courir, de sauter à pieds joints, sur un pied, de ramper, etc.

On peut varier la position de la balle, soit en la tenant entre sa tête et l'épaule, entre ses genoux, etc. On peut aussi placer une balle sous chacun de ses bras et l'enfant devra ramper sans la faire tomber.

L'enfant s'accroupit, les jambes légèrement écartées. On place entre ses jambes, une balle ou un petit ballon. En restant accroupi, l'enfant doit tourner autour de la balle, sans la toucher.

L'enfant doit faire rebondir le ballon (dribbler) en demeurant sur place. Cet exercice peut se faire les yeux bandés et en ajoutant un rythme à suivre (tambourin). Ensuite, il devra coordonner son mouvement en marchant puis en courant. On peut demander un pas par bond (rythme), et un changement brusque de direction.

L'enfant doit maintenir le ballon en l'air, en le frappant continuellement avec ses deux poings réunis.

L'enfant apprend à lancer et attraper la balle ou le ballon, en l'air, au mur, ou en faisant un bond au sol. S'il maîtrise bien ces mouvements, on lui demande de faire différents gestes pendant que la balle est en mouvement, par exemple : taper dans les mains en avant, en arrière, au-dessus de sa tête, entre les jambes, sous l'une ou l'autre, une ou plusieurs fois ; mettre ses mains sur la tête, aux épaules, à la taille ; croiser les bras, rouler les mains ; tourner sur soi-même, sauter, etc....

On lance un ballon en l'air, et les enfants doivent le frapper avec n'importe quelle partie de leur corps à l'exception des mains, pour l'empêcher de tomber au sol.

Un enfant lance la balle au mur (pas trop haut) et doit sauter pardessus la balle, jambes écartées, avant qu'elle ne fasse un bond. Un autre enfant, à l'arrière, peut attraper la balle et faire l'exercice à son tour.

Faire lancer une balle ou un ballon dans un panier accroché au mur, à hauteur variée selon l'âge de l'enfant. Les lancers se font de la main droite, de la main gauche et des deux mains.

Deux enfants se placent face à face, à une certaine distance. Ils doivent lancer et attraper leur balle simultanément.

Couché à plat ventre sur le sol, l'enfant doit prendre le ballon d'une main. Il lance alors le ballon et se soulève la poitrine en même temps pour laisser passer le ballon qu'il attrapera de l'autre main. Il le retournera de la même façon. Avec l'entraînement, on demandera de faire cet exercice de plus en plus vite.

L'enfant lance la balle sur le mur. Il doit l'attraper tout simplement. Ensuite il doit l'attraper après qu'elle ait fait un ou plusieurs bonds. Il peut aussi lancer la balle dans les airs ou sur le sol. On peut demander à l'enfant de taper dans les mains avant d'attraper la balle. Variantes : taper dans les mains en avant, en arrière, une ou plusieurs fois.

On fixe une corde avec des grelots à un grand cerceau. L'enfant doit lancer une balle de façon à faire sonner le grelot. On varie la position du cerceau. (Main droite, main gauche, et les deux mains).

L'enfant s'assied par terre, jambes croisées à l'indienne, et lance la balle en l'air. Il doit se dépêcher de se relever debout pour attraper la balle avant qu'elle ne touche le sol.

On fait lancer un ballon dans un récipient. Les lancers se font de la main droite et de la main gauche, et des deux mains. Pour compliquer le jeu, on utilise une balle et on se sert d'un récipient plus petit. On peut aussi placer une corde ou un filet à une certaine distance, en avant du récipient.

On place un sac de sable par terre. L'enfant doit lancer des balles bourrées de tissus ou des balles de mousse aussi près que possible du sac de sable (main gauche, main droite). Dès que ses cinq balles sont lancées, avec cinq autres balles, il doit viser les balles déjà en place, afin de les éloigner du sac de sable.

Deux enfants sont debout, dos à dos, jambes écartées. Ils se penchent le plus bas possible en gardant les jambes droites et doivent se passer la balle entre les jambes, de l'un à l'autre (plusieurs fois). Dans cette même position, ils doivent se passer la balle, en la faisant rouler, de chaque côté d'eux.

On demande à l'enfant de jongler avec une ou plusieurs balles, selon l'adresse de l'enfant, en essayant de suivre un rythme à deux temps donné par l'éducateur sur un tambourin.

Avant d'utiliser le ballon ou la balle avec le jeune enfant, il serait peut-être préférable d'utiliser le sac de sable pour les lancers. Ils lui feront acquérir une certaine maîtrise et précision des gestes que requièrent ces exercices.

Pour certains des exercices suggérés, des sacs de sable, des cônes, des cubes, des carrés ou cercles fabriqués par les enfants, de couleurs attrayantes, etc., pourront facilement être joints ou remplacer les cerceaux ou les balles et ballons. De par leur texture et leur forme, ils pourront susciter l'imagination de l'enfant et de l'éducateur à créer de nouveaux exercices.

Les exercices suggérés ne sont qu'un aperçu de ce que l'on peut faire avec une balle ou un ballon. Ce matériel est le plus utilisé dans une grande majorité de jeux et de sports, aussi bien intérieur qu'extérieur, et autant sur terre que dans l'eau. De plus, l'enfant développera la souplesse du poignet qui l'aidera au moment des apprentissages scolaires. C'est pourquoi nous préconisons et stimulons tous les exercices, jeux ou sports requérant la balle ou le ballon.

Tous les exercices suggérés dans ce chapitre aideront à développer l'habileté motrice chez l'enfant. Plus vite cette habileté sera acquise, plus grand et plus durable sera le plaisir que l'enfant ressentira à se sentir maître de lui. De plus la motivation créée incitera l'enfant à poursuivre d'autres activités.

Vous avez pu remarquer que plusieurs des exercices demandent à être faits les yeux fermés ou bandés. La raison est qu'en éliminant les indications visuelles, on favorise le développement des sensations kinesthésiques et tactiles. Ainsi, l'enfant apprendra à distinguer la droite et la gauche sans repère visuel.

Vous trouverez certains exercices pouvant être faits par des enfants présentant un handicap quelconque. Il est tout aussi important pour eux d'en profiter.

Les exercices devront être choisis en fonction de l'âge et de l'état de chacun. Et il faut qu'on puisse y prendre plaisir ; faire de l'exercice par obligation est terriblement ennuyeux et devient vite fatigant.

CHAPITRE II

LES JEUX

Le jeu est à la fois une activité physique et mentale. Il suppose la liberté, permet une préparation de l'enfant à la vie ainsi qu'une découverte et une compréhension de la vie et du monde. Pour lui, le jeu, c'est son métier. La personnalité de l'enfant s'exprime par le jeu qui est sa première expression corporelle.

Chaque jeu met en œuvre un certain nombre d'aptitudes motrices, sensorielles, intellectuelles et affectives dans une proportion variable selon qu'il s'agisse, par exemple, d'une ronde ou d'une partie de dames.

Selon le jeu, différents facteurs psychomoteurs seront influencés tels : force physique, détente et rapidité du mouvement, souplesse et coordination, équilibre et spatialisation, habileté, oculo-motricité, audio-motricité, tact, mémoire, compréhension, analyse et synthèse des situations, verbalisation, stabilité du comportement, volonté, entraide, coopération, et enfin communication.

La vraie signification du jeu est celle que l'enfant lui donne selon son âge. Ainsi pour le bébé, le jeu est un apprentissage psychomoteur et une exploration lui procurant du plaisir.

Pour le jeune enfant, le jeu permettra de compléter la conquête de son propre corps et l'exploration d'une zone plus vaste du monde environnant. C'est donc là une période de transition avec une signification plus globale du jeu, mettant en cause toute sa personnalité naissante.

Pour l'enfant d'âge scolaire, le jeu est une compensation physique et la découverte d'une satisfaction morale. C'est un domaine privilégié qui est son propre bien, où il est son maître et où l'adulte n'intervient pratiquement pas. Le jeu prend donc une signification globale à l'âge scolaire.

Le jeu présente donc :

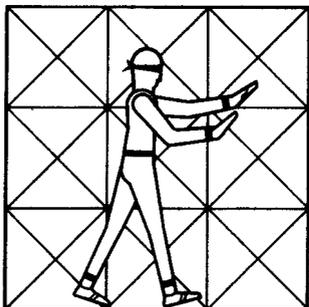
- une détente physiologique nécessaire compensant pour les efforts cérébraux et la stabilité passive exigés par la scolarisation ;
- une éducation très utile du geste et de la motricité, aidant aussi à l'intégration sensori-motrice ;
- une préparation à la vie en société.

Il y a succession entre les jeux actifs pour lesquels l'adolescent joue un rôle personnel, et les jeux passifs où il se plaît à être un simple spectateur.

L'adolescent devient apte à contrôler son jeu, à organiser une sorte de va-et-vient entre les diverses zones de sa personnalité, et à maîtriser son énergie débordante.

Nous avons sélectionné des jeux qui peuvent s'adresser à l'un ou l'autre des groupes d'âge des enfants. Chaque type de jeux apporte un appui au développement psychomoteur de l'enfant.

JEUX DIVERS



Le bébé est à l'âge de l'exploration ; il faut donc favoriser cet apprentissage. Tout en le laissant libre, nous mettons à sa disposition des objets qui éveillent sa curiosité et l'incitent à découvrir (hochet, cubes, contenants de plastique avec couvercles, miroir au mur à sa hauteur, poupée, etc.).

Les âges suggérés à chacun des jeux sont soit chronologiques ou mentaux. Ces jeux peuvent s'adresser aux enfants ayant une bonne performance motrice ou aux enfants présentant un handicap physique ou mental.

Connaissant les enfants que vous avez à votre charge, vous serez plus aptes à juger s'ils peuvent y participer ou non.

Cache-cache

Clientèle. Bébé à 3 ans.

Matériel. Couverture, balle.

Objectif. Éduquer la motricité globale, l'attention.

L'enfant se cache en boule sous une couverture ; à notre signal, il doit sortir le plus rapidement possible pour nous rejoindre.

On cache une petite balle sous la couverture. L'enfant doit courir à quatre pattes pour aller la chercher et doit revenir la porter lentement comme la tortue.

La boîte épinglée

Clientèle. Bébé à 5 ans.

Matériel. Épingles à linge grosses ou petites selon l'âge, boîte.

Objectifs. Éduquer la motricité fine (contrôle et coordination des mains, des doigts et des yeux).

Demander à l'enfant de mettre des épingles à linge autour d'une boîte de chaussure ou autre contenant, dans un certain laps de temps.

Le médecin magique

Clientèle. Bébé à 4 ans.

Matériel. Règle.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel, les sensations tactiles.

L'enfant doit guérir les parties de votre corps qui sont malades : mal de tête, blessure à la jambe, au bras, douleurs au dos, mal d'oreille, mal de dents, etc., en les touchant avec sa baguette magique. Pour faire découvrir les parties du corps chez le bébé, on fait à notre tour le médecin magique.

Le jeu des caresses

Clientèle. Bébé à 3 ans.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel et la perception tactile.

Placer l'enfant face à soi et lui demander d'appuyer son front contre le nôtre, sa joue, son bras, sa jambe, son nez, son genou, son pied, sa cuisse, etc.

Casse-tête personnel

Clientèle. 2 à 7 ans.

Matériel. Sacs ou feuilles de papier ou carton, crayons de couleur, ciseaux.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel, la motricité, la latéralité et le sens de l'orientation.

Assembler des sacs de papier afin de former un rectangle plus long que la taille de l'enfant. Faire coucher l'enfant et tracer avec un crayon le contour de son corps. L'enfant complète, c'est-à-dire dessine les yeux, la bouche, le nez, les doigts, le cœur, les poumons, etc. (selon l'âge). Découper le contour du corps puis les parties suivantes : les pieds, les jambes, les mains, les bras, le cou, la tête, les cheveux et les oreilles. L'enfant possède ainsi un casse-tête de son propre corps.

Le chemin dans la neige

Clientèle. 3 à 7 ans.

Matériel. Poudre, farine ou neige artificielle, petite auto.

Objectifs. Éduquer l'orientation et la structuration spatiale, la perception tactile, l'imagination, la notion de distance.

Saupoudrer une surface plastifiée de poudre, de farine ou de neige artificielle. On montre à l'enfant une petite auto. On lui demande de tracer, avec ses doigts, un petit chemin que sa voiture aura à parcourir par la suite. Il devra tracer la route de la largeur approximative de son auto, avec seulement deux de ses doigts. Ensuite, avec l'auto, l'enfant refera le trajet. En même temps, on verbalise pour lui faire prendre conscience des notions de direction.

Jeu de mains et de pieds

Clientèle. 3 à 7 ans.

Matériel. Papier construction de 2 couleurs différentes.

Objectifs. Éduquer la latéralité droite-gauche, la motricité fine, l'attention.

Tracer le contour des mains et des pieds de l'enfant sur du papier. Faire découper. Faire reproduire 6 mains droites, et 6 pieds droits d'une

couleur ainsi que 6 mains et pieds gauches d'une autre couleur. Coller au mur les mains en alternant main droite, main gauche. L'enfant devra placer ses mains alternativement sur les unes et sur les autres en expliquant « droite-gauche ». Il fera de même sur les dessins de pieds collés par terre. On pourra varier la direction des mains et des pieds, ou les grouper sans respecter l'alternance des couleurs. Ces difficultés s'ajouteront selon la progression de l'enfant.

La chasse à tâtons

Clientèle. 3 à 10 ans.

Matériel. Craie, sacs de sable ou autres, sacs de papier.

Objectifs. Éduquer la perception tactile, les notions d'espace, la vitesse.

Tracer sur le sol, à l'intérieur ou à l'extérieur, un cercle de la grandeur désirée (selon le nombre d'enfants). On éparpille à l'intérieur de ce cercle des sacs de sable ou différents menus objets tels des billes, des boutons, des haricots, etc. Chaque enfant a les yeux bandés et un sac de papier dans les mains. Ils se mettent à quatre pattes et au signal doivent chercher, ramasser et mettre dans leur sac les objets trouvés. L'enfant qui a ramassé le plus d'objets gagne la partie.

La chasse aux souris

Clientèle. 4 à 8 ans.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la structuration spatio-temporelle, l'équilibre.

On marque des buts à différents endroits. Un enfant fait le chat et les autres, les souris. Les « enfants-souris » se placent sur les buts et le chat se tient plus loin. Les souris doivent changer de place entre elles et le chat essaie d'en toucher une quand elle n'est pas à son but. Celle qui est touchée change de place avec le chat. Si les souris ne bougent pas assez, le chat doit les exciter en frappant dans ses mains quatre fois et en disant « miaou, miaou, miaou, miaou, celle qui ne bouge pas est à moi ». À ce moment, toutes les souris doivent changer de place entre elles et la chasse continue.

L'écureuil poursuivi

Âge. 4 à 8 ans.

Matériel. Un petit caillou, gomme à effacer ou autre.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, l'équilibre, l'orientation spatio-temporelle.

Au début, on choisit celui qui doit faire l'écureuil. Les enfants forment un cercle, les mains ouvertes derrière le dos. L'écureuil laisse sa place dans le cercle, court autour du cercle, et dépose son petit caillou dans les mains d'un des enfants; puis il se sauve. Celui qui reçoit le caillou doit poursuivre l'écureuil; celui-ci cherche à regagner sa place. S'il réussit, c'est celui qui a le caillou qui devient l'écureuil. Par contre, s'il est pris, il demeure l'écureuil pour le prochain tour.

Le déguisement

Clientèle. 4 à 10 ans.

Matériel. 2 chapeaux, 2 manteaux, 2 grands pantalons, 2 paires de gants, 2 paires de chaussettes, 2 paires de souliers.

Objectifs. Éduquer l'apprentissage d'une activité de la vie quotidienne, l'équilibre, la coordination, le schéma corporel, la motricité fine.

Les enfants forment deux équipes qui se placent en rang. On donne à chaque équipe, 1 chapeau, 1 manteau, 1 pantalon, 1 paire de gants, 1 paire de chaussettes, 1 paire de souliers. Au signal convenu, le premier joueur de chaque équipe met ses vêtements. Il doit boutonner son manteau en entier, et attacher ses souliers. Puis il les enlève et les passe au joueur suivant qui doit en faire autant. L'équipe gagnante est celle qui termine en premier.

Le calcul des cure-dents

Clientèle. 4 à 12 ans.

Matériel. Cure-dents.

Objectifs. Éduquer la perception et la mémoire auditive, la structuration spatio-temporelle, l'attention, la concentration.

Frapper dans vos mains. L'enfant doit placer sur la table autant de cure-dents qu'il a entendu de coups frappés. Commencer avec 2 coups

frappés et en ajouter un à mesure que l'enfant réussit. On peut compliquer le jeu en variant le rythme du frappé et en lui demandant de placer ses cure-dents selon la séquence rythmique entendue.

Chasse aux canards

Clientèle. 4 à 12 ans.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la structuration spatio-temporelle.

On établit d'avance la grandeur du terrain à l'intérieur duquel les canards pourront se sauver du chasseur. Peut se jouer à l'extérieur et en gymnase. Un des enfants est choisi pour faire le chasseur, tous les autres font les canards. Il s'agit pour le chasseur d'attraper les canards qui se sauvent en courant. Si le chasseur attrape un canard, celui-ci devient chasseur à son tour, et le chasseur se transforme en canard. Au moment où le chasseur s'approche, les enfants peuvent s'accroupir, les genoux pliés, car le chasseur n'a pas le droit de toucher un canard accroupi. Cependant, le canard ne peut garder cette posture trop longtemps. Si le chasseur se tient à 1 mètre (39 pouces) environ du canard et compte jusqu'à trois, le canard, alors, doit se déplacer en courant. Sinon, il devient le chasseur à son tour.

Le chien enragé

Clientèle. 4 à 12 ans.

Matériel. Corde, poteau ou autre.

Objectifs. Éduquer l'attention, la motricité globale, la vitesse.

L'enfant qui fait le chien est attaché par le poignet à un arbre ou poteau. Les enfants se dispersent autour. Il s'agit pour eux de toucher l'arbre le plus souvent possible sans que le chien ne les touche. Chaque fois qu'un enfant touche l'arbre, il marque un point. Tout enfant touché par le chien est éliminé. L'enfant qui le premier obtient le nombre de points fixé à l'avance gagne la partie. Le nombre de points déterminé ne sera pas trop élevé pour permettre à l'enfant qui fait le chien de jouer à son tour.

Tir à l'index

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. Rondelles en carton de couleur.

Objectifs. Éduquer la coordination oculo-motrice, la concentration.

Fixer au mur la rondelle de couleur. L'enfant est au fond de la pièce. Il avance assez rapidement, le bras bien étendu et essaie de placer d'un seul coup son index au milieu du rond. Le jeu peut se faire de la main droite et de la main gauche. On marque l'endroit où chaque enfant a touché, et le plus près de la cible gagne.

La marche au coup de sifflet

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. Sifflet.

Objectifs. Éduquer le contrôle moteur, l'attention, l'équilibre, la coordination.

On détermine d'avance la ligne d'arrivée. Faire placer les enfants derrière une ligne de départ, les deux pieds ensemble. L'éducateur donne un coup de sifflet ; les enfants avancent d'un pas et remettent leurs pieds ensemble. Un autre coup de sifflet, ils font un autre pas, et ainsi de suite. Ils peuvent avancer d'un seul pas, le plus grand possible, à chaque coup de sifflet. Le premier qui arrive à la ligne d'arrivée est déclaré gagnant. Ce jeu peut se faire en chaise roulante en effectuant un grand tour de roues.

L'oiseau prisonnier

Clientèle. 4 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, l'orientation spatiale, la rapidité, la maîtrise du geste, l'équilibre.

Les enfants forment un cercle en se tenant par la main. Celui qui fait l'oiseau se place au milieu du cercle. L'oiseau essaie de sortir de sa cage, soit en brisant le cercle, soit en rampant entre les enfants, ou en sautant pardessus. Les enfants qui forment le cercle doivent empêcher l'oiseau de sortir, tout en continuant à se tenir par la main. Ils n'ont pas le droit de se saisir de l'oiseau. Si celui-ci réussit à s'échapper, ils partent à sa poursuite. Celui qui touche l'oiseau devient le prisonnier et le jeu recommence.

Memo

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. 10 à 15 objets différents, ou moins.

Objectifs. Éduquer la mémoire visuelle.

On place sur une table différents objets que les enfants observent. Après 30 ou 60 secondes, on cache les objets avec un linge. Les enfants doivent alors dire à l'oreille, ou écrire la liste des objets dont ils se souviennent. Le gagnant est celui qui en a retenu le plus sans erreur. Ce jeu peut se faire dans une salle de classe avec des objets différents, ou des objets de la même famille, à l'intérieur d'un cours. (fruits ou légumes, etc.)

Tu brûles — tu gèles

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. Un objet quelconque.

Objectifs. Éduquer l'orientation spatiale, la motricité globale.

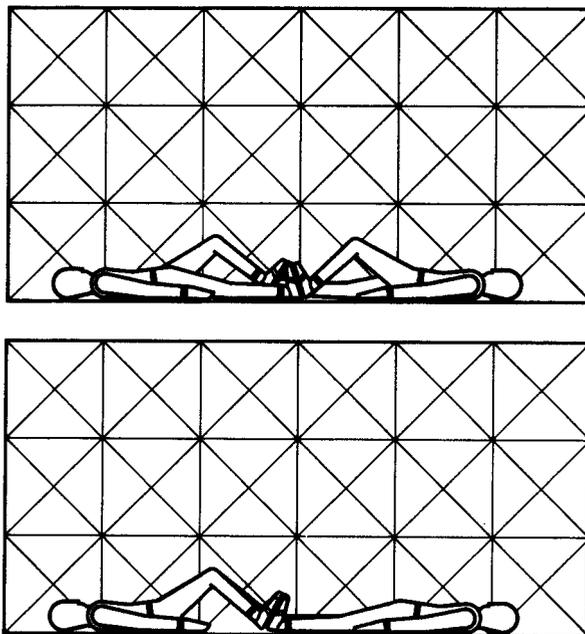
Les enfants sortent de la classe ou de la pièce, pendant que l'éducateur ou un des enfants cache un objet dans cette pièce. On leur demande de rechercher cet objet et dès que l'un d'eux s'en approche, on donne comme indice « Tu brûles », s'il est près, et « Tu gèles », s'il s'en éloigne. Celui qui retrouve l'objet doit le cacher à son tour. Pour varier, on peut faire la fouille en sautant, en rampant, ou en chaise roulante.

Le pédalo

Clientèle. 4 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la coordination, renforcer les muscles des jambes, éduquer l'attention, la concentration.

Faire allonger les enfants sur le dos, l'un en face de l'autre, les bras le long du corps. Les faire placer très près l'un de l'autre, les jambes repliées. Les faire pédaler. Un des enfants étire sa jambe droite en poussant, et en même temps l'autre enfant plie sa jambe gauche. À ce moment, la jambe gauche du premier enfant se plie, poussée par la jambe droite allongée du second.



Variante : l'un plie les deux jambes en même temps, alors que l'autre, contrairement, les allonge.

Les poires du hockey

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. Jeu de hockey, poires de différentes grosseurs, un petit morceau de mousse ou une boule de ouate.

Objectifs. Éduquer l'orientation spatiale, l'attention, la concentration, la coordination, la préhension, la force et la tolérance.

On peut se servir d'un jeu de hockey usuel, ou se le fabriquer (120 cm — 48 pouces environ — par 68 cm — 27 pouces environ). La partie se joue à deux. Les enfants sont les joueurs, les poires remplacent les bâtons de hockey, et le morceau de mousse devient la rondelle. Le jeu consiste à souffler à l'aide de la poire sur la rondelle, afin d'envoyer celle-ci dans le but adverse. L'enfant est à la fois, attaquant, défenseur et gardien de but. Après

un certain temps, celui qui a compté le plus de buts est le gagnant. Il faut utiliser différentes grosseurs de poires, selon l'objectif visé. Ainsi, la grosse poire fera travailler toute la main, la moyenne poire les cinq doigts, la petite poire trois doigts. Vous pouvez vous procurer des poires dans les pharmacies.

Course à la corde à linge

Clientèle. 5 à 8 ans.

Matériel. Corde à linge, 2 chemises, 2 paires de chaussettes, 2 pantalons, 2 tabliers, 2 robes, 20 épingles à linge.

Objectifs. Éduquer le contrôle moteur, la structuration spatio-temporelle.

Nous formons deux équipes. Les joueurs se placent en file indienne derrière la ligne de départ. On tend, à 5 mètres (17 pieds) de là, une corde à linge. On donne au premier enfant de chaque équipe une chemise, un pantalon, une paire de chaussettes, une robe, un tablier, et dix épingles à linge. Au signal l'enfant doit courir jusqu'à la corde à linge, y épingler les vêtements et revenir à son point de départ où il touche le second joueur de son équipe. Celui-ci court aussitôt à la corde à linge, enlève les vêtements et les rapporte au joueur suivant qui va les replacer, et ainsi de suite. L'équipe qui termine en premier gagne le concours.

Le gardien

Clientèle. 5 à 12 ans.

Objectifs. Contrôle moteur, structuration spatio-temporelle.

On tire au sort l'enfant qui fera le gardien. Il se place face au mur ; les autres enfants s'alignent à une vingtaine de pas derrière le gardien. Le gardien cogne trois coups sur le mur, en comptant tout haut « Un, deux, trois ! » et il se retourne aussitôt. Pendant ce temps, les enfants se déplacent vers lui, mais ils devront s'immobiliser quand le gardien se retourne. Si un enfant bouge de quelque façon que ce soit, et que le gardien le voit, il retournera à la ligne de départ. Le gardien se trouve de nouveau face au mur et le jeu continue ainsi, tant qu'aucun des enfants n'est assez près pour lui toucher. Dès qu'il est touché, le gardien se lance à la poursuite de l'enfant qui essaie de regagner la ligne de départ. S'il réussit à le rattraper, le gardien garde son poste. Dans le cas contraire, il lui cède sa place.

Son de cloche

Clientèle. 5 à 12 ans.

Matériel. Une clochette.

Objectifs. Éduquer la perception auditive, l'orientation spatio-temporelle, l'attention.

Un enfant se place au milieu d'un cercle formé par les autres. Il ferme ses yeux, et compte à haute voix jusqu'à 20. Pendant ce temps, les enfants se passent la clochette, en la faisant tinter. Dès que l'enfant du centre a fini de compter, les enfants arrêtent de faire tinter la cloche et se dépêchent de mettre leurs mains derrière le dos. Il ouvre alors ses yeux et essaie de deviner qui a la cloche. Il a droit à trois essais. S'il échoue, il reste à sa place et le jeu recommence. Dans le cas contraire, il change de place avec celui qui avait la cloche.

À l'aveuglette

Clientèle. 5 à 12 ans — 2 à 10 joueurs.

Matériel. Salle de classe ou à la maison, ou local de rééducation, papier, crayon, foulard, deux morceaux de carton de formes différentes.

Objectifs. Éduquer la perception des formes, la mémoire.

Les enfants ayant les yeux bandés, on place devant chacun d'eux une feuille de papier, un crayon et deux morceaux de carton découpés en des formes différentes, mais relativement simples, comme un carré, une fleur, un cercle, un champignon, etc. On leur donne alors une minute pour tâter les morceaux, puis on les reprend et les enfants ôtent leur bandeau. Ils doivent ensuite dessiner, de mémoire et d'après leur perception, la forme des cartons, en 2 minutes. Le gagnant est celui qui a les dessins les plus justes. Il peut ne pas y avoir de gagnant, si l'on fait ce jeu dans le but de percevoir les formes géométriques (apprentissage scolaire).

Les ombres

Clientèle. 5 à 12 ans — 6 à 20 joueurs.

Matériel. Lampe, papier, crayon gras ou feutre — salle de classe ou gymnase.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel.

On demande aux enfants de se tenir chacun leur tour, de profil, devant une lampe forte qui projette leur ombre sur une feuille de papier fixée au mur. En l'absence des autres enfants, on dessine alors sur la feuille la silhouette de l'enfant avec un crayon. On écrit ensuite un numéro sur chaque feuille et au verso, le nom de l'enfant. Plus tard, dans la journée, on affiche les silhouettes sur le mur. Les enfants copient les numéros sur des feuilles de papier et, essayant d'identifier les silhouettes, écrivent devant chaque numéro le nom de l'enfant représenté. Le gagnant du concours est celui qui réussit à identifier correctement le plus grand nombre de ses camarades.

Le drapeau

Clientèle. 5 à 12 ans.

Matériel. Piquet, drapeau, foulard, sacs de sable ou autres.

Objectifs. Développer le sens de la direction, l'appréciation de la distance à parcourir, l'équilibre.

Planter un piquet muni d'un drapeau (ou tout autre objet pouvant tenir le drapeau). 50 mètres environ (150 pieds) du drapeau, on trace une ligne de départ. Partant de cette ligne, chaque enfant, les yeux bandés, l'un après l'autre, doit aller placer son objet le plus près possible du drapeau. On mesure les distances et le gagnant est celui qui est le plus près du drapeau sans toucher à celui-ci. Il est assez difficile de marcher en ligne droite avec les yeux bandés.

La marche diversifiée

Clientèle. 5 à 12 ans.

Matériel. Sifflet.

Objectifs. Éduquer la mémoire, la motricité globale, la maîtrise du geste, l'équilibre, la structuration spatiale, le rythme.

On explique d'avance aux enfants qu'un coup de sifflet veut dire : marche lente, deux coups de sifflet : marche rapide, trois coups de sifflet : course. Un long coup de sifflet veut dire : arrêt. Si les enfants sont plus vieux, en ajouter. On peut aussi y ajouter des règles telles que si l'enfant se trompe, il est éliminé. Le joueur qui a réussi tous les coups est le gagnant. L'enfant doit se déplacer dans toutes les directions en évitant de se frapper aux autres.

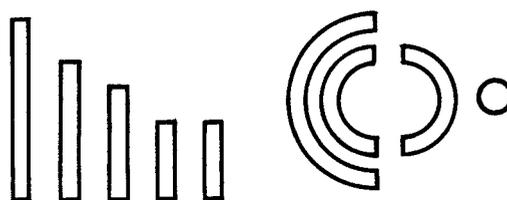
Casse-tête de lettres et chiffres¹

Clientèle. 5 ans et plus.

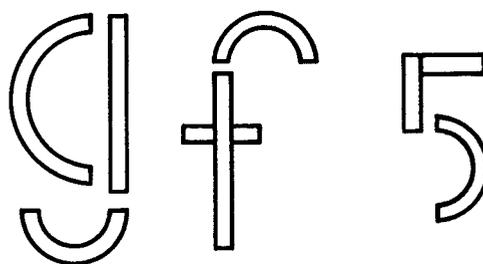
Matériel. Carton ou plastique, ciseaux.

Objectifs. Éduquer l'orientation et la structuration spatiale, la motricité fine, la coordination oculo-manuelle, l'organisation grapho-perceptive, la discrimination visuelle, l'attention, la concentration.

Tracer sur du carton ou du plastique (lavable), des lignes et des courbes (9 morceaux). Les faire découper par l'enfant et lui demander de former une lettre ou un chiffre en verbalisant l'orientation donnée à ses morceaux. Avec ces 9 morceaux, on peut former toutes les lettres de l'alphabet, et les chiffres de 1 à 10.



Morceaux à découper de la grosseur désirée



Exemple d'utilisation des morceaux
(Inspiré de Marie de Maistre avec ajouts d'éléments)

1. MAISTRE de, Marie, *Déficiência mentale et langage*. Éditions Universitaires, Paris, 1970.

Dos à dos

Clientèle. 5 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la coordination dynamique générale, l'équilibre.

Par groupes de deux, les enfants s'assoient par terre, dos à dos, se tenant par les coudes. Il faut qu'ils se relèvent, tout en continuant à se tenir par les coudes. Les deux premiers enfants levés sont déclarés gagnants (ou les deux derniers sont éliminés).

La chaîne des mouvements

Clientèle. 5 ans et plus.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel, l'orientation droite-gauche, la perception et la mémoire visuelle, l'attention, la concentration.

Les enfants s'assoient en cercle. L'un d'eux fait un mouvement qui doit être assez simple, comme taper des mains, frapper du pied ou étendre les bras. Son voisin de droite doit refaire le même mouvement et en ajouter un nouveau. Chaque enfant doit ainsi, à son tour, répéter tous les mouvements de ses prédécesseurs et en ajouter un autre. Tout enfant qui oublie un des mouvements ou se trompe dans leur succession est éliminé. On continue jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un seul joueur : le gagnant. Si les enfants sont nombreux, le jeu sera plus difficile et amusant. Les règlements seront plus souples pour les petits ; soit en ne l'éliminant pas dès la première erreur, mais en lui faisant reprendre le mouvement.

Le lancer au miroir

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Cerceau ou corde, miroir, balle de ping-pong ou sac de sable, une feuille de papier d'aluminium.

Objectifs. Éduquer la perception et la structuration spatiale, la coordination, la latéralité.

On suspend au plafond un cerceau ou une large boucle de corde. À l'aide d'un miroir, le dos au cerceau, l'enfant doit lancer la balle ou le sac de sable par-dessus son épaule dans le cerceau. Les enfants ont droit à cinq essais. Tout lancer réussi vaut un point. Le gagnant est celui qui a accumulé le plus de points. Ce jeu pourra se faire avec chacune des deux mains. On peut compliquer ce jeu en accrochant, au milieu du cerceau, une feuille de

papier d'aluminium assez étroite. Si l'enfant attrape la feuille au passage en lançant sa balle, il compte trois points. Si la balle passe dans le cerceau sans toucher la feuille, il compte un seul point. Si la balle passe à l'extérieur du cerceau, on enlève un point à l'enfant. À essayer des deux mains.

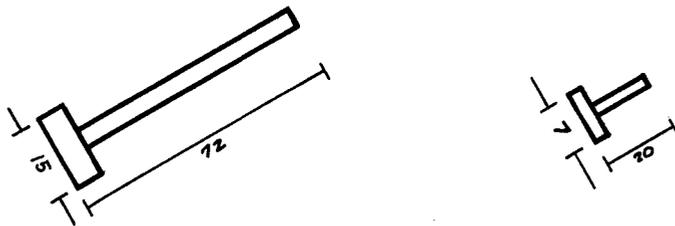
Roue et maillet

Clientèle. 5 ans et plus.

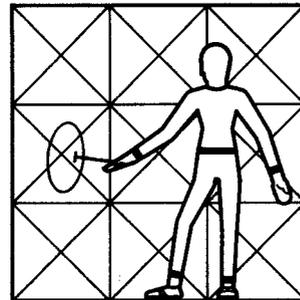
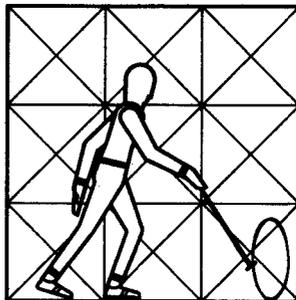
Matériel. Roues ou cerceaux (de diamètre différent), bâton ou manche de vadrouille ou autre, corde.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, l'équilibre, la structuration spatio-temporelle, la coordination et la maîtrise du geste.

Fabrication. Couper le manche de vadrouille à 72 cm (36 pouces) environ. Clouer un bout de bois, rond ou étroit de 15 cm (6 pouces) environ, à une extrémité du grand bâton. Un petit maillet aura un manche de 20 cm (8 pouces) environ de long et une pièce de 7 cm (3 pouces) environ à son bout.



L'enfant doit pousser la roue avec son maillet, de façon à garder la roue en mouvement. Pour ce faire, il pourra soit marcher, soit courir. Au début, c'est tout un apprentissage, mais vous verrez vite comme il devient habile à manier le maillet. Il fait prendre toutes les directions qu'il veut à sa roue. Il peut aussi la faire rouler lentement ou rapidement. L'enfant peut s'amuser seul ou en groupe. On peut même organiser des compétitions.



Le maillet servira aussi à faire tourner une corde. Les rotations du bras exigées par ce jeu développent les muscles du bras et de l'avant-bras et visent la maîtrise du geste.

Avec le petit maillet, l'enfant fera tourner une petite corde ou un petit cerceau, par des rotations du poignet. Il acquiert ainsi une souplesse et une maîtrise du poignet.

Ces deux jeux de rotation, alternés, lui feront acquérir de l'endurance et une indépendance du bras et de la main, si importante pour préparer au graphisme. Il sera aussi possible d'organiser des concours, ce qui rend le jeu encore plus attrayant.

La marche au son

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Foulard, grelot.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, l'équilibre, l'ouïe, le toucher.

On bande les yeux des enfants. L'éducateur se tient à une bonne distance d'eux et agite le grelot. Les enfants se laissent guider par le son et en marchant lentement, essaient de toucher l'éducateur. On conseille aux enfants de marcher les bras étendus devant eux.

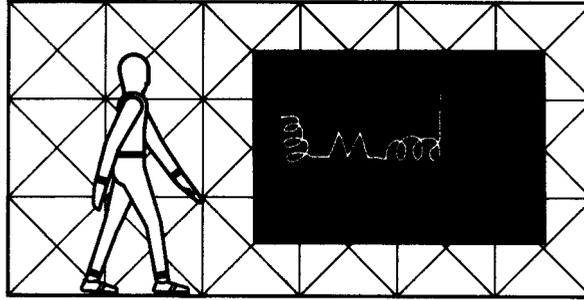
Gesticulation au tableau

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Tableau, craie.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la motricité fine, l'organisation grapho-perceptive, la mémoire.

On demande à l'enfant de tourner sur lui-même, de sauter (un ou plusieurs sauts), de ramper, de culbuter en avant et de se remettre debout. Ensuite, il devra aller au tableau, dessiner et verbaliser les mouvements dans l'ordre d'exécution. Si plusieurs enfants participent à ce jeu et qu'un d'entre eux ne puisse réussir la transposition, un autre enfant qui aura bien observé ira au tableau faire le dessin. On pourra changer l'ordre et la quantité des mouvements à produire.



En arrière toute

Clientèle. 5 ans et plus.

Objectifs. Éduquer le tonus, la force, la souplesse, la vitesse, l'endurance, la sensation kinesthésique.

On trace trois lignes parallèles au sol, à environ 60 cm (24 pouces) l'une de l'autre. Deux enfants s'assoient par terre, dos à dos, sur la ligne centrale, genoux repliés, pieds à plat au sol. Au coup de sifflet, chaque participant commence à pousser l'autre avec ses pieds, en s'aidant de ses mains, pour le sortir des limites du jeu (ligne qu'ils ont devant eux). Celui qui réussit à expulser l'autre est le gagnant. Si on veut faire une compétition, le jeu se poursuit par élimination jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un gagnant.

Le saut périlleux

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Matelas, balle, support, ficelle.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, la coordination dynamique, la perception spatiale, le schéma corporel, la souplesse, la vitesse.

Un matelas est étendu au sol. Au-dessus de celui-ci, on suspend une balle attachée à une ficelle. La hauteur varie selon la taille des enfants. Il s'agit de partir en courant et de sauter de façon à toucher la balle avec les pieds. Chaque enfant qui ne touche pas la balle, ne retombe pas sur ses pieds sans toucher le sol avec une main ou l'autre, est éliminé. Il a droit à trois essais. On déterminera le gagnant en augmentant la hauteur de la balle si le jeu semble trop facile.

Jeu de mains

Clientèle. 6 ans et plus.

Matériel. Foulard, crayon, gomme à effacer, petit cube, etc.

Objectifs. Éduquer le sens tactile et les notions de dimension et de volume.

On place sur la table des objets. L'enfant, les yeux bandés manipule les objets. On lui demande de nommer le plus lourd, le plus léger, le plus long, le plus petit, le plus large, le plus étroit, le plus épais, le plus mince, le plus doux, le plus rugueux, etc. Si l'on veut en faire un jeu, on donne un point par bonne réponse.

Le trajet

Clientèle. 7 à 12 ans — 8 à 20 joueurs.

Matériel. Dans une salle de classe, tableau noir.

Objectifs. Éduquer le tonus, l'équilibre, la coordination dynamique générale, l'orientation spatiale, la mémoire, l'attention, la rapidité.

On forme deux équipes et les enfants se placent en file indienne derrière la ligne de départ, à environ 5 mètres (17 pieds) du tableau noir. L'éducateur propose un mot, ou un problème arithmétique. Aussitôt, le premier joueur de chaque file se rend à cloche-pied au tableau et il écrit le mot proposé, ou fait son calcul ; puis il retourne à la ligne de départ de la même façon. L'enfant qui termine son trajet le premier marque un point pour son équipe, à condition, bien entendu, de n'avoir pas fait de faute d'orthographe ou de calcul. L'éducateur suggère alors un autre mot ou problème aux deux enfants suivants et ainsi de suite jusqu'à ce que tous les enfants aient eu leur tour. L'équipe gagnante est celle qui marque le plus de points. À chaque nouveau mot ou problème, l'éducateur peut exiger des enfants qu'ils fassent le parcours différemment : à pieds joints, en zigzag, à reculons, à quatre pattes, en rampant, etc. L'éducateur connaissant ses élèves verra à ne pas mettre l'enfant en situation d'échec par le choix de ses mots.

Le siège confortable

Clientèle. 7 ans et plus.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, l'attention.

Les enfants se placent en cercle, les uns derrière les autres, et posent leurs mains sur les épaules de celui qui est devant. Au moment où l'éducateur dit assis, tous les enfants fléchissent les genoux. De cette façon, chacun se trouve assis sur les genoux de celui qui est derrière. Et quand l'éducateur dit « debout », tous doivent se lever en même temps. Si un des enfants perd l'équilibre, tous les autres tombent par terre.

La grenouille à deux faces

Clientèle. 7 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la coordination, l'équilibre, la souplesse.

Les enfants forment deux équipes. Ceux-ci se placent sur la ligne de départ, deux par deux, dos à dos. Ils s'accroupissent les pieds à plat et s'accrochent par les bras, le dos et les épaules se touchant. Au signal les grenouilles à deux faces se déplacent vers l'avant en sautant ensemble. L'enfant qui est à l'arrière donne une légère poussée à celui qui doit avancer. La première équipe arrivée est la gagnante.

« Ping-pong » en boîte

Clientèle. 8 ans et plus.

Matériel. Balles de ping-pong de deux couleurs différentes, raquettes, boîtes vides.

Objectifs. Éduquer l'adresse, la rapidité, la coordination oculomotrice, l'attention, la concentration.

On forme deux équipes, et on se place en vis-à-vis, chaque équipe sur sa ligne. Devant chaque enfant, on place une boîte vide, en respectant une certaine distance d'une équipe à l'autre. On donne à chaque joueur une raquette et six balles de ping-pong. Au signal, les deux enfants vis-à-vis essaient d'envoyer leurs balles dans la boîte de l'adversaire. Il leur faut aussi éviter, à l'aide de leur raquette, que les balles de l'adversaire ne tombent dans leur boîte. Jeu à faire de la main droite et de la main gauche.

Le damier géant

Clientèle. 8 ans et plus.

Matériel. Grosses dames (plastique, bois, carton) de 15 cm (10 pouces) environ.

Objectifs. Éduquer la posture, l'attention, la concentration, l'équilibre, la coordination.

Se joue sur un grand damier au sol. Les règles sont les mêmes que le jeu de dames sur table. On utilise cette façon de jouer pour éduquer la bonne posture à prendre pour ramasser un objet au sol (en pliant les genoux). En jouant, l'enfant acquiert ainsi de bonnes habitudes.

Transposition au tableau

Clientèle. 10 ans et plus.

Matériel. Tableau ou grand papier ou carton fixé au mur, craie ou crayon, pupitres ou chaises, ou sacs de sable, ou contenants de plastique, etc.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la motricité fine, l'orientation spatiale, l'organisation grapho-perceptive, la transposition graphique, la mémoire.

On dispose le matériel suggéré (10 objets et plus), de façon à former des obstacles. On demande à l'enfant de parcourir le trajet ainsi délimité et de reproduire au tableau la disposition des objets et le trajet qu'il a parcouru.

Le corps à corps

Clientèle. 10 ans et plus.

Matériel. Un gros livre et une cravate.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination statique générale.

Nouer la cravate et la placer par terre autour du livre. Deux partenaires se placent debout sur le livre. Il s'agit pour l'un d'eux de ramasser la cravate pendant que l'autre le soutient et de la remonter le long de leurs corps pour la faire passer par-dessus leurs têtes, tout en gardant l'équilibre pour ne pas tomber du livre.

Jeux de sable et d'eau

Les jeux de sable sont d'un grand intérêt psychomoteur.

Ainsi on se servira du sable et de l'eau pour éduquer ou rééduquer la perception tactile, en faisant prendre conscience à l'enfant des sensations différentes que procure le sable sec et le sable mouillé. En demandant à l'enfant de laisser couler ou de couvrir l'une ou l'autre partie de son corps avec du sable ou de l'eau, l'éducateur favorisera la connaissance du schéma corporel. En le guidant sur les chemins qu'il aura tracés pour ses voitures, on peut améliorer son orientation et sa structuration spatiales. En le laissant façonner le sable mouillé au gré de son imagination, on développera chez lui l'esprit de créativité.

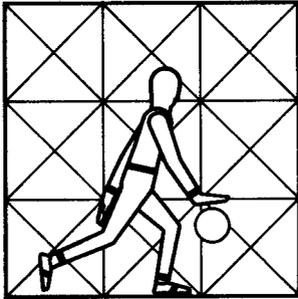
Tous les enfants devraient avoir accès à un bac de sable et à la plage. Vous n'avez qu'à les regarder y jouer pour lire sur leurs visages le plaisir qu'ils éprouvent. Tantôt, ils sont très absorbés par un jeu de situation (faire des galettes, construire un château, etc.), tantôt ils sont très détendus en se laissant tout simplement caresser par le sable ou l'eau. Parfois leur agressivité les pousse à détruire ce qu'ils ont bâti avec tant d'amour et de patience.

Même nous, adultes, éprouvons du plaisir à jouer dans le sable. Et quelle détente cela nous procure !

En tant qu'éducateur, notre approche sera semi-directive, en ce sens que pour atteindre les objectifs visés, il est préférable de jouer avec l'enfant plutôt que de le contraindre à suivre des directives.

N'ayez pas peur de laisser vos enfants se salir avec le sable et l'eau. Il vaut mieux un enfant sale et heureux, qu'un enfant net et malheureux.

JEUX D'INITIATION AUX SPORTS - JEUX DE BALLE OU DE BALLON, COURSES ET POURSUITES



La plupart des jeux suggérés sont conçus pour tous les enfants. Certains d'entre eux peuvent être pratiqués par les enfants ayant un handicap physique ou mental. Ils ont pour but premier de les amuser, mais en même temps, de les initier à diverses activités sportives auxquelles ils seront heureux de se livrer plus tard. L'initiation sportive aide le jeune, s'il le désire, à s'épanouir et à obtenir des résultats en fonction de ses possibilités. Ce n'est pas d'hier que les enfants ont inventé des versions simplifiées qu'ils pratiquent dans les rues, les terrains de jeux ou les cours.

Les *objectifs psychomoteurs* sont : éduquer la coordination dynamique générale, la mémoire, le schéma corporel, l'équilibre, la latéralité, la coordination oculo-motrice, l'orientation et la structuration spatio-temporelle, l'agilité et d'autres qualités physiques.

L'éducateur devra choisir le jeu qui convient le mieux au type d'enfant. Il devra diriger le jeu en étant soit arbitre, soit meneur de jeu, soit participant ou observateur selon l'objectif qu'il s'est fixé.

Dans les jeux d'initiation aux sports qui offrent une certaine compétition, il ne faudrait pas oublier de rechercher la correction et la précision du geste d'abord, et la vitesse d'exécution ensuite. En d'autres mots, la qualité du geste avant la performance.

Les montagnes russes

Clientèle. 5 à 12 ans — 12 à 30 joueurs.

Formation. Les enfants se divisent en deux équipes se plaçant à 1 mètre (39 pouces), l'une de l'autre. Le premier enfant est debout, les jambes écartées, le deuxième se met à quatre pattes, les coudes au sol, le troisième est debout, les pieds joints, et ainsi de suite.

Au signal, le dernier enfant de chaque file passe en rampant entre les jambes de celui qui le précède, saute par-dessus le suivant, contourne le

troisième, et continue ainsi jusqu'au bout de la file. Tous les enfants en font autant tour à tour, en commençant toujours par passer sous les jambes du joueur précédent, de sorte que chaque joueur est tantôt debout, tantôt à quatre pattes. L'équipe gagnante est celle qui termine en premier, soit lorsque l'enfant qui a commencé le jeu a retrouvé sa position et sa place du début.

Les quilles-bouteilles

Clientèle. 5 à 12 ans.

Matériel. 10 bouteilles de plastique ou de carton, balle ou ballon.

Formation. Placer les bouteilles comme des quilles, de façon à former un triangle dont la pointe est orientée vers les enfants qui se placent à environ 5 mètres (17 pieds).

Tour à tour, les enfants essaient de faire tomber les quilles avec la balle, en la faisant rouler. Chaque quille renversée vaut un point, mais tout enfant qui les renverse toutes d'un seul coup marque 10 points plus un bonus de cinq points pour l'« abat ». Chaque enfant a droit à deux lancers. L'enfant qui marque le plus de points gagne la partie. La partie peut être individuelle ou opposer des équipes.

Les prisonniers numérotés

Clientèle. 5 à 12 ans.

Matériel. Un ballon.

On donne à chaque joueur le nom de prisonnier 1, prisonnier 2, prisonnier 3, etc. Les prisonniers se groupent autour de l'éducateur et celui-ci lance le ballon au mur et nomme un des prisonniers. Pendant que le prisonnier nommé se déplace rapidement pour attraper le ballon, les autres enfants s'éloignent en courant. Aussitôt que le prisonnier nommé a attrapé le ballon, il dit « Arrêtez ». Les autres prisonniers doivent s'arrêter immédiatement et ne plus bouger. Le prisonnier qui détient le ballon avance de trois pas vers celui qui est le plus près de lui. Il lui lance le ballon sur n'importe quelle partie du corps (lancé non brutal). Si ce dernier attrape le ballon, le lanceur marque un point. Si le ballon touche le joueur mais qu'il n'attrape pas le ballon, c'est lui qui marque le point et il se rend au mur pour lancer le ballon de nouveau en nommant un autre prisonnier, et le jeu continue. Celui qui a le moins de points gagne. On établit d'avance la durée de la partie.

La balle tournante

Clientèle. 5 ans et plus — 4 à 15 joueurs.

Matériel. Balle ou ballon.

Formation. Les enfants se placent en cercle à 1,50 mètre (5 pieds) environ, les uns des autres.

Les enfants se passent la balle très vite de la main gauche, dans les positions demandées par l'éducateur : assis, couché sur le dos, à plat ventre, entre les jambes, en arrière, par-dessus la tête, sur un pied, à genoux, etc. Chaque fois qu'un enfant échappe la balle, il marque un point. Après 10 minutes de jeu, l'enfant qui a le moins de points accumulés gagne. On refait le jeu de la main droite.

La balle à la poubelle

Clientèle. 5 ans et plus — 6 à 10 joueurs.

Matériel. Balle et poubelle.

Formation. Les enfants forment un cercle d'environ 6 mètres (20 pieds) de diamètre. Au milieu du cercle, placer une poubelle ou autre récipient.

De sa place, chaque enfant essaie, à son tour, d'envoyer la balle dans la poubelle. (Il est permis de faire rebondir la balle). S'il touche la poubelle, il obtient un point ; si la balle tombe dans la poubelle, il obtient deux points. Chaque joueur a droit à cinq (5) essais. Celui qui compte le plus de points gagne. La durée du jeu est d'environ 10 minutes.

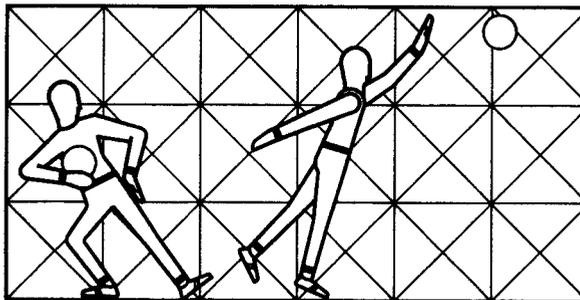
Le jeu de passe-passe

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Ballon.

On divise les enfants en deux équipes. Ils forment deux rangées, se plaçant l'un derrière l'autre, et laissant une certaine distance entre eux (dépendamment de l'âge des enfants). Le jeu consiste à se faire des passes arrière. La partie se joue en trois périodes. Pendant la première période, la passe arrière se fait des deux mains, les bras étendus vers le haut. Pour la deuxième période, la passe se fait derrière la nuque, d'une main. À la troisième période, la passe se fait aussi d'une main derrière le dos. L'équipe qui a terminé la première ses trois périodes est la gagnante.

Le lancer du poids



Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Un ballon lesté (le poids varie selon l'âge et la force de l'enfant).

Il s'agit de lancer le ballon avec élan, le plus loin possible. Le mouvement recommandé est un redressement brusque et puissant des jambes, du tronc, et des bras vers l'avant et le haut. Celui qui a lancé le plus loin est le gagnant. Ce lancer peut très bien se faire en chaise roulante.

Le ballon-prisonnier

Clientèle. 5 ans et plus — 8 à 20 joueurs.

Matériel. Ballon de hand-ball ou volley-ball.

Deux équipes se partagent un terrain rectangulaire délimité. Le joueur qui possède le ballon essaie de toucher un des adversaires, en lui lançant le ballon sur n'importe quelle partie du corps, excepté la tête. Les joueurs de l'équipe adverse cherchent soit à éviter le ballon, soit à l'attraper au vol, soit à le récupérer dans leur camp, après qu'il a touché le sol. Les joueurs de l'équipe qui ne possède pas le ballon, ne peuvent pas sortir des limites de leur camp pour éviter ou attraper le ballon. Le joueur touché par le ballon, avant qu'il ait fait un bond au sol, est prisonnier et va derrière la ligne du camp adverse. Si un joueur attrape le ballon au vol, le prisonnier revient dans son camp. S'il échappe immédiatement le ballon qu'il a attrapé, il est alors fait prisonnier. Les joueurs de l'équipe qui possède le ballon peuvent se le passer entre eux à l'intérieur du camp ou le passer à leur partenaire fait prisonnier, à l'arrière de l'équipe adverse. Ce prisonnier peut toucher un

Adversaire ; s'il réussit, il retourne dans son camp. L'équipe gagnante est celle qui a fait le plus de prisonniers au cours d'une partie (10 à 15 minutes).

Le tennis-soccer

Clientèle. 6 ans et plus — 6 à 12 joueurs.

Matériel. Un ballon de « soccer » ou de gymnastique, une corde ou un filet.

Formation. Former deux équipes de 3 à 6 joueurs qui se placent de chaque côté du filet.

En se servant du pied, de la cuisse ou de la poitrine, l'enfant doit frapper le ballon pour l'envoyer au-dessus du filet dans le camp adverse. Le ballon peut aller dans le camp adverse directement ou après un bond au sol. Si le ballon sort du jeu, s'il touche le filet ou s'il passe en-dessous, on donne un point à l'équipe adverse pour chaque faute commise. La première équipe qui totalise vingt points est la gagnante.

Le soccer-relais

Clientèle. 7 à 11 ans — 6 à 30 joueurs.

Matériel. Ballons de « soccer ».

Formation. Les équipes se placent en file indienne derrière la ligne de départ, à 10 mètres (33 pieds) environ de la ligne d'arrivée. Donner un ballon au premier joueur de chaque file.

Le premier enfant de chaque équipe pousse le ballon, avec le côté du pied seulement, jusqu'à la ligne d'arrivée et revient de la même façon à la ligne de départ où il donne le ballon au joueur suivant. (Ce dernier doit l'attendre : il n'a pas le droit d'aller à sa rencontre). La première équipe qui termine gagne.

Le ballon volage

Clientèle. 8 à 12 ans — 8 à 25 joueurs.

Matériel. 2 ballons légers.

Formation. Les enfants se divisent en deux équipes égales et forment un cercle par équipe, en se plaçant assez près les uns des autres. Donner un ballon à chaque équipe.

Au signal, dans chaque équipe, un enfant lance le ballon en l'air. Tous les autres enfants de l'équipe doivent empêcher le ballon de retomber au sol en le frappant des deux mains. Il est interdit de « tenir » ou de « porter » le ballon, comme au volley-ball. L'équipe dont le ballon reste en jeu le plus longtemps marque un point. On peut faire autant de parties qu'on veut. L'équipe qui a marqué le plus de points gagne.

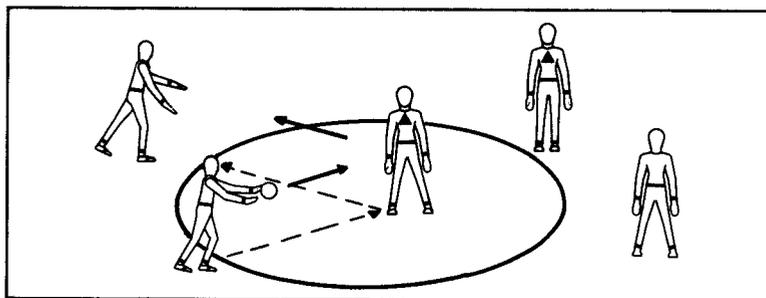
Le cadran

Clientèle. 8 à 12 ans — 13 joueurs.

Matériel. Un ballon.

Formation. Les enfants forment un cercle. L'un d'eux se place au centre du cercle.

Un premier enfant lance le ballon à celui qui est au centre. L'enfant du centre le lance à son tour au joueur suivant. Après chaque lancer, l'enfant prend la place de celui à qui il a lancé le ballon. Le jeu se poursuit ainsi et chaque enfant devant passer par le centre avance d'une place dans la roue. Si un enfant ne réussit pas à attraper le ballon, il est éliminé. Le dernier enfant qui reste est le gagnant.



Le parcours tortueux

Clientèle. 8 ans et plus.

Matériel. Un ballon.

Formation. Former deux équipes. Les joueurs se placent en rang, espacés l'un de l'autre.

En dribblant de la main droite, le premier joueur passe à droite du deuxième, puis en dribblant de la main gauche, il passe à gauche du troisième, etc. Lorsque le parcours est terminé dans un sens, les joueurs fixes étendent les bras et le dribbleur refait le parcours en sens inverse, en passant sous les bras des joueurs fixes (le tout doit se faire sans interruption). Revenu à sa place, il passe le ballon au second, qui entreprend à son tour ce parcours tortueux. L'équipe gagnante est la première dont tous les joueurs ont terminé le parcours.

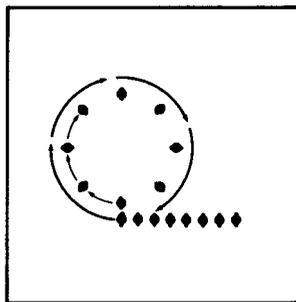
Le cercle contre la colonne

Clientèle. 10 ans et plus.

Matériel. Deux ballons.

Formation. Former deux équipes. L'une forme un cercle, l'autre se place en colonne.

Les enfants de l'équipe en cercle font tourner le ballon par des passes rapides et, simultanément, le premier enfant de l'équipe en colonne dribble autour du cercle le plus rapidement possible. Son tour terminé, il passe le ballon au joueur suivant. Quand le dernier joueur de la colonne a terminé son tour, on arrête le jeu et on compte le nombre de tours que l'équipe en cercle a fait. On inverse ensuite les rôles. L'équipe qui a accumulé le plus de tours de passes à l'intérieur du cercle gagne la partie.



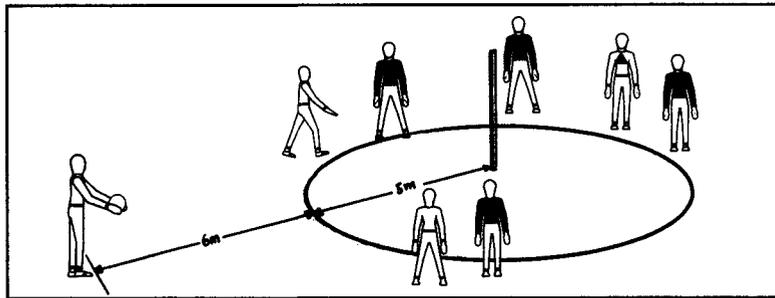
Le tir au but

Clientèle. 10 ans et plus — 12 joueurs.

Matériel. Craie, bâton de 2 mètres de haut (78 pouces) environ, ballon.

Formation. Tracer un cercle au sol de 8 à 10 mètres de diamètre (26 à 32 pieds environ). Pour les plus petits, on verra à diminuer la dimension du cercle. Les lignes de mise au jeu sont placées à 6 mètres (19 pieds environ) de la circonférence du cercle. Le bâton est placé au centre du cercle.

Un enfant fait la mise au jeu. Par un jeu de passes et de dribbles les enfants, tout en restant à l'extérieur du cercle, doivent lancer le ballon et atteindre le bâton pour marquer un point. La remise au jeu est faite par un joueur de l'équipe adverse. Il est défendu de se bousculer, d'enlever le ballon des mains d'un joueur, de faire plus de trois pas sans faire rebondir le ballon au sol. Si un dribble est interrompu, on doit faire une passe et non recommencer à dribbler. L'équipe gagnante est celle qui a obtenu le plus grand nombre de points dans un temps limité.



Formation

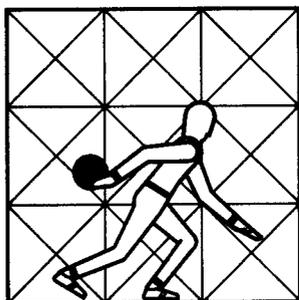
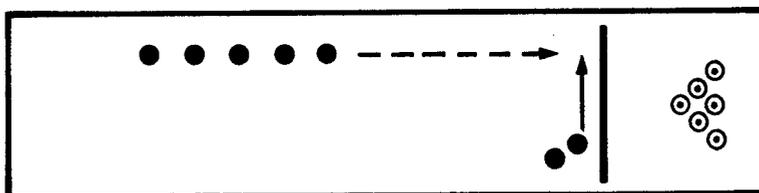
Rabattre les quilles

Clientèle. 10 ans et plus.

Matériel. Des quilles, 2 poteaux et un élastique, un ou plusieurs ballons.

Formation. Placer les quilles devant un mur. Tendre l'élastique entre les poteaux à cinq ou six mètres des quilles (17 à 19 pieds) et à hauteur du visage des joueurs. Les joueurs sont placés en rang près du poteau gauche pour les droitiers et vice-versa. L'éducateur se tient à droite avec le ballon.

L'éducateur lance le ballon près de l'élastique à environ 1 mètre (39 pouces) au-dessus. Le premier joueur court et saute pour frapper la balle avec la main tout en essayant de la rabattre sur les quilles. On donne un point par quille tombée. Celui qui a le plus de points gagne.



Beaucoup d'autres jeux encore pourraient s'ajouter à ceux-ci, comme jouer à faire sentir, à faire goûter, à faire toucher, sous forme de devinette (yeux bandés). Ces jeux aideront au développement des perceptions : olfactive, gustative, tactile.

L'éducateur doit posséder deux qualités primordiales pour bien mener ces jeux : il doit être empathique et connaître à fond les techniques de son métier, c'est-à-dire savoir adapter le jeu à son groupe et pouvoir modifier les règles au besoin, selon les objectifs poursuivis. Ces objectifs doivent être identifiés par l'éducateur et être présentés aux jeunes de façon claire et précise. En présence d'enfants, il doit aussi doser subtilement son attitude et s'équilibrer entre le laisser-faire et le commandement.

Le meneur de jeu le plus apte à inciter les jeunes à participer activement et à susciter leur intérêt et leur initiative est celui qui sait affirmer sa présence au bon moment et s'effacer progressivement au fur et à mesure que le jeu avance.

Aux yeux des enfants, certains jeux sont très sérieux. C'est souvent un projet, l'embryon d'un comportement à venir, l'esquisse d'un sentiment. C'est par le jeu que l'enfant expérimente la compétition, la coopération, la réussite ou l'échec.

CHAPITRE III

LES SPORTS

Être sportif, c'est contribuer soi-même physiquement, de façon enthousiaste et joyeuse à un jeu qui développe le corps et fortifie l'esprit. C'est éprouver le plaisir de se sentir en bon équilibre physique et mental, « à l'aise dans sa peau ».

Il faut stimuler l'intérêt de l'enfant à pratiquer un sport, car c'est une des motivations possibles dans la vie. Le sport prépare l'enfant et l'adolescent à ses responsabilités futures, forme le caractère, affermit le courage et la volonté, aiguise l'acuité sensorielle et motrice, éveille l'intelligence et incite au dépassement de soi.

L'acquisition d'une meilleure maîtrise corporelle par le sport donne plus d'assurance, stimule les réflexes, assouplit le corps et renforce les actions gestuelles. Il favorise des attitudes plus harmonieuses, un meilleur équilibre physique et mental et une personnalité plus épanouie.

Le sport concourt donc à fortifier le corps et à l'embellir ; il a le pouvoir de l'affiner, de le remodeler et de tonifier les muscles, améliorant ainsi la posture.

Pour assurer le développement psychomoteur de l'enfant, tant sur le plan de la coordination, de l'équilibre, de la latéralité, de la dextérité et de la concentration, que sur le plan relationnel, des jeux d'initiation aux sports d'équipe sont à envisager avant la pratique d'un grand sport. Ces jeux lui feront acquérir habileté, force, résistance, endurance, souplesse, vitesse, etc.

L'enfant s'oriente vers un sport selon ses intérêts et ses capacités. Le sport se pratique individuellement ou en équipe, en plein air ou à l'intérieur.

Les sports individuels n'exigent pas la mise en oeuvre de grands moyens et poursuivent pratiquement les mêmes buts que les sports d'équipe. Le sport individuel se présente sous deux formes principales : l'une où la personne est en compétition avec elle-même, l'autre où elle est en compétition avec d'autres.

Les sports d'équipe impliquent des techniques, des stratégies, des règles, des entraînements, etc. Chaque membre de l'équipe doit travailler individuellement ses faiblesses, s'il veut aider son équipe. Pour bien évoluer au sein de l'équipe, il faut s'accepter tel qu'on est et accepter les autres. L'esprit d'équipe, c'est ce qui fait la force d'un groupe.

Pratiqué en famille, le sport est un complément et facilite, en plus du maintien de la santé, l'éclosion d'une vie heureuse. De plus, il crée un lien entre les parents et les enfants, prévenant parfois des conflits affectifs.

Pour que l'enfant progresse réellement en pratiquant un sport, il doit être motivé, car la motivation est un facteur primordial dans sa progression.

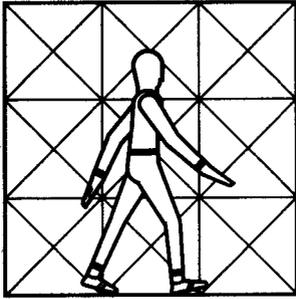
Le sport implique et impose cependant un apprentissage, mais cet apprentissage se fera dans la détente, dans la satisfaction de l'effort accompli et dans la beauté du geste.

On devra juger de l'habileté motrice générale d'un jeune sportif à la qualité du mouvement et non uniquement au résultat qu'il obtient. L'éducateur devra aider les jeunes à analyser les résultats de leurs actions.

Lors d'une activité sportive, une bonne pédagogie est indispensable si l'on veut favoriser la maturation physique, morale et intellectuelle chez l'enfant et l'adolescent.

Parmi la gamme imposante des sports, nous nous sommes principalement intéressés, dans ce chapitre, à la marche, à la natation, au cyclisme, au ski de fond, au judo, au tir-à-l'arc et à l'équitation. Parmi ces sports, il est possible que certains ne soient pas accessibles à tous (coût, disponibilité, etc.). Cependant, dû à leur grande valeur psychomotrice, nous avons jugé bon de les présenter dans ce livre afin qu'ils puissent être conseillés au besoin.

LA MARCHÉ



La marche est une activité physique engageant une série de réactions motrices et physiologiques. De par son action bienfaisante sur l'organisme, elle se révèle une thérapie dans bien des cas. Ainsi la marche est utile, entre autres, pour son action régulatrice sur la circulation sanguine. Elle est en même temps un bon exercice respiratoire.

Tous les sens sont en éveil lors de cette activité pratiquée dans la nature, ce qui favorisera l'intégration sensori-motrice. On éduquera ainsi tout un ensemble de sensations et de perceptions (tactiles, visuelles, auditives, kinesthésiques) lesquelles, agissant en interrelation, aideront à l'acquisition du schéma corporel.

Peu importe le milieu où elle se pratique, la marche, à une vitesse et à un rythme variable, avec pauses et fréquents changements de direction, permettra aussi l'éducation de l'orientation spatio-temporelle, de l'équilibre, de la coordination, de la latéralité, du tonus musculaire, tout en favorisant une détente physique et mentale.

Marcher ne nécessite pas de concentration et permet la découverte ou le renouement avec l'environnement. Le calme du sentier ou de la forêt détend l'esprit, et incite à une harmonisation intérieure. La marche est donc un excellent stimulant psychologique.

En dehors des routes carrossables, il existe une multitude de chemins, sentiers, grèves, plages, forêts, où l'enfant et l'adulte peuvent dialoguer en marchant. Ce contact avec la nature incite tantôt à la méditation, tantôt à la communication. L'émerveillement provoqué par les découvertes faites au cours de la promenade développe la curiosité, l'imagination, la faculté d'observation, la créativité et l'adaptation chez l'enfant comme chez l'adulte. De plus, c'est une occasion de courir, bondir, ramper, grimper provoquant la joie de sentir son corps en mouvement et son esprit détendu.

La simple promenade ne nécessite que très peu de préparation physique. Par contre, la randonnée exige un certain apprentissage physique à cause du plus grand parcours à effectuer et de l'effort exigé. Ainsi, en laissant progresser l'enfant à son propre rythme, par de simples promenades, on le préparera physiquement et mentalement à la randonnée, Pratiquée

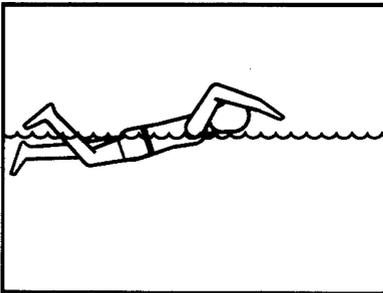
régulièrement, la marche devient un sport complet à la portée de tous et peu coûteux.

Pour motiver l'enfant à la marche et lui faire apprécier celle-ci, nous devons veiller à ce qu'il soit bien chaussé, qu'il y ait des pauses, que ce soit à son rythme, que la promenade revête un aspect ludique (pique-niques, feux de camp, chants, jeux). En un mot, faisons de la marche une récréation.

Profitions de cette occasion pour leur enseigner le respect de la nature et d'autrui. Et pourquoi ne pas faire une journée de classe en pleine nature. En marchant, on peut compter les arbres, calculer les distances, apprendre le nom des plantes et des animaux, les épeler, les écrire sur le sable, former les chiffres et les lettres avec des bouts de bois, etc. Ainsi, nous toucherons le concept du français, des mathématiques, des sciences et de la socialisation.

Présentée sous ces aspects, la marche est un excellent exercice préventif et curatif en plus d'un enrichissement personnel. C'est un excellent complément d'éducation ou de rééducation visant le développement psychomoteur de l'enfant.

LA NATATION



Utiliser l'eau pour l'éducation ou la rééducation peut favoriser plusieurs activités psychomotrices. Le milieu aquatique est accessible à tous, enfants normaux ou handicapés. La natation peut être agréable et offre une possibilité de mouvements quel que soit le handicap.

L'eau atténue les difficultés causées par la gravité permettant ainsi une plus grande détente musculaire. Un enfant physiquement handicapé ressent moins son handicap dans l'eau ; il peut ainsi réussir certaines activités beaucoup plus facilement et rapidement que sur terre. Les exercices et jeux dans l'eau, de même que la natation, offrent un plaisir et une détente physique et mentale.

L'eau oppose une résistance au nageur. L'enfant devra réduire cette résistance de diverses manières par l'apprentissage de mouvements précis. En natation, la musculature est sollicitée de façon différente et plus complètement que dans d'autres formes d'activités physiques. C'est ce qui fait la valeur particulière de la natation. Avec le rythme des nages, une respiration régulière est assurée, développant et renforçant l'appareil respiratoire et la

circulation sanguine, pendant que l'effet tonique de l'eau sur la peau produit une sensation de bien-être. S'il devient capable de flotter seul, l'enfant aura un sentiment de liberté.

« La pratique de la natation fait développer des muscles respiratoires (expiration contre pression d'eau) et permet ainsi une augmentation des surfaces pulmonaires ventilées ». ¹ Le dosage de l'effort et le rythme de nage sont importants dans l'entraînement pour utiliser au maximum les capacités respiratoires. Tout exercice de natation est principalement un exercice de contrôle respiratoire. C'est aussi un moyen de développer ou d'automatiser la synchronisation des mouvements avec la respiration.

On éduquera l'équilibre par le redressement dans l'eau, par les sauts et plongeurs, par un bon synchronisme des mouvements et surtout par l'extension du corps dans le plan horizontal.

La coordination motrice se trouve éduquée et raffinée lors de l'apprentissage du saut et du plongeur et s'acquiert par chaque style de nage. Si l'enfant contrôle son émotivité, sa coordination s'en verra améliorée.

L'enfant doit aussi développer sa discrimination visuelle sous l'eau, s'orienter et se structurer selon l'espace et le temps. Selon René Lehmann « toute évolution du corps dans le milieu aquatique prend son point de départ par un mouvement de la tête — la tête sert de gouvernail au corps ». ² Ceci est très important pour tout déplacement sur et sous l'eau.

Lors de l'apprentissage de la natation, tous les organes sensoriels sont stimulés en même temps. Tous les signaux ainsi perçus se transforment en expériences perceptives significatives. Les messages vont au cerveau, lequel transmet directement aux muscles l'influx nerveux nécessaire pour diriger leur coordination. Les muscles agonistes, antagonistes, stabilisateurs et fixateurs agissent alors selon leur fonction respective dans la coordination du mouvement.

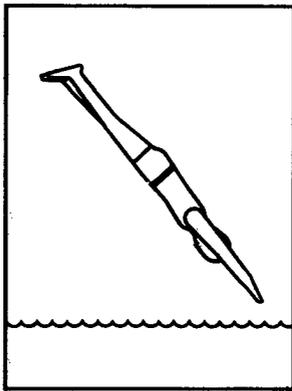
Avec l'entraînement, les mouvements de la natation deviennent automatiques. L'enfant n'a plus à ordonner à son corps toutes les composantes qu'implique la natation. Il n'y pense même plus. Cependant, même si les mouvements sont appris et deviennent automatisés, la volonté exerce toujours son contrôle et sa surveillance et si un événement imprévu intervient, le nageur peut modifier ou inhiber l'acte automatique.

1. LÉGLISE, Michel. *Natation Sport complet*. Paris, Éditions Médicales Universitaires, 1976.

2. LEHMANN, René. *Enseignement de la natation aux handicapés moteurs*. La Société Canadienne de la Croix-Rouge, Service de Sécurité Aquatique du Québec. Fédération française des sports pour handicapés physiques, Boulogne, Mars 1976.

Pour faciliter cet apprentissage, la première étape sera d'adapter physiquement et mentalement l'enfant à l'eau. Ensuite vient l'immersion progressive, la flottaison, le redressement qui procure une sécurité à l'enfant, le contrôle respiratoire, la glissée ventrale et dorsale, la coulée sub-aquatique ventrale et dorsale, les sauts et plongeurs. Ce sont les étapes préliminaires à l'enseignement de la natation proprement dite qui familiarisent ainsi l'enfant à cette activité aquatique.

Nous nous attarderons maintenant au saut et au plongeur qui sont des exercices psychomoteurs nécessitant un engagement complet de l'enfant. Pour expliquer ceci, nous décomposerons ces exercices en différents stades :



- « la préparation mentale,
- la position de départ (correcte) assise ou debout, l'enfant tenu ou non par l'initiateur,
- le déséquilibre du corps,
- l'impulsion,
- la trajectoire aérienne,
- la pénétration dans l'eau,
- l'immersion,
- la flottaison,
- le redressement,
- la station debout pour les débutants et en faible profondeur, la nage pour les autres ».³

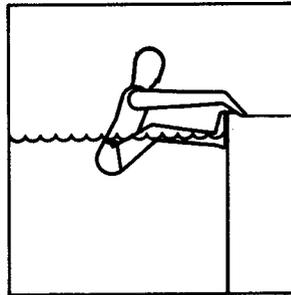
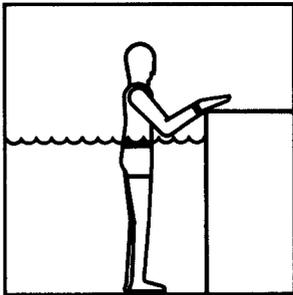
Si l'enfant maîtrise et réussit bien ces exercices, il sera valorisé et motivé à poursuivre son apprentissage et à chercher à automatiser ses mouvements par l'entraînement. S'il éprouve des difficultés dans ces exercices psychomoteurs, nous proposons une progression plus lente d'exercices d'adaptation et de familiarisation avec l'eau.

3. LEHMANN, René. *Enseignement de la natation aux handicapés moteurs*. La Société Canadienne de la Croix-Rouge, Service de Sécurité Aquatique du Québec. Fédération française de sports pour handicapés physiques, Boulogne, Mars 1976.

EXERCICES D'ADAPTATION ET DE FAMILIARISATION AVEC L'EAU

Les élèves s'assoient au bord de la piscine, les pieds dans l'eau. On fait battre des pieds dans l'eau. Leur faire prendre de l'eau et se mouiller la nuque, le visage et le corps (l'éducateur pourra le faire délicatement si l'enfant est trop jeune). Descendre les sujets dans l'eau, debout. Si l'enfant ne peut se soutenir, lui apporter notre aide ou un support.

EXERCICES PRÉLIMINAIRES



Position. Debout, les jambes rapprochées l'une de l'autre, faire face au bord de la piscine et s'y tenir.

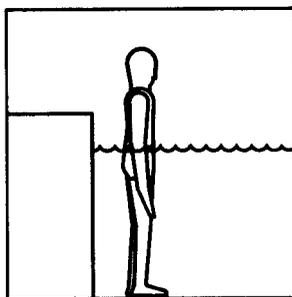
Faire un léger saut en écartant les jambes de chaque côté. Fermer les jambes ensemble. Croiser les jambes. Ramener les jambes à la position initiale.

Position. Debout avec les mains agrippées au bord de la piscine.

Marcher avec souplesse en se tenant d'une main et en croisant celles-ci pour se déplacer.

Position. Face au mur et agrippé au bord, placer les pieds sur le mur.

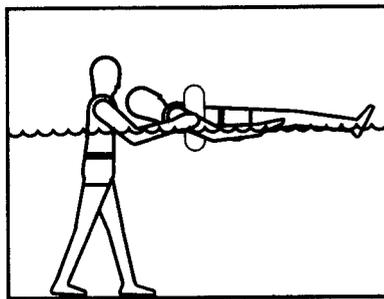
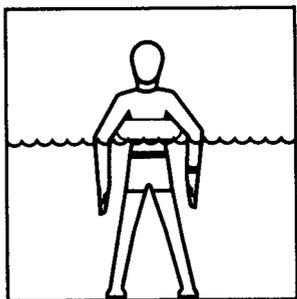
Plier les coudes, rapprocher la poitrine vers le mur en gardant les jambes au mur. Étirer les coudes, revenir à la position initiale.



Position. Debout.

Ramasser de petits objets avec les orteils. Relever et baisser les talons. Marcher. Marcher sur la pointe des pieds. Sauter d'un côté et de l'autre avec les genoux légèrement fléchis.

Ces exercices élémentaires seront utilisés ou adaptés selon le handicap. Ils permettront d'amener le sujet à une position horizontale favorable à la détente.



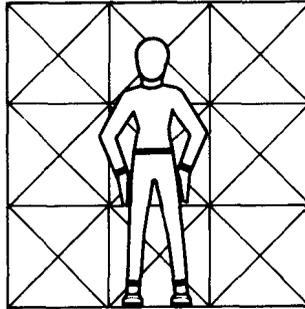
EXERCICES DE DÉTENTE

Position. Avec une chambre à air sous les aisselles, flotter verticalement.

Gardant les genoux droits, bouger les jambes comme pour pédaler mais à un rythme lent.

Position. Étendre le sujet sur le dos, les jambes droites et ensemble. Le soutenir sous les aisselles.

On le promène dans cette position. On l'encourage à respirer par la bouche, à garder les yeux ouverts. On lui parle doucement en lui faisant prendre conscience qu'il est bien, qu'il se repose et se détend. On veut même utiliser une musique de fond qui encouragera la détente. Faire plier le genou droit, laissant couler le pied vers le fond. Étirer la jambe et reprendre la position initiale. Répéter avec la jambe gauche. Avec les enfants ne voulant pas utiliser la chambre à air, ou avec les petits, nous suggérons les mêmes exercices, en appuyant la tête de l'enfant dans le creux de notre épaule et en soutenant le haut et le bas de son dos avec notre bras.



EXERCICES DE CONTRÔLE RESPIRATOIRE

Position. Debout, les mains aux hanches, jambes écartées à largeur d'épaules.

- Faire une légère inspiration, retenir son souffle, puis expirer à fond par la bouche. Répéter autant que nécessaire.
- Plonger le visage partiellement dans le creux des mains remplies d'eau, plier les genoux et s'accroupir jusqu'à ce que les épaules soient sous l'eau.
- Plier les genoux et s'accroupir jusqu'à ce que la moitié de la tête soit sous l'eau.
- Plier les genoux et s'accroupir jusqu'à ce que la tête soit complètement sous l'eau.
- Répéter l'étape précédente pour l'habituer à rester la tête sous l'eau, en retenant son souffle un peu plus longtemps chaque fois.
- Faire des bulles lentement en rejetant l'air par le nez.
- Essayer de faire des bulles en soufflant simultanément par la bouche et par le nez.
- Après une profonde inspiration et sans boucher le nez, plonger la tête dans l'eau, les yeux fermés. Ensuite ouvrir lentement les yeux.

- Demander aux élèves d’expirer profondément dans l’eau. Il est préférable de faire de petites inspirations.
- On peut envoyer un objet dans le fond de l’eau et demander à l’enfant d’aller le chercher.

Si l’enfant semble avoir froid, accélérer les mouvements pour le réchauffer, ou le faire sortir de l’eau. S’il se sent très fatigué, s’il est pâle, le visage creux, s’il semble très anxieux, on doit le sortir de l’eau. Si son état ne s’améliore pas, on remet à plus tard la séance de natation.

Dès la sortie de l’eau, faire moucher les enfants pour éviter les rhumes (Conseil de la Croix-Rouge). Certains handicapés sont prédisposés aux rhumes. Ne pas oublier de réconforter, de sécuriser et d’encourager les enfants au cours des exercices.

On verra, suivant les progrès réalisés, à les diriger vers un centre spécialisé pour des cours de natation. Avant d’amener des enfants à la piscine, il est obligatoire d’avoir une autorisation écrite des parents.

Il est préférable de ne pas être dogmatique en essayant d’enseigner un bon style, mais plutôt se souvenir qu’une respiration régulière sans inconfort, une détente et un plaisir permis sont plus importants et désirables. Se sentir à l’aise dans l’eau est essentiel dans l’apprentissage de la natation, c’est-à-dire faire ce que l’on veut dans l’eau sans effort.

JEUX

Les participants aux jeux aquatiques doivent savoir nager. De plus, il serait plus prudent que les jeux se déroulent sous la surveillance d’une personne responsable.

La chasse aux billes

Matériel. Billes.

Objectifs. Développer l’orientation spatiale, la rapidité, le contrôle respiratoire, la précision du geste.

Les enfants se tiennent debout, sur le bord de la piscine, les yeux fermés. L’animateur jette des billes un peu partout dans la piscine. Au signal les joueurs sautent à l’eau et essaient de s’emparer du plus grand nombre de billes. On compte les billes et celui qui en a le plus gagne.

Variante. Prendre des bouchons de liège à la place des billes. La chasse ne se fait plus sous l'eau mais sur l'eau.

Le tunnel

Objectifs. Développer le contrôle respiratoire, l'orientation spatiale.

Les joueurs se placent en file indienne, debout, les jambes écartées. Le premier de la file se tourne face au second, plonge sous l'eau et passe entre les jambes des autres nageurs jusqu'au bout du tunnel. À la sortie, il se place le dernier et c'est au tour du second de traverser le tunnel. Le jeu continue jusqu'à ce que tous les nageurs aient passé dans le tunnel.

La bataille de coqs

Objectifs. Développer l'équilibre, la force musculaire.

Les joueurs se placent deux par deux dans l'eau. Le plus petit des deux monte sur les épaules de l'autre (assis). L'objectif du jeu est de faire tomber dans l'eau l'adversaire qui se trouve hissé sur son compagnon. Les seules méthodes permises pour déséquilibrer les adversaires sont, soit en poussant, soit en tirant. Il est strictement défendu de frapper ou de tirer par les cheveux un adversaire. Se tenir loin des bords de la piscine afin d'éviter de se blesser lors de la chute.

Aux quatre coins

Objectifs. Développer la vitesse de réaction, l'orientation spatiale.

Le jeu nécessite la participation de cinq joueurs. L'un d'eux se place au milieu de la piscine et les quatre autres doivent se placer à un coin de la piscine. Ensuite ils essaient de changer de place. Pendant ce temps, le joueur du milieu surveille la place laissée libre durant l'échange et se l'approprie. Le participant qui a perdu « son coin » prend la place de celui du milieu et le jeu continue.

La nage la plus imaginative

Objectifs. Développer l'imagination, la motricité globale.

Les participants doivent chacun leur tour inventer un style de nage pour traverser la piscine. Les styles conventionnels (dos, brasse, papillon,

crawl) ne sont pas permis. Le gagnant sera celui ayant traversé la piscine de la façon la plus imaginative, les autres ayant été éliminés faute d'imagination.

Variante. Faire des plongeurs imaginatifs plutôt que des plongeurs de style courant.

Le requin

Matériel. Chambre à air.

Objectifs. Développer les perceptions, le sens spatial, l'agilité, la rapidité et la précision du geste.

Le joueur qui fait le requin doit se mettre à plat ventre sur la chambre à air. En ne débarquant pas de celle-ci, il essaie de toucher à un joueur qui se trouve dans la piscine et qui se sauve du requin en nageant ou en plongeant. Le joueur touché devient le requin à son tour.

Course sur tube

Matériel. Tubes (chambres à air)

Objectifs. Développer la force musculaire, l'endurance, la structuration spatio-temporelle, la vitesse, la rapidité et la précision du geste.

Bien s'asseoir dans la chambre à air. S'appuyer les mains et les pieds sur le bord de la piscine. Au signal du départ, les joueurs se donnent un élan avec leurs pieds. Par la suite, en s'aidant de leurs bras et de leurs pieds, ils doivent faire un nombre de longueurs (déterminé à l'avance) en ayant soin de toucher l'extrémité de la piscine à chaque virage. Celui qui termine ses longueurs le premier est le gagnant. Cette course peut se faire de reculons et d'avant.

La poursuite au ballon

Matériel. Petit ballon de mousse ou de caoutchouc.

Objectifs. Développer la motricité globale, la vitesse de réaction, la rapidité, le contrôle et la précision du geste.

Choisir le joueur qui fera le poursuivant. Il doit lancer le ballon de façon à atteindre un nageur sur une partie du corps, en essayant d'éviter le visage et les lancers brutaux. Les joueurs doivent tenter d'esquiver le ballon en marchant, en nageant ou en plongeant selon leur goût ou leur habileté.

Celui qui est touché doit alors poursuivre les autres à son tour.

La course au ballon de baudruche

Matériel. Des ballons de baudruche.

Objectifs. Développer la coordination, la perception, la vitesse, la structuration spatio-temporelle, le contrôle respiratoire, la rapidité et la précision du geste.

Les participants se placent en ligne à l'extrémité la moins profonde. Au signal du départ, chaque nageur traverse la piscine et revient en poussant devant lui son ballon. Durant la traversée, il est défendu de tenir le ballon avec ses mains. Comme le ballon de baudruche est très léger, il rebondit un peu partout, alors, le gagnant n'est pas toujours le meilleur nageur.

La poursuite gelée

Objectifs. Développer la structuration spatio-temporelle, la vitesse.

Un joueur est nommé pour poursuivre les autres. Au moment où il touche un des joueurs, celui-ci « gèle », c'est-à-dire qu'il ne peut plus se déplacer. Le poursuivant doit tenter d'immobiliser tous les participants. Les joueurs qui n'ont pas été touchés essaient de dégelier les autres en passant entre leurs jambes. Dès qu'ils sont libérés, ils tentent à nouveau d'échapper au poursuivant et de libérer leurs compagnons de glace.

Le relais chandail

Matériel. Chandail.

Objectifs. Développer le contrôle respiratoire, la motricité dynamique générale, la rapidité, la vitesse de réaction, la rapidité et la précision du geste.

Former des équipes de quatre nageurs. À une extrémité de la piscine les joueurs se placent en ligne. Le premier nageur à partir porte un chandail. Au signal du départ il plonge ou saute à l'eau et nage deux longueurs de piscine. À son retour il doit enlever le chandail et le suivant doit le revêtir complètement avant de continuer la course qui se poursuit de cette façon jusqu'à ce que tous les membres de l'équipe aient nagé. La première équipe qui termine le relais est la gagnante.

Le tir à la souque aquatique

Matériel. Corde résistante, ballon de baudruche.

Objectifs. Développer la force musculaire, l'endurance.

Former deux équipes équilibrées en nombre et en force. Étendre une corde avec un ballon attaché au milieu. Les joueurs de chaque côté doivent tirer de toutes leurs forces sur la corde afin d'amener le ballon dans leur propre territoire.

Le bouledogue

Objectifs. Développer le contrôle respiratoire, la vitesse de réaction, l'endurance, la coordination.

Choisir celui qui fera le bouledogue. Les buts se situent à chaque extrémité de la piscine et sont une zone de sécurité et de repos, en ce sens que le bouledogue ne peut pas toucher les joueurs qui s'y trouvent. Au départ, le bouledogue est dans l'eau alors que les autres sont hors de l'eau. Les joueurs plongent ou sautent dans la piscine au moment où ils le jugent opportun et essaient de la traverser sans se faire toucher par le bouledogue. Le joueur attrapé devient le bouledogue et le jeu continue.

Variante. Au cri du bouledogue tous les joueurs sautent à l'eau en même temps.

Ballon dans le trou

Matériel. Deux chambres à air, ballon.

Objectifs. Développer la coordination, la rapidité et la précision du geste, la force musculaire, l'endurance.

Former deux équipes. Appuyer une chambre à air à chaque extrémité de la piscine. Le but du jeu est de rendre le ballon dans le chambre à air adverse. On peut nager, lancer ou faire des passes. Les périodes durent environ quinze minutes. Après chaque période, les équipes doivent changer de côté pour donner la chance à tout le monde car habituellement la piscine est plus profonde à une extrémité. L'équipe adverse doit empêcher le porteur du ballon de se rendre au but, soit en le retenant, soit en lui enlevant le ballon. Il est défendu de retenir un joueur qui n'est pas porteur de ballon.

Hockey-ballon

Matériel. Deux buts de deux pieds de haut et de cinq pieds de long (environ), un ballon.

Objectifs. Développer la coordination dynamique générale, le sens spatial, la latéralité.

Former deux équipes. La mise au jeu se fait en lançant le ballon en l'air au centre de la piscine. L'objectif du jeu est de compter le plus de buts possible pendant une partie. La manière de faire des passes ou de rendre le ballon au but se fait en tapant sur le ballon. En aucun temps il n'est permis de tenir ou de lancer le ballon.

Hockey sous-marin

Matériel. 1 bâton de bois de la forme d'un Y, pour chaque joueur (environ 1 pied (30 cm) de longueur); 1 rondelle d'acier, tuba, masque, palmes, le jeu nécessite une grande piscine (25 m).

Objectifs. Développer la motricité globale, le contrôle respiratoire, la coordination dynamique générale, la discrimination visuelle, la vitesse.

Former deux équipes. L'objectif du jeu est d'amener la rondelle sur le mur de l'équipe adverse à l'autre extrémité de la piscine. Il est interdit de retenir un joueur. La partie se déroule sous l'eau, la surface est une zone de repos. L'équipe qui marque le plus de buts gagne. Ce jeu est un excellent exercice de contrôle respiratoire.

La détente et le plaisir demeurent les principaux objectifs de tous ces jeux. Vous pouvez les modifier ou les adapter selon vos besoins. Encore une fois, soyez prudents.

De nombreux autres exercices peuvent se faire dans l'eau avec des chambres à air, des cerceaux, des ballons, etc. Par exemple se tenir debout, jambes écartées sur une chambre à air, se balancer deux par deux sur celle-ci; ce sont de bons exercices d'équilibre. Sauter du plongeon au milieu de la chambre à air placée un peu plus loin et flottant sur l'eau, c'est un exercice d'orientation et de structuration spatiale, etc. Donnez libre cours à votre imagination.

Varié les activités, permettre et encourager les jeux libres. Être très patient et vigilant. Ne pas créer de stress inutile. Inculquer les règles de sécurité sur le bord de la piscine et dans l'eau.

La natation favorise aussi l'aspect de socialisation chez l'enfant parce qu'elle est habituellement pratiquée en groupe, soit pour apprendre, soit pour jouer, soit pour s'entraîner.

L'entraînement pour la compétition apporte un aspect différent. Physiquement, il développe la force, la résistance, l'endurance, la vitesse et la précision du geste. Psychiquement, il favorise l'effort, l'accomplissement de soi, la persévérance, le respect de soi et d'autrui, des règles et de l'autorité, l'esprit d'équipe et la sociabilité.

Cependant la compétition exige un entraînement quotidien, beaucoup de discipline, une grande motivation, l'acceptation de l'échec comme de la réussite, et une capacité à bien partager son temps de façon à ne pas négliger ses autres occupations soit scolaires, soit ludiques. Il faut d'abord se dépasser soi-même pour atteindre les buts fixés.

Tous les enfants peuvent profiter d'un entraînement qui permet l'automatisation des mouvements leur apportant une sécurité nécessaire à leur survie et un bon conditionnement physique et psychologique.

Parmi les nombreuses disciplines sportives (pratiquées par tous ceux ayant ou non un handicap) la natation se classe dans les premiers rangs par tous les avantages qu'elle apporte et le peu de contre-indications.

Même les plus grands handicapés peuvent s'y adonner. Ils maîtrisent un nouvel élément dont les vertus thérapeutiques ne sont plus à prouver et surtout la natation favorise chez eux un développement musculaire complet. Ils y trouveront une confiance en eux et une valorisation qui aidera leur vie sociale.

Il est admirable de voir certaines personnes handicapées évoluer dans cette discipline, faisant preuve de volonté pour vaincre l'élément eau, leur handicap et même s'entraîner pour la compétition, devenant parfois des athlètes hors pair.

Avant de prendre l'initiative d'utiliser la natation comme moyen thérapeutique, on demandera l'avis du médecin traitant. De même, au cours de la rééducation, celui-ci devra assurer un contrôle médical.

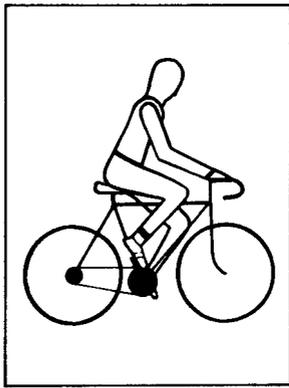
Les principales contre-indications connues et valables pour tous, sont selon la Croix-Rouge :

- la fièvre
- escarre et ulcération des moignons
- infection urinaire sévère
- infections des oreilles et des yeux (otite, conjonctivite).
- épilepsie
- sinusite chronique

Dans ces cas, votre médecin vous conseillera.

Au cours de nos recherches, nous avons *été* surpris de constater le grand nombre d'adeptes de la natation, tant chez les personnes handicapées que chez les personnes ne présentant peu ou pas de handicap. Sachez que les bienfaits physiques et psychologiques obtenus dans l'eau par la natation sont aussi profitables sur terre. Devant tous les accidents et les noyades, on ne peut qu'apprécier et admirer cette discipline préventive.

LE CYCLISME



Même pratiqué comme loisir, le cyclisme n'en demeure pas moins un sport. Ce peut être aussi un agent complémentaire qui permet à l'enfant de satisfaire son besoin de mouvements.

Que ce soit en tricycle ou en bicyclette, le cyclisme développera la motricité globale de l'enfant. Son équilibre, sa coordination dynamique générale, sa perception, son orientation spatio-temporelle, son tonus musculaire et postural se verront éduqués d'une façon amusante.

L'enfant pratiquant cet exercice en plein air s'entraînera de lui-même à l'effort et créera ses propres jeux (course, promenade, jeux d'activités de situation comme garagiste, ambulancier, policier, etc.).

Pratiqué seul, il peut procurer à l'adolescent le moyen d'évasion qu'il recherche quelquefois.

Pratiqué en famille ou en groupe, le cyclisme peut aider au développement de la socialisation de l'enfant.

Ce sport s'adresse à toutes les personnes n'ayant aucun handicap physique majeur.

On utilise la bicyclette (cyclo-exerciseur) dans les centres de rééducation, dans les centres de conditionnement physique, on en trouve même dans certains foyers. Ses bienfaits ne sont plus à démontrer. Alors, pourquoi ne pas se servir plus souvent et à bon escient de nos propres vélos !

En éducation ou rééducation psychomotrice, l'enseignement de la bicyclette ou du tricycle sera souple, progressif, et adapté aux capacités de l'enfant.

Si l'enfant présente un problème important de coordination ou autre l'empêchant de pratiquer ce sport, nous conseillons l'exercice suivant :

Couché sur le dos, l'enfant fait de la bicyclette; en tenant ses chevilles, on dirigera ses mouvements en le faisant pédaler lentement, puis en accélérant (dans le vide bien entendu).

Pour favoriser son apprentissage, améliorer son équilibre et affiner ses réflexes, voici quelques suggestions d'exercices et de jeux.

EXERCICES

- Sauts sur place.
- Course sur place.
- Couché sur le dos, pédaler.
- Marcher soit sur une bordure de trottoir si on est à l'extérieur ou sur une poutre si on est à l'intérieur (en avançant un pied après l'autre).
- Garder l'équilibre sur un pied et les bras étendus comme un avion.
- Tracer une ligne au sol et marcher dessus sans dévier.
- Ensuite faire ce trajet à bicyclette. Puis demander à l'enfant d'enlever une main du guidon (main droite ou gauche).
- Établir un parcours avec passage étroit en ligne droite. En tricycle ou à bicyclette, l'enfant fera ce parcours dans les deux sens.
- Placer plusieurs objets en ligne droite, mais espacés. L'enfant devra suivre le trajet en « slalom », aller-retour sans déplacer les objets.
- Tracer un cercle autour duquel l'enfant circule. On fera de même avec un parcours ovale ou en huit. À faire dans les deux sens. À l'arrivée, demander à l'enfant de rester sur place sans poser le pied à terre.
- Faire pratiquer les virages en lui donnant les consignes « à droite, à gauche, etc. »
- Demander à l'enfant de rouler en ligne droite puis de s'arrêter devant une ligne tracée au sol en freinant le plus tard possible.
- Placer une corde au sol. Les enfants roulent à bicyclette. Dès qu'ils arrivent à la corde, ils doivent soulever la roue avant, en tirant sur le guidon, pour passer par-dessus la corde.

JEUX

Le taxi le plus rapide

Âge. 3 à 7 ans ou selon le handicap et l'objectif visé.

Matériel. Tricycle, des cônes ou autres objets, sifflet, chronomètre.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, l'orientation spatio-temporelle, la coordination, la force, la vitesse.

On place des cônes à 1,5 mètre (5 pieds) environ l'un de l'autre, en ligne droite. Les départs se feront par deux. On place un passager au premier cône, qui sera à 1,5 mètre (5 pieds) environ de la ligne de départ. Le chauffeur du taxi devra prendre son passager et faire le trajet en slalom le plus vite possible. On chronomètre la durée du trajet, si on a plus de quatre enfants. Sinon, l'équipe qui termine la première est la gagnante.

Main dans la main

Âge. 3 à 7 ans ou selon le handicap et l'objectif visé.

Objectif. Éduquer l'équilibre, la coordination, la concentration, le tonus, la structuration spatio-temporelle, la vitesse.

On forme quelques équipes de deux enfants. Côte à côte, des équipes de deux enfants, chacun sur leur tricycle, se tiennent par la main. Ils roulent en ligne droite sur un parcours délimité à l'avance. La première équipe arrivée gagne. Si on a plusieurs équipes, on fait plusieurs départs, avec des semi-finales et des finales. Si une équipe touche à une autre équipe ou se laisse la main, elle est éliminée.

Lancers à bicyclette

Âge. 3 à 7 ans ou selon le handicap et l'objectif visé.

Matériel. Tricycle, balles ou sacs de sable, corbeilles à papier, sacs de papier.

Objectifs. Éduquer la concentration, la précision, le tonus, la coordination oculo-motrice, la vitesse, l'orientation spatio-temporelle, l'équilibre.

On place des corbeilles à papier ou autre en ligne droite et espacées. Remettre à chaque enfant un sac de balles ou des sacs de sable. Il devra rouler à bicyclette en tenant le guidon d'une main et en lançant une balle dans chaque corbeille (main droite, main gauche). Le premier ayant terminé son parcours avec une balle dans chaque corbeille est le gagnant.

Les robots

Âge. 3 à 7 ans ou selon le handicap et l'objectif visé.

Matériel. Tricycle, sacs de sable.

Objectifs. Éduquer la posture, l'équilibre, la coordination, la concentration, la vitesse.

En ligne droite, les enfants roulent avec un sac de sable posé sur la tête. Ils doivent faire le trajet en gardant le sac de sable sur leur tête. S'il tombe, ils doivent le ramasser, le replacer et continuer leur course. Le premier arrivé est le gagnant.

Ramasse et range

Âge. 3 à 7 ans ou selon le handicap et l'objectif visé.

Matériel. Tricycle, sacs de sable, sacs de papier ou autre, chronomètre.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, la coordination, la concentration, la vitesse, le tonus.

On dépose des sacs de sable par terre le long d'un parcours. On donne un sac de papier à chaque enfant. Il doit faire le trajet en ramassant les sacs de sable et en les déposant dans son sac de papier, sans débarquer de son tricycle. Le premier arrivé ou celui qui l'a fait dans le temps le plus court est le gagnant.

Le tunnel de cordes

Âge. 5 ans et plus.

Matériel. Tricycle ou bicyclette, 4 longues cordes ou plus, chronomètre.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination, la perception visuo-spatiale dynamique, la concentration, la structuration spatio-temporelle, le schéma corporel.

On tend les cordes de façon à ce que l'enfant puisse passer dessous, en se couchant sur son bicycle. Le tunnel est ainsi formé. On demande à l'enfant de traverser le tunnel à bicyclette en évitant de s'accrocher. Les départs se feront par deux, ou plus, selon l'espace disponible. Celui qui aura fait le meilleur temps sans accrochage sera le gagnant.

Course amicale

Âge. 5 ans et plus.

Matériel. Bicyclette, chronomètre.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, la coordination, le tonus, la structuration spatio-temporelle, la précision.

Il s'agit de rouler à bicyclette, par deux, en se tenant par les épaules, une main au guidon. Faire le trajet dans un sens et inverser la position des enfants pour le retour. Chronométrer. On peut aussi faire ce jeu à trois partenaires se tenant par les épaules. Si on veut compliquer le jeu, on pose des bornes entre lesquelles les enfants devront passer sans les renverser. Les bornes pourront être placées en ligne droite et en slalom.

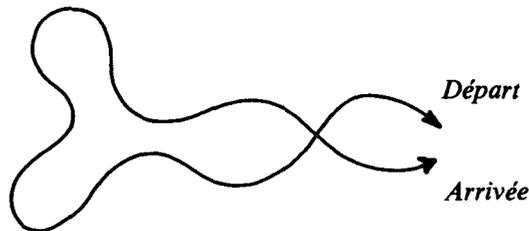
Les huit entrelacés

Âge. 6 ans et plus.

Matériel. Bicyclette.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination, la concentration, la précision, la perception visuo-spatiale dynamique.

Tracer une ligne large de 7,5 cm (3 pouces) en forme de huit et demi-huit entrelacés.



Le trajet doit se faire à bicyclette sur la ligne tracée. Chaque fois que l'enfant en sort, il perd un point. Celui qui a perdu le moins de points gagne. Bien entendu, des juges seront nécessaires pour vérifier la précision tout au long du parcours.

Coude à coude

Âge. 6 ans et plus.

Matériel. Bicyclette, chronomètre.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination, la conduite sensitivo-motrice, la perception, la structuration spatio-temporelle.

Deux enfants roulent, coude à coude, sur un parcours déterminé, de préférence en ligne droite. L'équipe qui fait le parcours le plus vite gagne. On enlève une seconde de pénalité chaque fois que les coudes se séparent.

Jeu de quilles

Âge. 10 ans et plus.

Matériel. 10 à 12 quilles, un cône, sifflet, bicyclette.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination, la structuration spatio-temporelle.

On forme deux équipes de 5 à 6 joueurs. On sépare le terrain avec une ligne centrale en traçant un cercle au centre de celle-ci. De part et d'autre, sur la ligne centrale, sont placées autant de quilles que le nombre d'enfants. Au signal, les joueurs partent vers la partie droite ou gauche de la ligne centrale, ramassent une quille et vont la lancer dans le but de l'équipe adverse. L'équipe qui a le plus de quilles dans les buts marque un point. À la deuxième période, les enfants toujours à bicyclette, ramassent chacun une quille dans les buts et doivent aller la placer sur la partie de la ligne centrale qui leur a été assignée au départ. La première équipe ayant terminé son placement marque encore un point. On peut faire le nombre de périodes que l'on désire selon le temps disponible.

Bicyclette-soccer

Âge. 10 ans et plus.

Matériel. Bicyclette, ballon, buts.

Objectifs. Éduquer l'équilibre, le tonus, la coordination, la structuration spatio-temporelle, la perception, la vitesse, la concentration.

On forme deux équipes de 5 à 6 joueurs. On fait la mise au jeu avec le ballon au centre. Chaque équipe, à ce moment, se trouve sur son propre terrain. Dès que la mise au jeu est faite, le joueur peut lancer le ballon avec son pied ou faire une passe à un coéquipier qui peut, si nécessaire, le repasser en le frappant avec sa tête. Toujours à bicyclette, les joueurs, pour marquer un point doivent lancer le ballon dans les buts du camp adverse. Il est interdit de toucher le ballon avec les mains ou de le garder immobile, de faire une passe avec la roue de la bicyclette, de bousculer ou gêner l'adversaire. L'équipe gagnante est celle qui a compté le plus de buts.

Quelques-uns de nos jeux d'initiation aux sports peuvent se faire à bicyclette. Vous n'avez qu'à les adapter. On peut aussi demander aux enfants de créer des jeux à bicyclette, leur permettant ainsi de développer leur imagination.

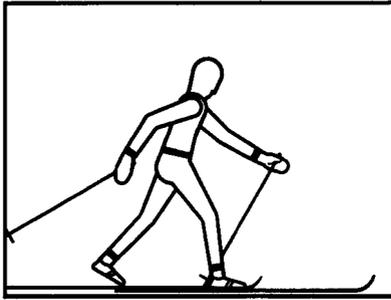
Tout en s'amusant, on inculque les règles de sécurité à bicyclette. On veillera à ne pas imposer un jeu qui placerait l'enfant en situation d'échec.

Il est possible de se servir du tricycle ou de la bicyclette en éducation ou rééducation psychomotrice. N'hésitez pas à l'utiliser en gymnase, dans la cour de l'école, dans les parcs, dans les terrains de stationnement, sur les pistes cyclables, etc.

Une randonnée est souvent tout aussi valable qu'un exercice ou un jeu et permet encore plus la détente physique et psychique.

Présenté ainsi, le cyclisme développe l'esprit de coopération et de camaraderie chez l'enfant, le motivant et lui donnant le désir de s'améliorer et la satisfaction d'une bonne performance. La grande habileté motrice qu'il aura acquise sera une sécurité lorsqu'il aura à se déplacer en milieu urbain.

LE SKI DE FOND



Le ski de fond est un sport de pleine nature, où l'on bénéficie de l'air pur, de la lumière et du soleil. C'est l'occasion rêvée pour l'enfant et l'adulte de se rapprocher de la nature et d'apprendre à la connaître.

Le ski est une activité sensori-motrice, à travers laquelle l'enfant éprouve du plaisir grâce aux sensations physiques agréables que lui procure le contact avec la neige. En découvrant ce nouvel environnement, on permet à l'enfant de satisfaire sa curiosité et d'élargir ses perceptions.

Le ski sollicite l'organisme dans sa totalité et convient aussi bien aux filles qu'aux garçons de tout âge. Par la pratique de ce sport, le sens de l'équilibre est amélioré, le système cardio-respiratoire est activé, les muscles et les articulations sont renforcés.

Ce sport nécessite de sérieux efforts pour le débutant. Cependant, il favorise le développement de son schéma corporel, lui permet d'acquérir une meilleure coordination, de mieux s'orienter dans l'espace et de développer son sens de l'observation.

On encourage le ski de fond, parce qu'il n'exige pas d'aptitudes physiques spéciales. L'enfant peut tout simplement glisser sur la neige ; ainsi, tout en s'amusant, il développe ses capacités qui lui donneront plus de souplesse et d'assurance. Cet exercice de plein air incite à la détente, et pratiqué en groupe facilite l'intégration à la vie sociale. En conséquence, il en résulte une plus grande motivation qui amènera l'enfant à participer pleinement à son éducation psychomotrice.

La valeur pédagogique de l'éducateur est plus importante que sa technique. Il doit établir de bonnes relations entre lui et les enfants. Il devra être à l'écoute de l'enfant. Le facteur le plus important pour l'éducateur est le progrès qu'il fera réaliser à ses jeunes et il obtiendra ce progrès en motivant ceux-ci. Qu'ils viennent au ski de fond par besoin d'hygiène, de thérapeutique, d'évasion ou de récréation, il faut que les enfants y soient heureux et enthousiasmés à poursuivre et à vouloir progresser. C'est pourquoi, l'éducateur devra être souple, et la séance devra se dérouler dans la bonne humeur et revêtir souvent un aspect ludique. L'enfant perçoit le ski comme un jeu ; skier pour lui c'est jouer. Le ski de fond est synonyme de liberté et d'évasion.

Les pistes de ski de fond sont faciles d'accès ; on peut même s'en faire dans le parc ou dans la cour de l'école. Pour certains enfants, ce sport nécessite une certaine adaptation à l'environnement. C'est pourquoi avant d'entreprendre des exercices ou jeux en ski, on fera des jeux dans la neige.

Voici quelques suggestions :

JEUX D'ADAPTATION

Faire faire aux enfants quelques pas dans la neige pour les familiariser avec l'environnement. On en profite pour leur inculquer quelques règles de sécurité par exemple, de ne pas s'éloigner du groupe, de sauter sur place s'ils ont froid, etc.

Au retour de cette courte balade sans skis, leur demander de marcher dans les traces de pas faites par le premier de la file.

L'enfant se couche dans la neige, bras étendus, jambes écartées. L'enfant se relève et on lui fait prendre conscience des marques que son corps a laissées dans la neige.

Faire pratiquer sans skis, mais avec les bâtons, dans une légère pente, la façon de chuter. Il s'agit tout simplement de se laisser tomber de côté. Juste avant de toucher le sol, il faut se débarrasser des bâtons, ensuite serrer les coudes au corps, et croiser les bras sur la poitrine.

Ces exercices doivent être faits rapidement pour éviter que l'enfant ne se mouille avant d'entreprendre la séance de ski.

EXERCICES PRÉPARATOIRES À L'ÉQUILIBRE SUR SKIS

Commencer une séance de ski avec des débutants, en leur apprenant comment distinguer et chausser les bottines et skis droits et gauches.

Pour bien sentir leurs skis, leur demander, tout en restant sur place, de lever et baisser chaque pied plusieurs fois. Ensuite, les pieds ensemble, sauter sur place, d'abord sans bâtons, puis après, avec bâtons. On leur aura préalablement appris comment tenir leurs bâtons.

Sans bâtons, écarté les skis de 15 à 20 cm (6 à 8 pouces) et les rapprocher. (Répéter quelquefois). Leur demander ensuite de marcher en balançant les bras vigoureusement, en opposant le bras et la jambe en même temps.

Il est préférable de faire quelques exercices avec les bâtons, soit planter les 2 bâtons de chaque côté vers l'avant, de côté, et vers l'arrière. Ensuite glisser en coordonnant les mouvements du bras opposé à la jambe.

Sur un terrain plat, lui apprendre à tomber avec ses skis et à se relever. Pour tomber, c'est le même principe que montré auparavant sans les skis. Bien recommander à l'enfant de ne pas se laisser aller sur le fessier, car il lui sera plus difficile de se relever et s'il se trouve sur une pente, son fessier agira comme une traîne-sauvage. Pour se relever, il y a plusieurs façons, mais lui montrer pour commencer la plus simple, soit placer les bâtons parallèlement et légèrement écartés l'un de l'autre et, en s'appuyant sur ceux-ci, se relever.

Se rappeler que le ski de fond implique le rythme et l'équilibre. Il s'agira de pratiquer le coup de pied, le déplacement de poids, le glissement et de recommencer.

La première séance de ski de fond demandera une grosse dépense d'énergie. Voir à ne pas la prolonger, car si on fatigue trop l'enfant, il peut s'en désintéresser complètement. Ne pas oublier que l'enfant apprend par imitation et jeu. Ainsi, au cours de la promenade, favoriser une ambiance gaie et détendue. Chanter, crier, écouter l'écho de nos voix, sentir, et faire des pauses. On peut aussi en faire une course aux trésors, en cachant des récompenses tout le long du parcours. En recherchant ces trésors, l'enfant pratiquera ses arrêts, la façon de se pencher et de se relever et trouvera un intérêt particulier à se rendre jusqu'au bout, oubliant ainsi sa fatigue.

Ce n'est que plus tard qu'on lui enseignera les autres techniques de ce sport (virage, montée, descente, arrêt brusque, etc.).

Au cours d'une promenade, inculquer à l'enfant les règles de bienséance en ski : céder la place à un skieur plus rapide, en s'écartant complètement de la piste ou en lui accordant une des traces ; si en tombant, on brise la piste de ski, aplanir la neige pour le suivant ; éviter de sortir de la piste par des pas de travers ; respecter le skieur qui nous précède en évitant de marcher sur l'arrière de ses skis ; ne pas se bousculer ; ne pas tenir ses bâtons de façon à risquer de blesser quelqu'un.

Les jeux sur skis aideront l'enfant à se familiariser avec ce sport, tout en s'amusant. La plupart des jeux que nous proposons s'adressent surtout aux enfants de 5 ans et plus ou selon l'habileté de l'enfant.

JEUX

Chaussons nos skis

On regroupe les enfants sur une ligne. On plante les skis et les bâtons dans la neige en laissant une bonne distance entre eux. Au coup de sifflet, les enfants courent chausser leurs skis et prendre leurs bâtons. Le premier qui a terminé sera le chef de file et ainsi de suite.

Ronde sur un ski

Les enfants se placent en cercle. Ils ont un seul ski, et pas de bâtons. Ils sont espacés l'un de l'autre. Ils se déplacent en glissant le pied qui chausse le ski et en poussant du pied libre. Ils chantent « Mon beau sapin ».

Promenade en traîneau

Les enfants se regroupent par trois. Deux d'entre eux (sans skis), placés côte-à-côte font les chevaux. Un enfant en skis, fait le traîneau. Il devra fléchir légèrement les genoux pour garder son équilibre. Les chevaux tirent le traîneau par les bâtons.

La chasse au bâton

Les enfants se placent en cercle. Ils ont leur skis, mais un seul bâton. Au centre de ce cercle, on forme un cercle plus petit, en plantant tous les bâtons restants, moins un. Les enfants se déplacent en tournant, et à chaque coup de sifflet, ils doivent prendre un bâton. Le joueur qui n'a pas réussi à prendre un bâton est éliminé. On enlève un bâton à chaque élimination, et on recommence. L'enfant qui reste est le gagnant. On peut faire ce jeu dans les deux sens.

Sauts de crapaud sur skis

Les enfants se placent sur une ligne de départ. Le terrain, si possible, sera légèrement incliné. Au signal, ils doivent se déplacer par petits sauts en changeant de direction à chaque bond (ex. : saut à droite, saut à gauche, etc.). Le premier qui se rend à la ligne d'arrivée est le gagnant.

Relais de ski

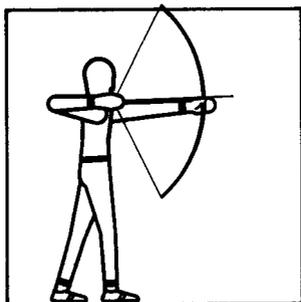
On forme deux équipes de 4 enfants chacune, ou plus selon le nombre d'enfants, et la grandeur du terrain dont on dispose. On délimite le terrain à chaque extrémité. Deux enfants d'une même équipe sont placés de chaque côté, en vis-à-vis. Au signal du départ, ils doivent skier vers leur partenaire et lui remettre son foulard ou autre. Celui-ci part à son tour, fait le trajet en sens inverse et remet l'objet à son autre coéquipier qui continue la course pour remettre le foulard au quatrième et dernier coureur qui terminera la course. Soit que l'équipe qui termine la première gagne, soit que l'on chronomètre le temps pour plus de précision et s'il y a plusieurs départs.

Ces exercices et jeux, qui initient les débutants au ski de fond, sont de bonnes activités physiques qui faciliteront l'épanouissement de l'enfant.

Ce sport d'hiver peut servir d'exutoire et permettre à l'enfant de libérer une partie de son énergie. Tout comme n'importe quelle activité physique et sportive pratiquée à l'extérieur, le ski de fond stimule l'appétit, renforce l'organisme et immunise l'enfant contre les rhumes et les gripes si fréquents en hiver. Mais, bien entendu, il ne suffit pas d'une seule fois pour pouvoir profiter de tous ces bienfaits.

N'hésitons pas à chausser bottes, tuque, et mitaines, car la vie au grand air est synonyme de santé.

LE TIR À L'ARC



Le tir à l'arc est un sport simple, très complet, praticable à tout âge. De plus, on peut s'y adonner dans une cour d'école, un gymnase ou autre. C'est une activité saine, sans violence, mais qui nécessite certains efforts. C'est un passe-temps agréable qui peut se pratiquer en groupe ou isolément. Les sujets confinés à une chaise roulante peuvent aussi s'exercer au tir à l'arc.

Le jeu de l'arc fait agir successivement ou simultanément plusieurs segments corporels : les doigts, les bras, le thorax, la colonne vertébrale, l'abdomen. Ils sont en coordination au moment de la visée et de la décoche. C'est aussi un excellent exercice de marche lorsqu'il s'agit de rechercher ses flèches.

Le tir à l'arc aide à développer l'acuité visuelle, la latéralité, les réflexes, la coordination neuro-musculaire, des habitudes de précision, la perception des distances, la souplesse du mouvement et la concentration, ainsi qu'il permet d'augmenter son volume respiratoire.

Ce sport exige une certaine force musculaire, de la précision visuelle, du calme et de la maîtrise, ainsi que de la détermination de la part de l'aspirant.

Ce sport se pratique dans le silence et à une distance réglementaire. Les tireurs ont tous une même préoccupation : envoyer leurs flèches au centre de la cible. Cette motivation commune leur donne un sentiment de solidarité.

Actuellement, le tir à l'arc est utilisé pour la rééducation musculaire des paraplégiques. On l'utilise aussi pour compenser une scoliose, et pour rééduquer les postures.

Les aspects positifs de ce sport nous incitent à l'utiliser en éducation ou rééducation psychomotrice. L'arc est un instrument capable de rendre l'enfant actif, d'accroître ses connaissances, d'aider à l'acquisition d'une bonne maîtrise de soi. La pratique de ce sport en groupe touche l'élément de sociabilité.

L'arc étant une arme, il faut donc prendre certaines précautions. Le débutant apprendra les règlements qui assurent la sécurité du tireur autant que de l'observateur. On lui enseignera par la suite les techniques de base et les informations générales concernant le tir à l'arc, telle l'origine de ce sport,

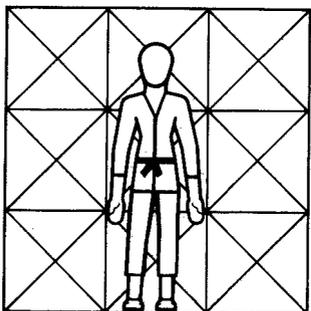
etc. Le tir à l'arc s'apprend dans un temps relativement court. L'éducateur devra aussi enseigner au tireur à se juger objectivement.

Le tir de compétition impose une sévère discipline. Par contre, le tir en terrain varié (le roving) est moins stressant tout en ayant le même objectif : la cible. Les chasseurs à l'arc s'entraînent régulièrement sur des cibles reproduisant, grandeur nature, le gibier. Enfin, on rencontre des tireurs d'occasion qui s'exercent l'œil tout en se divertissant. D'autres tireurs préfèrent tout simplement le lancement d'une série de fléchettes sur une cible accrochée au mur de la salle de jeu ou à l'extérieur, au mur du cabanon.

Ce jeu de fléchettes peut permettre une détente physique et psychique, la libération d'une agressivité, tout en améliorant les capacités motrices. Par la manipulation de ce jeu, l'enfant pourra se découvrir des aptitudes l'incitant à pratiquer le tir à l'arc. Il sera de plus une initiation à ce sport.

En conclusion, l'arc éduque, instruit, forme, et rééduque. Cet instrument aidera au développement de l'enfant.

I.E. JUDO



Judo est un terme japonais qui veut dire : la voie de la souplesse. Le principe du judo, dont le but est de parvenir à l'utilisation efficace de l'énergie personnelle, s'appuie sur un entraînement méthodique de la volonté.

Le judo « est un sport à base de déséquilibres où il faut rompre l'équilibre de son adversaire dans une direction donnée en vue d'une projection »⁴. Les judokas apprennent d'abord à tomber et la chute doit s'automatiser par la suite.

Le judo apprend à l'enfant à exécuter des mouvements avec souplesse et harmonie ainsi que la modestie qu'impose la constatation de ses propres limites. L'enfant peut en tirer le plus grand profit physique et psychique. Par ses principes de respect d'autrui, malgré ses techniques d'attaque et de défense, l'enfant apprend à contrôler son tempérament, car pour

4. COCHE, Jean-Paul, RENAULD, Jean-François, *Judo*. Éditions Robert Laffont, Paris, 1975.

pouvoir pratiquer ce sport, il doit suivre les règles qu'exige le judo. Par exemple, il est interdit de toucher le visage, de saisir ou tordre les doigts et les orteils et de porter des coups.

Ce sport fait appel et renforce l'équilibre, la coordination, la vitesse, la force, la souplesse, l'habileté, l'endurance et la résistance.

Chez l'enfant de 6 à 9 ans environ, il serait impossible d'enseigner les mêmes techniques qu'à un adulte, le degré de maturation de l'enfant ne le permettant pas. Le professeur devra être très souple s'il veut se servir du judo pour éduquer ou rééduquer des enfants. C'est pourquoi, le judo adapté, sous forme de jeu, mais avec une discipline propre, devra être pratiqué à cet âge, et ce sera en même temps une sorte d'initiation à ce sport.

Les principaux objectifs poursuivis par le judo en éducation psychomotrice sont :

- l'éducation sensori-motrice, axée sur le rythme et sur l'affermissement de la latéralité ;
- travailler l'habileté motrice par des jeux d'équilibre, de coordination, d'adresse et d'observation ;
- régulariser la respiration ;
- faire prendre conscience des notions d'espace et de temps ;
- travailler les points faibles et entretenir les points forts ;
- initier à la maîtrise de soi ;
- initier à la discipline par des jeux dirigés avec une philosophie bien établie ;
- initier au partage avec l'autre, c'est-à-dire en faisant lui-même sa part tout en ayant besoin de l'aide de son compagnon ;
- inculquer le respect de soi et le respect d'autrui ;
- apprendre à l'enfant à contrôler sa force sans en abuser ;
- canaliser son agressivité vers quelque chose de positif plutôt que de l'étouffer ou de la rejeter sur ses compagnons ;
- accepter la compétition, c'est-à-dire apprendre à gagner ou à perdre d'une façon sportive ;
- faire accepter une autorité autre que parentale.

Il s'agit, à cet âge de faire prendre de bonnes habitudes à l'enfant pour lui inculquer la mentalité particulière à ce sport.

De 10 à 14 ans, est un autre stade évolutif chez l'enfant. L'éducation établit une progression en conséquence, car à cet âge l'enfant veut participer à des jeux plus élaborés ; il recherche la technique (acquisition des gestes

spécifiques au judo), alors qu'apparaît son esprit critique pour lui-même et les autres.

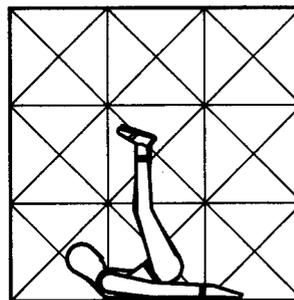
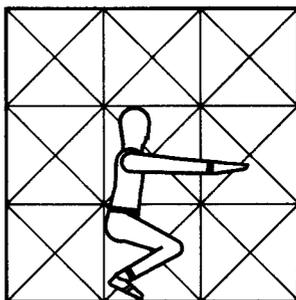
À l'adolescence, il survient une certaine instabilité motrice. C'est aussi le stade où les émotions dominent. C'est la période où l'adolescent doit penser à son orientation future. Le sport compensera au besoin de s'affirmer qu'il éprouve à ce moment-là. La pédagogie du judo s'adaptera alors à l'adolescent et non l'adolescent à la pédagogie.

Dans le judo, le physique et le mental sont associés ; l'un est éduqué en même temps que l'autre et l'un repose sur l'autre pour progresser.

Ce sport est recommandé aux enfants hyperactifs, aux délinquants et à ceux qui manifestent certains troubles de comportement ainsi qu'à tout enfant ayant des difficultés d'apprentissage scolaire ou non.

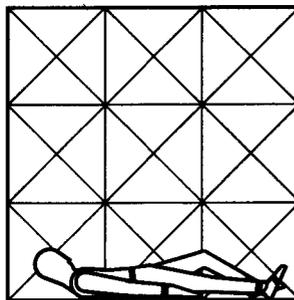
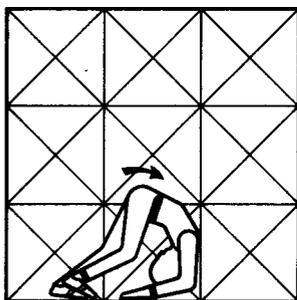
L'inquiet et l'instable s'appliqueront à s'équilibrer, pour espérer réussir. Le fort et le coléreux chercheront dans le judo le défoulement dont ils ont besoin. Le timide et le faible, en se développant, acquerront une certaine confiance en réalisant leurs possibilités de réussite.

Voici une description des chutes qu'on apprend au judo. Ceci peut être une source de sécurité, en n'importe quel temps, si bien apprises et automatisées.

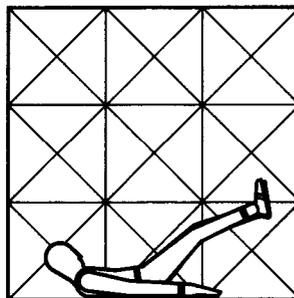
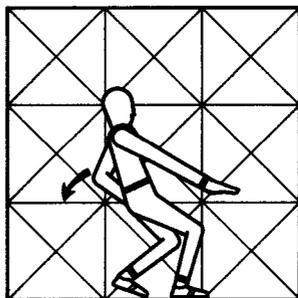


Chute arrière. « Fléchir les jambes jusqu'à la position accroupie, tête baissée ; se laisser rouler sur le dos en veillant à rester bien groupé et en ne quittant pas des yeux le nœud de sa ceinture ; à l'instant où le bras droit touche le sol, frapper énergiquement avec les deux bras, paumes et mains dirigées vers le sol ». ⁵ Vous remarquerez que la tête, penchée en avant, se trouve protégée et que l'arrêt se fait en frappant au sol.

5. COURTINE, Henri. *Le Judo*. Collection *Connaissance et technique*, Éditions Denoël, Paris, 1974.



Chute avant droite. « Fléchir les deux jambes, poser la main gauche au sol, doigts dirigés vers l'avant, ainsi que la main droite, doigts dirigés vers votre pied gauche ; basculer vers l'avant en détendant les jambes et en roulant sur le bras droit ; frapper énergiquement avec le bras gauche, à l'instant où votre dos touche le sol. Pour la chute avant gauche, il suffit de rouler sur le bras gauche et de frapper le sol du droit ».



Chute latérale droite. « Fléchir sur la jambe gauche tandis que la jambe droite et le bras droit se lèvent et conserver la tête baissée ; se laisser rouler sur le côté droit en veillant à rester bien groupé et en ne quittant pas des yeux le nœud de sa ceinture ; à l'instant même où le côté droit touche le sol, frapper énergiquement avec le bras droit, paume de main dirigée vers le sol. Pour la chute latérale gauche, il suffit de fléchir sur la jambe droite et de frapper avec le bras gauche ».⁷

6. *Ibid.*

7. *Ibid.*

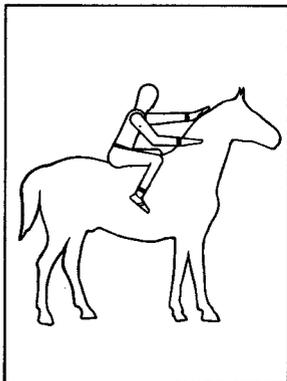
Mal dirigée, cette activité sportive peut devenir néfaste, si on considère la très grande fragilité du psychisme de l'enfant et de l'adolescent. Donc, il est recommandable de s'adresser à des professeurs de judo qualifiés dans cette discipline, compétents en psychologie du développement et en pédagogie adaptée à l'enfant, avec des programmes bien établis, et qui collaborent avec les parents.

Sans vouloir devenir un expert dans cette spécialité, il est possible à tous et à tout âge, de pratiquer le judo. N'oublions pas que celui-ci nécessite une préparation physique, mentale et technique et apporte ainsi l'épanouissement de l'être dans sa totalité.

HAJIME !

(Commencez !)

L'ÉQUITATION



L'équitation est l'art de monter à cheval et de le diriger. À l'encontre de tous les autres sports, en plus de mettre en œuvre les qualités physiques, il faut aussi apprendre à connaître le cheval, être vivant doté d'une certaine intelligence et surtout d'une personnalité qui s'affirme.

Le cheval, n'est pas un élément passif. En plus d'acquérir certaines connaissances théoriques et pratiques, il faut savoir les adapter selon les circonstances, pour qu'il y ait une parfaite entente entre le cavalier et la monture. Le cavalier devra être patient, ferme et doux, et bannir toute brutalité. Le cheval sent très vite si le cavalier peut le maîtriser et notre comportement décidera du sien.

Tous les enfants rêvent d'être propriétaire d'un poney ou d'un cheval. Hélas ! bien peu peuvent réaliser ce rêve, mais on peut au moins se permettre une promenade à cheval à l'occasion et, pour les plus fortunés, des cours d'équitation. En peu de temps, on peut se faire du cheval un ami, qu'on appellera par son nom, qu'on pourra caresser et à qui on pourra confier ses secrets.

On peut se servir de l'équitation pour l'éducation psychomotrice. Cette activité éduque les postures, permet un meilleur équilibre corporel, amène une décontraction du corps et de l'esprit, assouplit la musculature, et fait travailler la perception kinesthésique et tactile. L'enfant acquiert aussi confiance en lui. Les différentes allures (pas, trot, galop, etc.) que l'on exige du cheval vont éduquer les perceptions de rythme et de temps.

Pour faciliter l'apprentissage de l'équitation, on peut faire faire à l'enfant des exercices d'assouplissement qui auront pour but l'indépendance des aides naturelles (membres, poids, voix), des aides accessoires (rênes, éperon, etc.), et l'acquisition des objectifs psychomoteurs visés.

Comme pour tout autre sport, il existe aussi en équitation des principes de base. Pour approcher un cheval, il ne faut pas exécuter de mouvements susceptibles de l'effrayer. On devra éviter de passer derrière le cheval. On doit avertir l'animal de notre présence, en lui parlant doucement, avant de le toucher et de le monter.

Une bonne tenue est importante pour acquérir une bonne assiette : buste bien droit, tête relevée, le poids du corps porté sur les fesses, jambes tombées sans raideur, cheville souple. Les exercices d'assouplissement faciliteront l'acquisition de cette bonne posture.

Un appui solide sur l'étrier donnera confiance au débutant qui sera moins dépendant des rênes pour assurer son équilibre.

Au cours des promenades, on évitera les mouvements désordonnés pour conduire le cheval. Il faut apprendre à l'enfant à bien tomber, car il fera sûrement des chutes qui le rendront plus attentif.

L'impression d'instabilité ressentie au cours des premières sorties ne sera vaincue qu'avec la pratique, de même que la raideur naturelle provoquée par la peur des chutes.

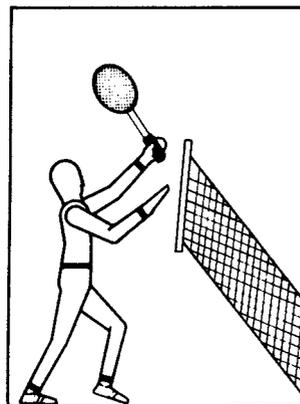
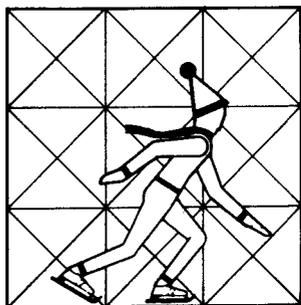
On conseillera l'équitation sur des poneys pour les jeunes enfants. Ce n'est que vers 8 ou 9 ans que l'équitation sur cheval pourra être entreprise. La progression dans l'apprentissage de l'équitation devra tenir compte des possibilités de chacun.

Les promenades à cheval, en groupe, créent des liens et facilitent les découvertes. Il faut favoriser ces promenades car les conséquences seront bienfaites pour l'enfant.

Les jeux sportifs demandant de l'adresse et de la force, régis par des règles précises, prennent de plus en plus de popularité, que l'on soit spectateur ou acteur. Chaque sport a sa combinaison gestuelle codifiée et chaque participant a un rôle spécifique à jouer. L'observation des règles du jeu inculque aux joueurs une discipline dans leur comportement, canalisant et maîtrisant tous les gestes qui n'entrent pas dans le cadre de la partie.

Les sports ne doivent être qu'un moyen pour aider le développement de l'enfant, et non une fin en eux-mêmes. Lors de l'évaluation d'un enfant, en le regardant évoluer dans un sport, voir à être attentif à ce que notre jugement ne soit pas déformé par une attitude peu coopérante de sa part. Le sport peut augmenter l'habileté à surmonter la tension et la capacité de se détendre.

Tel que mentionné, nous nous sommes arrêtées à quelques sports, mais il faut prendre en considération que beaucoup d'autres sont aussi à conseiller en éducation ou rééducation psychomotrice. Tous les sports de balle et de ballon (basket-ball, hand-ball, volley-ball, soccer, etc.) apportent différents aspects et la plupart des jeunes s'y intéressent. Nous n'en avons pas décrit dans ce chapitre ; les objectifs psychomoteurs propres à ces sports ont déjà été traités dans le chapitre des exercices et dans le chapitre des jeux — initiation aux sports.



Le patin à lame ou à roulettes présente des éléments importants pour l'équilibre, l'orientation et la structuration spatiales ainsi que pour la coordination. La plupart des enfants sont attirés par ces sports d'hiver et d'été, intérieur et extérieur.

La planche à voile est un sport d'actualité qui convient très bien à l'adolescent assoiffé de liberté et d'espace. Ce sport offre de grandes possibilités psychomotrices mais il développe particulièrement l'équilibre et la force musculaire.

Il ne faudrait pas passer sous silence le bowling, la pétanque, le billard, le fer à cheval, qui sont facilement accessibles à l'enfant et à l'éducateur, que l'enfant soit handicapé ou non.

Les jeux de raquettes (badminton, ping-pong) ne requièrent que peu d'espace et l'équipement n'est pas onéreux. Ces jeux apporteront une meilleure disponibilité motrice.

Bien peu de personnes savent que les activités sportives sont une excellente méthode de rééducation efficace et agréable. Il ne s'agit pas de remplacer les moyens de rééducation traditionnelle par la pratique d'un sport, mais en les utilisant conjointement, les résultats seront plus rapides et plus positifs, car loin de s'affronter, ces deux formules se complètent.

Les sports en tant qu'exercices psychomoteurs impliquent l'enfant et l'adolescent autant par sa motricité (mouvement) que par son effort mental et psychologique.

On entend souvent dire que l'entraînement sportif affecte les résultats scolaires. Bien au contraire, il a été prouvé qu'un bon conditionnement physique améliore le rendement scolaire. « En effet, les personnes qui pratiquent régulièrement un sport en deviennent dépendantes tant sur le plan physique que psychique. Il s'agit là d'une « dépendance positive » puisque les conséquences en sont bienfaisantes. Ces personnes sont plus calmes, moins exposées à la tension et à l'anxiété, ainsi qu'au stress et à l'irritation qu'engendre la vie quotidienne. Elles sont plus en mesure de se concentrer, obtiennent un meilleur rendement soit dans leurs études, soit dans leur travail, et dorment plus profondément la nuit ».⁸

8. MIRKIN, Gabe, MARSHALL, Hoffman. *La médecine sportive*. Éditions de l'Homme, Montréal, 1981.

CHAPITRE IV

ARTS ET EXPRESSION

Parmi les gestes de la vie quotidienne, les uns parlent pour nous, en ce sens qu'ils ont pour but explicite et volontaire de transmettre quelque chose à autrui ; alors que les autres parlent de nous..., communiquant parfois quelque chose à nos observateurs.

Souvenons-nous des récitations de notre enfance que nous déclamions immobiles, raidis dans l'application, sans faire de geste, sous peine de nous voir accusés de « bougeotte ou de gesticulation ». Nous ressentions ces textes comme glacés, ennuyeux, parce que nous ne savions pas les ressusciter, c'est-à-dire les animer de notre personnalité, aussi bien par des gestes que par des attitudes, des postures, des mimiques...

Heureusement, il y a eu évolution dans ce domaine permettant une certaine libération et l'utilisation des mouvements pour épanouir sa personnalité, s'affirmer, vivre à l'aise dans son corps, savoir maîtriser ses gestes et communiquer aisément avec autrui.

Certaines formes d'expression favorisent le verbe. D'autres, telles la danse, le mime, la pantomime s'attachent davantage, sinon totalement à l'expression gestuelle.

La voie aristocratique du geste, c'est le mime, la pantomime, l'art de s'exprimer par gestes, sans le secours de la parole. Certains spécialistes soutiennent qu'entre mime et pantomime, il y a la même nuance qu'entre danse et ballet, l'un étant art, l'autre l'application qui en est inspirée.

La danse actuelle, avec l'extension des possibilités du geste, à travers le vocabulaire moderne, est très proche de l'expression corporelle. Dans l'expression, le corps agit comme langage et comme relation et une place importante est laissée à l'improvisation.

Les expériences concernant le langage du corps se multiplient ; quelle que soit leur forme, toutes ont pour objectif d'apprendre aux participants à exprimer au niveau du corps ce qu'ils éprouvent, leurs pulsions, leurs désirs, à envisager leur corps non pas comme une barrière, mais comme un moyen de communication privilégié.

Les arts plastiques tels le dessin, la peinture, le bricolage, le modelage, le découpage, le collage et la sculpture sont des activités créatrices utilisant des mouvements fins pour s'exprimer d'une autre façon.

C'est à travers ces différents modes d'expression que l'éducation ou la rééducation psychomotrice permettra à l'enfant de manifester vivement sa pensée et ses sentiments, lui fera acquérir la connaissance de son schéma corporel, développera des habiletés motrices raffinées et cultivera le sens artistique chez l'enfant et l'adolescent.

« À l'époque bruyante dans laquelle nous vivons, il est quelquefois sage d'écouter ce que le silence a à nous dire ».

(Samuel Avital)

EXPRESSION

LE MIME

Le corps s'exprime par le mime et ce langage gestuel, bien que ne devant pas faire connaître l'enfant, permet à sa personnalité profonde de se manifester. N'allez pas croire que le mime néglige l'improvisation ; au contraire, il exige de nombreux ajustements pour atteindre la précision du geste, des attitudes et des postures, car il doit raconter et faire sentir aux autres ce qu'il comprend.

En psychomotricité, le mime facilitera l'élaboration du schéma corporel, développera la coordination motrice, l'équilibre, l'orientation spatio-temporelle, la perception, l'attention, la concentration, la mémoire sensorielle. De plus, par l'acquisition de la souplesse et de l'agilité, les mouvements deviendront plus harmonieux.

Avec un jeune enfant, il est important de suivre un cheminement pour ce mode d'expression. Ainsi, l'éducateur commencera par mimer lui-même des situations très simples de la vie quotidienne que l'enfant pourra deviner et imiter par la suite. Exemple : ouvrir une porte, se brosser les dents, s'habiller, manger, etc. Ces simples jeux de mémoire pourront devenir un peu plus élaborés par la suite. On pourra demander de simuler des actions, seul ou avec des compagnons. Par exemple : mimer le fait de manger un aliment qu'il n'aime pas ou son dessert favori.

Ensuite, on fera des jeux d'imitation ou de perception des autres enfants ou des adultes. Ceci se traduira par un mime à deux, l'un faisant la mère, l'autre son jeune enfant. La situation à mimer est une scène de la vie familiale (la mère réprimande l'enfant pour une mauvaise action, et l'enfant mime une réaction face à une réprimande).

Si l'enfant perçoit bien le monde des enfants et des adultes, il mimera de façon différente ce qu'il a déjà vu ou ce qu'il voudrait que ce soit.

Nous pensons que l'enfant doit d'abord s'exprimer gestuellement, avant de passer à l'expression orale. C'est pourquoi le mime est notre premier choix dans ce chapitre d'arts et expression.

Les jeux de mime amènent donc l'enfant à créer, tout en stimulant sa mémoire sensorielle, soit la perception et la représentation mentale des stimuli extérieurs et intérieurs.

Le mime du bonhomme de neige qui fond

Clientèle. 4 à 10 ans.

Objectifs. Éduquer la détente, la motricité, la perception, la mémoire sensorielle.

On demande à l'enfant de se tenir bien droit. Le corps doit ensuite s'amollir comme le bonhomme de neige qui fond au soleil. Son corps devient tout mou (expression et relaxation).

Mime d'un jour

Clientèle. 4 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la motricité globale, la concentration, la mémoire sensorielle.

On demande à l'enfant de mimer ce qu'il a fait depuis son réveil.

Le robot

Clientèle. 4 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la motricité segmentaire, la perception, la mémoire sensorielle, la concentration, la créativité, l'imagination.

Les robots sont très en vogue de nos jours autant chez les petits que chez les grands. En demandant d'imiter un robot, l'enfant doit se mouvoir et de cette façon il pourra prendre conscience des différents segments de son corps.

Les sentiments

Clientèle. 4 ans et plus.

Objectifs. Éduquer l'imagination, la perception, la mémoire sensorielle, la mimique.

On demande à l'enfant de mimer divers sentiments, dans des situations émotives différentes. Exemple : la peur d'un ours, la joie d'avoir gagné un prix, la tristesse d'avoir perdu son ami ou d'être seul pour jouer, l'émerveillement devant un cirque, la peine d'avoir perdu son chien, le sursaut suite au bruit du klaxon d'une automobile, la fatigue et le repos après un exercice violent, la douleur suite à une coupure et ainsi de suite.

La marionnette à fil

Clientèle. 5 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la motricité segmentaire, l'imagination, la perception kinesthésique, la concentration, la créativité.

Assis dans une position de détente, l'enfant devra imaginer que des ficelles sont attachées à ses bras, mains, jambes, corps, visage, etc., et que ces ficelles peuvent modifier les traits de son visage et le faire bouger. Ce jeu lui apprend à s'exprimer avec chaque partie de son corps individuellement, tout en lui faisant prendre conscience de celles-ci.

Mimes d'âges

Clientèle. 5 ans et plus.

Objectifs. Éduquer la perception et la conscience des autres, la mémoire sensorielle, la créativité, la motricité globale, l'imagination.

Demander à l'enfant de mimer le bébé, le jeune enfant, l'adolescent, l'adulte et le vieillard. Selon son âge et son sens de l'observation de l'environnement, l'enfant imitera plus facilement ces personnages.

Les métiers

Clientèle. 6 à 12 ans — 6 à 20 joueurs.

Objectifs. Éduquer la perception, la mémoire sensorielle, la motricité globale.

On forme deux ou trois équipes. On chuchote à un joueur de chaque équipe le nom d'un métier ou d'une profession. Les enfants doivent alors mimer le métier en question devant leurs équipes respectives. Ils n'ont pas le droit de parler et doivent s'en tenir aux gestes. On choisira des métiers ou des professions faciles à illustrer, comme « dentiste », « facteur », « danseuse », etc. La première équipe qui devine le métier ou la profession en question marque un point. On convoque alors d'autres enfants des équipes pour leur suggérer un autre métier ou une autre profession. Quand tous les enfants ont eu leur tour, on compte les points, et l'équipe qui en a le plus est déclarée gagnante.

L'adverbe mimé

Clientèle. 6 à 12 ans — 8 à 20 joueurs.

Objectifs. Éduquer la perception, la mémoire sensorielle, l'attention, la concentration, l'imagination, la motricité globale.

Un enfant sort de la pièce. Les autres enfants choisissent alors un adverbe. L'enfant revient et demande aux autres, un à un, de mimer le sens de l'adverbe dans une situation précise. Par exemple : « Comment mangerait-on une pomme de la façon que vous avez choisie ? » Il peut varier sa question pour chacun des enfants à qui il s'adresse. Exemple : « Comment sauterait-on à la corde ? ». L'enfant a droit à trois essais. S'il trouve la bonne réponse, il donne sa place au dernier joueur qui a mimé l'action. Dans le cas contraire, il sort de nouveau, ou bien les enfants s'entendent pour désigner un autre chercheur. Choisir des adverbes dont le sens est facile à mimer, par exemple : rapidement, lentement, joyeusement, tristement, soudainement, etc. Avec de très jeunes enfants, leur expliquer auparavant ce qu'est un adverbe.

Les animaux étranges

Clientèle. 6 à 12 ans — 6 à 20 joueurs.

Objectifs. Éduquer la mémoire sensorielle, la perception, l'imagination, la créativité, la motricité globale.

On forme deux équipes et on choisit un représentant pour chacune d'elle. L'éducateur chuchote à chacun le nom d'un animal. Ils doivent alors le mimer devant leurs équipes. S'il s'agit d'un oiseau, ils font semblant de battre des ailes. S'il s'agit d'un animal terrestre, ils se déplacent à quatre pattes. Dans le cas d'un poisson, ils font des mouvements de nage. Après avoir donné ce premier indice, les enfants essaient d'imiter de façon plus précise le

comportement de l'animal en question, que les enfants de leur équipe doivent essayer d'identifier. Pour aider leurs camarades, ils peuvent faire « oui » ou « non » de la tête, selon que les joueurs sont près ou loin de la réponse, mais ils ne doivent pas dire un mot. La réponse doit être précise. La première équipe qui devine juste marque un point. Celui qui a trouvé la solution doit alors mimer à son tour un animal. On peut aussi choisir d'autres enfants pour que chacun ait son tour de mime. L'équipe qui a marqué le plus de points gagne.

Les vacances

Clientèle. 8 à 12 ans — 6 à 14 joueurs.

Objectifs. Éduquer la perception, la mémoire sensorielle, l'imagination, la créativité, l'attention, la concentration, la motricité globale.

Les enfants s'assoient en cercle. L'un d'eux dit : « Je pars en vacances et j'emporte... » Au lieu de nommer l'objet en cause, il en mime l'emploi. Ce peut être, par exemple, un peigne, une brosse à dents, une valise, une casquette, un jeu de cartes, ou tout autre article que l'on peut emporter en voyage. Son voisin reprend la même phrase, mime le même geste et ajoute un deuxième objet, et ainsi de suite. Chaque joueur doit refaire, dans l'ordre où ils ont été exécutés, tous les gestes de ses prédécesseurs. Le jeu devient de plus en plus difficile à mesure que la liste s'allonge. L'enfant qui manque un geste dans l'ordre de succession est éliminé. Le dernier qui a fait son numéro sans faute est le gagnant.

Ce mode d'éducation gestuelle qu'est le mime est un plaisir naturel chez l'enfant. Dans le mime, les gestes doivent être amplifiés, pour être bien compris, c'est-à-dire que les mouvements, la mimique et les contractions musculaires devront traduire l'existence imaginaire d'un objet, d'une personne ou d'un sentiment.

Chez l'enfant, le mime est aussi un jeu. Mais, de cette façon, l'enfant est amené à jouer avec plus d'imagination, plus de concentration et plus de plaisir.

LA DANSE

La danse, langage universellement pratiqué, a pour apanage de créer entre les hommes, à travers le temps et l'espace, des liens particulièrement utiles à la communication.

Les sentiments se manifestent chez l'individu par un ensemble de gestes spontanés, tels le saut pour la joie, le trépignement pour l'agacement ou l'exaspération, l'applaudissement pour l'enthousiasme, etc. Ces gestes, réalisés par le corps tout entier ou par une de ses parties, sont des mouvements expressifs qui se suffisent et parlent d'eux-mêmes.

Ce vocabulaire gestuel qu'est la danse s'inspire de la nature, mais ne la copie pas. Née de l'instinct, son but est pourtant de le maîtriser, de l'éduquer, de le purifier, pour parvenir à créer un langage significatif.

Un enfant en liberté sautille, culbute, s'étourdit, révélant ainsi l'élan léger et gai des premières années de la vie. D'intuition, il danse. Mais si d'autres enfants se joignent à lui, ils en feront une danse collective. Cet enchaînement d'ébats enfantins est le miroir de l'histoire de la danse, depuis ses origines.

La danse collective (rondes, farandoles, folklore, etc.) offre à chacun la possibilité d'établir des contacts humains pleins de chaleur, favorisant ainsi l'éducation psychosensorielle. Les danses de groupe présument une forme commune de mouvements.

La danse rythmique permet également, mais sur le plan individuel, la traduction harmonieuse par le corps des sensations produites par la musique. L'expression devient alors plus importante que la forme.

Les danses mondaines se pratiquent dans les fêtes familiales, les fêtes de quartier, etc., et privilégient une éducation sociale par l'intégration au groupe. Les danses par couple exigent beaucoup plus de coordination de mouvements entre les partenaires.

La danse et le rythme sont perpétuellement liés. Par la danse et par le mouvement rythmique, on s'exprime spontanément et on recherche une harmonie aussi bien intérieure qu'extérieure. On en arrive à prendre conscience de nous-mêmes, de notre existence.

La danse est une forme de jeu, car l'enfant tout comme l'adulte danse pour son propre plaisir. Au rythme de leurs chants ou de la musique, les jeunes dansent bien ou mal, s'appliquant ou s'abandonnant, tantôt répétant les mêmes formes et se mettant en harmonie avec elles, tantôt créant de nouvelles combinaisons de mouvements.

Cette improvisation de mouvements apporte une sensation de liberté que la musique soutient et provoque. La musique et la danse encouragent l'instinct de mouvement et combattent l'inhibition. C'est donc une détente du corps et de l'esprit où chacun s'efforce d'être soi-même et d'aller vers les autres spontanément et naturellement.

De plus, par la danse se fera l'apprentissage de la respiration, l'acquisition d'une meilleure coordination motrice, la maîtrise sensorielle.

Il n'est jamais trop tôt pour incorporer la danse dans notre mode d'éducation. On apprend ainsi aux enfants, en jouant, à se mouvoir et à se diriger, à harmoniser ses mouvements, à établir des rapports avec l'autre, pour l'autre et à le respecter. On favorisera l'improvisation et l'élaboration créatrice de leur propre chorégraphie en leur laissant choisir le thème musical et l'agencement des mouvements.

Pour l'enfant, la danse est une préparation à la vie, pour l'adolescent, c'est un moyen de compensation et de communication.

Facteur d'éducation parmi tant d'autres, la danse est une ouverture pour accéder au monde des jeunes. Il ne serait pas utopique de dire que la danse est une voie de formation et de construction de la personnalité.

Savez-vous planter des choux

Clientèle. 3 à 8 ans.

Objectifs. Éduquer le schéma corporel, l'orientation spatiale, la coordination.

On fait une ronde avec les enfants et avec eux on chante « Savez-vous planter des choux ?... On les plante avec notre nez, notre bouche, etc. » Avant chaque refrain, on inverse le sens de la ronde.

Le petit prince

Clientèle. 3 à 8 ans.

Objectifs. Apprentissage d'une notion temporelle (jours de la semaine), éduquer la coordination, l'orientation spatiale, la mémoire.

On se place les uns derrière les autres en se tenant par la taille comme le petit train. On avance dans différentes directions en chantant « Le petit prince ». « Lundi matin, l'empereur, sa femme et son p'tit prince, sont venus

chez moi pour me serrer la pince, mais comme j'n'étais pas là, le petit prince a dit, puisque c'est comme ça, nous reviendrons mardi ». Recommencer avec chacun des jours de la semaine.

Bonjour ma cousine

Clientèle. 4 à 8 ans.

Objectifs. Éduquer le rythme, la mémoire, la coordination motrice.

Former un cercle avec les enfants. Ceux-ci se placent deux par deux, face à face et se donnent la main droite en chantant « Bonjour ma cousine », changent de main en chantant « Bonjour mon cousin germain ». « On m'a dit que vous m'aimiez » — en même temps, bouger le bras en pointant l'index. « Ce n'est pas la vérité » — en bougeant le bras et la tête en signe de négation. « Je m'en soucie guère » (bis). « Passez par ici, et moi par là », en se donnant la main pour prendre la place de l'autre. Et on recommence la même chanson avec le nouvel enfant qui nous fait face jusqu'au retour du premier enfant.

La fanfare

Clientèle. 4 à 12 ans.

Matériel. Musique de fanfare ou tambourine ou chanson « J'ai perdu le dos de ma clarinette » (notes de la gamme).

Objectifs. Éduquer le rythme, l'orientation spatiale, la coordination motrice.

Les enfants se placent en rangées. En suivant le rythme, ils se déplacent au pas militaire, à droite, à gauche, en diagonale, en avant, en arrière. On peut varier les déplacements pour créer des formations.

Le cancan québécois

Clientèle. 4 à 12 ans.

Matériel. Musique populaire, lisières de plastique, grelots.

Objectifs. Éduquer le rythme, l'équilibre, la coordination motrice, l'attention.

On peut attacher aux poignets et chevilles des lisières de plastique de couleurs munies d'un grelot pour agiter et suivre le rythme. L'éducateur est face aux enfants. Ceux-ci font les mêmes gestes. Faire sauter sur un pied et sur l'autre, les mains aux hanches, les mains de côté et les mains en l'air, etc. On peut aussi leur demander de créer des mouvements comme les danseuses à claquette.

Danse libre

Clientèle. 4 ans et plus.

Matériel. Disque de Michel Fugain ou Shirley Théroux — « Fais comme l'oiseau », ou selon le choix de l'enfant.

Objectifs. Éduquer le rythme, la coordination motrice, la créativité.

Danse libre sur musique populaire. Alternier des rythmes lents et des rythmes rapides. Il faut que les enfants puissent improviser leurs mouvements dans la danse ; c'est de cette façon que la créativité sera suscitée chez eux.

« Set carré » des chaises

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Musique folklorique, chaises.

Objectifs. Apprentissage des notions spatiales, éduquer la coordination dynamique, l'orientation spatiale, le rythme.

Former un cercle avec des chaises, les espaçant les unes des autres. Les enfants font une ronde autour des chaises. Pendant que la musique joue, l'éducateur crie les changements de direction et les déplacements à faire. Ainsi on dira : « Un demi-tour à gauche, un demi-tour à droite. Les chaises au centre, les enfants autour et on danse. Les enfants au centre, les chaises autour et un demi-tour à droite et un demi-tour à gauche. Main droite, main gauche en passant devant, de côté, derrière, entre les chaises. Et tout le monde balance et tout le monde danse. Les chaises au centre, les enfants autour, un demi-tour à droite, un demi-tour à gauche. Lâchez vos mains. Un petit tour sur la chaise, un petit tour sous la chaise et on se reprend les mains. Tout le monde balance et tout le monde danse. Et ça recommence ».

La danse russe

Clientèle. 8 à 12 ans.

Matériel. Disque de musique folklore russe.

Objectifs. Éduquer la coordination motrice, l'équilibre, la latéralité, le rythme.

Les enfants s'accroupissent sur leurs talons, les bras croisés sur la poitrine. Mettant tout leur poids sur le pied gauche, ils étirent la jambe droite, puis la replient et, reposant alors leur poids sur le pied droit, étirent la jambe gauche, et ainsi de suite, le plus rapidement possible, en se tenant bien droits. La danse peut aussi se pratiquer deux par deux : les enfants se tiennent par les mains, se faisant face, et commencent par étirer la jambe droite.

L'apprentissage de la danse suscite et renforce l'assurance, revalorise et encourage à danser encore plus.

La danse offre des perspectives thérapeutiques en rééducation psychomotrice parce qu'elle inculque à l'enfant la notion de rythme, souvent absente ou insuffisante, leur permettant ainsi de se décontracter et de se défouler. La façon de faire est de frapper dans les mains suivant un rythme pour acquérir celui-ci inconsciemment.

Les jeunes y trouveront une sécurité leur donnant le courage de se manifester et une liberté de mouvements et d'expression.

Cette culture du corps et de l'esprit est donc une éducation psychomotrice qui devrait être privilégiée plus souvent. En insérant ce moyen dans un programme d'éducation ou de rééducation, il ne faudrait cependant pas oublier que la danse implique aussi un processus de développement.

L'EXPRESSION CORPORELLE ET DRAMATIQUE

L'expression corporelle est une traduction de la pensée et du sentiment par le geste et la mimique, alors que l'expression dramatique se manifeste par la physionomie, par le geste et le verbe.

L'une comme l'autre privilégie le développement de l'être humain par rapport à lui-même, par rapport à autrui et à l'environnement. Les jeunes apprennent à mieux se connaître, à mieux se comprendre et à communiquer plus facilement entre eux. En d'autres mots, ils établiront de meilleures relations interpersonnelles.

L'accès au jeu dramatique permet aux enfants d'analyser des sentiments qui sont souvent encore à l'état embryonnaire : la tristesse, la peur, l'ennui, la joie, l'amour, l'amitié. Jouant le rôle d'un élément, d'un arbre, d'un animal, d'un adulte, dans des situations diverses, l'enfant perfectionne ses connaissances du monde. Il s'identifie autrement par son imagination. Le jeu dramatique est une voie d'accès sur sa propre pensée, sur sa personnalité naissante. Il peut trouver une solution aux petites difficultés qu'il rencontre dans la vie de tous les jours.

L'enfant s'exprime à partir de son vécu (mémoire sensorielle) et de ses observations (perception des autres enfants et des adultes). Le geste de l'enfant est plein de signification malgré sa maladresse, car le petit enfant est tout entier dans son geste, il relâche sans retenue son émotion. Le support sensoriel de ses expériences est nécessaire au jeune enfant pour pouvoir accéder à des thèmes plus profonds.

Les jeux d'imitations et de situations sont spontanés chez l'enfant. En imitant, l'enfant se sent naturellement dans son élément, car c'est son premier mode d'apprentissage de la vie (étant bébé, il apprend par imitation). L'imitation est pour lui un besoin qui lui fait assimiler la réalité, le préparant ainsi à la complexité de la vie. L'imagination qu'il y met contrebalance pour les échecs et les pauvretés de la vie réelle. Par l'imitation des animaux, l'enfant se décharge de ses angoisses et se rééquilibre.

Les activités demandant de l'expression corporelle et dramatique vont susciter l'imagination et la créativité chez l'enfant, lui permettre de s'exprimer, le conduire à l'autonomie et le préparer à la vie sociale.

Si l'on veut se servir de l'expression corporelle et dramatique comme moyen d'éducation et de rééducation, il faudra adopter une attitude souple, être disponible, et respecter le rythme de l'enfant.

Il faut encourager tout effort d'expression personnelle et originale. On devra aider l'enfant à chercher toujours de nouvelles façons de s'exprimer, et à trouver sa propre solution. On éduquera sa capacité d'attention, son sens de l'observation et une plus grande conscience de ce qu'il est et de ce qu'il ressent par rapport à son environnement; ainsi son expression sera plus aisée et plus réaliste.

Dans l'expression corporelle, la première étape sera de laisser l'enfant s'exprimer librement sur un thème musical. C'est ainsi que l'enfant pourra écouter la musique et dire à quoi il a pensé. Pour que l'enfant prenne conscience de ses gestes et améliore sa communication et son expression, on utilisera le miroir pour qu'il puisse voir immédiatement ses gestes. Un autre enfant pourra se substituer au miroir à l'occasion.

Sur un thème musical calme, deux enfants sont placés face à face, et au signal de départ, un des enfants fait un mouvement très lent, avec des parties de son corps, que l'autre enfant essaie de reproduire en même temps. Ensuite, l'enfant en arrive à bouger son corps tout entier. Après un certain temps, on inverse les rôles, chaque enfant devenant ainsi, tour à tour, le miroir.

La deuxième étape pourra être de lui permettre l'acquisition des techniques de base à l'intérieur même d'une séance d'expression corporelle. Selon Françoise Lombard, ces techniques sont:

« Comment perfectionner cet instrument : le corps. 1) Par l'éducation du schéma corporel : bien sentir chacun des segments du corps, leur position, leur état de tension (membres, bassin, épaules, colonne vertébrale, tête) et contrôler l'attitude. 2) Par le développement de l'équilibre statique et dynamique. 3) Par la précision des appuis au sol. 4) Par la technique des impulsions, accélérations, freinages. 5) Par le développement du sens de l'espace : orientation du corps et des segments, déplacements, forme des trajets, prises de repères fixes et de repères mobiles (les partenaires), positions et déplacements au sol. 6) Par la connaissance et l'exploration des principaux dynamismes (lenteur, force, résistance, légèreté, mouvement saccadé, rapide, hésitant) qui correspondent à des degrés de contraction musculaire et à des vitesses différentes. 7) Par l'éducation rythmique ».

F. Lombard conseille ces quelques exercices préparatoires à l'expression corporelle : « marcher, accélérer, courir, s'arrêter brusquement, repartir en courant ou en marchant, sauter et très vite se laisser tomber sur le sol, créer une forme ronde avec son corps, une forme pointue avec son corps, bondir pour perdre le contact avec le sol, ramper, marcher sur la pointe des pieds, à quatre pattes, à trois pattes, à deux pattes, sauter librement, trouver

plusieurs positions pour s'asseoir au sol, se relever progressivement en s'immobilisant à chaque étape du geste ». 1

On choisit alors un thème pour favoriser l'expression spontanée chez les petits.

Suggestion de thème

<i>Histoire</i>	<i>Bruits</i>	<i>Mouvements</i>
Nous nous rendons au bois nos petits paniers sous le bras.	Frottements sur cymbales et tapotements sur tambourin.	Marche tranquille, lente.
Arrivés dans la forêt, tout est calme ; nous n'entendons que le bruissement des arbres et le gazouillis des oiseaux.	Léger balayage sur cymbales, Triangle par intermittence.	Marche en levant les pieds un peu plus haut et trajet sinueux.
Soudain, un petit craquement nous fait arrêter.	Bloc de bois : deux frappes rapprochées, arrêt des autres bruits.	Immobilité, puis regards dans toutes les directions.
C'est un petit écureuil qui soudain échappe sa noisette.	Coup de cymbale.	Sursaut.
Un vilain suisse la lui ravit ce qui provoque des cris de protestations de la part de l'écureuil.	Balayage sur le xylophone.	Réaction de tristesse : laisser tomber les bras le long du corps.
Indignés, nous nous lançons à la poursuite du voleur.	Bruits de galopades avec tous les instruments, sauf cymbale.	Course avec changements brusques de direction.
Il se cache dans le trou du rat musqué.	Balayage rapide sur le xylophone.	Accroupissement au sol en se faisant très petit.
Celui-ci fâché d'être dérangé dans sa sieste, le chasse aussitôt.	Deux grands coups sur le tambourin.	Déplacements de reculs en restant accroupis, se préparant à fuir.

1. LOMBARD, Françoise, MICH, Annette. *L'expression corporelle de 5 à 15 ans*. Les cahiers de l'école et la vie. Éditions Armand Colin-Bourrelier, 1974.

<i>Histoire</i>	<i>Bruits</i>	<i>Mouvements</i>
Dans sa course folle le suisse échappe le gland.	Bruits saccadés et rapides sur le xylophone.	Course en regardant souvent en arrière.
On recherche l'écureuil pour lui remettre son bien.	Frottements sur cymbales et tapotements sur tambourin.	Marche penchée en regardant partout.
Mais hélas ! la pluie qui se met à tomber.	Triangle par intermittence lente au début, s'accélération progressivement.	Constatation avec geste de la main.
Nous oblige à retourner rapidement à la maison.	Galopade avec tous les instruments sauf le triangle qui continue le bruit de la pluie qui tombe.	Accélération de la marche, tête penchée.

Si l'on n'a pas les instruments de musique sous la main, on utilise des chaudrons, des cuillères de bois, des poêles, des verres remplis d'eau à différentes hauteurs.

En premier, on utilise ce thème ou un autre en laissant l'enfant s'exprimer librement et spontanément avec les instruments et avec son corps. On remarquera beaucoup de confusion de bruits. Par contre, il est important de les laisser improviser et créer.

Par la suite, on pourra diriger les enfants en leur donnant des consignes pour la reproduction des bruits et des mouvements.

La troisième étape sera l'initiation à la composition. Les enfants choisiront un thème plus abstrait et une musique qui s'y adapte. Ensemble ils chercheront les mouvements appropriés à la musique choisie. L'éducateur aidera au perfectionnement du mouvement.

Aux premières séances d'expression dramatique, le jeu est assez statique. C'est la répétition qui amène l'enfant à tenter de s'exprimer par gestes. Peu à peu, ils apprennent à communiquer mutuellement.

L'accessoire, le déguisement simple, rend le jeu plus facile parce qu'il aide l'enfant à oublier sa timidité.

Des jeux de préparation à l'expression dramatique vont aider à développer la capacité d'attention, le sens de l'observation, et la mémoire sensorielle. En voici un exemple.

On projette une image sur un écran, ou on leur montre une image d'assez grand format. On leur demande de bien regarder pendant quelques minutes, (selon l'âge de l'enfant), et ensuite on cache cette image. Ils doivent alors nommer un des éléments de l'image, chacun leur tour. Tant que tous les éléments de l'image n'ont pas été nommés, on remontre l'image (dès que les enfants n'ont plus d'éléments en mémoire). On verra à stimuler les plus inhibés à ce jeu. On fera un choix judicieux de nos images car il faut qu'elles présentent un certain intérêt pour les enfants. On peut aussi se servir de menus objets pour remplacer l'image, ou raconter une histoire et poser des questions à ce sujet.

Pour initier l'enfant à l'expression verbale et gestuelle, tout en faisant travailler sa mémoire sensorielle, lui demander de se rappeler un vieillard ou une autre personne qu'il connaît bien et d'expliquer comment il est (la couleur de ses cheveux, s'il est gentil, sa démarche, etc.). On peut aussi lui faire raconter une situation qu'il a déjà vécue (fête, promenade, voyage, etc.).

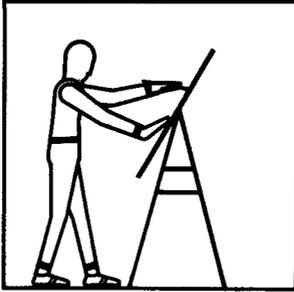
Pour stimuler la découverte de soi, l'improvisation et l'expression, on choisit un thème quelconque sur lequel deux enfants doivent dialoguer verbalement et gestuellement. Par exemple, un enfant joue le rôle d'un animal quelconque, alors que l'autre enfant joue le rôle de celui qui, réprimandé pour une raison quelconque, vient lui confier sa peine. Ce peut être aussi un enfant qui raconte une grande joie ou une peine immense à un vieil arbre qu'il aime bien, ou à son ours de peluche, ou à sa poupée préférée.

Les enfants trouvent cela beau (c'est donc un art), ils doivent chercher des idées (c'est donc un travail), et ils s'amuse et rient (c'est donc un jeu).

« Il faut donner à l'imagination la possibilité de s'exercer, de donner vie aux objets, de se développer sur une trame, sur un canevas issu du jeu spontané ».²

2. TOURTET, Lise. Jouer, rêver, créer. Collection Bourrelier. Librairie Armand Colin, Paris, 1972.

ARTS PLASTIQUES



LE DESSIN

Le dessin est le mode privilégié de connaissance de l'enfant, depuis son apparition au cours de la seconde année jusqu'à la puberté et aux abords de l'adolescence, où il se modifie en annonçant l'âge adulte.

«L'enfant éprouve très tôt le besoin de se représenter ; mais la structuration et la maîtrise des différents éléments du dessin se réalisent en rapport direct avec la maturation neurologique, avec le développement moteur et tonique. Les mécanismes d'identification avec les membres de l'entourage, qui assurent la constitution de l'image de soi, tiennent leur place dans la possibilité d'extériorisation que l'enfant trouve dans le dessin».³

Les façons différentes dont l'enfant dessine dans les phases successives qu'il franchit, nous indique qu'avant de reproduire de façon symbolique les formes perçues, il peint surtout l'interprétation de ce qu'il ressent sur le plan émotionnel et affectif. L'enfant éprouve le besoin de traduire son agitation intérieure par des couleurs et des formes.

Chaque fois que l'enfant joue, soit avec des cubes ou en traçant des lignes avec un bâton dans le sable, c'est comme s'il dessinait son état d'âme ; c'est déjà le germe d'une création. Jusqu'à la fin de son enfance, l'enfant essaie d'imager ses sensations et ses sentiments. À cet âge, le dessin par le jeu est une activité créatrice et inspiratrice de joie. C'est pourquoi celui-ci est une matière pédagogique essentielle dans l'éducation et le développement de l'enfant, pour une meilleure éclosion de sa personnalité future.

Au fur et à mesure de son évolution, l'enfant devient sévère dans sa façon de s'exprimer par le dessin. Il désire dessiner d'une manière plus élaborée et plus complexe. S'il n'y a pas d'apprentissage technique parallèle à ce désir, il sera malhabile pour extérioriser sa pensée et ce qu'il veut représenter par la ligne et la couleur. Son incapacité à exprimer ses besoins aboutit à du gribouillage, ainsi il sera déçu de ses résultats. Alors tout intérêt s'éteint chez lui, et l'inhibition s'installe. Pour qu'il y trouve de la joie et de la

3. COSTE, J.C., *La psychomotricité*. Que sais-je ? n° 1706. Presses Universitaires de France. 1977.

motivation, il doit être certain de pouvoir reproduire techniquement ce qu'il voit dans son esprit.

Cette évolution qui se fait dans le dessin, il est nécessaire d'en connaître au moins les grandes lignes, si l'on veut se servir de cette technique dans la formation psychomotrice, comme moyen d'expression.

Les grands stades évolutifs du dessin sont les suivants :⁴

*Le stade de l'apprentissage psychomoteur
(jusqu'à 3 ans environ).*

Au début, c'est du griffonnage, résultant d'une expression spontanée issue d'un surplus d'énergie neuromusculaire. À ce stade, apparaissent des labyrinthes linéaires d'apparence désordonnée et caractéristiques à cet âge. L'enfant ne tente pas vraiment de reproduire des formes, mais ce faisant, acquiert progressivement la maîtrise de « l'outil scriptural » composé de l'ensemble main-instrument. Le griffonnage se fait avec d'amples mouvements de bras, se saisissant du crayon à pleine main. Ses mouvements sont aller-retour, de haut en bas, et en rond, toujours dans le même sens.

Satisfait de ces tracés, l'enfant se réjouit de l'effet produit et progresse au cours de sa troisième année. C'est à cet âge, qu'il affine sa motricité, qu'il maîtrise de plus en plus précisément les traits et qu'apparaissent des courbes de plus en plus compliquées; en particulier, il commence à pouvoir orienter ses traits dans différentes directions selon ses désirs.

Vers l'âge de quatre ans, l'enfant sera apte, de chaque main, à diriger son crayon, à son gré, sans que la pointe ne quitte le papier. Il est maintenant prêt à faire des dessins complexes, car toutes les conditions motrices nécessaires sont réunies.

*Le stade des ajustements perceptifs
(quatrième année environ).*

Entre trois et quatre ans, l'enfant oriente son dessin vers des formes qui sont déjà un début de différenciation sans cependant être représentatif. L'enfant donne un sens aux formes qu'il crée, mais il ne peut encore dessiner ce qu'il veut vraiment représenter. Au début, l'enfant dessine pour le plaisir de dessiner : c'est une activité motrice attrayante, mais rien d'autre. S'il voit

4. RIDEAU, Alain Dr., *Comment connaître son enfant*. Éditions Robert Laffont, Canada Ltée 1981.

qu'on apprécie son dessin, il fait de nouveaux essais, et en dialoguant sur celui-ci avec son entourage, il lui attribuera un sens et poursuivra ses expériences. En fait, le petit enfant dessine et ensuite interprète son dessin.

L'évolution définitive sera fixée lorsque la représentation mentale devancera la réalisation graphique. Les perceptions du petit sont trop limitées pour que cela soit réalisable. Toute une phase d'ajustements perceptifs est essentielle et se situe au cours de la quatrième année. L'individualité de chaque enfant fera que ce stade durera plus ou moins longtemps. Quoique imparfait, le dessin de l'enfant à cet âge devient « volontairement représentatif » et réaliste ; ceci parallèlement avec l'évolution du langage dont il ne reproduit qu'une certaine forme d'expression avec sa main.

Les progrès moteurs touchent essentiellement les capacités d'orientation de la main en rapport avec les indices visuels enregistrés et un meilleur automatisme moteur, ce qui amène l'enfant à ne plus se concentrer uniquement sur la formation du trait. Dès lors, il sera plus attentif à l'ensemble du dessin, à l'autocorrection et à l'autocritique. Donc, il pourra tracer des triangles ou des carrés.

*Le stade du dessin narratif
(5 à 12 ans environ).*

À l'âge des apprentissages scolaires, on remarque une amélioration quantitative du dessin, favorisée par l'évolution de la mémoire et l'ajout de nombreux éléments. Au cours de ce stade, son vocabulaire de formes s'enrichit et l'enfant les assemble plus ou moins bien ; c'est pourquoi la perspective n'apparaît pas très bien dans ses dessins, et que les proportions ne sont pas respectées. Ces dernières sont associées plus à l'intérêt que l'enfant porte à l'élément qu'à sa grandeur véritable. Il est donc important de ne pas juger les dessins des enfants avec des yeux d'adulte.

Vers onze-douze ans, les dessins de l'enfant ressemblent plus à la réalité. Mais l'enfant ne vise pas l'exactitude de la reproduction ; il fait plutôt un genre d'inventaire en relation avec ses intérêts. Au fur et à mesure qu'il vieillit, le choix des détails est plus minutieux, son image se perfectionne sans rechercher pour autant un résultat artistique. Selon certains auteurs, l'enfant n'a pas réellement une optique réaliste des choses. D'une part, il est esclave de sa vision, d'autre part, il choisit et interprète toujours de façon subjective, et transforme la réalité selon sa personnalité.

*Le stade esthétique
(au-delà de 12 ans).*

Ce stade conduit au résultat final de toutes les transitions et adaptations qui se sont opérées chez l'enfant, tant dans les habiletés motrices et perspectives que dans son individualité.

En plus du réalisme auquel il est parvenu, il peut expérimenter sur le plan esthétique. Le développement de sa personnalité allié à l'intégration des principes de son milieu font que c'est à cet âge que l'on perçoit la manifestation d'une expression personnelle.

Sa capacité de respecter l'avis de l'autre, de se substituer à un possible observateur et d'analyser la création que l'on exécute, signifie un autre progrès. C'est que d'égoцентриque l'enfant devient plus social, plus culturel, et cela se reflète dans ses dessins.

L'évolution se fait alors rapidement pour arriver à s'exprimer de la même façon qu'un adulte. Avant d'atteindre un certain équilibre, l'enfant s'exprime par le dessin, tantôt d'une façon mature, tantôt d'une façon puérile. Parvenu à l'équilibre, il continuera à se servir du dessin comme langage ou il le délaissera complètement.

En somme, le dessin, sous quelque forme que ce soit, favorisera les habiletés perceptivo-motrices, visuelles et kinesthésiques de l'enfant. Il permettra la conquête de l'espace, développera la sensibilité des formes, des couleurs et des volumes, assouplira les gestes, éduquera l'imagination, la créativité et le sens esthétique par l'observation de la nature. Il aidera l'enfant à extérioriser ses sentiments et sa fantaisie et offrira une possibilité de récréation et de détente. C'est pour le jeune enfant un moyen d'action sur le milieu qui devient plus tard un moyen d'expression.

Rappelons-nous que c'est des gribouillis et des taches que naissent peu à peu les formes et les formes évolueront avec la maturité de l'enfant. Rappelons-nous aussi que son dessin est surtout une suite de détails dans lesquels il se projette.

C'est pourquoi l'éducateur doit aider l'enfant à s'exprimer par le dessin, et garder à sa disposition les outils qui lui sont nécessaires. L'éducateur doit avoir de bonnes connaissances pédagogiques, motrices, psychologiques et philosophiques, et tenir compte des stades évolutifs du dessin chez l'enfant.

Autrefois, on apprenait à dessiner en reproduisant fidèlement un modèle; maintenant, les auteurs s'accordent pour dire que l'imitation tue toute créativité chez l'enfant. Il faut donc stimuler, inciter, et fortifier l'inspiration de l'enfant. Il ne s'agit pas d'imposer sa propre technique à l'enfant. Il est mauvais de trop valoriser ou ridiculiser le dessin, car ceci peut amener

l'enfant à avoir une fausse opinion de ses capacités et le conduire au silence ; ceci n'empêche pas de corriger l'enfant, mais sans le faire à sa place. On fera un choix approprié de thèmes en évitant de trop troubler l'imagination par des thèmes fantastiques.

Nous nous devons de présenter à l'enfant différents types d'exercices, de techniques et de matériaux. Partant des éléments de composition du dessin : points et lignes, des exercices répétés et réussis le familiariseront avec les éléments, le sensibiliseront avec les formes et lui permettront de dominer le mécanisme et de faire passer la technique vers l'automatisme.

Chez le jeune enfant, ne jamais employer de crayons trop court, pour l'empêcher de prendre des habitudes de crispation difficile à corriger et à faire oublier. L'utilisation du pinceau demande plus de maîtrise que le crayon ; c'est pourquoi il est à adopter comme un excellent exercice de dextérité manuelle.

L'enfant qui barbouille partout, sur un mur, ou sur l'asphalte, recherche très vivement à conquérir l'espace. C'est pourquoi, en tenant compte de ce besoin, on favorisera le dessin au tableau, sur une grande surface, et aussi sur chevalet, ce qui apporte un aspect différent dû à l'angle d'inclinaison. Les dimensions de la surface de travail et son inclinaison ont un effet sur la vision et la musculature impliquée.

Si on utilise la couleur, on augmente les possibilités d'expression. L'enfant adore les couleurs, quoiqu'il ait rarement le sens inné de l'harmonie. Mais très tôt, il apprend à connaître les couleurs et à les mélanger. On laissera les enfants exposer leurs chefs-d'œuvre à des endroits précis, autant à la maison qu'à l'école.

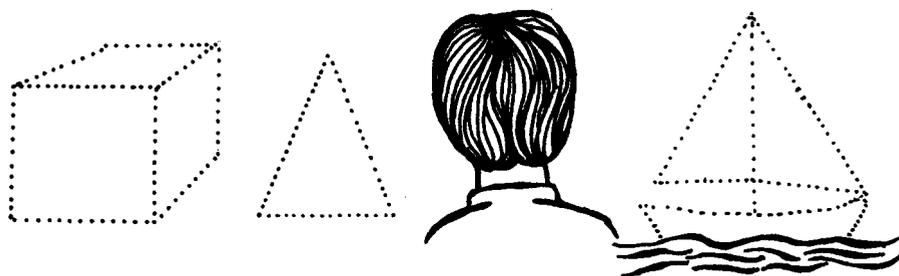
TECHNIQUES DIVERSES

Points et lignes

Matériel. Crayons, papier.

Avec un crayon au plomb, à bille, feutre, de cire, craies, pinceau ou autres, demander à l'enfant de créer des formes en faisant uniquement des points. On doit leur montrer un exemple de la façon de faire.

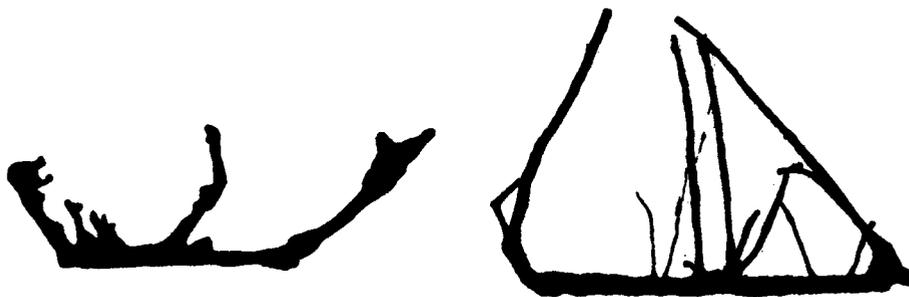
Procéder de la même façon avec les lignes. Ensuite, on demandera une création utilisant les deux éléments sur le même dessin. Ce jeu créatif éduquera la main, comme préparation à l'écriture, car celle-ci est une façon particulière d'organiser et d'agencer les lignes.



Jeux d'encre

Matériel. Encre de chine, papier, paille.

La ligne soufflée. Sur une feuille de papier, on trace une ligne assez riche avec de l'encre de chine. En soufflant de côté, l'encre s'étend sur le papier formant de drôles de créations qui évoquent des lignes. Après quelques essais, l'enfant réalisera qu'en orientant la paille, il obtiendra une variété considérable de dessins. Si l'on souffle avec une paille, de différentes façons, on obtiendra des formes différentes. On utilisera de l'encre de couleur pour donner de plus beaux effets. Une bonne discipline est à conseiller au cours de ce jeu.

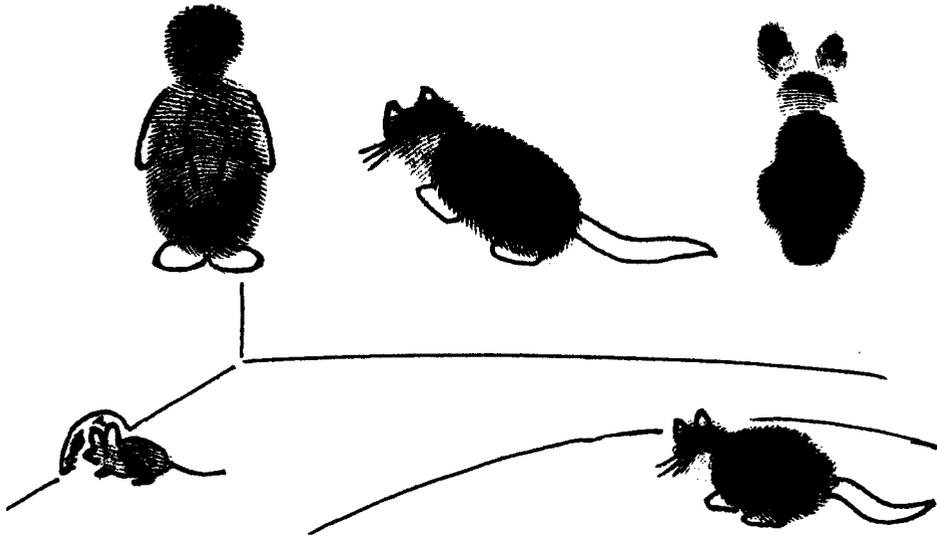


Les empreintes

Matériel. Papier, tampon encreur, crayon, plume feutre, détachant.

Les taches de doigts sur les murs sont le cauchemar de toutes les mères de famille. Mais les taches de doigts sur du papier peuvent devenir quelque chose de très artistique et de créateur. Les tampons encreurs sont offerts en différentes couleurs. À partir de ses empreintes digitales, l'enfant tout comme

l'adulte peut s'amuser à faire de petits animaux, personnages, ou objets. Il peut dessiner autour des éléments, plaçant son personnage dans une situation donnée.



Il sera amusant pour eux de fabriquer leurs propres cartes de souhaits pour parents ou amis, en utilisant du papier à lettre que l'on pliera en deux, et que l'on découpera selon la grandeur de l'enveloppe. Sur l'enveloppe, on peut reproduire le même petit animal au centre du rabat. Ils peuvent se monter un petit livre de contes ayant pour thème leur monde enfantin.

Ce transfert d'encre d'une surface sur une autre peut se faire de bien d'autres façons encore. Exemple : Presser une bande de carton, dans laquelle on aura préalablement découpé des motifs, sur le tampon encreur et imprimer sur une autre feuille de papier. On obtient ainsi un joli motif décoratif.

Si l'on met quelques gouttes d'encre au centre d'une feuille de papier, en pliant celle-ci en deux et en appuyant sur toute la demi-feuille, avec la paume de la main, on obtiendra un jeu d'encre (tache), sur lequel on pourra faire parler l'enfant (à quoi cela te fait-il penser ?). C'est un jeu de manipulation et d'imagination très intéressant.

On place un papier carbone entre deux feuilles de papier blanc. L'enfant dessine avec le bout de bois pointu du pinceau. Ce n'est qu'après avoir terminé son dessin complètement qu'il aura la surprise de voir son chef-d'œuvre.



Jeux d'aiguille

Matériel. Carton d'affiche de couleur, aiguille.

La ligne rayée. Sur un carton d'affiche de couleur, on trace des lignes avec une aiguille de façon à faire voir le carton clair. On peut aussi utiliser du carton blanc qu'on aura recouvert d'encre de chine. Les filaments fins du carton sont souvent détachés, ce qui donne des lignes dont la largeur variera en cours d'exécution. Cette technique offre une manipulation complètement différente et donne des résultats surprenants et très artistiques.

LA PEINTURE

Peinture digitale

La peinture digitale, c'est la peinture avec les doigts. On achète la peinture et le papier voulus dans les papeteries, les grands magasins, et les boutiques spécialisées dans le matériel pour artistes. On peut toujours utiliser du papier ciré, ou encore du papier dont on se sert pour couvrir les étagères. Les enfants pourront aussi bien travailler sur le plancher que sur une table.

La peinture digitale est, la plupart du temps, la première activité artistique de l'enfant. Ils se font un plaisir fou de plonger leurs doigts dans la peinture, de l'étendre et de s'en couvrir les mains, allant parfois même à s'en lécher les doigts. De plus, il est surprenant de voir les petits chefs-d'œuvre qu'ils peuvent faire. On donne aux enfants de la peinture et du papier et on leur met des tabliers, et le jeu commence. Il s'agit d'abord de mouiller le papier avec un chiffon humide, des deux côtés, pour qu'il adhère bien à la table. Ensuite, on demande à l'enfant de tracer dans l'espace, avec ses deux mains, poings ou index, deux formes identiques. Puis, faire une grosse tache de couleur qu'il étendra, suivant la même forme qu'il aura fait dans l'espace.

Lorsqu'il manipule la peinture digitale, il apprend à utiliser ses doigts, ses paumes et le tranchant de sa main pour dessiner.

L'enfant réalise rapidement qu'avec ses seules mains, il peut dessiner une grande variété de lignes et de formes, dans la mesure où le papier reste assez humide. Avec le bout des doigts, il peut faire des points, des lignes, des zigzags, des courbes, des spirales, etc. La paume et les côtés de la main servent aux surfaces pleines. Au début, on donne à l'enfant une ou deux couleurs fondamentales, puis on lui en procure d'autres, graduellement. Il apprend vite à les mélanger pour en créer de nouvelles et à multiplier les combinaisons de formes et de couleurs.

La peinture digitale est attrayante pour les enfants du fait qu'ils touchent la peinture et s'en mettent plein le visage, les mains et les bras. L'éducateur montrera aussi comment étaler la peinture, verra à ce que le papier ne fasse pas de plis. De plus, il expliquera comment soulever le papier par les coins et le déposer sur des journaux pour le faire sécher, une fois leur création terminée.

Ce matériel contribue à l'évolution de la dextérité manuelle de l'enfant, à la coordination et à la transposition grapho-perceptive si l'enfant exécute d'abord dans l'espace le tracé qu'il veut réaliser sur sa feuille.

Recette de peinture digitale

340 grammes (1½ tasse) d'empois chinois
1.136 litres (1 pinte) d'eau bouillante
340 grammes (1½ tasse) de savon en flocons
113 grammes (1½ tasse) de poudre de talc
1 c. à thé environ de gouache.

Avec un peu d'eau froide et l'empois, délayer en une pâte lisse. Verser l'eau bouillante dans cette préparation. Cuire sur feu doux, en brassant continuellement jusqu'à ce que le mélange soit transparent. Retirer du feu. Ajouter la poudre de talc. Laisser tiédir. Ensuite ajouter les flocons de savon en brassant bien pour obtenir une pâte lisse. Colorer avec la gouache.

Peinture corporelle

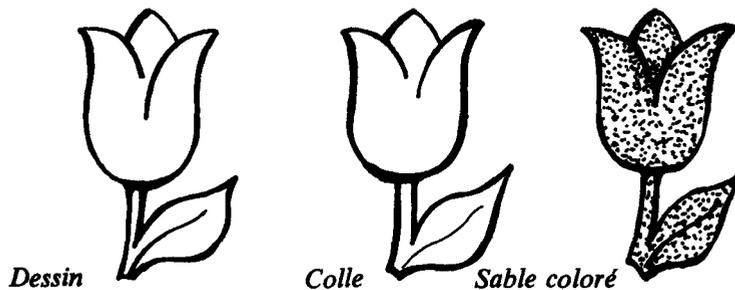
Matériel. Fard gras vendu sous forme de bâtons ou de crème, crayon de maquillage.

Tous les enfants adorent se maquiller, même si ce n'est pas l'« halloween ». Il suffit d'oublier sa trousse de maquillage pour les voir aussitôt surgir avec une face de clown ou de vedette.

En se maquillant eux-mêmes pour se créer un personnage, ils prendront le caractère et la personnalité d'un autre. Ce jeu leur permettra d'approfondir une recherche individuelle et de groupe et aussi de favoriser la création dramatique. Ils peuvent aussi améliorer leur déguisement en se dessinant des bracelets ou colliers. C'est comme un besoin pour eux, dans leurs jeux d'imitation, de préciser leur rôle par le maquillage.



Même si ces bâtons ou crèmes sont vendus pour les enfants, il faudra prévenir de ne pas utiliser ce matériau trop près des yeux, ni sur une coupure ou de l'acné. On suscitera leur imagination en les incitant à essayer de créer des formes originales et à verbaliser le rôle qu'ils se donnent.



Peinture au sable

Matériel. Sable, gouache en poudre ou liquide.

On a déjà souligné, au chapitre précédent, l'importance des jeux de sable et d'eau. Saviez-vous que l'on peut colorer le sable en se servant de la gouache en poudre, ou de la gouache liquide, de même qu'avec des épices de cuisine. Ainsi, en saupoudrant la gouache sur les châteaux de sable ou autres

sculptures, elles auront une bien plus belle apparence et l'enfant y trouvera plus d'attrait et de plaisir. Pour sculpter le sable, il doit être humide; si on y mélange du gros sel, on évite l'effondrement. Il n'est pas nécessaire d'en ajouter sur les plages où l'eau est salée. On peut décorer avec des coquillages, des bouts de bois ou des algues.

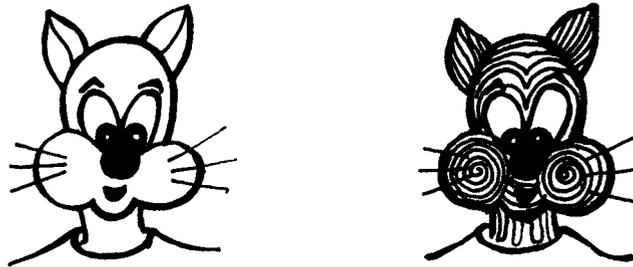
Sur un carton épais ou du contre-plaqué, on peut tracer un motif au crayon et appliquer de la colle à l'intérieur des contours du dessin. Ensuite, avec des petits bâtons ou pinceaux, on étend le sable coloré (tel que vendu dans les boutiques d'artistes ou que l'on a préalablement coloré avec la gouache ou les épices). En mettre peu à la fois. Laisser sécher complètement et secouer légèrement pour enlever l'excédent.

On peut aussi créer de jolis effets de couleurs et décorer un bocal transparent en superposant des couches de sable coloré. On obtiendra des motifs différents en se servant d'un outil pointu pour enfoncer du sable d'une couleur dans une couche de sable d'une autre couleur et d'une cuillère pour faire des reliefs.

Ces jeux de peinture au sable sont des exercices de coordination et de manipulation permettant de découvrir les couleurs ou différents tons de couleurs en mélangeant le sable et la gouache. C'est un autre moyen pour l'enfant de découvrir les différentes possibilités que lui offre son environnement.

Peinture aux fils

Matériel. Laines de toutes sortes ou fils synthétiques, ficelles, jute, macramé, colle, carton, crayon, perles, plumes, etc.



L'œuvre d'un jeune artiste fait avec des bouts de laine colorée à la place de la peinture est très originale et amusante à faire.

Tracer avec un crayon le motif désiré sur un carton. Étendre la colle en traits fins, puis placer les brins de laine sur la colle, et tenir jusqu'à ce qu'ils soient collés.

Mettre peu de colle à la fois pour éviter qu'elle ne sèche trop vite et manipuler délicatement pour ne pas salir vos brins de laine. On peut montrer à l'enfant différentes façons de placer les brins de laine sur son tableau (en rangées parallèles, en spirales, etc.), tout en lui laissant la liberté de choisir la façon qui lui plaît. Il est préférable d'utiliser un brin de laine continu pour chaque forme. Pour coller la laine en rangées parallèles, on replie le fil sur lui-même et on pince les coins. Placer les brins de laine très près les uns des autres. Ne jamais faire chevaucher deux brins et les couper quand c'est nécessaire. Pour remplir une grande surface sans changer de couleur (pour produire des changements de textures), on conseille de procéder comme pour faire une mosaïque.

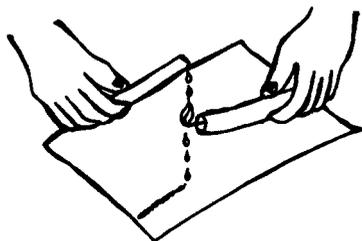
L'enfant pourra aussi se faire de beaux masques en se servant d'une assiette de carton dans laquelle il aura découpé les trous des yeux, du nez et de la bouche et en la recouvrant de brins de laine aux couleurs vives. Il est important de stimuler la création de masques de quelque façon que ce soit, car les masques permettent à l'enfant de s'exprimer davantage avec son corps.

Peinture sur pierre

Matériel. Pierre, roche, galet, peinture à l'eau ou à l'huile, pinceau.

Les galets que la mer dépose sur le rivage peuvent devenir de belles décorations, une fois peints. Des pierres des champs ou de simples roches font tout aussi bien l'affaire. Après avoir nettoyé vos pierres au savon et à l'eau, laissez-les sécher au soleil. L'enfant s'amusera à les peindre au gré de son imagination.

Dépendamment de la forme ou de la taille des pierres, on peut apprendre à l'enfant à créer de jolis animaux en assemblant les pierres avec de la colle et en les peignant. Si l'on veut conserver ces babioles en bon état et longtemps, on peut les protéger avec plusieurs couches de vernis. Le point de contact étant souvent restreint, en plus de la colle, on place du papier adhésif qu'on enlèvera dès que la colle aura durci. Ensuite, pour que les pierres adhèrent bien l'une à l'autre, il s'agit d'imbiber de colle une bande de coton hydrophile et de l'enrouler autour du montage, à la jonction.



Peinture à la craie de cire

Matériel. Toile ou jute, craies de cire de différentes couleurs, chandelle.

Cette technique s'adresse surtout aux adolescents. Elle implique des mouvements des deux bras et des deux mains à la fois. Ils doivent donc bien coordonner et contrôler leurs gestes. De plus, la coordination œil-main et l'orientation spatio-temporelle sont exigées.

La peinture à la craie de cire offre une œuvre en relief et sèche instantanément. L'adolescent trace le modèle qu'il désire réaliser sur la toile. Ensuite, il enlève le papier qui entoure les craies. Dès qu'il est prêt, il allume la chandelle, et tenant celle-ci d'une main, fait fondre la craie de couleur désirée, qu'il tient de l'autre main, en laissant tomber la cire fondue sur la surface à remplir. Pour suivre son tracé, il doit donc orienter son geste dans l'espace au fur et à mesure que la cire fond. C'est une manipulation très différente des autres techniques de peinture ou de dessin car il dessine dans l'espace et voit immédiatement le résultat sur la toile. L'application doit se faire assez rapidement pour obtenir de meilleurs résultats. Par conséquent, il perfectionnera ses gestes.

Il existe une infinité d'autres techniques de dessin et de peinture. Avec un peu d'ingéniosité, on peut arriver à produire des mélanges donnant du relief et des effets différents. Ainsi, on peut ajouter du grau à de la peinture acrylique, des épices ou des céréales à de la peinture à l'huile, etc.

On doit favoriser les dessins en équipe parce que c'est un jeu de communication non verbale très important pour le développement de l'enfant.

En travaillant à la réalisation d'une œuvre commune, les enfants doivent collaborer personnellement. Certains enfants fonctionnent difficilement en groupe et c'est un excellent moyen de les faire participer. De plus, ils ont la sensation de réaliser quelque chose de plus grand qu'il leur aurait été impossible de faire seul.

Convaincues qu'un développement harmonieux de la créativité, par la voie des modes d'expression, peut constituer une influence considérable quant à la formation d'une personnalité équilibrée, nous avons tenté le plus simplement possible de vous en expliquer les raisons. La nécessité d'une bonne hygiène psychomotrice implique aussi la détente et le divertissement que ces modes peuvent apporter à l'individu, tant au cours de la vie scolaire qu'à l'âge adulte. C'est ainsi que l'expression, le dessin, la peinture, etc., peuvent servir d'exutoire pour assurer un bon état physique et psychologique.

LE BRICOLAGE

Le bricolage est une occupation à caractère artistique qui regroupe de nombreuses activités telles : le déchiquetage, le découpage, le pliage, le modelage, le collage, la sculpture, etc.

Le but principal de ces activités est d'amener l'enfant à observer son entourage et à apprendre à s'exprimer à sa façon. S'affirmer, s'épanouir et sentir son existence, sa puissance, sa force, en dominant le réel, sont des nécessités pour l'enfant. En créant par le bricolage, il reproduira visuellement, concrètement et tactilement son monde constitué de mouvements corporels et de paroles. Ainsi il développera des habiletés manuelles.

Le modelage : la plastiline, l'argile, etc., fera connaître à l'enfant la joie de faire naître une forme souvent imprévue par la seule habileté à pétrir, rouler, assembler sans outil. « Le contact direct avec le matériau apporte une satisfaction à l'enfant. Le geste du modelleur assouplit la musculature de ses doigts et le prépare ainsi aux formes plus subtiles, plus évoluées et plus tard à l'écriture ».⁵

Il faut accorder beaucoup d'importance à l'activité créatrice innée de l'enfant par le bricolage. La technique présentée à l'avance accélère la fabrication d'un bricolage, mais la plupart du temps, empêche les efforts d'imagination de l'enfant. Il faut donc favoriser l'activité spontanée par des moyens adaptés à chaque enfant.

5. RATTE, M.E. *La déficience mentale — rééducation*. Éditions Paulines, 1977.

Pour stimuler la créativité chez l'enfant, selon ses capacités imaginatives et selon son habileté manuelle, on mettra à sa disposition des craies, de la colle, des papiers de couleur, des ciseaux, des brins de laine, des bâtonnets, des boutons, etc. Les enfants découvriront d'eux-mêmes, selon leurs besoins, comment les utiliser. Cela stimulera chez eux l'esprit de recherche et la découverte des possibilités que leur offre leur propre environnement. Ces expériences acquises par le moyen de la mémoire sensorielle et visuelle les enrichiront de connaissances nouvelles. On fera travailler les enfants à des œuvres collectives pour qu'ils vivent une vie de groupe et pour qu'ils sentent le besoin de l'autre et l'interdépendance des amis.

DÉCOUPAGE, COLLAGE, MODELAGE, GRAVURE, SCULPTURE, ETC.

Images

Clientèle. 3 ans et plus.

Matériel. Revues, ciseaux.

Objectifs. Éduquer la créativité, l'habileté manuelle, l'imagination.

Faire découper dans des journaux, revues ou catalogues, des images que les enfants, s'ils le désirent, colleront ensuite dans des albums. Les images pourront servir à l'élaboration d'histoires et de contes.

Plasticine

Clientèle. 3 ans à 10 ans.

Matériel. Plasticine.

Objectifs. Éducation sensori-motrice, éduquer les perceptions, la coordination, la dextérité manuelle, renforcer la musculature des mains et assouplir les articulations, enseigner la notion de dimension, la notion de forme.

Il est facile de trouver de la plasticine ou pâte à modeler non toxique dans les magasins. Il est aussi possible de s'en faire à la maison.

Recette de plasticine

227 grammes (1 tasse) farine
113 grammes (½ tasse) sel
2 c. à thé de crème de tartre

227 grammes (1 tasse) d'eau
2 c. à thé d'huile
colorant artificiel à pâtisserie.

Conserver dans un pot hermétiquement fermé. Il n'y a qu'à mélanger, aucune cuisson n'est nécessaire.

Avant de demander à l'enfant de faire une création avec de la plasticine, on lui fera effectuer différentes manipulations avec celle-ci. Par exemple, faire des boules de grosseurs différentes et dans l'ordre ascendant, les superposer dans une ligne verticale. De la même façon, lui faire réaliser des cubes, des œufs. On lui demandera aussi de l'aplatir, de la pincer, de l'étirer, etc. Ensuite il pourra créer au gré de sa fantaisie.

Terre glaise ou argile

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Terre glaise, argile.

Objectifs. Éducation sensori-motrice, éduquer les perceptions, la coordination, la dextérité manuelle, renforcer la musculature des mains et assouplir les articulations, éduquer l'esprit de recherche, l'imagination, la créativité, le schéma corporel.

Les exercices de manipulation comme expliqués précédemment (plasticine) seront excellents pour les enfants qui ont les mains faibles et qui ont de faibles articulations. Sur une surface quelconque, faire étendre de la glaise et raplatir à 1,5 cm (½ po.) d'épaisseur environ, afin de rendre la surface la plus unie possible. Faire imprimer sur la glaise, avec toutes les parties de la main, différentes empreintes. Aussi faire pincer la glaise de différentes manières avec les doigts afin d'obtenir toutes sortes de structures. Ce jeu peut susciter la création d'un bas relief.

Recette d'argile ménagère

200 grammes (7 oz) farine)

100 grammes (3½ oz) sel

1 verre d'eau environ

2 c. à soupe d'huile végétale

1 c. à soupe de lotion pour les mains

colorant alimentaire (facultatif).

Cette argile sèche à l'air ou au four à 110°C (250° F) approximativement pendant ½ à 1 heure selon son épaisseur.

L'enfant peut modeler toutes sortes de jolies choses qui, une fois séchées, pourront être peintes avec de la peinture acrylique ou de la gouache. Par exemple, l'enfant peut réaliser des plats, des assiettes, des tasses qu'il peut décorer et qui serviront de jouets par la suite.

Le papier mâché

Clientèle. 6 ans et plus.

Matériel. Papier mâché.

Objectifs. Éduquer la maîtrise de la main, éducation sensori-motrice, les perceptions, la mémoire, l'attention, la concentration.

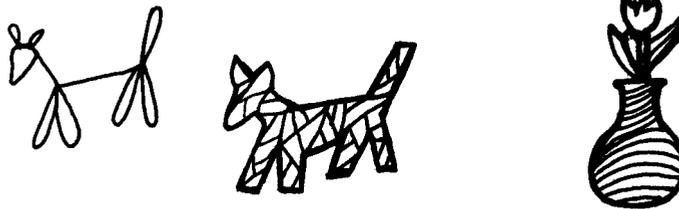
On peut acheter le papier mâché dans des boutiques spécialisées ou le faire soi-même.

Recette de la colle

Mélanger de la farine et de l'eau tiède pour avoir une pâte assez épaisse et lisse. L'enfant fait une structure avec de la broche ou des cure-pipes. Ensuite, il déchiquette du papier journal qu'il trempera dans la colle. Il recouvrira alors sa structure selon la forme désirée. Il faut appliquer au moins trois couches de papier si l'on veut que le modelage soit solide. Quand le modèle est sec, sabler délicatement afin d'enlever les surplus de colle. Peindre à la gouache et vernir ou peindre avec de la peinture acrylique.

On peut aussi mettre farine, eau, et papier journal déchiqueté dans le même bol, et mélanger au malaxeur. Ensuite l'enfant applique la pâte de papier mâché directement sur la structure ou il la modèle avec ses mains pour en faire une forme sans support.

Une autre technique consiste à couper des bandelettes de papier, à les tremper dans la colle et à les essorer entre deux doigts ; puis l'enfant applique ces bandelettes sur une bouteille vide ou un vieux jouet. Il peut peindre et décorer avec tissus, boutons, perles, etc.



Le papier mâché sèche à l'air libre entre 2 jours et une semaine, ou plus. Tant que le modelage est frais au toucher, on doit considérer que l'intérieur n'est pas complètement sec. Pour accélérer le séchage, exposer

vosre œuvre en plein soleil ou près d'un radiateur. On peut aussi la faire cuire au four à feu très bas, en laissant la porte entrouverte. Surveiller bien pour l'enlever dès qu'elle est sèche.

L'enfant peut façonner un personnage, animal, objet, ou des légumes (observation d'après nature), mais si l'on utilise un support ou un moule, c'est une économie de temps, et cela procure une plus grande liberté d'expression. De plus, ses créations seront plus solides.

Fabrication de casse-tête

Clientèle. 4 à 8 ans.

Matériel. Revue, colle, carton épais, ciseaux.

Objectifs. Éduquer la créativité, la coordination oculo-manuelle, l'attention, l'imagination, la mémoire, le schéma corporel.

Découper dans une revue ou autre, une grande image en couleurs, et la coller sur une feuille de carton épais. Au dos de cette feuille, dessiner les pièces du casse-tête en lui donnant des formes irrégulières en évitant que deux pièces aient la même forme et en faisant de grosses pièces. Découper ensuite le carton en suivant les dessins.

Pied-face

Clientèle. 4 à 8 ans.

Matériel. Papier ou carton, crayons à colorier, ciseaux.

Objectifs. Éduquer la créativité, la coordination oculo-manuelle, la latéralité, l'imagination, le schéma corporel.

Tracer le contour des pieds de l'enfant sur un carton et lui faire découper. On lui demande ensuite de dessiner une figure de bonhomme différente sur chacun des pieds. On les fixe au mur de sa chambre pour qu'il prenne conscience de son pied gauche et de son pied droit.

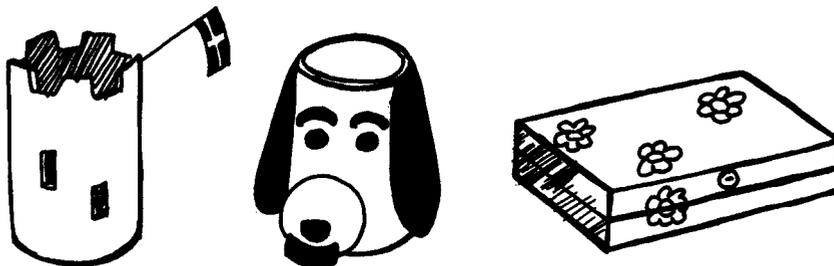
Construction avec des boîtes

Clientèle. 5 à 10 ans.

Matériel. Boîtes de toutes sortes et rouleaux de papier vides, peinture, papier, cure-dents, cure-pipes, etc.

Objectifs. Éduquer la créativité, l'imagination, la coordination oculo-manuelle, l'expression, l'esprit de recherche, l'attention, la concentration, l'habileté manuelle.

Les boîtes de carton (cartons de lait, boîtes de pellicule de plastique, boîtes de papier d'aluminium, etc.), les boîtes de conserves, les boîtes d'œufs, etc., peuvent servir à faire toutes sortes de constructions. Exemples :



TOUR. On enlève le fond et le couvercle d'une boîte ronde, pour obtenir une tour. On découpe en dents le bout de la boîte, et on perce des fenêtres. On la décore avec de la peinture et des bannières faites de papier et de cure-dents. On peut aussi la recouvrir de papier construction, de tapisserie ou de feutrine, etc.

TIRELIRE. La même boîte peut devenir une tirelire. On découpe, dans le côté de la boîte, une fente assez large pour recevoir les pièces de monnaie, et on décore au goût.

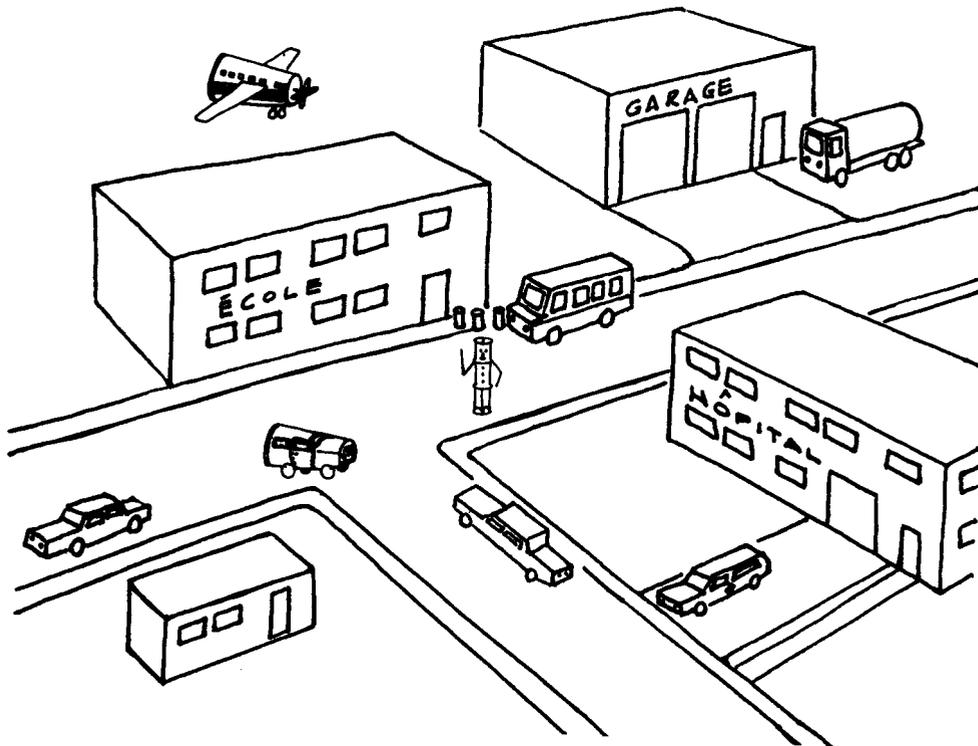
PORTE-CRAYONS. Les boîtes de conserves habillées différemment deviendront de jolis porte-crayons. Par exemple, avec de la feutrine, une demi-boule de styrofoam et un pompom collés sur la boîte, on fabrique un chien, un chat, un ours, etc.

COFFRE A BIJOUX. Avec une boîte de cigares recouverte de quelque façon que ce soit (plumes, velours, tapisserie, cordes, on pourra créer un coffre à bijoux, ou tout simplement une boîte à trésors.

VILLE. Avec des boîtes de carton de lait, on peut se fabriquer des maisons, des gratte-ciels, des édifices publics.

Avec des boîtes de papier d'aluminium ou de papier, ciré ou autres, dont on a enlevé le coupant, on peut faire toutes sortes de camions, et autos. Avec les boîtes d'œufs, on fera des fleurs, des bancs, des tables qui pourront enjoliver la ville. On animera cette ville avec de petits personnages faits avec

des bobines de fil et des cure-pipes. Trois bobines collées l'une par-dessus l'autre feront le corps et les cure-pipes feront les bras. Les enfants prendront plaisir à animer ces personnages en jouant le rôle de celui-ci. On renforcera le jeu, en faisant découper par l'enfant un chapeau, fait d'une bande de carton, et représentant par son motif et le nom, le métier ou la profession qu'il occupe dans la ville. Ce bricolage de la ville se fera bien entendu en groupe et en plusieurs séances. D'une fois à l'autre, les enfants sont de plus en plus intéressés et participent joyeusement et pleinement à cette activité.



Ville en boîtes

Bricolage avec verres de « styrofoam »

Clientèle. 5 ans et plus.

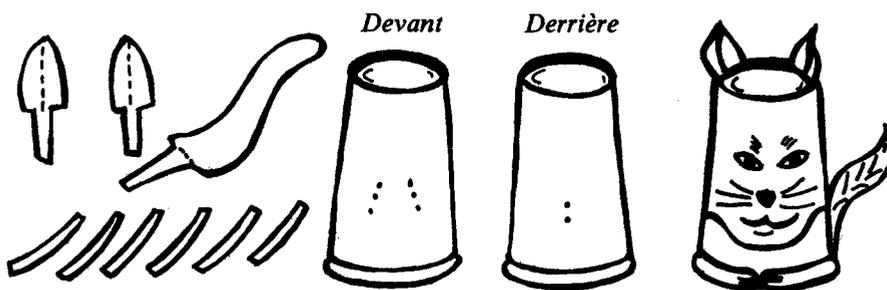
Matériel. Verres de « styrofoam », craies de cire, couteau ou lime à ongles.

Objectifs. Éduquer la coordination oculo-manuelle, la dextérité manuelle, la créativité, l'imagination, l'esprit de recherche, la mémoire, l'attention, la concentration, le schéma corporel.

Ce bricolage est très simple à faire et ne requiert que peu de matériel. On peut se faire une ménagerie ou une collection de moyens de transport ou autre avec de simples verres de « styrofoam », des craies de cire et un petit couteau ou une lime à ongles. Avec un verre, on fait le corps de l'animal ou de l'avion; dans un autre verre, on découpe les morceaux qui feront les oreilles et la queue ou les ailes, les roues, etc., au gré de l'imagination de l'enfant. Ensuite, on dessine la figure et une forme esquissée du corps et des pattes sur le premier verre, puis on le colore avec les craies de cire. Voici quelques exemples de ce que l'on peut faire :

Pour les dessins ci-dessous :

..... découper plier _____ dessiner



PATRON DU CHAT. Découper 2 oreilles, 1 queue et 6 lisières très étroites pour les moustaches. Ensuite faire 2 petites fentes à l'endroit où l'on placera les oreilles et une pour la queue. Pour les moustaches, on fera de petits trous sur le museau de chaque côté. Dès que tous ces morceaux sont coloriés, on donne une forme arrondie en enroulant l'oreille autour d'un doigt dans le sens de la longueur et pour la queue dans le sens de la hauteur. On les met ensuite en place, en les insérant délicatement dans les fentes prévues à cet effet. Et voilà votre animal, votre nouveau compagnon qui attend d'avoir d'autres amis.

Lorsque l'enfant est alité à l'hôpital, la plupart du temps, on sert son breuvage dans un verre de « styrofoam » que l'on lavera et utilisera. Toutes les mamans ont une lime à ongles dans leur sac à main et on peut acheter une boîte de craies de cire dans toutes les boutiques d'hôpitaux. En travaillant avec l'enfant à créer ces jouets, il oubliera pendant cet instant qu'il ne peut courir et jouer avec les autres. De plus, le soir venu, il aura ceux-ci pour lui tenir compagnie après votre départ.

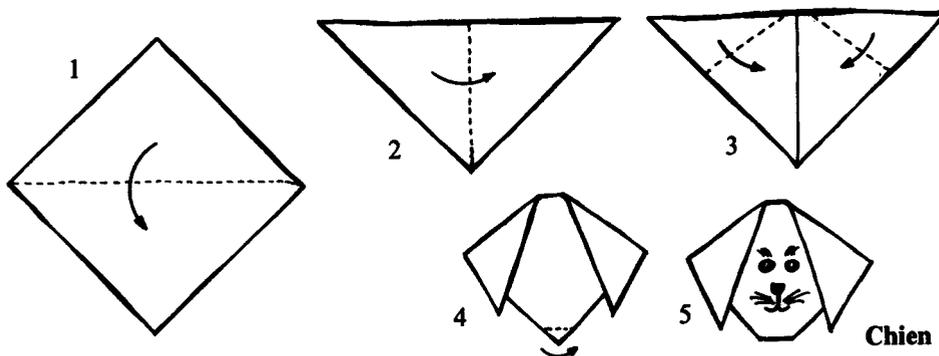
Pliage

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Papier, ciseaux.

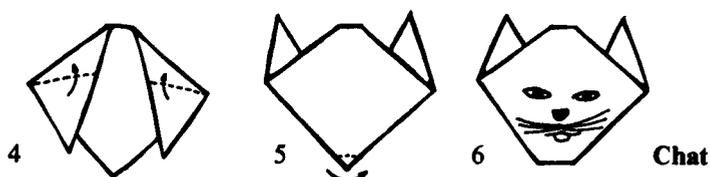
Objectifs. Éduquer la créativité, la coordination oculo-manuelle, l'imagination, l'attention, la précision, la concentration, le schéma corporel.

Utiliser une bande de papier de 30 à 35 centimètres (12 à 14 po.) de long que l'on plie en deux pour bricoler une ronde de bonhommes. Replier de nouveau deux fois en deux, puis replier les panneaux ainsi obtenus en accordéon. Plus la bande de papier sera longue, plus on pourra faire de pliages, et plus on obtiendra de bonhommes. Tracer ensuite sur le premier panneau la moitié du dessin que l'on veut obtenir, en laissant cependant au moins un point de jonction de chaque côté. Découper sur le contour du dessin. Quand on déplie le papier, tous les bonhommes se tiennent, formant une chaîne. Les dessins peuvent varier à l'infini: personnages, animaux, fleurs, etc.



TÊTE DE CHIEN. Avec une feuille de papier carré on peut faire une tête de chien et une tête de chat. 1^{ère} étape : plier le carré en deux de façon à former un triangle. 2^e étape : plier de nouveau en deux pour avoir le milieu et déplier. 3^e étape : se guider sur la ligne centrale formée par le pli

précédant et rabattre les coins du haut pour former les oreilles. 4^e étape : replier légèrement la pointe du bas pour former le menton. 5^e étape : dessiner les yeux, le nez, la bouche, et quelques poils.



TÊTE DE CHAT. Étapes 1 et 2 : même pliage que pour la tête de chien. 3^e étape : rabattre les oreilles plus près de la ligne centrale que pour la tête de chien. 4^e étape : terminer les oreilles en pliant les pointes vers le haut, retourner la tête. 5^e étape : replier légèrement la pointe du bas pour former le menton. 6^e étape : dessiner les yeux, le nez, la bouche, les moustaches.

Ces pliages sont parmi les plus simples à réaliser. Il existe beaucoup de patrons dans les livres spécialisés à cet effet. Commencer toujours avec des pliages et découpages simples afin de familiariser l'enfant avec les techniques et les effets possibles. Faire faire des formes fondamentales comme boîtes, cônes, hexagones. N'oublions pas que le pliage et le façonnage sont une forme d'artisanat lorsque les modèles à exécuter sont stylisés. Ceux-ci exigent beaucoup de patience et de précision et s'adressent aux adolescents.

Gravure sur pomme de terre

Clientèle. 5 ans et plus.

Matériel. Pomme de terre, feuille de papier, couteau, gouache.

Objectifs. Éduquer la créativité, la coordination motrice, l'habileté manuelle, l'imagination.

Couper une grosse pomme de terre en deux, de façon à ce que la tranche soit bien lisse. Avec un crayon, dessiner sur la pomme de terre, le motif désiré. Pour les enfants plus vieux, il ne faut pas oublier que les lettres et les chiffres doivent être dessinés à l'envers pour être imprimés à l'endroit. On creuse la pomme de terre autour du motif avec un couteau pour que le motif soit bien en relief (un demi-centimètre — ¼ de pouce environ). On

couvre le motif de gouache avec un petit rouleau de caoutchouc. Pour obtenir les impressions, on applique un morceau de papier sur la pomme de terre et on y fait passer un rouleau propre.

Sculptures sur savon

Clientèle. 8 ans et plus.

Matériel. Gros savon rectangulaire, petit couteau, feuille de papier, lime à ongles ou cure-dents.

Objectifs. Éduquer la créativité, l'habileté manuelle, l'imagination.

Le savon doit être frais pour ne pas qu'il se brise et s'effrite. On commence par gratter légèrement la surface du savon, avec un petit couteau, pour la rendre lisse et unie. On copie sur la surface grattée du savon un modèle dessiné à l'avance. Avec le couteau, on enlève les gros morceaux et on donne au savon la forme désirée. Pour terminer la sculpture, une lime à ongles, des cure-dents ou autres, peuvent être utilisés. La sculpture étant achevée, on la laisse sécher un jour ou deux, puis on la polit avec une serviette de papier pour lui donner le brillant de l'ivoire.

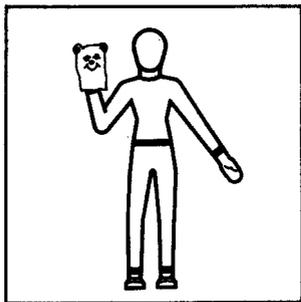
Lorsqu'on se sert du bricolage en éducation, ou en rééducation, on doit choisir un matériau et amener l'enfant à créer quelque chose, selon ses possibilités manuelles.

On devra utiliser souvent le même matériau au cours de l'année. L'enfant pourra ainsi développer son habileté manuelle ; en maîtrisant son instrument, il se concentrera beaucoup plus sur l'expression que sur la technique et sa créativité s'épanouira.

On apprendra à l'enfant à respecter le travail des autres et à les estimer. Quand il aura achevé son bricolage, on l'examinera avec lui, et on l'invitera à le perfectionner ; s'il est insatisfait, on l'incitera à améliorer sa création ou à la reprendre si le temps le permet. Valoriser l'enfant sur les aspects positifs de son bricolage, c'est lui donner confiance en lui-même. Se souvenir que chaque enfant évolue selon son rythme et ne jamais comparer les travaux. Il faut s'abstenir de faire le bricolage à la place de l'enfant, mais être disponible à l'aider si nécessaire.

« L'enfant est le matériau vivant avec lequel on travaille, et il n'existe pas de lois d'airain dans ce domaine ».6 C'est pourquoi favoriser le développement total de l'enfant doit être l'unique préoccupation de tout éducateur.

LES MARIONNETTES



Les marionnettes présentent à l'imagination un très grand champ d'action. Si les enfants fabriquent eux-mêmes leurs personnages, ils en retireront un plus grand plaisir.

La marionnette a une valeur éducative et instructive, qui permet à l'enfant de s'exprimer librement; c'est un excellent moyen de création, de libération et de socialisation.

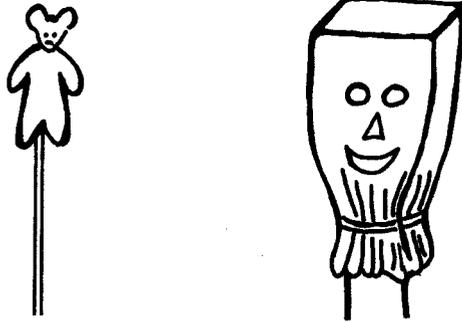
Le spectacle des marionnettes favorise l'acquisition et le développement du langage chez l'enfant. Il exige de l'attention et stimule la curiosité et la mémoire de l'enfant. La notion d'espace est touchée par les déplacements que l'enfant fait faire à sa poupée. Le jeu facilite la notion de temps par la succession des actions qui se produisent dans l'histoire. Avec la musique, le sens du rythme pourra aussi être développé. S'exprimant devant un groupe, l'enfant fera l'acquisition de la maîtrise de soi.

En tant que spectateur, l'enfant suit l'action et ses perceptions visuelles et auditives sont ainsi améliorées.

En tant qu'acteur, la manipulation des marionnettes favorisera en plus de l'élocution, l'imagination, la mémoire motrice, l'attention, l'habileté manuelle, la latéralité, le schéma corporel.

En tant que constructeur, le bricolage des marionnettes permettra de développer la structuration du schéma corporel, la coordination oculo-manuelle, la créativité, l'habileté manuelle.

6. CLASCA Ozinga. L'activité créatrice chez l'enfant. Les Presses de l'Université Laval, 1979.



Les marionnettes sur pailles

Clientèle. 2 à 4 ans

Matériel. Papier construction, carton ondulé, pailles, ciseaux, crayons à colorier.

On dessine la forme de l'animal ou du personnage demandé par l'enfant sur le papier construction. On le découpe et le colle sur le carton ondulé. L'enfant le dessine et le colore. On fixe une paille à l'arrière avec une brocheuse. Les enfants sont deux par deux et font parler leur marionnette au gré de leur imagination, dans un temps limite de 5 à 10 minutes, selon l'âge et le nombre d'enfants.

Le sac-marionnette

Clientèle. 2 à 8 ans

Matériel. Sacs de papier, articles de décoration.

Découper des trous dans un sac pour faire les yeux et la bouche. On peut peindre le nez, les oreilles, les sourcils et les cheveux avec de la gouache, ou les colorier avec des crayons. On peut aussi fabriquer ceux-ci avec des morceaux de papier que l'on collera sur le sac. L'enfant glisse sa main dans le sac et attache celui-ci à son poignet avec un élastique ou de la ficelle. Les enfants se mettent à genoux derrière un table recouverte d'une nappe pour mieux les dissimuler. Ils tiennent les marionnettes au-dessus de leur tête et le spectacle commence.

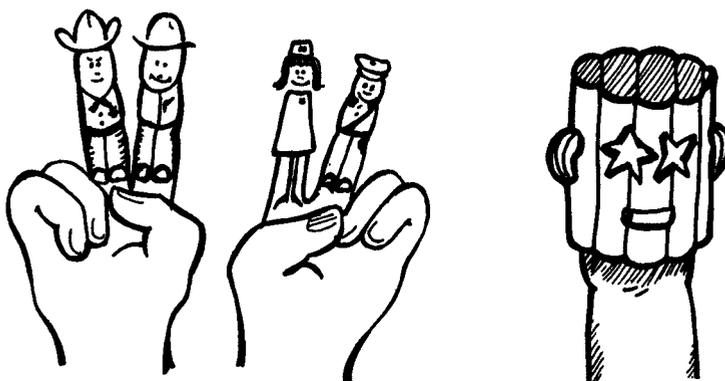
Les marionnettes-doigts

Clientèle. 4 ans et plus

Matériel. Gants « porter jeter » que l'on utilise dans les hôpitaux, articles de décoration, crayons feutre ; on peut aussi utiliser de vieilles paires de gants de caoutchouc ou de tissus.

On coupe les doigts des gants. Sur chacun d'eux, on dessine des figures que les enfants désirent.

Ensuite, on les décore avec des morceaux d'étoffe, des boutons, etc., pour représenter divers personnages. Les enfants inventent une scène avec les personnages ainsi créés. L'enfant peut manipuler une ou plusieurs marionnettes avec ses doigts.



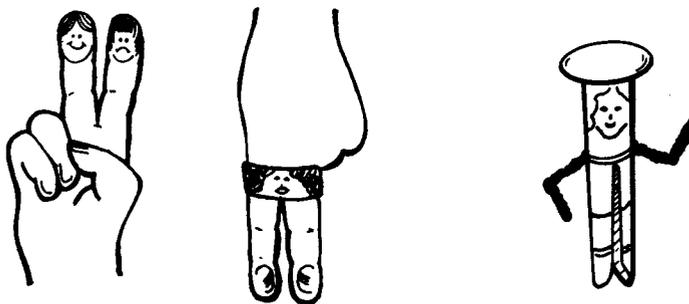
Marionnettes « rigattoni »

Clientèle. 4 ans et plus

Matériel. Pâte alimentaire (rigattoni), plumes feutre.

L'enfant dessine un visage sur la pâte alimentaire. Il glisse son doigt dedans et il l'anime à sa façon.

Variante. L'enfant peut coller d'autres pâtes alimentaires sur le « rigattoni » pour faire son personnage. Ex. : deux petites étoiles pour les yeux, un macaroni coupé pour la bouche, deux petites coquilles pour les oreilles, et un grain de riz pour le nez. S'il le désire, il peut peindre ses pâtes de différentes couleurs.



Les marionnettes « band-aid »

Clientèle. 4 ans et plus

Matériel. Des pansements adhésifs, des crayons feutre de couleurs.

Sur la partie extérieure tamponnée du « band-aid », on dessine des figures avec différentes mimiques selon l'interprétation que l'enfant veut lui donner. On peut coller les pansements au bout des doigts, le tampon à l'intérieur ou encore autour de deux doigts (l'index et le majeur), près des jointures de la main, si l'enfant veut se servir de ses deux doigts comme jambes de sa marionnette. On laisse à l'enfant le soin de décider s'il veut une marionnette à chaque doigt, ou à quelques doigts seulement, un ou deux. L'enfant peut faire parler ses doigts les uns avec les autres, ou entretenir une conversation avec les doigts des autres enfants.

Avec la marionnette qui a des jambes, l'enfant peut marcher, courir, sauter, parader, danser, etc. avec ses doigts. Sur ses ongles, l'enfant peut dessiner des souliers, des bottes, des chaussons, etc. Une grande variété de déguisements de ces marionnettes peut se faire. Laissons place à l'imagination de l'enfant.

Les marionnettes épingles à linge

Clientèle. 5 ans et plus

Matériel. Épingles à linge à tête ronde, cure-piques, peinture ou crayons feutre.

Sur une épingle à linge ronde, l'enfant dessine un bonhomme. Il ajoute des cure-pipes pour faire les bras. Si l'enfant le désire, il peut toujours l'habiller avec des petits morceaux de tissus qu'il collera sur l'épingle. Il peut se faire toute une collection de ces petits personnages et en faire un théâtre.

Pantin articulé

Clientèle. 5 ans et plus

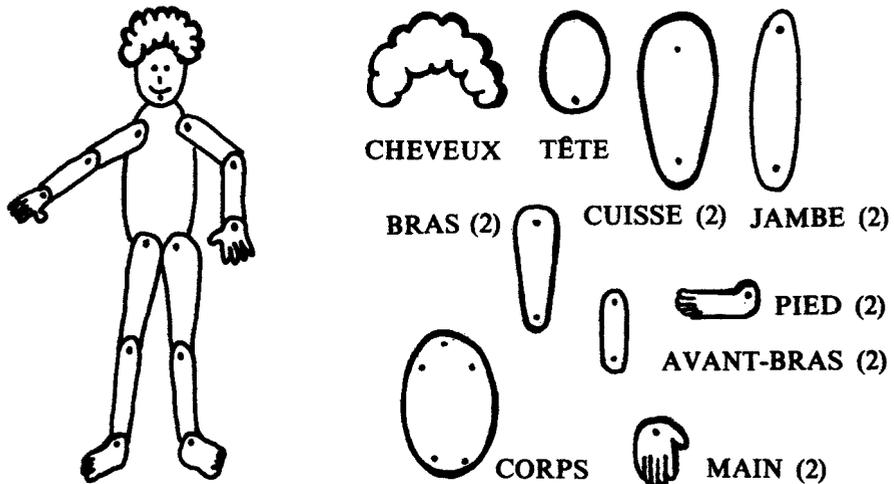
Matériel. Papier construction, tapisserie, agrafes parisiennes, crayons feutre.

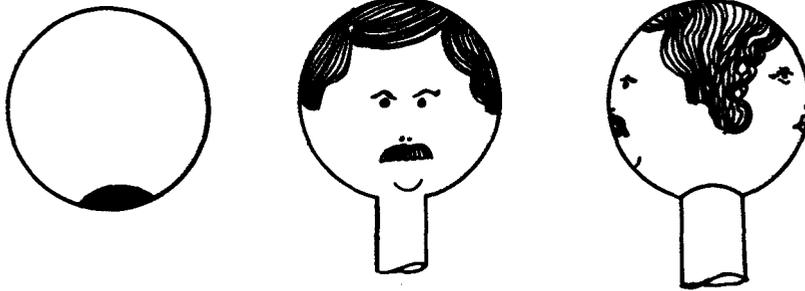
Vous serez peut-être tenté de fabriquer le pantin dont nous donnons le patron, mais nous sommes assurées que les enfants peuvent aussi créer des animaux, des clowns ou des poupées, selon leur imagination. L'avantage de cette marionnette est qu'elle peut s'articuler séparément, en actionnant chaque pièce.

Après avoir agrandi le patron de la figure qui suit, le reproduire sur du papier construction ou sur de la tapisserie ou autre. Découper ensuite ces segments, les coller, et les assembler avec des agrafes parisiennes. Dessiner les yeux, le nez, la bouche et des vêtements, si désiré. Les enfants trouveront du plaisir à faire prendre diverses positions à leurs marionnettes.

Ce pantin aidera l'enfant à apprendre le rôle des articulations, (flexion des bras, des jambes, du cou, du poignet, du mollet), dont on fera jouer sur lui la mobilité. L'exploration de soi par la manipulation de ce pantin articulé améliore la connaissance corporelle de chacun, élargit le vocabulaire corporel et permet, grâce à cette première expérience, la fabrication d'autres pantins sortis de leur imagination.

PATRON DU PANTIN ARTICULÉ





Marionnettes avec des balles

Clientèle. 5 ans et plus

Matériel. Balles de « styrofoam », articles de décoration.

On choisira des balles de « styrofoam » de la taille d'une balle de tennis. Il faut aussi des ciseaux, des épingles et punaises, de la feutrine de différentes couleurs, des brins de laine, de la colle, des pompoms, etc., et bien sûr, une bonne dose d'imagination. En une demi-heure, avec un peu d'aide, n'importe quel enfant arrivera à se fabriquer une marionnette amusante et originale. En peu de temps, les enfants pourront créer toute une série de personnages. Si on veut, la même balle peut représenter deux personnages, selon qu'on en montre un côté ou l'autre, ou deux mimiques d'un même personnage. Aussi, avec une seule balle, l'enfant en changeant de voix pourra créer des personnages différents.

Une fois les marionnettes terminées, l'enfant glisse l'index dans la balle, pour animer la tête. Le pouce et le majeur deviendront ses bras. Il s'agit alors d'inventer une histoire, d'improviser un théâtre de marionnettes et d'inviter parents et amis.

On creuse un trou dans la balle, dans lequel on glisse l'index. Avec un crayon, on dessine la figure. Pour tenir la balle pendant qu'on la décore, introduire dans le trou un rouleau de carton ou un bâtonnet. Refaire les traits au pinceau, si on le désire. On peut dessiner deux figures : une de chaque côté. Prendre de la gouache ou de la laine pour les cheveux, la barbe, etc.



Un chiffon et deux rondelles... et voilà un fantôme qui apparaît.

Les marionnettes en chiffons

Clientèle. 6 à 12 ans

Matériel. Chiffons, serviettes de table ou foulards, rondelles de couleur.

Faire un nœud dans le coin du tissu, puis y glisser l'index; la tête de la marionnette est ainsi créée. Coller deux rondelles de couleur pour faire les yeux. Enrouler le chiffon autour du pouce et du majeur et l'on a les deux bras. En bougeant les doigts, on animera le personnage. Avec ce genre de marionnette, les enfants doivent faire preuve d'imagination et de dextérité.

Marionnette indienne

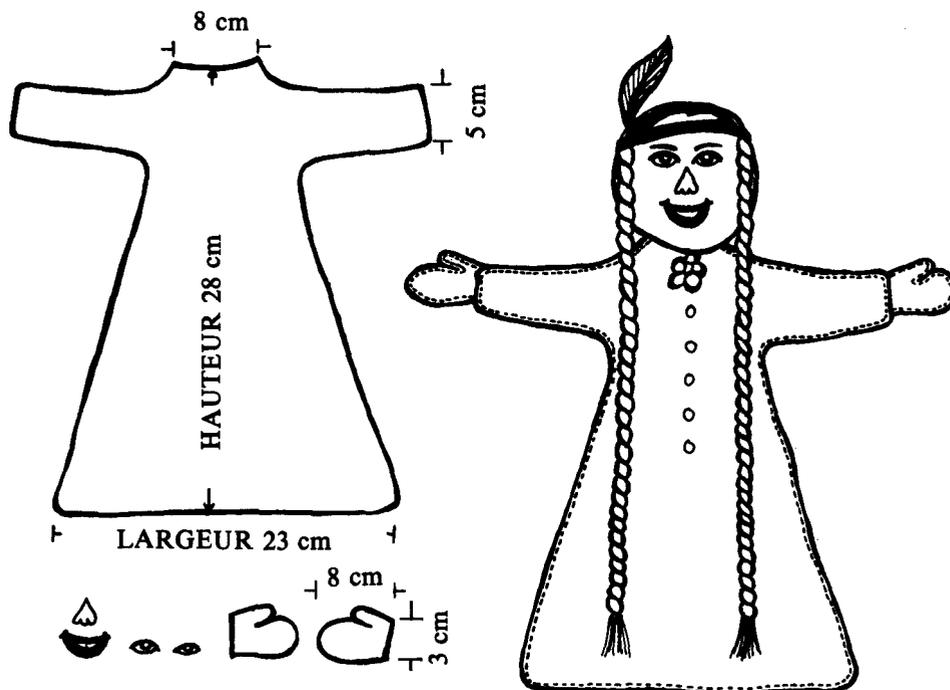
Clientèle. 7 ans et plus

Matériel. Feutrine, laine, épingles droites, pied de bas de nylon, rouleau vide de papier hygiénique, une petite balle de « styrofoam », colle, cordon ou ruban, plume.

Fixer la boule de « styrofoam » sur un des bouts du rouleau de papier. Couvrir avec le morceau du bas de nylon. Tailler la robe et les mains dans la feutrine ; coudre à la main avec de la laine (point droit). Fixer la robe sur le rouleau de papier avec des épingles ou de la colle autour du cou. Couper 45 à 50 brins de laine pour les tresses (selon la longueur désirée). En commençant en haut du front, fixer chaque brin de laine avec une épingle au centre de la tête. Ensuite faire des tresses que l'on attachera avec un bout de laine. Découper la feutrine pour les yeux, le nez, la bouche et placer au bon endroit sur le visage de la marionnette (épingles ou colle). Attacher le cordon autour de la tête, y glisser la plume à l'arrière. Pour les jeunes enfants, pour plus de sécurité, il vaut mieux se servir de la colle plutôt que des épingles. Cette

marionnette est fort jolie ; l'enfant peut soit l'animer, soit l'accrocher au mur de sa chambre.

PATRON DE LA MARIONNETTE INDIENNE



Tous les enfants apprécient grandement les marionnettes car ils peuvent les manipuler et les identifier à des personnages. Plusieurs types de marionnettes devraient être inventés pour les garçons : des cowboys, des soldats, des aviateurs, etc... La confection des clowns convient autant aux garçons qu'aux filles parce qu'ils stimulent le rire et se prêtent à toutes les fantaisies.

Ce jeu permet à l'enfant de bâtir sa relation à autrui et avantage sa socialisation. C'est un puissant stimulant verbal et la seule présence d'une marionnette peut réussir souvent là où d'autres moyens sont restés sans résultat.

Avec la marionnette, jeu et langage se côtoient mutuellement. Pour que l'enfant puisse s'exprimer sans gêne ou inhibition, l'éducateur devra soit rester à l'écart, soit participer pleinement, c'est-à-dire qu'il doit être vraiment capable d'entrer dans le jeu et pénétrer avec l'enfant dans son monde merveilleux.

Les quelques exemples de marionnettes démontrés dans ce chapitre sont destinés à une clientèle d'enfants allant de la petite enfance jusqu'à l'adolescence car il faut respecter les dispositions de l'enfant et l'environnement dans lequel il évolue.

L'éducation ou la rééducation par les arts et l'expression est une forme de développement dont l'enfant a besoin pour être capable ensuite de s'exprimer librement, avec un goût plus juste et plus délicat, une habileté plus grande.

Tous les personnages inventés soit par le mime, le dessin, le bricolage, etc., vont aider à l'intégration du schéma corporel.

Les points les plus importants à surveiller quand l'enfant s'exprime par les arts et l'expression sous toutes ses formes sont :

- la concentration et l'attention au travail ;
- l'expression et la créativité ;
- l'esprit de recherche ;
- l'habileté manuelle ;
- la confiance en soi et la satisfaction après le travail accompli ;
- la socialisation et la participation dans le groupe.

Il ne faut pas s'intéresser en premier lieu à la beauté ou à la perfection des mouvements, dessins, travaux plastiques et manuels, etc., mais à la naissance de l'homme créateur avec une personnalité autonome.

Guider l'enfant en le laissant à son initiative et lui faire prendre conscience de ses possibilités de création est l'attitude à prendre pour atteindre nos objectifs fixés à chacun des domaines de ce chapitre « Arts et Expression ».

CHAPITRE V

L'ARTISANAT

L'artisanat est une forme d'art très populaire. Elle est attrayante parce qu'elle offre un ensemble de règles, de procédures, et promet des résultats finals prévisibles.

Les réalisations individuelles ou collectives en artisanat peuvent faire appel à la mémoire, à l'invention et à l'observation dans la transformation de la matière.

Le premier problème que rencontre celui qui débute en artisanat est l'appréhension qu'il doit surmonter et le secret, pour celui qui veut développer son talent, est la concentration. L'artisanat exige tout de même un certain degré d'attention, de concentration et beaucoup de patience.

En artisanat, le modèle de développement des enfants varie suivant l'intelligence, l'expérience, les influences environnementales et les opportunités pour l'exploration artistique. Leur développement est aussi influencé par le degré et la sévérité de leur handicap physique ou mental (s'il y a) et par leur stabilité émotionnelle. Chaque enfant est un humain à part entière et doit donc être considéré comme tel.

Ce travail manuel qu'est l'artisanat est un plaisir qui permet à tout individu, peu importe son âge et sa condition sociale, de réaliser quelque chose qu'il aime et de développer ses talents.

Les méthodes employées en artisanat sont des stimulations qui apportent à l'artisan une grande variété d'expériences sensorielles et de répétitions de mouvements. Ces expériences concrètes, par des manipulations tactiles, entraînent une définition de mouvements, un rythme et une organisation spatiale, et aident à la latéralisation. Ce n'est que par la redondance que l'on pourra créer des automatismes et conduire à un meilleur contrôle de la précision.

Dans le domaine de l'éducation et de la rééducation psychomotrice, on doit considérer l'artisanat comme un moyen et non comme une fin en soi. Dans les milieux enseignants et éducatifs, on s'interroge encore beaucoup sur la finalité à poursuivre. Quel que soit la technique employée pour une activité, on doit se fixer des objectifs et des buts principaux.

Par le biais de l'artisanat, nous visons l'éducation sensorielle, perceptuelle et manuelle. C'est par ses sens que l'enfant prend contact avec l'environnement et se forme une image mentale de la réalité. Par les diverses activités employées en artisanat, l'enfant découvre de nouvelles perceptions ; ses images mentales, pleines d'émotions, de sensations et d'intuitions, seront alors transformées par la combinaison complexe de stimuli provenant du monde extérieur. C'est en réalisant quelque chose que l'individu sera amené à poser des gestes en relation avec son pouvoir de concrétisation. C'est aussi en s'exécutant qu'il accédera à la connaissance de soi et de l'environnement. C'est par la répétition de gestes que nécessite ce travail manuel qu'il pourra acquérir de la dextérité, et par ces exercices il pourra développer des habitudes de soins, de précision et d'organisation, formant ainsi sa personnalité autonome.

Les techniques artisanales peuvent aider à développer la sensibilité des mains et des doigts, de même qu'elles peuvent améliorer la coordination au niveau des membres supérieurs, des mains et des yeux. Le contrôle des divers outils et des divers matériaux utilisés dans l'artisanat pourra aider à acquérir une certaine maîtrise de l'environnement. Ces différentes manipulations pourront amener à discriminer couleurs, formes et textures, à stimuler l'imagination, à inspirer, à faire réfléchir et finalement à façonner de belles pièces esthétiques et fonctionnelles. La création artistique n'est que le résultat d'une recherche continuelle et d'une utilisation sans cesse ravivée de la matière et de la technique.

Pour certains, l'effort éducatif est centré sur l'aspect moteur dans le but d'éduquer ou de rééduquer les postures, le positionnement, les membres supérieurs et inférieurs, la motricité fine, la souplesse, la force musculaire, la tolérance, la résistance, la persévérance.

Ce type d'expression personnelle peut aider à la construction du « moi ». Cela peut valoriser ou revaloriser une personne, lui donnant ainsi le sens de la réussite, la confiance et une certaine discipline. Quelques personnes y trouvent souvent des solutions à leurs problèmes. L'artisanat est un puissant moyen d'intégration personnelle et sociale. Elle permet d'accéder à un certain niveau de maturité en ce sens qu'elle favorise un langage chez les artisans, les amenant à s'exprimer, à communiquer et à évoluer.

Le travail de groupe facilite le développement de certaines qualités relationnelles, car il aide l'individu à fonder des amitiés et à échanger des confidences. Ils pourront acquérir le sens de la responsabilité face à la tâche à accomplir et face au groupe lui-même, ce qui leur permettra de développer l'initiative et le sens de l'organisation. Les activités où ils auront la possibilité de développer un talent conduiront à l'autonomie sociale et parfois professionnelle.

Si l'on intègre l'artisanat dans le cheminement de l'enfant, on visera l'acquisition de connaissances, d'habiletés, d'attitudes et d'habitudes, tout en tenant compte de son vécu affectif et social.

LE RÔLE DU PROFESSEUR OU DE L'ÉDUCATEUR

L'utilisation valorisante des activités artisanales amène l'enseignant ou l'éducateur à jouer divers rôles sur le plan de la planification, de la réalisation et de l'évaluation.

En artisanat, on devra *planifier* pour chaque enfant individuellement. Il faut prendre en considération l'étape du développement physique et mental de chacun, ses expériences antérieures et son milieu socio-culturel. L'éducateur devra alors se fixer des objectifs globaux et des objectifs spécifiques pour chaque élève en tenant compte des besoins et des ressources dont il peut disposer.

Il se fera un devoir de les renseigner sur les techniques des diverses activités susceptibles de les aider et de les intéresser. La sélection minutieuse de matériaux, d'outils, de techniques et de conduites sera faite en vue de fournir des expériences sensorielles et kinesthésiques de base pour amener l'enfant à développer une image intérieure et de simples concepts, qui seront nécessaires pour des apprentissages formels ou d'autres activités plus complexes.

Pour *réaliser* pleinement une activité, l'éducateur, comme l'élève, doit donner son maximum. Introduire de nouvelles expériences et un savoir-faire fait partie du rôle de l'éducateur. Les élèves ont besoin de ce type d'expériences concrètes, répétées souvent, pour avoir le maximum de chances d'apprentissage. Il faudra leur faire comprendre le fonctionnement des opérations qu'ils doivent accomplir avant de commencer à les exécuter. Pour eux, il n'est pas suffisant de regarder une démonstration; on doit les encourager à parler sur ce qu'ils voient et à manipuler, pour que l'expérience visuelle

et tactile soit renforcée par les images représentées par les mots qu'ils utiliseront. Certains enfants ont besoin de démonstrations fréquentes et répétées ainsi que de beaucoup de temps pour pratiquer un nouveau savoir-faire. Éventuellement, quand ils auront besoin de moins de concentration, ils pourront consacrer plus d'efforts à la création qu'à la technique. Donc, pour ce faire, on devra en appeler de certaines de leurs facultés, que ce soit la réflexion, la compréhension ou la concentration. Ils devront s'habituer à sentir le mouvement exact et à introduire de nouveaux mouvements dans de nouvelles expériences. Mais l'essentiel est de leur faire réaliser quelque chose à leur mesure et à leur rythme pour obtenir un succès personnel et une progression. C'est ainsi qu'ils actualiseront leurs forces du « moi ».

Pour atteindre ces buts, il faut que l'activité soit intéressante, compréhensible et accessible à l'élève. Bien entendu, le tout doit se dérouler dans un climat de confiance et de libre expression. Le professeur ou l'éducateur doit être capable d'assister les élèves en leur offrant les matériaux, les stimuli et les diverses opportunités pouvant les aider dans l'organisation de leur environnement.

Pour commencer un travail, tous les élèves ont besoin d'un stimulus suivi d'un encouragement et d'une appréciation de l'effort soutenu. Tout en n'exécutant pas la tâche à leur place, le maître devra les stimuler, les aider, et les corriger au besoin lors de la réalisation de leurs travaux. Il ne devra pas mettre trop d'emphasis ni accorder trop de valeur sur le produit final du travail, sans toutefois le négliger pour autant, car si l'enfant n'est pas satisfait de son travail, il sera déçu, ce qui le conduira peut-être à l'inhibition. En cours de réalisation, si un élève éprouve de la difficulté, un compagnon plus habile peut, à la place de l'éducateur, lui venir en aide.

Une forme d'enseignement qui aidera à la fois l'élève et enseignant, particulièrement avec des enfants en difficultés, est la décomposition des mouvements impliqués dans la technique artisanale. Toute technique doit avoir été pratiquée et maîtrisée par l'enseignant. Il n'est pas recommandé de donner au jeune enfant ou à l'enfant éprouvant des difficultés, une tâche trop longue à réaliser ou nécessitant une technique trop compliquée.

Un autre rôle de l'éducateur consiste à *évaluer*. L'évaluation est une technique qui informe et oriente l'enfant et l'éducateur dans leur formation personnelle. Elle portera sur l'observation faite durant l'activité et à partir des résultats obtenus. La validité des actions entreprises se jugera selon le degré d'acquisition de connaissances, d'habiletés et d'attitudes des élèves, ainsi que sur la qualité et la pertinence des interventions pédagogiques. En psychomotricité, un type d'évaluation formative est préconisé.

Dans le but de se développer comme enseignant, d'apprendre à partir des erreurs commises et de bâtir sur les succès, il est essentiel d'analyser son travail. Les réactions des enfants sont souvent spontanées et exprimées lors de la présentation du travail par le maître. Si l'on en tient compte, on s'apercevra vite que les échecs face à certaines activités ne sont pas toujours de la faute des enfants et on essaiera de faire des ajustements.

En artisanat comme dans toute autre activité éducative, on devrait se poser les questions suivantes :

- Quels objectifs psychomoteurs vise-t-on en utilisant l'artisanat comme moyen didactique ?
- Pourquoi a-t-on planifié tel type d'artisanat ?
- Comment l'a-t-on présenté ?
- Qu'en ont retiré les élèves ?
- Ont-ils apprécié ce genre d'activités et pourquoi ?
- Dans quel climat s'est déroulée l'activité ?
- Quels facteurs ont contribué au succès ou à l'échec ?
- À partir de ces constatations, vers quoi et comment s'orienter ?
- L'artisanat a-t-elle des répercussions positives dans la classe ou dans la vie quotidienne ?

En résumé, toujours en vue d'exercer une influence positive sur le développement de l'enfant, l'éducateur devra planifier, organiser, exécuter et évaluer consciencieusement l'activité artisanale, en accord avec les élèves. Il devra recréer un milieu de transposition par l'intermédiaire d'un projet.

LES PROBLÈMES D'ADAPTATION

C'est surtout dans les écoles spécialisées, les hôpitaux, les centres de rééducation ou de réadaptation, les ateliers protégés, etc., que l'artisanat est utilisé comme moyen thérapeutique ou comme moyen d'éducation. C'est pourquoi, il importe de définir les objectifs propres à chaque clientèle et de préciser quelques formes d'artisanat susceptibles de permettre l'atteinte de ces objectifs.

L'objectif global poursuivi par l'équipe de rééducation est d'offrir à la personne handicapée l'opportunité d'utiliser au maximum ses potentialités motrices existantes et d'acquérir des habiletés indispensables à son autonomie dans le but d'améliorer sa qualité de vie.

L'objectif global poursuivi par l'équipe de réadaptation est la réinsertion sociale de l'individu compatible avec son handicap et son choix personnel.

Ces deux équipes doivent travailler parallèlement vers l'acquisition de l'autonomie motrice, sociale et professionnelle, tout en tenant compte de l'aspect psychologique. On doit aider la personne handicapée à connaître ses limites, à découvrir ses capacités et à définir ses priorités.

LES HANDICAPS PHYSIQUES

Avec les personnes handicapées physiquement, la rééducation vise à la récupération et au maintien des fonctions. On peut distinguer deux grands types de handicaps physiques: les déficiences motrices (I.M.C., hémiplégie, quadriplégie, amputation, myopathie et autres maladies évolutives), les déficiences sensorielles (handicap visuel, handicap auditif).

Les déficiences motrices

En rééducation comme en réadaptation, on recherchera des techniques pouvant aider au traitement ou à la compensation des troubles moteurs. On tente de trouver des situations où le déficient moteur pourra se mouvoir le plus normalement possible dans tous les plans de l'espace.

On utilisera des techniques artisanales adaptées, si nécessaire, afin d'éduquer les gestes et de leur donner une motricité fonctionnelle, une finalité et une utilité. Il faut éduquer ce qui reste et ce qui réapparaît afin de favoriser le mode de vie le mieux adapté.

a) L'infirmité motrice cérébrale

Avec ce type de clientèle, notre action portera sur le perfectionnement de la motricité au niveau des membres supérieurs. L'éducation gestuelle offre au sujet la possibilité de découvrir son environnement et de transformer ses habiletés nouvellement acquises dans des activités de la vie quotidienne.

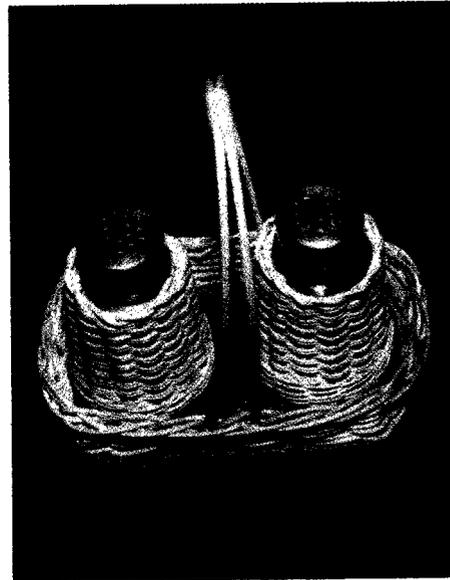
Les objectifs à poursuivre seront :

- de contrôler le geste volontaire ;
- d'adapter leur schème moteur, le plus près possible du schème normal ;
- d'inhiber les mouvements parasites ;
- de coordonner les membres supérieurs ;

- d'assouplir les articulations ;
- d'acquérir une maîtrise émotionnelle, laquelle influe sur la motricité réflexe.



Collage fait par un garçon de 17 ans souffrant d'infirmité motrice cérébrale



Vannerie travaillée par un individu de 30 ans souffrant d'infirmité motrice cérébrale

Les techniques d'artisanat les plus utilisées auprès de cette clientèle sont : le tissage, le travail du bois, la vannerie, le tapis à points noués, le tressage, le travail du cuir.

b) Les hémiplésies (atteintes cérébrales)

C'est dans la phase de recouvrement que l'artisanat pourra être un moyen de poursuivre les objectifs suivants :

- aider à compenser ou recouvrer une commande motrice volontaire disparue ou diminuée ;
- corriger la posture ;
- améliorer le maintien postural du membre supérieur ;
- améliorer le positionnement général du corps ;
- rétablir l'équilibre ;

- augmenter la tolérance posturale et motrice ;
- améliorer la sensibilité d'un ou des deux membres supérieurs ;
- amener l'individu à l'utilisation fonctionnelle des prises déficientes ;
- coordonner les membres supérieurs ;
- motiver le sujet pour qu'il soit intéressé à sa propre rééducation.

Les activités les plus utilisées sont: le tissage, le tissage égyptien, le macramé, la poterie, la petite menuiserie, la couture, la tapisserie, le travail du bois, le travail du cuir.

c) Les quadriplégies (atteintes médullaires)

On peut découvrir chez ces grands handicapés des possibilités d'adaptation beaucoup plus grandes que l'on croyait au départ.

Les réalisations artisanales sélectionnées auront pour but :

- de récupérer les résidus fonctionnels ;
- de maintenir la motricité active par des activités utiles, intéressantes et valorisantes ;
- d'orienter l'effort rééducatif vers l'autonomie personnelle et sociale ;
- de favoriser l'adaptation sociale.

Dépendamment des possibilités de chacun, on se servira de l'activité artisanale susceptible de l'intéresser et de l'inciter au mouvement.

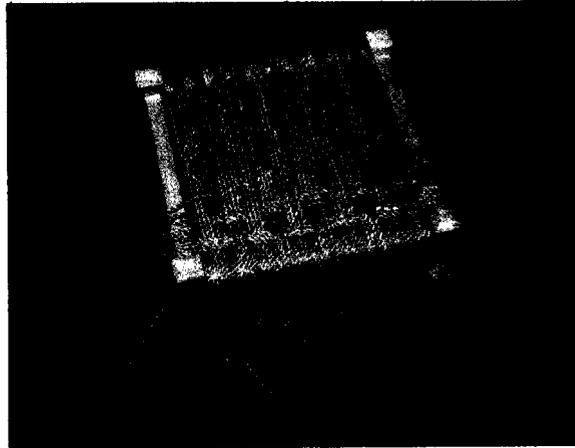
d) Les amputations (membres supérieurs)

Dans le but d'apprendre à la personne amputée à se servir de sa prothèse et dépendamment si la prothèse est au membre dominant (de précision) ou au membre qui assiste, on travaille les points suivants :

- l'éducation de la préhension dans tous les plans de l'espace ;
- la maîtrise de la force de préhension ;
- la précision ;
- l'acquisition de la vitesse et du rythme ;
- la création d'automatismes par le travail bilatéral ;
- la coordination bi-manuelle.

Des activités telles que le travail du bois (petite et grosse menuiserie, sculpture, etc.), la vannerie, la poterie (une éponge ou autre sera tenue par la prothèse), le tissage, la couture et la typographie, sont des activités que l'on peut utiliser pour poursuivre ces objectifs.

Le banc tressé commencé par un adolescent souffrant d'arthrite rhumatoïde juvénile, avec problèmes de mobilité au niveau des mains et d'amplitude articulaire



e) *Les myopathies et autres maladies évolutives* telles: la dystrophie musculaire, l'ataxie de Friedreich, le rhumatisme articulaire, l'arthrite rhumatoïde juvénile, etc.

Les individus présentant un handicap moteur irréversible et permanent, à caractère évolutif, peuvent bénéficier des bienfaits que procure l'artisanat. Les buts qu'on se fixe sont principalement :

- conserver la fonction motrice le plus longtemps possible ;
- prévenir et combattre les déformations ;
- éviter ou retarder les contractures ;
- maintenir une motivation vitale.

Selon le degré de fonction motrice, les activités artisanales sont : le macramé, le tressage, la vannerie, la couture, le tissage, le travail du bois.

Les déficiences sensorielles (visuelle, auditive)

L'enfant ou l'adolescent atteint dans l'une ou l'autre de ses facultés sensorielles, soit par faiblesse, absence ou perte, peut s'adonner à une activité de type artisanale pour développer ses capacités et exploiter le potentiel de son système résiduel. C'est aussi une excellente thérapie pour son éducation manuelle.

Les objectifs à poursuivre sont :

- d'améliorer les fonctions sensorielles et kinesthésiques ;
- d'améliorer la coordination motrice ;

- de développer des comportements d'autonomie dans certaines activités de la vie quotidienne ;
- de stimuler le sujet à s'exprimer ;
- de développer le sens de l'esthétique.

Vivant souvent dans l'insécurité, certains d'entre eux ont tendance à s'isoler ; il faudra donc favoriser les contacts et les échanges par des activités collectives et du travail de groupe. Avec les personnes souffrant de déficience sensorielle, il est très important de capter et de maintenir leur attention qui se disperse très facilement.

Avec la personne handicapée visuelle, on insistera sur l'observation concrète. C'est en concevant quelque chose avec ses mains qu'elle apprendra à apprécier le beau et c'est en visualisant les éléments manquants, par notre langage, qu'on l'orientera dans ce sens.

En tenant compte des restes visuels, des capacités à les utiliser et des aptitudes à se servir des autres sens comme voies compensatrices, on préférera parmi les techniques artisanales : la vannerie, la poterie avec de la terre, le tricot, le tissage, la couture, le tressage, le cuir repoussé, le travail du bois, le travail des perles, le martelage, la sculpture.

Avec la personne handicapée auditive, il ne faut jamais oublier que la parole, la mimique et les gestes sont très importants pour la compréhension du langage. C'est pourquoi lorsqu'on s'adresse à ce type de clientèle, il faut toujours se placer en vis-à-vis, et s'assurer qu'elle a bien compris.

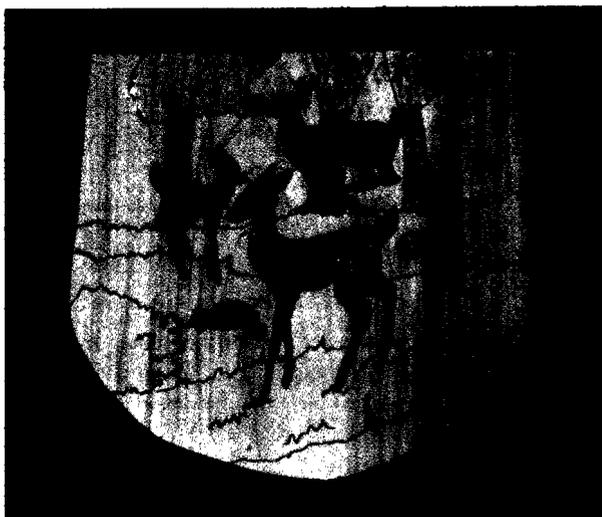
Les possibilités d'acquisition sur le plan manuel étant plus grandes pour les personnes déficientes auditives que pour les personnes déficientes visuelles, on peut leur offrir un plus grand éventail d'activités, mais en favorisant celles qui impliquent un travail de groupe : la sérigraphie (activité qui demande la coopération entre les jeunes), le travail du bois, le tissage, le piquage, la broderie, la tapisserie, etc.

Avec les jeunes physiquement handicapés, on travaille à partir de leurs caractéristiques fonctionnelles. Il sera alors plus aisé d'identifier leurs besoins et d'adapter notre pédagogie. Il est souvent nécessaire de leur fournir des moyens, des outils et du matériel adaptés à leur condition, et ce, pour faciliter leur apprentissage.

Il faut souvent leur apporter notre aide pour résoudre certains problèmes de manipulation comme par exemple l'utilisation des outils dont on se sert en artisanat (ciseaux, crochet, marteau, etc.).

L'enfant handicapé physiquement a tendance à prendre de mauvaises postures, ce qui a pour effet de renforcer les réflexes pathologiques. C'est

pourquoi, l'éducateur doit veiller à corriger le positionnement lors de travaux manuels.



Pyrogravure faite par un adolescent souffrant d'une déficience motrice

Les appareils orthopédiques ou les prothèses sont souvent difficiles à supporter tant physiquement que psychologiquement. On doit donc apporter à la personne handicapée un soutien moral pour faciliter l'acceptation et l'intégration de la prothèse, autant que pour l'aider à faire face aux nouveaux apprentissages que nécessite l'appareillage.

Toutes les activités ne doivent jamais entraîner une grande fatigue ou éveiller une douleur. Il faut savoir arrêter et se détendre.

Tout comme les autres enfants, il faudra développer chez les enfants handicapés, des comportements positifs tels : la bienveillance, la patience et la tolérance.

Les activités artisanales sont vraiment thérapeutiques pour les personnes handicapées physiques en ce sens que voulant faire des mouvements plus délicats, leur contrôle moteur s'améliore. De plus, étant motivées, elles s'imposent graduellement plus de contrôle sur elles-mêmes.

LES HANDICAPS PSYCHO-SOCIAUX

En développant la dextérité manuelle par l'intermédiaire d'activités artisanales, on invite ces jeunes à se prendre en main. On tente de susciter des intérêts nouveaux en les faisant accéder aux connaissances diverses reliées à ce domaine et en les engageant dans des réalisations concrètes, dynamiques et pratiques. Nous traiterons ici de deux types de handicaps psycho-sociaux soit : la déficience mentale et la mésadaptation socio-affective.

La déficience mentale

La déficience mentale se distingue par une difficulté à apprendre, à se conformer aux exigences sociales et à acquérir une autonomie personnelle. Les personnes déficientes intellectuellement ont des potentiels différents et ces potentiels vont progresser si on applique un projet approprié.

Il faut partir du fait qu'un individu est en constante évolution pour comprendre que la déficience mentale n'est pas un état stable, donc susceptible de s'améliorer.

C'est dans cette optique que l'on établit des objectifs sur les plans sensoriel, moteur, intellectuel et social :

- développer l'habileté manuelle en travaillant la motricité fine, la manipulation et la préhension pour leur faire acquérir le maximum d'autonomie dans la vie quotidienne ;
- perfectionner les gestes en terme d'application, de précision et de sécurité ;
- activer l'intelligence ;
- stimuler la créativité ;
- développer des capacités de communication tant sur le plan du langage que sur le plan relationnel ;
- éduquer la persévérance, la tolérance ;
- développer la capacité à vivre en groupe en insistant sur la collaboration ;
- développer le sens de la responsabilité (ordre, entretien, propreté, organisation de l'espace et du temps, planification du travail, utilisation adéquate des outils et matériaux) ;
- stimuler la production pour faciliter l'intégration dans un atelier protégé ou, si déjà en atelier, pour leur apporter l'équilibre que procure un emploi.

Dans les écoles spécialisées et dans les ateliers protégés, les activités rencontrées le plus fréquemment sont : la petite menuiserie, la couture, la couture à la machine, la tapisserie, le tissage, le macramé, le tricot, le crochet, le piquage, la confection de fleurs en tissu, l'ébénisterie, le tapis à points noués.

Nous avons visité un atelier de sérigraphie où des sujets évoluent efficacement et harmonieusement tant du point de vue créatif que productif. Cette activité est très valorisante pour ces individus.

L'individu intellectuellement handicapé a besoin d'une structure organisée par le professeur. Celui-ci doit faciliter les expériences afin d'exagérer la répétition, de favoriser l'inhibition des éléments compétitifs, et de privilégier les séquences appropriées.

L'enfant déficient a besoin d'une constante stimulation car il a des difficultés à se concentrer, à abstraire et à saisir des concepts. On devra l'aider plus qu'un autre à développer ses capacités, en gardant ses sens en éveil, en répétant souvent les consignes, en lui portant une attention particulière, en l'encourageant à poursuivre, en donnant un « coup de main » au besoin et en le félicitant pour qu'il prenne conscience de son potentiel. Avec ce type de clientèle, il faut agir de façon lente et progressive et ne pas comparer leurs résultats avec ceux des autres.

Les personnes mentalement handicapées sont spontanées et naturelles. Elles éprouvent beaucoup d'émotions et arrivent à les exprimer dans leurs travaux. La confiance qu'on leur démontre les stimule et les motive énormément ; elles prennent des responsabilités, s'organisent mieux et accomplissent plus rapidement la tâche qu'on leur assigne ; leurs façons d'agir s'améliorent, enfin, elles sont plus épanouies.

La mésadaptation socio-affective

L'enfance et l'adolescence sont des périodes d'adaptation constante au cours desquelles les jeunes doivent s'équilibrer progressivement et cet équilibre risque d'être perturbé si le milieu où ils évoluent est instable ou inadapté.

L'adulte trouve parfois difficile de vivre dans l'incertitude; alors qu'en est-il pour l'être à la recherche de son identité. Il se trouve aux prises avec des difficultés d'ajustement à ses conditions de vie, d'ajustement entre lui et son entourage et d'ajustements entre lui et la société.

L'enfant a des besoins indispensables à son développement dont la sympathie, l'amour, la sécurité, l'affirmation, l'épanchement, l'extériorisation

du « moi ». Il est essentiel que le milieu réponde de façon satisfaisante à ces besoins. Sinon, l'enfant élaborera des mécanismes pour se défendre contre l'anxiété, la frustration, les tiraillements et les perturbations psychiques. Ces mécanismes de défense agissent sur le développement de l'enfant.

La rééducation de ces jeunes ne vise pas uniquement la réadaptation à la vie sociale par des automatismes, mais aussi l'insertion dans la société par des prises de conscience et des activités où ils pourront s'épanouir.

L'artisanat peut être une véritable thérapeutique socio-psychologique pouvant nous aider à poursuivre les objectifs suivants :

- prendre conscience de son corps comme instrument de plaisir, de contact et d'expression ;
- développer des attitudes de contrôle, des habitudes et des habiletés manuelles pour développer l'autonomie et favoriser l'insertion sociale ;
- faire acquérir la maîtrise des techniques ;
- apprendre à respecter l'environnement ;
- inculquer le sens des responsabilités ;
- faire reprendre confiance en soi et en les autres en lui faisant connaître des succès ;
- sensibiliser à ce que peut apporter une relation interpersonnelle.

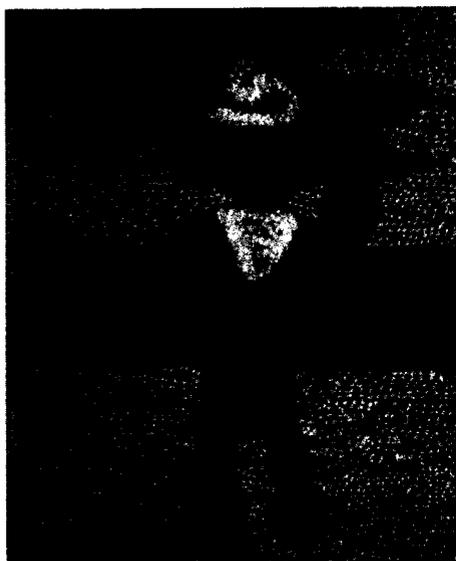
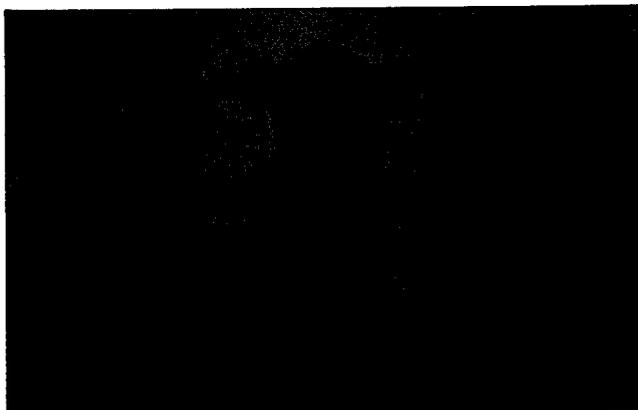
Avec ce type de clientèle, il est difficile de mentionner des types d'artisanat particuliers car tous leur sont accessibles. Ce qui importe, c'est de tenter de poursuivre nos objectifs à travers l'action qui leur apportera satisfaction et succès, car l'échec conduit à l'inadaptation et l'inadaptation mène à l'échec.

Les individus n'ont pas tous les mêmes aptitudes et les mêmes goûts. Les jeunes mésadaptés socio-affectifs sont souvent allergiques aux matières académiques. Ils ont alors un besoin pressant d'activités physiques ou manuelles pour compenser et se défendre des tensions causées par le travail intellectuel.

Pour donner satisfaction aux besoins de l'enfant et l'amener à se prendre en charge, il faut une certaine dose d'observation, de réflexion, d'empathie, d'imagination, de souplesse et de fermeté. Il faut adopter une attitude engageante envers chaque jeune.

Il faut bâtir un plan de soutien et de renforcement dans le but de rendre possible l'adaptation à la vie quotidienne. Un milieu sécurisant, stable et stimulant, dans un climat d'aide et de support mutuel, est nécessaire pour que l'enfant perturbé puisse exprimer ses sentiments, ses pensées et évoluer pleinement.

*Couture à la main faite
par des jeunes filles
de 14 à 17 ans souffrant
de déficience mentale*



*Tapis à points noués
fait par un garçon de 18 ans
souffrant d'infirmité motrice cérébrale*



*Fleurs de tissu faites
par une adolescente de 16 ans
présentant des problèmes de demi-
surdité et de dysfonction cérébrale
diffuse suite à une encéphalopathie*

Les jeunes se libéreront peut-être de leurs tensions et de leurs malaises affectifs et ils pourront sûrement acquérir des qualités artisanales et sociales en vivant des activités et des situations de groupe.

Avec des élèves présentant des problèmes d'adaptation, en programmant nos activités, il faut tenir compte :

- des troubles sensoriels et sensitifs ;
- des problèmes de perception et de représentation ;
- des troubles du langage ;
- des troubles de l'attention, de la mémoire, de la concentration, etc. ;
- des problèmes de communication ;
- des problèmes de comportement tels : agitation, frustration, anxiété, émotivité, impulsivité, etc.

LES ATELIERS

Les ateliers protégés offrent une perspective de développement et d'évolution de la personnalité chez les adolescents et les adultes.

En misant sur les éléments positifs de ces individus, on développe leur potentiel, et on leur apporte la stabilité en leur permettant d'être productif. Ceci les rend utiles à la société et les fait s'épanouir au sein de la collectivité.

C'est dans ces ateliers que les personnes handicapées ont la chance d'effectuer des tâches qui les valorisent, leur donne de l'expérience dans divers domaines, leur apportent une certaine indépendance. Ils acquièrent le sens de la responsabilité qui se reflète dans leur milieu familial.

L'éducateur compétent ne fait pas que leur enseigner une technique artisanale, il stimule leur créativité. Il apprend à connaître leurs forces et leurs faiblesses ; il leur transmet son savoir et ses ambitions ; il participe activement avec eux au projet en cours ; il leur crée un milieu de travail sécurisant et humain ; il leur communique l'élan qui l'anime pour faire avec eux de grandes choses.

L'éducateur consciencieux est toujours à la recherche de marché pour écouler la production. La vente de leurs produits devient le facteur valorisant pour les personnes handicapées travaillant en atelier.

Ces ateliers fonctionnent à l'image d'une petite entreprise et se préparent au marché du travail. Souvent contestés, ils donnent tout de même un sens à la vie de la personne handicapée.

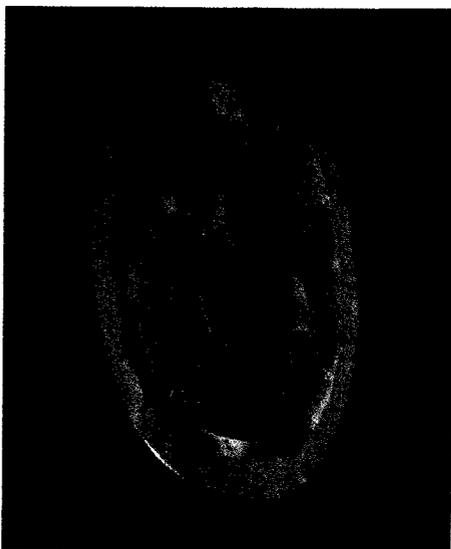
UTILISATION DES ACTIVITÉS ARTISANALES

À travers nos recherches, nous avons constaté qu'il existe une nette différence entre les objectifs à poursuivre pour chaque type de clientèle ; c'est ce que nous avons tenté d'élaborer précédemment.

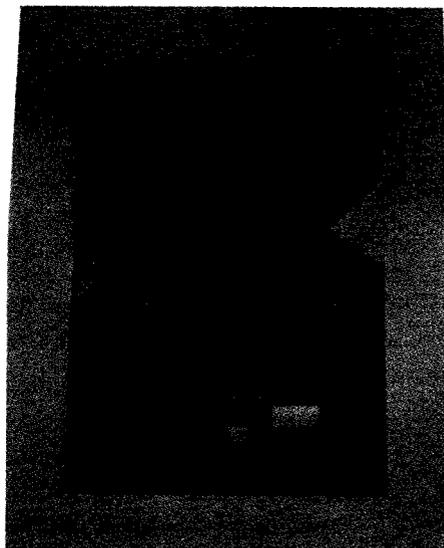
Les éducateurs se fixent des objectifs et optent pour telle ou telle technique selon les possibilités mises à leur disposition et selon leur accessibilité à l'activité, mais aussi en tenant compte des goûts et des capacités des individus.

Globalement, il nous apparaît que l'on utilise :

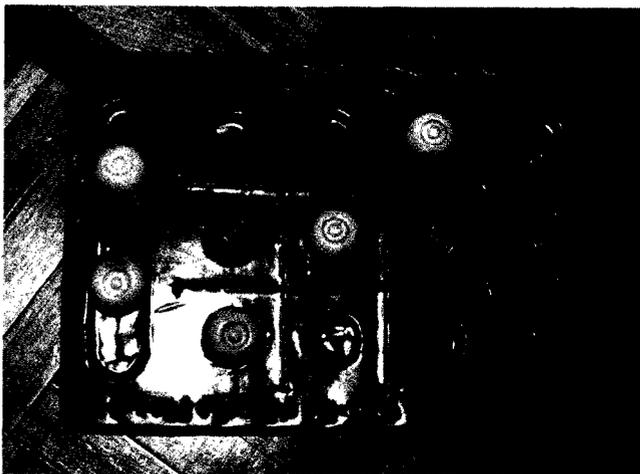
- *le banc tressé* pour l'amélioration de l'amplitude articulaire, pour l'accroissement de la force musculaire et pour la rééducation des prises globales ;
- *le macramé* (plan horizontal, incliné, vertical, debout ou assis) pour l'amélioration de l'équilibre, de la tolérance posturale, de l'amplitude gestuelle et l'entretien de la motricité active des membres supérieurs ;
- *le martelage* pour le développement du sens tactile sur une surface en relief ;
- *la poterie* (bas-relief en particulier). pour l'amélioration du maintien postural de l'épaule, du coude et du poignet, de même que pour l'éducation du sens tactile et de la perception ;
- *la sculpture* pour le développement du sens tactile par un travail en trois dimensions ;
- *le tapis à points noués* (formé de boucles ou de brins coupés) pour l'amélioration de la coordination œil-main, l'éducation des perceptions et le développement de la créativité ;
- *le tissage* (assis, debout) en se servant de métiers de types différents, pour la rééducation des postures et l'accroissement de la force musculaire des membres supérieurs ;
- *le tissage égyptien* pour la rééducation du poignet ;
- *le travail du bois* pour l'amélioration du maintien postural de l'épaule, du coude et du poignet, pour l'accroissement de la force des bras, pour l'éducation du sens tactile, pour le développement de certaines habiletés psychomotrices telles : visser, dévisser, clouer, sabler, mesurer, etc., enfin pour la rééducation des prises globales ;
- *le travail du cuir* (tracer, découper, percer, coudre, etc.) nécessite plus de force et s'utilise pour l'entretien de la motricité active et la rééducation des prises fines ;



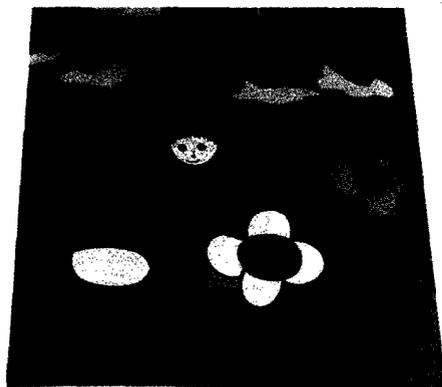
Murale en bois réalisée par un garçon de 16 ans souffrant de déficience mentale et de mésadaptation socio-affective



Ma maison. Dessin original d'une jeune fille de 20 ans souffrant de déficience mentale, imprimé par sérigraphie



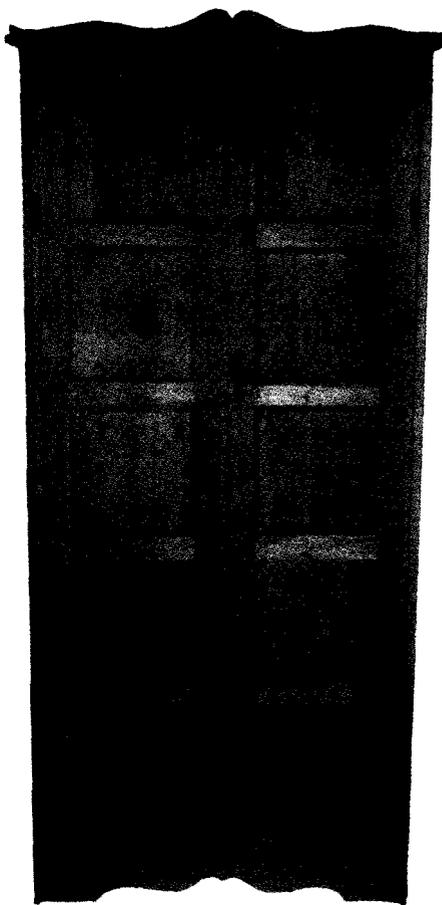
Tic-tac-toe en céramique fait par un garçon de 17 ans souffrant de mésadaptation socio-affective



conseil régional de la santé
et des services sociaux
de la Montérégie

RAPPORT ANNUEL
1980-81

Couverture du rapport annuel 1980-81 du conseil régional de la santé et des services sociaux de la Montérégie. Dessin créé par une jeune femme de 22 ans souffrant de déficience mentale. Fait aux Ateliers Riverains en sérigraphie par un groupe de personnes handicapées mentales.



Armoire faite aux Ateliers d'ébénisterie Riverains par un groupe de personnes handicapées mentales dont l'une est hémiplégique

- *les travaux d'aiguilles* (la couture, le piquage, la broderie, le tricot, la tapisserie, etc.) pour la rééducation des prises fines et l'éducation d'un travail de la vie quotidienne ;
- *la vannerie* (tissage, tressage, nouage) pour l'éducation de la coordination manuelle, du sens spatial.

L'artisanat n'est, bien entendu, qu'un moyen parmi d'autres pouvant aider à l'éducation ou à la rééducation psychomotrice.

Bien sûr, tous ne pourront se servir de l'artisanat pour développer la psychomotricité. Mais, presque toutes les femmes savent coudre, tricoter ou broder et bon nombre d'hommes sont habiles dans le travail du bois ; aussi, ces techniques et ces valeurs se transmettent souvent à l'intérieur même de la famille et trop souvent, hélas ! faute du manque de connaissances sur la façon de transmettre son savoir, on frustre l'enfant ou l'adolescent dans son nouvel apprentissage. On le prive ainsi d'une habileté manuelle qu'il pourrait développer de même que de la satisfaction d'avoir fait quelque chose de lui-même.

Quant aux techniques artisanales plus complexes, celles qu'on apprend en ateliers ou en suivant des cours, elles s'adressent en général aux adolescents ou aux adultes, mais offrent les mêmes avantages psychomoteurs, si utilisés à bon escient. Lorsque le jeune use de son imagination pour fabriquer, créer, réaliser quelque chose de ses mains, c'est un travail créatif digne d'être appelé œuvre artisanale.

Il suffit de regarder les photos d'œuvres réalisées par des personnes handicapées pour se rendre compte des habiletés que l'artisanat a pu développer chez elles, lesquelles, nous en sommes assurés sont transférables dans les activités de leur vie quotidienne.

CHAPITRE VI

LES JOUETS

Le mot jouet a un sens beaucoup plus large qu'on pourrait le penser. Ainsi, ce peut être tout objet qui peut servir à amuser l'enfant, en exerçant et en développant ses facultés. Dans *L'enfant et les jouets*, une définition¹ assez précise est donnée, à savoir : « tout objet extérieur sur lequel l'enfant exercera une activité gratuite de répétition (activité fonctionnelle servant à la fois à la fixation et à l'intégration des divers schèmes moteurs) ou une activité plus significative lui procurant un certain plaisir ».¹

Le jouet est souvent l'élément essentiel du jeu. Chaque objet que l'enfant manipule peut devenir un jouet, si tel est son désir, et ce jouet est alors le support matériel à son jeu. Que ce soit le chat qui serve de poupée ou les casseroles qui servent de tambour, tout peut devenir un jouet et inciter l'enfant à inventer de nouvelles activités.

Le jouet entraîne et supporte une poussée d'activité qui occupera l'enfant et l'aidera dans son développement. Il agit sur tout le système sensoriel de l'enfant.

En psychomotricité, le jouet est un outil d'apprentissage (connaissance de soi, des autres et du milieu, maîtrise du corps et de l'équilibre, conquête de l'espace, développement moteur général, coordination, intelligence, sociabilité, créativité).

Tout objet, quel qu'il soit, s'il est adapté à l'âge, aux capacités et aux intérêts de l'enfant qui l'utilise et s'il l'incite à bouger, imaginer et créer, est un jouet éducatif. Il est aussi un instrument indispensable pouvant aider à améliorer ou corriger des enfants ayant certaines difficultés psychomotrices.

1. BANDET, J., SARAZONAS, R. *L'enfant et les jouets*. Paris, Casterman, 1972.

L'ENFANT ET LE JOUET

À chaque stade du développement de l'enfant conviennent d'excellents jouets qui l'aideront à franchir ces étapes agréablement et de façon équilibrée dans chacun des domaines moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et social.

Le premier jouet et le préféré du bébé est son propre corps ou celui de sa mère. D'autres jouets, comme les hochets, les anneaux, les mobiles, les oursins, poupées, etc., vont attirer son attention. C'est l'âge de l'éveil des sens.

Entre un et deux ans, se manifeste une floraison d'activités nouvelles tel que ramper, marcher, courir, sauter, remplir, pousser, etc. C'est l'âge de la manipulation. Les jouets servant à développer sa dextérité, à accroître sa force musculaire, à améliorer la coordination de ses membres et de ses sens, permettront à l'enfant de construire de nouveaux schèmes moteurs en fonction des schèmes déjà acquis.

Entre deux et quatre ans, les activités physiques s'élaborent du point de vue musculaire. C'est l'âge du tricycle, de la balançoire, et de la poupée. Leurs jouets préférés sont ceux qui imitent le monde des adultes.

Entre quatre et sept ans, l'enfant manifeste un intérêt pour les jeux symboliques (faire-semblant), les jeux d'assemblage et de construction et les jeux de société. C'est la période où il apprend à observer et à analyser, à découvrir la relation qui existe entre son univers et l'espace d'autrui, et ceci à partir d'expériences sensori-motrices. Il faut donc faire un choix judicieux de ces types de jouets pour favoriser son développement intellectuel et socio-affectif.

C'est entre huit ans et l'adolescence, qu'il est le plus difficile d'observer l'enfant en situation de jeu. C'est au cours de cette longue période que la pré-puberté fait son apparition amenant des fluctuations dans son caractère et des modifications physiques et psychologiques. Le choix de ses occupations est aussi changeant que sa personnalité. Cependant, on note un intérêt plus marqué pour les équipements sportifs, la musique, les jeux de société et les « gadgets » électroniques.

À l'adolescence, la mode a une grande influence sur le choix des jouets. Certains jouets deviennent des reliques de l'enfance alors que d'autres demeurent des compagnons. Les jouets électroniques et scientifiques les intéressent énormément, de même qu'ils se captivent pour des collections de timbres, cartes postales, papillons, macarons, etc.

L'adulte aussi a ses jouets ; que ce soit des cartes, des jeux de société, un équipement sportif, un ordinateur, ou même la télévision, il n'en demeure pas

moins que ce sont des jouets qu'il utilise dans ses moments de détente et de loisir. Ce ludisme est indispensable à sa survie dans ce monde normatif et stressant.

LE RÔLE DU JOUET

Les jouets mis à la disposition de l'enfant l'aideront à construire sa personnalité et faciliteront son intégration au monde. Si adapté à l'enfant, le jouet remplit notamment le rôle de RÉVÉLATEUR, en ce sens qu'en permettant à l'enfant d'imiter des situations diverses il lui révèle les futurs rôles d'adulte. Par surcroît, il nous fait parfois découvrir certains traits de son caractère et certaines de ses aptitudes naissantes.

Il devient INSPIRATEUR, quand il a le pouvoir de les ébahir, de les épater, de les inspirer, de les inciter à créer et finalement de les éveiller au monde extérieur.

Il joue le rôle de MÉDIATEUR quand il sert d'intermédiaire pour établir des relations avec autrui — dans l'espace et le temps — avec la réalité. Donc, il favorise l'activité mentale, éduque conjointement la réalité et l'irréalité, l'imagination d'une part, la pensée, la réflexion et le raisonnement d'autre part.

Le jouet offre des possibilités incroyables à l'imagination de l'enfant et à l'improvisation d'un langage. Il permet ainsi à l'enfant de s'évader et de compenser ce que la réalité a d'insuffisant ; il est alors LIBÉRATEUR. Par la manipulation de certains jouets, l'enfant reproduit des gestes et des rythmes moteurs et visuels qui entraînent la stabilité et la sécurité. Le jouet permet de nombreuses relations affectives qui aideront l'enfant à se libérer de ses angoisses et à se rééquilibrer.

Le jouet n'est pas seulement un objet pour occuper ou amuser l'enfant, mais il est un moyen utile à sa formation et à son bonheur. Donc, le jouet est aussi un *instrument d'éducation*.

Ainsi, dépendamment du jouet et de l'âge d'évolution de l'enfant, on s'en servira en éducation ou en rééducation pour atteindre certains objectifs. Donc, les jouets pourront servir d'instrument pour stimuler de nombreux jeux sensori-moteurs, aidant au développement des sens : vue, ouïe, goût, odorat, toucher, ainsi qu'au développement de la motricité globale et fine. Le jouet en développant la capacité de mouvement va fortifier les muscles et accroître la force musculaire. On pourra développer certaines aptitudes perceptives et motrices. Certains jouets ont des qualités spécifiques pour l'apprentissage des

habiletés conceptuelles. Le langage peut s'acquérir et s'améliorer en favorisant la communication de l'enfant à l'aide des jouets, en même temps, l'enfant fera l'apprentissage de la vie sociale. Cultiver l'expression et la créativité sont aussi des objectifs à viser par les jouets. C'est de plus un excellent moyen thérapeutique pour aider l'enfant présentant un problème affectif. Par le jouet, on peut donc atteindre l'enfant dans sa totalité.

On tirera parti de l'intérêt spontané que l'enfant porte au jouet dans l'intention de lui faire acquérir graduellement un savoir et un savoir-faire.

Un enfant se développe à son rythme; il a des poussées de croissance et aussi des temps d'arrêt, d'introspection. La signification de son cheminement, la façon dont il procède, ses préférences, ses intérêts, tout ceci lui est exclusif et personnel et fait partie de son monde à lui. Le parent, l'éducateur, le thérapeute, etc., tous ne sont que des guides pour aider l'enfant à franchir les étapes de son développement. Notre mission est donc de placer l'enfant dans des situations favorisant son épanouissement, ce qui implique de lui fournir les instruments propres à son univers, de lui faciliter et de lui permettre le jeu, l'exploration, l'observation. Il faut respecter son « Moi », l'accepter tel qu'il est, c'est-à-dire imaginaire et actif.

JOUETS / MALADIES / HANDICAPS

La maladie provoque toujours une stagnation, une inertie dans les processus du développement de l'enfant. Parfois même se produit une régression à un stade antérieur du développement, souvent due à une longue convalescence. Ainsi, il n'est pas rare d'avoir à recommencer l'apprentissage d'une activité récemment acquise avant la maladie (telle : la marche, la propreté, etc.). De même, un enfant longtemps immobilisé pour une raison ou une autre, ne pouvant pas satisfaire ses besoins et libérer ses tensions, développe des actes de substitution (manies). Pour éviter ces problèmes, il faut trouver des moyens susceptibles de libérer l'enfant de ses tensions.

C'est ici que les jouets et les jeux peuvent être fort utiles pour égayer la vie du malade. Tous les jouets simples qui permettront à l'enfant de bouger un peu (raquette avec balle attachée par un élastique, découpage, coloriage, etc.) vont l'occuper et compenser pour son besoin de mouvements restreint par la maladie. Les livres, la musique, les histoires sur cassettes, les jeux de société, etc., vont lui permettre de garder le contact avec le monde extérieur. Les jouets artisanaux ou autres travaux manuels lui apporteront de l'assurance et une certaine satisfaction de même que du plaisir qu'il retirera à offrir sa création à quelqu'un. Tous les jouets et jeux de situation se rapprochant du vécu présent

de l'enfant malade (jouer au docteur avec sa poupée, jeu « Opération », etc.) l'aideront à comprendre et à accepter sa maladie ainsi qu'à surmonter les désagréments que lui occasionne son état (douleur, diète spéciale, ennui, peur, etc.). Par le biais de ces jouets, il reproduira la situation qui le préoccupe présentement.

Certaines maladies ou accidents ne deviendront que chose du passé, alors que d'autres laisseront des séquelles définitives, provoquant souvent un handicap physique et/ou mental. Cependant, il y a toujours des possibilités d'amélioration.

L'enfant normal apprend seul, en jouant, les notions fondamentales et découvre les mille et une possibilités d'utiliser ses membres ; la répétition spontanée des mêmes gestes développera son adresse. Mais l'enfant handicapé aura besoin d'une assistance soutenue pour acquérir ces notions et pour l'inciter à répéter souvent les mêmes gestes. Tous ses sens devront être stimulés systématiquement et précisément pour combler son déficit.

Il ne suffit pas de présenter un jouet à l'enfant, il s'agit de jouer avec lui en dialoguant. Cependant, il est tout aussi important de le laisser jouer seul à l'occasion, car ainsi il apprend par essais et erreurs. Il essaie de se rendre maître d'une situation qu'il a choisie ou inventée, cela est très important pour lui. On utilisera des jouets qui comportent de grands éléments pour que l'enfant puisse les manipuler plus facilement.

Il est vital de stimuler constamment l'enfant handicapé à participer à des activités (jeux, jeux avec jouets, sports, exercices, artisanat, etc.) respectant l'ordre des séquences naturelles de son développement et pouvant le conduire à un stade ultérieur. Il ne s'agit pas seulement de lui présenter tel ou tel jouet mais encore de se rappeler que le premier rôle de l'éducateur est de lui apprendre ou réapprendre à jouer dans un climat favorable, où l'on saura allier plaisir et développement.

Le thérapeute doit diriger et conseiller car, de par son expérience, il est celui qui connaît le mieux le stade du développement de l'enfant, la nature de ses difficultés, ses points forts, ses points faibles, et il saura lui expliquer la meilleure façon de procéder avec les jouets.

CRITÈRES D'ÉVALUATION D'UN BON JOUET

Le jouet doit satisfaire le besoin d'activités de l'enfant, sa soif de connaître, son instinct qui le porte à construire et à détruire. Efforçons-nous de combler son besoin d'expression, son penchant pour l'invention et la

découverte, son besoin de se croire grand, de copier l'adulte. Efforçons-nous de dénicher le matériel suggestif, qui sollicitera, de chacun, un effort à sa mesure. Il est nécessaire pour l'enfant d'éprouver la matière et de l'expérimenter en la transformant.

C'est seulement en respectant certains critères dans le choix d'un jouet que l'on pourra rencontrer ces exigences. Ces critères sont : l'apparence, la durabilité, la corrélation qualité/prix, la sécurité, la pertinence psychomotrice.

L'APPARENCE

L'apparence d'un jouet importe pour susciter l'intérêt chez l'enfant. Cependant, la beauté est affaire de goût personnel et très variable, pouvant être influencée par des valeurs éducatives et sociales.

Tout en respectant les goûts de chacun, nous devons rechercher, autant que possible, le jouet beau qui attire l'attention par des couleurs vives et claires s'harmonisant entre elles par la précision des formes, par la texture des matériaux utilisés, par l'originalité et la diversité qu'il présente.

LA DURABILITÉ

Les jouets doivent être très résistants parce que s'ils brisent facilement, ils frustreront l'enfant, l'amenant à s'en désintéresser complètement. Il faut prévoir des manipulations diverses suivant l'humeur de l'enfant ; donc, le jouet devra être de bonne qualité pour résister aux assauts et à l'agressivité de certains d'entre eux.

LA CORRÉLATION QUALITÉ/PRIX

Pour bien saisir cette corrélation qui existe entre la qualité et le prix d'un jouet, analysons-la sous divers aspects.

- À proscrire, tout jouet de mauvaise qualité ou de qualité douteuse, peu importe le prix.
- Dépendamment du groupe d'enfants que l'on a sous tutelle ou du caractère de notre enfant, on choisira quelques jouets de qualité moyenne si ceux-ci sont d'un prix abordable et dans le but de diversifier la collection de jouets.
- Les jouets de bonne qualité ne sont pas tous dispendieux. Si l'on se donne la peine de chercher, il est possible d'en trouver. Quand on a

plusieurs enfants, n'hésitons pas à préférer un jouet de bonne qualité. Cela nous évitera d'acheter de nouveau le même jouet.

- Un emballage trop séduisant et une publicité trop forte haussent le prix d'un jouet qui est souvent injustifié par rapport à la valeur et à la qualité du contenu, ce qui déçoit et inhibe l'enfant.
- Certains jouets plus dispendieux valent souvent le coût parce qu'ils permettent diverses situations, diverses manipulations et rencontrent un bon nombre d'objectifs tout en respectant les critères d'évaluation d'un bon jouet. Dans certaines écoles, centres, institutions ou autres, on peut se procurer ceux-ci. Ils permettront à l'enfant l'accessibilité à un certain type de jouet qu'il ne pourrait découvrir autrement.
- Entre deux jouets similaires, on préférera celui qui offre l'avantage de pouvoir être complété ou combiné et de pouvoir racheter la ou les pièces perdues ou brisées.

LA SÉCURITÉ

Malgré les lois qui régissent la sécurité des jouets, si le jouet est mal utilisé ou, parfois même, après un usage normal plus ou moins long, il peut devenir dangereux.

- Tenir compte des dangers signalés sur l'emballage et de l'âge d'utilisation recommandé (quoique pas toujours fiable). Un jouet qui a trop de mises en garde est contre-indiqué à cause des trop grands risques de l'oubli ou de la perte des règles de sécurité.
- Tous les jouets qui présentent des risques d'asphyxie, d'intoxication, d'électrocution, d'infection, de contamination, d'inflammabilité, de coupures, de blessures, de brûlures, etc. sont à éviter ou à proscrire.
- Les jouets brisés ou qui produisent des cris stridents sont à mettre hors de la portée des enfants.
- Avec un groupe d'enfants d'âges différents, veiller à ce que les jouets des plus vieux ne soient pas un danger pour les plus petits.

LA PERTINENCE PSYCHOMOTRICE

L'acquisition d'un jouet est chose fort sérieuse, mais l'important est de savoir observer l'enfant en situation de jeu. On découvre alors qu'un jouet

correspond à un âge donné et que s'il est présenté trop tôt ou trop tard, il n'intéressera pas l'enfant et ne produira plus les effets escomptés pour répondre à son attente et à ses besoins naturels.

On réalise également que tel jouet convient à l'enfant solitaire et que tel autre implique des jeux en groupe, éveillant l'esprit de l'enfant à la vie sociale et au respect de l'autre.

En psychomotricité, tout bon jouet qui invite à l'activité et fait appel à l'imagination de l'enfant pendant longtemps, est un jouet éducatif. Certains peuvent viser le développement moteur général (balle, tricycle, etc.), d'autres la motricité fine (billes, encastremets, etc.) ; d'autres encore sollicitent l'affectivité (animaux de peluche, poupées, etc.) ou facilitent la découverte de soi et des autres par l'imitation (trousse d'infirmière ou de médecin, etc.) et par la communication (téléphone, marionnettes, etc.) ; enfin, les jouets qui favorisent le développement de la pensée logique et aident à la découverte de la règle (livres, blocs, jeux de société, jeux de mémoire, etc.), ainsi que ceux qui amènent l'enfant à structurer l'espace (jeux de construction, lettres magnétiques, etc.). Tous ces jouets sont pertinents pour aider au développement des facultés à leur point optimum.

Cependant la pertinence du jouet ne sera à son point optimum que si la présence d'une personne chaleureuse (parents, amis ou éducateurs), lui indique la façon de procéder et lui suggère de nouveaux jeux sans toutefois inhiber l'imagination créative de l'enfant. De même que si le jouet répond au goût, aux intérêts, aux habiletés et aux besoins de l'enfant, tant du point de vue éducatif que récréatif, il sera pertinent.

« Si on emploie des jouets de bonne qualité, les traces (engrammes) de telles expériences sensorielles précoces inclineront le sujet, tout au long de l'adolescence et de l'âge mûr, à construire sa vie dans l'harmonie, la joie et la beauté ».²

FAMILLES DE JOUETS

Dans les pages qui suivent, nous vous présentons des jouets, groupés par familles et dont quelques-uns sont photographiés. Si la présentation peut ressembler à un catalogue, soyez assurés qu'il n'en est rien, car notre objectif n'est pas de susciter la vente de tel ou tel jouet, mais d'expliquer comment ils

2. HERZKA S. HEINS Dr. *Jouets pour l'enfant normal et l'enfant déficient*. Bâle/Stuggart, Schwabe & Co. Éditeurs, 1966.

peuvent être utiles pour l'éducation ou la rééducation psychomotrice de vos enfants.

Tous les jouets photographiés ont été expérimentés par nous et/ou par des enfants, pour s'assurer qu'ils rencontraient les normes citées précédemment, et qu'ils étaient aptes à déclencher et supporter une activité répondant aux objectifs visés.

Avant tout, soyons conscient que le jouet doit amuser l'enfant. Mais alors, quel plaisir que d'apprendre en s'amusant !

Le classement des jouets par familles permet de regrouper ensemble ceux qui ont les mêmes particularités ou des caractéristiques semblables. Il aide aussi à varier la collection.

Ces familles sont :

- Jouets de situation/imitation
- Jouets d'assemblage
- Jouets dynamiques
- Jouets musicaux ou sonores
- Jeux de société
- Jouets artistiques et artisanaux
- Jouets/Jeux électroniques
- Jouets scientifiques
- Livres.

JOUETS DE SITUATION/IMITATION

Le monde merveilleux de l'enfance est plein de fantaisie et le jeu lui est naturel. Cependant, le jeu est influencé par les événements de la vie quotidienne, par les situations naturelles de la famille. C'est pourquoi l'enfant imite les adultes et les situations qu'ils vivent.

Cette sorte de jeu d'imitation de modèles ou de gestes nécessite de la part de l'enfant une habileté à se représenter mentalement quelque un ou quelque chose.

L'enfant saisit la réalité pour la faire sienne, pour satisfaire ses besoins affectifs. C'est ainsi que par ses jeux symboliques, il cherche à produire un effet, une création, à surprendre, à se rappeler une émotion et à imiter une situation. Ces expériences apportent au jeune enfant une meilleure connaissance du monde extérieur, lui permettant d'être plus conscient du rôle à y jouer et de s'y affirmer.

Jouer à faire-semblant, avec des jouets qui reproduisent en miniature le monde des adultes, aide l'enfant à s'incorporer dans la collectivité tout en stimulant son imagination.

Ces jouets sont donc les outils importants du jeune enfant pour l'aider à bien franchir cette période du développement et de la recherche de son identité.

Poupées et accessoires

La poupée est le jouet privilégié de tous les enfants du monde. L'imagination de l'enfant la fait vivre en lui prêtant des sentiments et des intentions et en établissant un système de relations très personnelles avec elle. En d'autres mots, c'est une compagne fidèle, une confidente qui partage ses joies, ses peines. Toujours présente et disponible, elle chemine avec l'enfant pour vivre avec lui des expériences.

La manipulation de ce jouet fait à son image peut faire prendre conscience à l'enfant de son corps et faciliter l'élaboration du schéma corporel. Ce centre d'activité qu'est la poupée, que l'enfant berce, habille, promène, aidera à l'ajustement de ses conduites motrices. Quand l'enfant se déplace en poussant ou en portant sa poupée, il améliore sa coordination dynamique générale ; quand l'enfant noue, lace, boutonne les vêtements de sa poupée, il exerce sa motricité fine et développe sa coordination œil-main.

Par cette activité symbolique, il affine sa gestualité, et progresse dans la synchronisation des membres supérieurs pendant que l'équilibre postural s'ajuste. La création de plans ludiques entraînera la construction de l'espace et du temps.

La poupée provoque le langage et ce long monologue est agent de socialisation ; c'est aussi une étape importante de la fonction symbolique.

Dans les jeux de situation, l'enfant s'identifie souvent à ses parents et cette identification aide à la formation de son caractère. Cet apprentissage que permet la poupée aidera l'enfant à développer son autonomie.

La poupée est donc une très bonne éducatrice capable d'aider à l'intégration de l'information, à la communication, à la création, agissant sur la sphère affective et psychologique, permettant ainsi le développement de l'intelligence.

Parmi les poupées illustrées, quatre d'entre elles ont une pertinence particulière que voici :

Fraisinette

Âge. 3 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Cette poupée parfumée au citron, à l'orange, à la pêche, à la framboise, à la pomme, ou à la fraise, invite l'enfant à la manipulation fine et son odeur différente, de même que la couleur de sa robe, développent l'odorat et l'association de la notion de couleur par rapport au fruit.

Ken et Barbie

Âge. 5 à 12 ans.

Pertinence psychomotrice. Les poupées mannequins sont les « coqueluches » de nos fillettes, en étant le miroir de la jeune fille rêvée. Elles estiment Barbie parce qu'elles peuvent extérioriser les manifestations naissantes d'un charme féminin en voie de s'affirmer.

La poupée garçon ou fille apporte un élément aidant à l'élaboration et à la structuration du schéma corporel. On peut aussi s'en servir pour éduquer la latéralité et l'orientation droite-gauche. L'habillement de la poupée favorisera la motricité fine. L'intérêt des enfants pour cette poupée et le pouvoir magique du jeu qu'elle va susciter offrent des avantages pour l'éducation psychomotrice.

Par contre, elles ne seront d'aucune utilité pour les petits car ces poupées trop minces ne les attirent pas, étant incapables de se retrouver dans celles-ci.

À déconseiller pour tout enfant présentant de grands problèmes de coordination en ce qui a trait à l'habillement ; la poupée et les accessoires étant vraiment trop petits peuvent inhiber l'enfant.

Colette la coquette

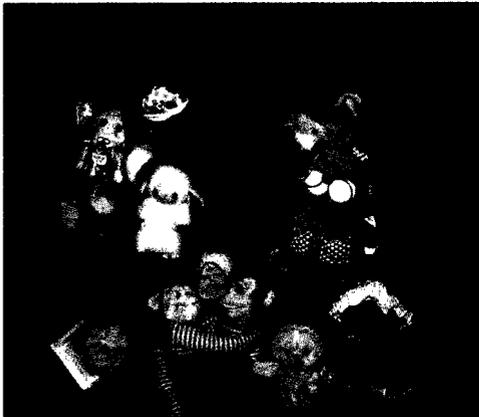
Âge. 1 à 6 ans.

Pertinence psychomotrice. Colette est vêtue de telle sorte qu'elle permet l'apprentissage de quatre actions psychomotrices (presser, boutonner, boucler, « zipper »). L'enfant apprendra ainsi en s'amusant une activité de la vie quotidienne (habillage) qui lui apportera une certaine autonomie.

En haut de gauche à droite :
Poupée d'Australie, Mon amie Mandy,
Bébé Chou-Chou, le gosse du Bleuet,
Chubby Baby, Fraisinette. En bas
de gauche à droite : *Ken, Barbie,*
Colette la coquette, Sasha



Animaux / Personnages



Marionnettes



Sasha

Âge. 3 à 9 ans.

Pertinence psychomotrice. Les poupées Sasha sont soit bébé, fille ou garçon, blanche ou noire. Leur visage est beau et réaliste et leurs membres sont flexibles. Les accessoires sont simples et peu nombreux, ce qui laisse libre cours à l'imagination de l'enfant. Étant faciles à vêtir, elles sont à recommander pour aider les enfants incoordonnés ou ayant des troubles du schéma corporel.

Accessoires**Poussette musicale**

Âge. 3 à 8 ans.

Pertinence psychomotrice. Cette poussette musicale, genre manège est très originale et agréable à entendre. Comme toutes les poussettes et carosses de poupées, celle-ci stimule le développement psychomoteur au niveau de la maîtrise, de l'équilibre, de la coordination motrice globale et de l'orientation spatiale. Elle invite aux déplacements et aux mouvements. Cette poussette permet à l'enfant d'exprimer son affectivité. De par son originalité, elle attire les enfants qui ensemble vivront des situations motrices nouvelles et amusantes, facilitant ainsi la communication, la structuration du langage et les conduisant à la socialisation. La douce mélodie qui joue lorsqu'il la pousse est un élément très important pour l'enfant inhibé. Le parasol et les sièges qui tournent au son de la musique sensibilisent l'œil et aident à la coordination oculaire.

Animaux/Personnages/ Véhicules et accessoires

L'animal en peluche, ratine, etc. a des propriétés sensorielles qui attirent l'enfant. Leur douceur, leur odeur, leur mollesse rappellent le contact maternel. C'est pourquoi, le jeune enfant le trimbale partout, s'endort avec lui en toute sécurité, le sachant à ses côtés pour le protéger de la solitude et de la peur dans la noirceur, de même qu'il remplace provisoirement l'affection maternelle.

Parmi ces animaux, l'ours est le préféré des petits, devenant tantôt leur confident, tantôt leur oreiller, car ils recherchent la douceur de sa peluche autant que sa présence rassurante.

Ces jouets en tissu invitent l'enfant à s'exprimer, à s'affirmer et à établir des liens affectifs.

L'animal de peluche adoré par les petits, abandonné par les plus grands au moment du jeu, mais repris à l'heure du coucher, reste pour certains, même lorsqu'ils sont adolescents ou adultes, un objet mascotte ou porte-bonheur, ou encore le souvenir chéri de leur enfance.

Tous les animaux apparaissant sur la photo peuvent poursuivre les objectifs généraux cités plus haut. Cependant, ils sont de textures variées pour exercer le sens tactile chez l'enfant. Certains d'entre eux ont des particularités bien spécifiques comme : jouer un air musical et bouger en actionnant une clé de sûreté ou comme l'oreiller de jeu Humpty Dumpty dont le bonhomme est amovible (en bleu à côté de la tête du gros ours).

Les marionnettes

La marionnette est un personnage qui intéresse tous les enfants. Ce jouet favorise les projections et les identifications ; il stimule l'imagination, provoque la spontanéité et la fantaisie ; il facilite la structuration du langage chez l'enfant. De plus, il développe des habiletés manuelles (dextérité, coordination) et éduque le rythme et la cadence.

Les personnages divers de la photo sont montés sur gaine, sur tige, ou encore à fils et représentent de multiples situations et des rôles très variés. Ces marionnettes s'adaptent tantôt à de toutes petites mains (lapin câlin, ours gigognes — 6 mois à 3 ans), tantôt à de grandes mains (lion, bûcheron). Chacune d'elles présente une manipulation différente.

Ainsi, la marionnette à fils (Pinocchio) éduquera la dextérité des cinq doigts, la dextérité manuelle au niveau de la préhension multipulpaire et au niveau de la flexion, extension, inclinaison, rotation du poignet. Ce type de marionnette est très difficile à manipuler et ne s'adresse pas aux handicapés ni aux jeunes enfants, il exige un apprentissage très long et par étapes.

La marionnette à gaine éduquera la dextérité de trois doigts (pouce, index, majeur) et la gestualité du poignet. Elle facilite la coordination œil-main et favorise l'initiation au rythme.

La marionnette à tige (paysanne) éduquera la préhension globale de l'empaument et la gestualité du poignet.

L'éléphant gris est une marionnette à gaine qui a un caractère bien spécifique du fait qu'elle a quatre pattes. Pour le faire marcher, on doit se servir de tout le bras ce qui, au départ, implique une position très différente :

le coude est fléchi, l'avant-bras perpendiculaire au corps, le poignet se trouvant en extension pour que l'éléphant se promène la tête haute.

Toutes les marionnettes incitent l'enfant à s'exprimer, soit en jouant le rôle d'un personnage, soit en racontant une histoire.

Les ensembles

Les animaux, personnages, véhicules et accessoires favorisent le développement psychomoteur et agissent sur l'affectivité par l'imitation et l'identification. Ils activent l'imagination de l'enfant en lui permettant de reproduire ou d'inventer diverses situations. De surcroît, cette catégorie de jouets facilite et encourage l'interaction entre les enfants d'âges variés.

Playmobil

Âge. 5 à 10 ans

Pertinence psychomotrice. Ces minuscules personnages, véhicules et accessoires ont une très grande valeur récréative et sociale. Les personnages sont articulés aux hanches et aux épaules. De plus, ils sont très stables, assis comme debout. La variété des ensembles, très réalistes, permet des jeux symboliques en créant une mise en situation et en inventant une histoire sur un thème en rapport principalement avec les métiers et les professions. Ils incitent l'enfant à des activités motrices globales et fines qui, de ce fait, vont améliorer son développement psychomoteur.

Tous les ensembles de quelque marque que ce soit poursuivent les mêmes objectifs, mais tous ne rencontrent pas les critères d'évaluation d'un bon jouet cités au début du présent chapitre.

Dans l'assortiment de jouets présentés à l'enfant pour les jeux de situation, il ne faut pas négliger les véhicules, les personnages et les accessoires conçus pour jouer dans l'eau. Ils amènent l'enfant à vivre de nouvelles expériences sensori-motrices. Ils lui permettent de porter intérêt à cette dimension du monde environnant.

De plus, il ne faut pas dédaigner les jouets du monde fantastique et de la science-fiction car même si certains d'entre eux (Gor, la main de l'incroyable Hulk, etc.) n'ont vraiment aucune valeur, il y en a d'autres qui sont très valables en autant qu'ils ne briment pas l'imagination de l'enfant (personnages et vaisseaux spatiaux).



Playmobil
(5 à 10 ans)

Ainsi tous les « gadgets » et la panoplie d'objets inutiles qui entourent les personnages et les engins feront que l'enfant sera tenté de copier des situations vues à la télévision plutôt que d'imaginer un univers au service de ses aspirations et de ses besoins actuels.

Les enfants adorent les contes de fées, les êtres fantastiques, la science-fiction ; ils aiment s'identifier à des personnages fictifs et ceux-ci le conduisent à l'action. Il a déjà été établi que les fonctions du réel et de l'irréel sont essentielles au bon fonctionnement de l'intelligence et qu'elles doivent être cultivées durant l'enfance pour favoriser leur plein épanouissement. Ainsi, l'enfant devenu adulte, conservera éventuellement cette disposition à rêver, à créer et à imaginer pour se stabiliser et s'équilibrer dans le monde moderne.

Tout compte fait, dans une même famille de jouets, il vaut mieux varier les jouets de situations que de se limiter à une seule catégorie avec tous les accessoires qu'elle peut englober.

Autres suggestions. Véhicules en bois, trousse médicale, coffre à outils, atelier pour le jeune bricoleur, caisse enregistreuse, machine à coudre, garage, ferme, bateau, les figurines de la guerre des étoiles, tête de Barbie, etc.

JOUETS D'ASSEMBLAGE

Les jouets de cette famille peuvent impliquer les principes fondamentaux de l'empilage, de l'emboîtement, du montage, du démontage, du vissage, dévissage, d'encastrement, d'enfoncement, d'alignement, de comparaison, d'appariement, de classement, de reconstitution, de construction, de boulonnage, d'enfilement, d'embriquement, de combinaison, de juxtaposition, de sériation.

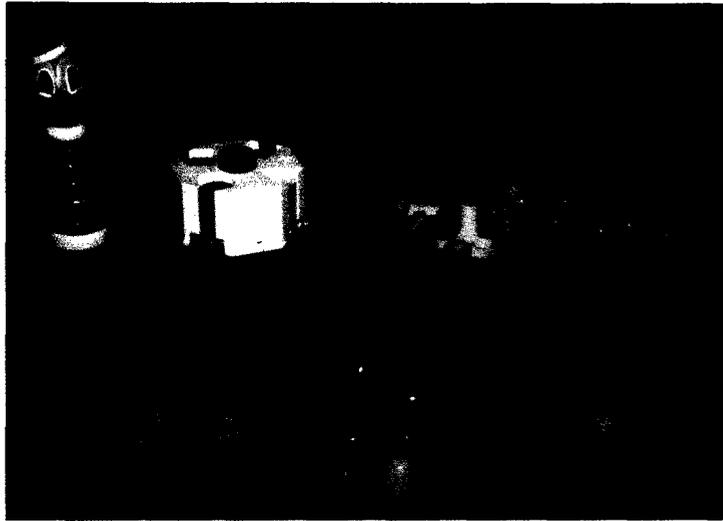
Le tout-petit expérimente le fonctionnement de tous ses jouets. C'est ainsi que des objets creux sont utilisés de façons très diverses. En jouant ainsi, il changera la position de ses mains et de ses bras selon la hauteur de son assemblage. De gros jouets l'obligeront à se servir de ses deux mains. Dès que l'enfant commence à emboîter des éléments, c'est le début du développement de la capacité de voir différentes dimensions. Ceci exige un bon contrôle de ses doigts.

Pour enfiler des anneaux sur une tige, très tôt l'enfant apprendra à utiliser le bout de ses doigts et du pouce. Plus tard, il pourra enfoncer des tiges dans des trous en utilisant toute sa main, trois doigts, ou le pouce et l'index, selon la grosseur des éléments. Ce n'est que vers deux ans que l'enfant commencera à distinguer les formes les plus simples (rond, carré, triangle), et s'amusera à les enfoncer dans leur trou respectif.

Les jouets à visser exigent beaucoup d'attention de la part de l'enfant qui doit distinguer dimensions et couleurs. De plus, il devra coordonner ses deux mains. Au début, ses doigts s'emmêlent, mais bientôt, à force de manipulation, il réussira et développera la souplesse du poignet et la force des doigts.

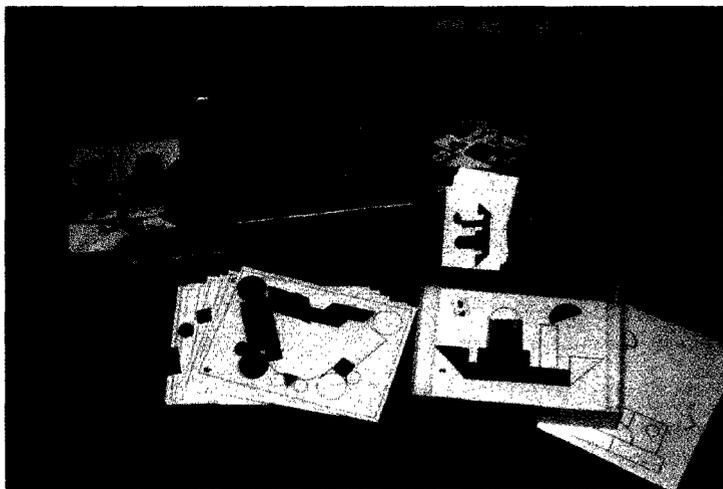
Ces jouets qui s'adressent surtout au jeune enfant favoriseront les exercices d'exploration et de manipulation visuelle et tactile. Ils l'aideront à développer sa préhension fine, sa précision digito-manuelle, sa dominance latérale, sa vitesse, sa discrimination sensorielle de la forme, du poids, de la couleur et de la dimension, de la droite et de la gauche, sa coordination œil-main, tout en renforçant le pouvoir d'attention, de concentration, la patience et la persévérance. Ainsi, ces diverses actions psychomotrices inviteront l'enfant à explorer, découvrir, comparer et le mèneront vers de nouvelles acquisitions.

Les jouets qui servent à assembler des formes, des séquences d'événements, des ressemblances et des associations d'images ou de mots avec l'image, favorisent le développement de la logique et l'acquisition de connaissances.



En haut de gauche à droite: *Anneaux à empiler* (1-4 ans), *Trieur de formes et jeu de cible* (3-6 ans), *Écrous et boulons* (3¹/₂-5 ans), *Maillons d'enfants* (bébé). En bas de gauche à droite: *Bidons superposables* (1-4 ans) *Oeufs gigognes et tonneaux gigognes* (1-4 ans).

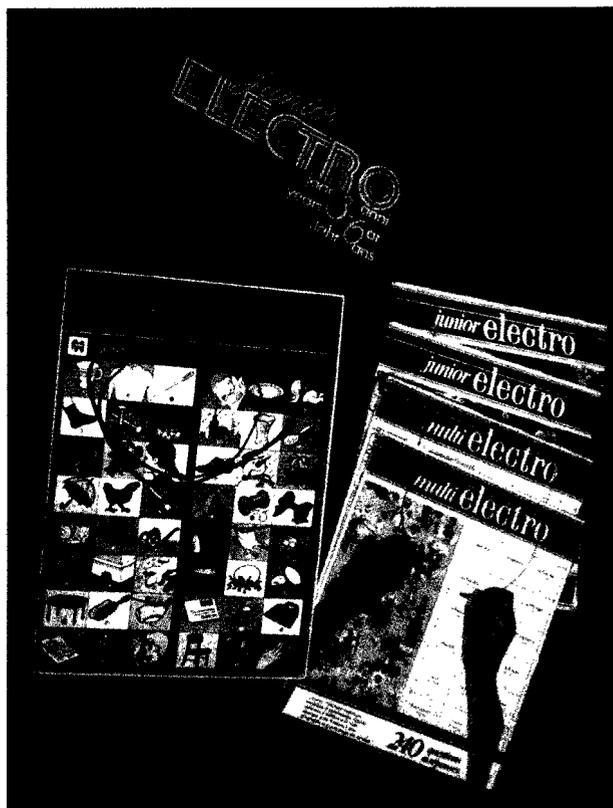
Voici des exemples de ces jouets, ainsi que leur pertinence psychomotrice :



Intelliblocs
(4 ans et plus).



Kit Junior (4-8 ans).



*Junior électro
(4 ans et plus).*

Intelliblocs

Âge. 4 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Une série de cartes représentant des formes et des objets que l'enfant devra recouvrir avec les carreaux appropriés en les choisissant attentivement. L'enfant s'éduque en jouant avec les nombreuses formes. Ce jouet aide au développement de la logique, de la perception des formes et des couleurs, de la corrélation entre dimension et quantité, du principe de la prévision et de l'habileté manuelle. La reproduction d'un modèle améliorera l'observation visuelle et la manipulation fine des formes géométriques amènera à créer de nouveaux modèles, ce qui perfectionnera les facultés créatrices. L'assemblage de formes variées facilite le développement de la capacité d'organisation de l'espace.

Kit Junior

Âge. 4 à 8 ans.

Pertinence psychomotrice. Ce jouet comprend quatre casse-tête et quatre ensembles pour représenter les différentes phases d'un processus. Les sujets sont la pêche, la poste, la laine et la ferme. Chaque séquence est accompagnée de pièces à assembler sous forme de casse-tête tridimensionnel. Kit Junior avec ses personnages peut aider au développement du schéma corporel et aviver l'imagination et la créativité de l'enfant, celui-ci pouvant s'inventer des jeux de situations. Les cartes à assembler seront une source d'information importante pour le développement de ses connaissances et de la logique.

Junior électro

Âge. 4 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Ce jouet auto-correcteur qui consiste à apparier des images de différentes façons (ressemblance, contraire, analogie, etc.) et portant sur divers sujets est très apprécié des enfants. Les cartes peuvent être achetées séparément pour augmenter les connaissances de l'enfant et aider à l'intégration de concepts concrets.

Construction

Les jeux de construction nécessitent des opérations manuelles qui doivent suivre un ordre de complications croissantes. Ainsi, on présentera d'abord à l'enfant des cubes que l'on juxtapose, puis des éléments que l'on

emboîte, ensuite des blocs que l'on assemble à l'aide de chevilles, de tiges ou de vis, enfin des ensembles que l'on colle. Dans chacun des cas, on procédera en commençant par de gros éléments allant vers de petits éléments.

Un jeu de construction peut servir à développer ou améliorer la dextérité manuelle et digitale, la coordination œil-main, la coordination dynamique générale, l'imagination, la créativité, le sens de l'esthétique et de la fantaisie, le sens de l'observation, la précision des gestes, la souplesse, la capacité de représentation, le sens de l'analyse, la symétrie, le sens de l'espace, les règles de la proportion et de la dimension.

Ce jouet est précieux pour le développement de la personnalité physique et intellectuelle de l'enfant car celui-ci s'affirme par sa construction en bâtissant, en démolissant, en créant des êtres et des choses, en les dominant et en les animant.

À cause du grand nombre de pièces d'un jeu de construction, souvent des enfants se mettront ensemble pour créer une œuvre collective. Ce fait favorise la prise de conscience du rôle de chacun dans cette construction et provoque l'expression verbale.

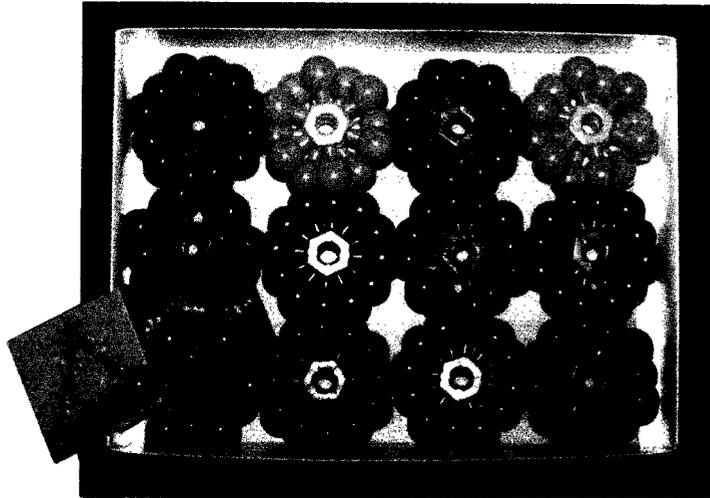
Le modélisme est une forme d'assemblage par collage ou par pression. La fabrication de modèles réduits (véhicules, avions, trains, etc.) convient surtout aux enfants plus âgés.

Cette forme d'assemblage exige un bon développement perceptivomoteur. Cependant, ce type de jouets peut développer le goût de l'exactitude, du travail fini, de la persévérance ainsi qu'une certaine recherche artistique. Le modélisme peut aider l'adolescent à se familiariser à la lecture de plans.

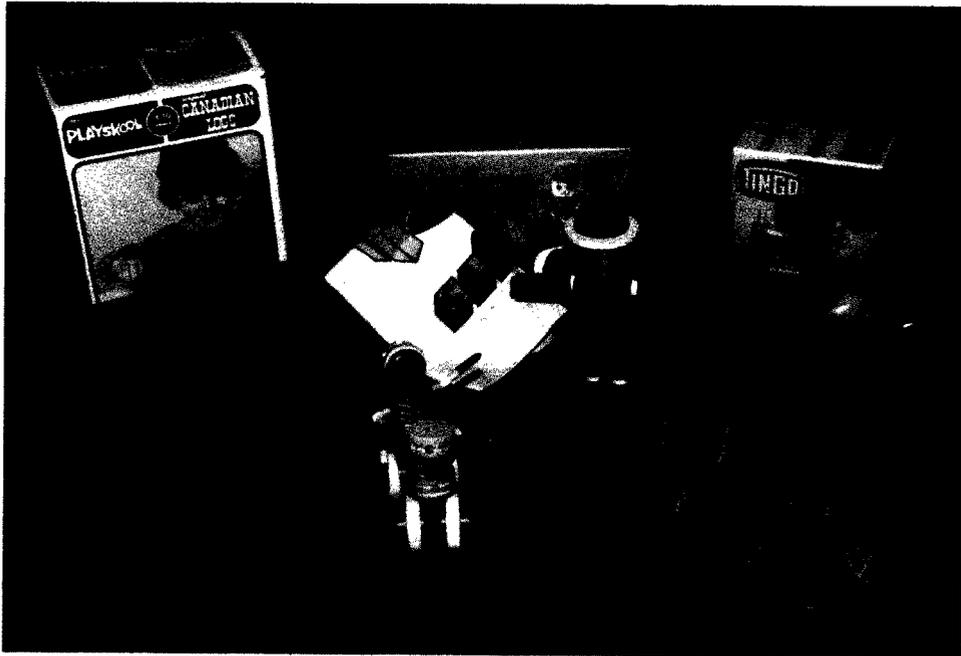
Casse-tête

Les casse-tête sont accessibles à presque tous les enfants dès l'âge de 18 mois jusqu'à l'âge adulte. Ce n'est que le nombre de pièces, la grosseur des éléments, la texture et la complexité qui diffèrent de l'un à l'autre. Ces jouets exigent, selon leur nature, une concentration très différente. Mettre des formes géométriques dans les trous assortis, encadrer des objets, personnages, animaux ou paysages, assortir des images semblables, ordonner par dimensions, reconstituer des images, des formes, etc. voilà tout ce qu'implique le fait de faire un casse-tête. L'intelligence de l'enfant ne doit pas être frustrée par des casse-tête trop compliqués pour son âge mental.

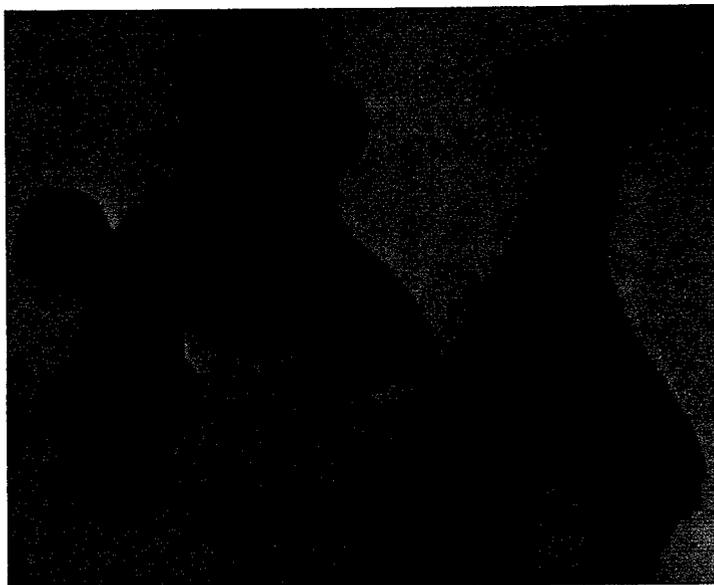
Le nombre de pièces et la complexité des formes augmenteront avec l'aptitude et l'habileté manuelle de l'enfant. L'éducateur se servira du casse-tête



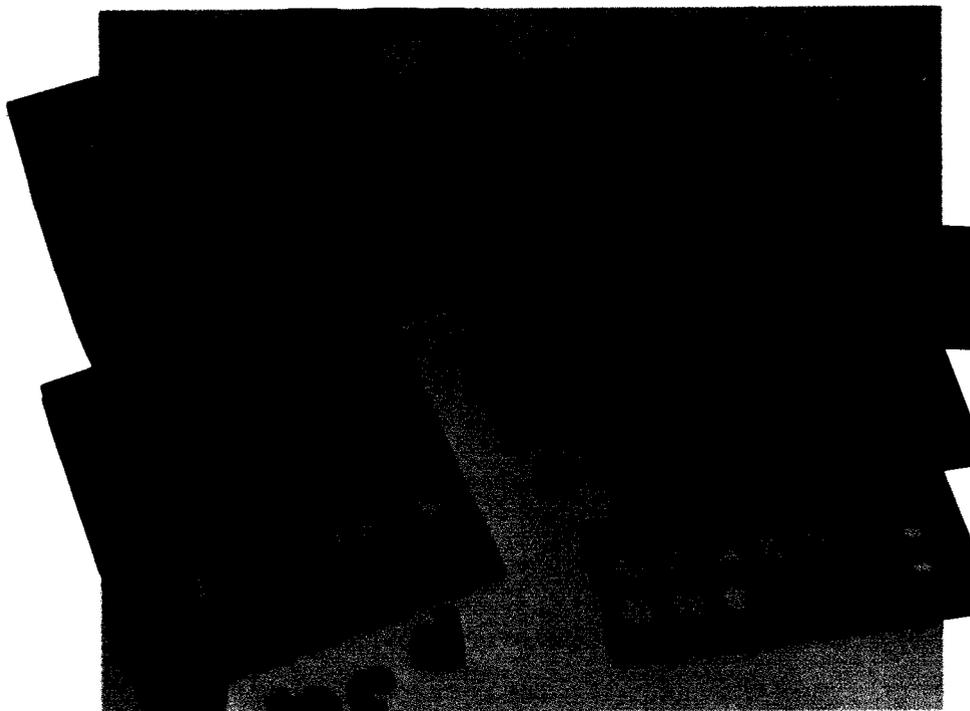
*Grand Pyramiboul
(6 mois à 3 ans).*



En haut de gauche à droite : *Billots en bois* (4-10 ans) *Clico en bois* (les pièces de bois se fichent par simple pression, 3 ans et plus), *Tingo en bois* (4 ans et plus). En bas de gauche à droite : *Tinkertoy en bois* (4 ans et plus), *Builder Bricks en plastique* (3 ans et plus).



*Casse-tête de vinyle
(18 mois et plus).*



Lauri (3 ans et plus).

pour développer ou améliorer l'observation, la discrimination et la mémoire visuelle, la concentration, la persévérance, le goût de l'initiative, la dextérité manuelle, la perception des formes et des couleurs, des détails, la capacité d'organiser l'espace, le sens tactile et finalement le raisonnement logique. Le repérage des pièces dans l'espace facilitera l'apprentissage de la lecture.

Lauri offre tout une gamme de jouets en caoutchouc mousse crêpé flexible (Crepe Foam Rubber), dont divers jouets d'assemblage ou de construction, casse-tête, dominos, jouets artisanaux, de même que des rondelles de textures et d'épaisseurs différentes pour la perception tactile. Ils sont très agréables au toucher et faciles à manipuler.

Le graphisme et les couleurs des casse-tête aident à la formation du sens artistique chez l'enfant et lui permettent de découvrir ou de reconnaître des sujets captivants. Lorsqu'il s'agit d'un casse-tête représentant un environnement ou un phénomène de la nature, en verbalisant sur le thème, on enrichit le vocabulaire et on développe le langage, de même que la conscience et la connaissance de son environnement. Tous les casse-tête représentant des visages et des formes humaines seront propices à l'éducation du schéma corporel et de l'orientation droite-gauche. Certains d'entre eux démontrent les relations qui existent entre les parties du corps.

Les casse-tête avec des pièces aux lignes simples ou à lattes amènent l'enfant à concentrer son attention sur l'image toute entière, plutôt que sur la forme compliquée d'une pièce et nécessitent par le fait même un peu plus d'observation et de précision dans l'assemblage.

Les casse-tête à encastrement à poignées ou à petits boutons sont particulièrement appropriés pour les jeunes enfants et ceux présentant des troubles de coordination, parce que les pièces sont grosses, plus facilement manipulables et observables de par leurs formes symbolisant un tout ou une partie d'un tout. L'encastrement évitera l'éparpillement et la perte des pièces provoqués par une incoordination motrice.

Les casse-tête cubiques imprimés sur chaque facette, qu'on a tendance à remettre aux très jeunes enfants parce qu'ils se présentent sous forme de blocs de construction, exigent plus d'observation. Ceci frustre souvent le petit parce qu'il est difficile pour lui de reconstituer une scène à partir de blocs représentant six scènes différentes. Si les images sont des formes simples plutôt que des scènes compliquées, avec une couleur différente pour chaque casse-tête, la reconstitution de l'image sera plus facile à faire pour nos petits.

Ces casse-tête cubiques offrent à l'enfant une manipulation différente du fait qu'il aura à tourner son cube dans tous les sens pour retrouver l'image

LES JOUETS

à assembler. Ils façonnent l'esprit d'observation et affinent plus particulièrement sa perception visuelle et sa faculté à envisager et solutionner les problèmes. Il est donc à recommander aux enfants intéressés et aptes à solutionner ce genre de problèmes.

Les casse-tête géants qu'on fait sur le sol, à cause du format, nécessitent de plus grands mouvements, donc favorisent la motricité globale, l'orientation spatiale et la coordination des fonctions visuelles et motrices.

Certains casse-tête « découverte » ont l'avantage de dévoiler à l'enfant ce qui se passe dessous ou dedans une scène, mais requièrent beaucoup d'observation et d'analyse.

Les mosaïques sont des casse-tête créatifs qui offrent à l'enfant des applications multiples comme l'identification et l'imitation de patrons, des arrangements divers. Elles facilitent l'observation des formes, exercent la motricité fine et stimulent l'imagination en développant le sens de la composition et l'originalité. Ces mosaïques sont aussi un excellent matériel à utiliser pour des exercices de latéralisation droite/gauche et de coordination, de même que pour la recherche de l'harmonie et de la topologie.

Autres suggestions : Mini-formes (4-7 ans), Pythagoras et Tangram (8 ans et plus), Superfection, etc.

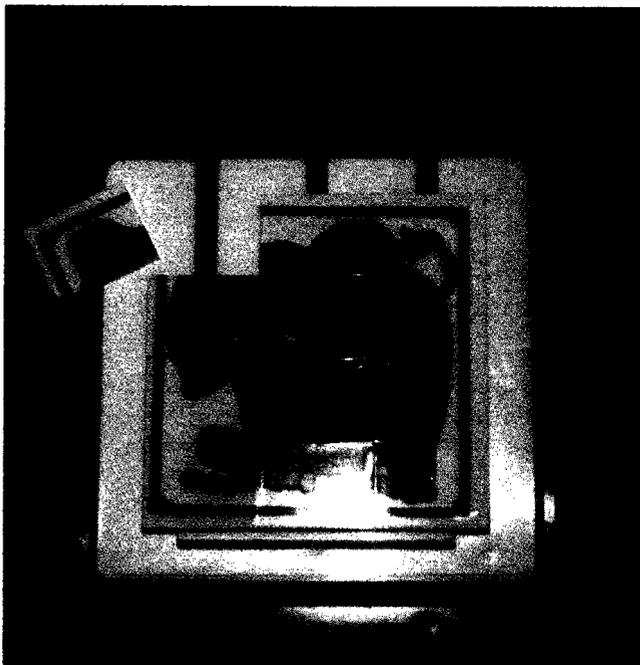
Lego (3 ans et plus), Fischer Technik (3 ans et plus), Capsela (7-10 ans), Clous et marteau (4 ans et plus), etc.

LES JOUETS DYNAMIQUES

Les jouets dynamiques sont une piste d'envol vers la grande motricité. Dans cette famille de jouets, l'enfant va satisfaire son incessant besoin de mouvements.

Les jouets sportifs sont un palliatif en attendant les équipements sportifs réels. Avec ceux-ci, nous pouvons poursuivre les objectifs suivants : dextérité manuelle, adresse, coordination œil-main, œil-pied, précision, souplesse, agilité, sens de l'équilibre, orientation spatiale, contrôle de l'espace, latéralisation, affirmation et maîtrise de soi.

Ce type de jouets initie l'enfant à la pratique de certaines règles et favorise la participation à la vie familiale ou de groupe. Certains d'entre eux comme le ballon rotatif, le bonhomme ou le ballon à frapper, etc., permettront à l'enfant de se décharger de son agressivité. D'autres comme le disque volant, bâton et rondelle, raquettes, etc., lui feront prendre contact avec la nature et la vie de plein air.



*Des pièces
glissantes font
que les pièces
ne se détachent
pas de
l'encadrement.*

Busy puzzle (3-6 ans). À recommander pour les jeunes enfants et pour les enfants présentant des troubles de coordination.



*Explorateur
(18 mois à 5 ans)*



Twister (8 ans et plus)

La balle et le ballon sont des articles qui occupent une place privilégiée parmi les jouets, étant donné la variété de mouvements qu'ils permettent d'exécuter et la variété de textures qu'ils présentent (ratine, peluche, étoffe, caoutchouc mousse, caoutchouc avec stries ou trous facilitant la préhension, caoutchouc mat, plastique, vinyle, etc.). Certains d'entre eux sont sonores (grelots ou autres à l'intérieur). En éducation ou rééducation psychomotrice, pour poursuivre des objectifs bien spécifiques en utilisant la balle ou le ballon, se référer au chapitre des exercices, lequel détaille avec précision plusieurs activités.

Le jeu « Twister » aurait pu se retrouver dans la famille des jeux de société, mais à notre avis, il apporte un aspect original à la famille des jouets dynamiques. Ce jeu de parquet très animé, qui se joue avec les mains et les pieds, demande le sens de l'équilibre, de la coordination, et la connaissance de sa droite et de sa gauche. Ce jeu à la fois dynamique et statique peut aider l'enfant à découvrir son corps, celui d'autrui et à explorer l'espace.

La corde à danser favorisera la maîtrise et la coordination des mouvements complexes, ordonnés en séquences motrices globales. Ces séquences de mouvements développeront le sens du rythme chez l'enfant.

La toupie, le yoyo, et le labyrinthe n'impliquent pas une coordination dynamique générale mais ils exercent tout de même la coordination des membres supérieurs.

Autres suggestions : Cheval à bascule (6-8 mois), balançoire, Petit chariot porteur rouge, Cheval à merveille « Bucky », Tracteur, Cheval sautoir, tricycle, traîneau, bâton sauteur, échasses, cerceaux, raquette de ping-pong avec balle attachée par un élastique, filet à grimper, jeu de sacs de sable, jeu d'anneaux, échelle de corde mobile, jeu de tir, etc.

JOUETS MUSICAUX OU SONORES

Sous toutes ses formes d'expression, la musique est l'art privilégié de la communication humaine. Selon l'avis des musicothérapeutes, la musique constitue une véritable thérapie. La musique s'infiltré en chacun de nous et finit toujours par toucher un point sensible. Elle serait un langage des émotions, un langage sans parole. Elle agit sur l'imagination, sur l'inconscient, stimulant la réceptivité, la perception et plusieurs autres facultés. C'est pourquoi elle est utilisée comme moyen thérapeutique.

La musique classique possède des propriétés extraordinaires quant aux influences émotives et psycho-physiologiques qu'elle exerce sur la plupart des gens. Il suffit de l'écouter pour s'en rendre compte.

La musicothérapie préconise non seulement l'écoute musicale, mais aussi l'apprentissage d'un instrument de musique. Éveiller l'intérêt des enfants pour la musique est l'objectif principal afin de leur donner la possibilité de s'exprimer, de se défouler, de se détendre et de se retrouver.

La faculté d'expression musicale existe en chacun de nous. L'éducateur l'éveillera et la développera.

Jouets sonores

Les jouets sonores, en général, agissent sur le développement sensorimoteur de l'enfant. La réaction à un signal sonore éveillera la curiosité de l'enfant, attirera son attention et l'incitera à fixer le jouet. Cet éveil amènera l'enfant à toucher et à se saisir de l'objet.

Le bébé adore toucher à tout, pousser, tirer, mordre, secouer, lancer, aiguisant ainsi tous ses sens. Les sons le captivent et les couleurs vives le séduisent. Dès qu'il commence à se déplacer, son système sensoriel évolue de même que ses muscles se développent. Tous les jouets sonores roulants, à tirer

ou à pousser, travaillent en ce sens, de même qu'ils aident l'enfant dans la recherche de son équilibre et dans la coordination de ses mains et de ses pieds. Ces jouets encourageront l'enfant handicapé visuel à explorer son environnement, à développer sa coordination audio-motrice, le bruit du jouet étant pour lui une sécurité. Quoique cela vous paraisse utopique de présenter des jouets sonores à un enfant handicapé auditif, il importe de savoir qu'il faut utiliser au maximum le moindre résidu auditif, alors ceux-ci vous seront d'une aide précieuse.

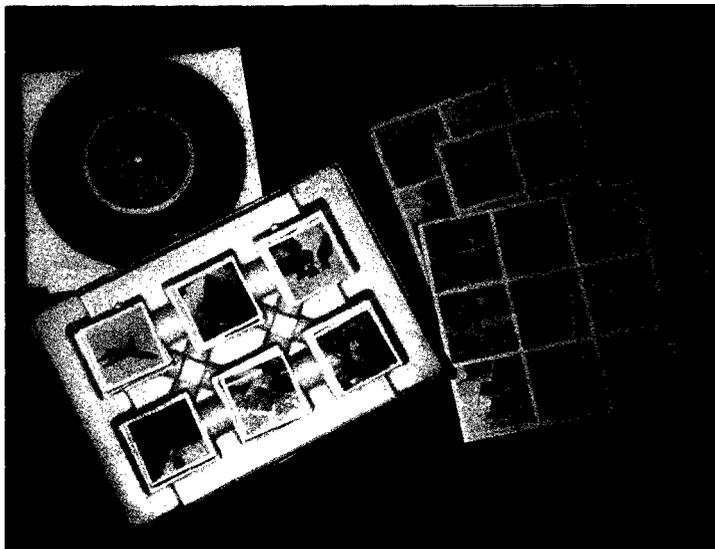
Les jouets sonores du type téléphone parlant ou non et du type animal influent sur le développement socio-affectif par l'imitation et l'identification dans des jeux symboliques. Les jouets de ce type invitent l'enfant à s'exprimer et à communiquer.

Les jouets sonores qui reproduisent des cris d'animaux (Le fermier te dit), ou des bruits familiers ou non (Écoute-Écoute) agissent sur l'intelligence renforçant le déjà vu ou le déjà entendu. Ils permettent ainsi d'apprendre à identifier des espèces animales par rapport à leurs cris et à identifier différents bruits de la vie quotidienne. Ces jouets exercent la mémoire et l'oreille à différencier les sons, de même qu'ils peuvent amener l'enfant à questionner et à échanger verbalement des idées.

L'éducation musicale commence dès la prime enfance par les berceuses que chante la maman. Aussi, dès l'âge de 9 mois, les jouets musicaux offrent un intérêt particulier pour aider au développement du rythme et de l'oreille. De plus, ils permettent à l'enfant d'exprimer ce qu'il ne peut pas ou ne veut pas dire en paroles. Le fait de jouer un instrument de musique, peu importe l'âge de l'enfant, stimulera les forces créatrices chez celui-ci. Il participe à son œuvre avec tous ses sens et se trouve plus ému par sa propre création que s'il ne fait qu'écouter de la musique.

Les possibilités d'expression étant souvent limitées chez l'enfant handicapé physique ou mental, les instruments de musique seront utilisés pour l'aider à sortir de lui-même, à trouver une forme d'expression, à diminuer les inhibitions psychiques, à satisfaire le besoin de mouvements et à trouver sa force créatrice.

La variété des instruments de musique offrira des sons différents et une gamme d'actions psychomotrices (souffler, pianoter, frapper, etc.). Ces actions aideront au développement de l'acuité auditive, de la précision du geste, du sens du rythme, de l'exploration musicale, de la créativité, de l'imagination, de l'apprentissage de notions musicales et enfin de l'expression. De plus, cette variété permet aux enfants de s'amuser en groupe, ce qui leur apprend à s'intégrer dans une communauté.



Écoute-Écoute
(6 à 10 ans)

1 disque, 27 cartes, 3 planches — différents bruits de la vie quotidienne sont enregistrés sur un disque et permettent de reconnaître l'objet correspondant sur des images. Permet de jouer au loto, d'exercer la mémoire ou de deviner tout en exerçant l'oreille à différencier les sons.

Disques

Le disque est un jouet moderne qui devient une aide précieuse pour l'apprentissage de la langue et l'éducation de l'oreille. Il n'est jamais trop tôt pour se procurer des disques pour enfants, de même que pour offrir un tourne-disque, car le rythme régulier d'une musique douce rassure et endort les tout-petits.

Les disques avec chansons ou comptines conviennent très bien aux jeunes enfants même s'ils ne parlent pas parce que ces adaptations enfantines les stimulent à répéter et à prononcer les mots ; de ce fait, ils enrichissent leur vocabulaire.

Parmi les bons disques québécois, pour n'en citer que quelques-uns, voici certains titres : Passe-Partout, Chansons et Comptines de Grand-Père Cailloux, C'est la récréation (Angèle Arseneault — Édith Butler), Au Jardin de Pierrot, les Satellipopettes, Fanfan Dédé, Barbapapa, Diguédonaine (disques, jeu, chansons, les mélodies sont rejouées par les instruments seulement, ce qui permet aux enfants de les interpréter au son de la

musique et de les danser). Certaines de ces mélodies sont présentées sous la forme d'une cassette ce qui permet à l'enfant d'être plus autonome à cause de sa manipulation plus facile.

Il existe aussi sur le marché des livres-disques et des livres-cassettes qui ont le privilège de combiner l'écoute, la vue et par la suite la lecture. Il serait bon de se procurer des disques de bruits de l'environnement, de cris et de bruits d'animaux pour développer la perception auditive.

La musique est source d'inspiration chez l'enfant comme chez l'adulte. Elle influe et éveille sa créativité. De plus, l'écoute de la musique incite à chantonner, à taper des mains, à bouger et à se laisser baigner par le rythme.

En résumé, dans le domaine de la psychomotricité, on se sert de la musique pour l'écoute, pour l'expression, pour faire de la synchronisation labiale, pour chanter ou jouer avec la musique. Celle-ci apportera perception, détente, relaxation, schéma corporel, orientation spatio-temporelle, rythme, motricité globale, harmonie des mouvements, libération et expression des émotions, langage, socialisation, donc favorisera la santé physique et mentale de l'enfant. Les jouets sonores ou musicaux sont donc très importants pour le développement de l'enfant même si certains parents les trouvent agaçants. Ceux qui privent les enfants de ces jouets, les privent aussi d'une foule d'expériences sensorielles nécessaires à leur épanouissement.

JEUX DE SOCIÉTÉ

Les jeux de société complètent le développement de l'enfant car ils l'aident à acquérir et à communiquer diverses habiletés. Ces jeux de groupe permettent à l'enfant d'apprendre les règles d'intégration à la vie sociale et tout ce que cela suppose : apprendre à gagner comme à perdre, à attendre son tour, à communiquer, à comprendre et suivre les règles, les méthodes de jeu et parfois à jouer en collaboration. De plus, il suscite la verbalisation et la capacité d'expression, l'usage et la compréhension du vocabulaire. Ces jeux peuvent aussi favoriser le développement affectif.

Le jeu de société doit être formateur en ce sens qu'il doit permettre d'apprendre, qu'il doit intéresser, stimuler et divertir.

La plupart de ces jeux favorisent le développement de la concentration et de la motricité fine; parmi ceux-ci, les jeux de stratégie seulement habituent l'enfant à l'observation et à la réflexion avant de prendre une décision, à analyser et synthétiser une situation en vue d'en arriver à résoudre des problèmes. Certains d'entre eux demandent de l'imagination, la mémoire des

meilleures combinaisons et du calcul, de la réflexion, de la logique et de l'intuition.

Les jeux où l'on utilise des dés encouragent l'action, développent les habiletés visuelles et la notion du nombre. Le lancer des dés implique la coordination œil-main, la perception visuelle, la distance-mouvement, la localisation spatiale, la distance-profondeur.

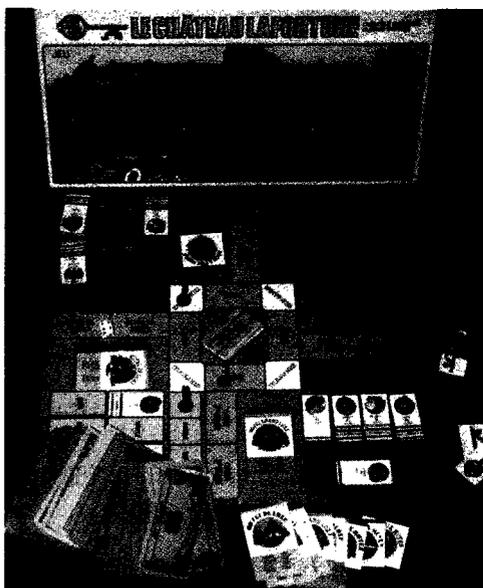
Dès l'âge de trois ans, on peut présenter à l'enfant un jeu de société susceptible d'enrichir son vocabulaire et ses connaissances. Ce n'est cependant que vers sept ans, que l'enfant apprendra à contrôler la règle du jeu de société. On ne doit pas hésiter à adapter un jeu plus difficile pour qu'il soit accessible au jeune enfant, parce que les jeux des grands leur semblent plus amusants. Il faut modifier les règles et augmenter la difficulté à la mesure des progrès. Le jeu ne doit pas être trop facile pour être intéressant, mais les règles doivent être claires, précises et concises. Des jeux de règles simples et de hasard sont faits spécialement pour nos petits, pour les conduire vers la socialisation et leur apprendre certaines notions.

Certains enfants sont portés à tricher en jouant avec un jeu de société. C'est un agissement que l'on peut comprendre, sans pour autant l'approuver. Même avec le jeune enfant, il ne faut pas le permettre et surtout ne pas en donner l'exemple. Il faut bien lui expliquer le côté négatif et inutile de la tricherie, car tricher signifie le refus de la réalité et des conséquences de ses actes.

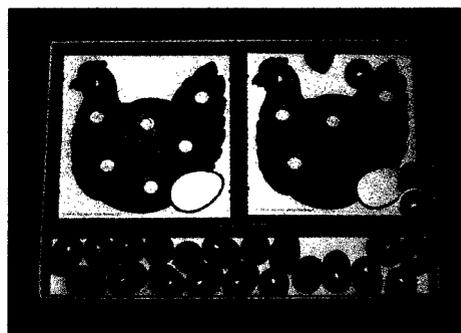
Lotos/Dominos/Jeux de mémoire

Ces jeux se présentent sous différentes formes avec des caractéristiques différentes. Ces jeux d'observation encouragent la recherche des différences et des ressemblances et, de ce fait, développent la capacité de comparer. Le principe du jeu qui consiste à associer des images, des nombres ou des couleurs, permet le développement de la logique, de l'attention et de la mémoire visuelle. Ces jeux sont d'excellents exercices de langage; ils exercent aussi la faculté d'observation et de réflexion, de même qu'ils permettent d'acquérir de nouvelles connaissances.

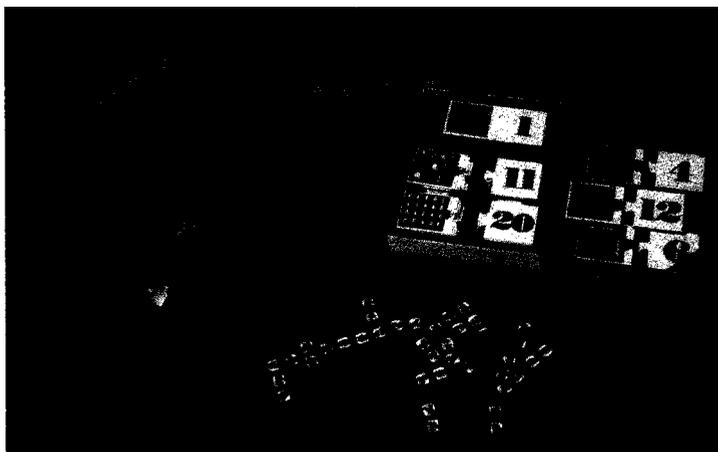
Le domino des couleurs apprendra à l'enfant à distinguer et à reconnaître les différentes couleurs. Le domino à images accentue l'observation et la reconnaissance visuelle des animaux, des couleurs, des personnages, des objets, des expressions du visage, des paysages, etc. Le domino des chiffres associés à une image aide l'enfant à reconnaître et à retenir les chiffres.



Château Lafortune (9 ans et plus)



*Cocorico —jeu de règles et de hasard
pour la discrimination des couleurs
(5 à 7 ans)*



De gauche à droite : Tri-Ominos (8 ans et plus), Dominos géants en bois, Domino Puzzle (4-7 ans). En bas : Dominos en plastique de Disney (4-8 ans).

Le domino des chiffres peut développer chez l'enfant la notion du nombre. Le domino tactile favorise la discrimination des sensations au toucher.

Pour l'enfant handicapé visuel comme pour d'autres, il devient un jouet d'exercice sensoriel et de reconnaissance tactile. Les dominos à plusieurs côtés comme Tri-Osminos sont plus complexes à associer et demandent plus d'observation.

Le loto à images exerce la faculté d'observation. Le loto de cartes (des moitiés d'image à associer) nécessite de l'imagination et un peu plus de faculté d'association. Le loto d'arithmétique entraîne les enfants au calcul mental.

Le jeu de mémoire, dont le principe est de disposer des images sens dessus dessous et d'essayer de repérer des images identiques pour obtenir des paires, stimule l'enfant à établir des relations et à mémoriser les choses et leurs situations dans un espace limité. Le repérage des images suppose un certain sens spatial et facilite l'apprentissage de la lecture.

Jeux de société particuliers

Ces jeux méritent une attention particulière car en plus d'être pertinents comme jeux de société, ils peuvent faire acquérir aux enfants d'autres habiletés psychomotrices.



Loto-Scènes
(3 ans et plus)

Jeu de puces géantes

Âge. 4 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Les pièces géantes en trois formats offrent des possibilités de manipulation pour l'enfant infirme moteur cérébral. Jouer aux puces est un exercice de visée qui aide à la coordination œil-main. Ce jeu nécessite effort, attention, concentration et patience de la part du joueur. La maîtrise, la précision des gestes et l'adresse que l'enfant développera en jouant avec ce jeu, le préparera à l'écriture. Il apprendra aussi à respecter des règles. Le même jeu existe avec des petites puces et sans rampe de lancement, il permettra de poursuivre les mêmes objectifs.

Tactil

Âge. 4 à 10 ans.

Pertinence psychomotrice. Ce jeu comprend 60 formes différentes et 4 masques. Dès l'âge de trois ans, on peut s'en servir comme jeu d'encastrement. Plus tard l'enfant, masqué, pourra identifier les objets par la palpation. Ce jeu développe le sens du toucher et l'intelligence par la représentation mentale qu'il se fait de l'objet. Il est susceptible d'aider les enfants déficients visuels à renforcer l'apprentissage des objets de leur environnement.

Bingo Pop-O-Matic

Âge. 5 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Jeu de bingo magnétique qui comprend quatre cartes à deux faces en plastique solide. Ces cartes sont sous forme de tableau muni de boutons poussoirs. Aucune pièce n'est détachée. Ce jeu de règle et de hasard aide au développement des habiletés visuelles et sa manipulation particulière le rend accessible aux enfants présentant des troubles de coordination.

L'observation et le repérage spatial qu'exige le bingo peut faciliter l'apprentissage de la lecture, la reconnaissance des chiffres et aider à leur mémorisation.

Opération

Âge. 5 à 12 ans.

Pertinence psychomotrice. Ce jeu, qui consiste à opérer un bonhomme sans le faire crier et sans faire rougir son nez, exige beaucoup de

coordination car les pièces sont très petites et les espaces restreints. Quoique stressant, il peut aider à l'éducation de la dextérité manuelle, de la précision des gestes, du raffinement de la préhension et de la vitesse de réaction.

Jeu à offrir à l'enfant malade et/ou hospitalisé. Il peut ainsi libérer ses tensions et comprendre la situation en inversant son rôle avec celui du médecin.

Fraction

Âge. 6 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Ce jeu de société composé de six valeurs fractionnaires formant un tout permettra à l'enfant de comprendre le concept des fractions, tout en s'amusant. La perception et la discrimination des valeurs fractionnaires, par la manipulation de celles-ci, facilitera plus tard, au moment de l'apprentissage des fractions, le transfert de ce concept de l'abstrait au concret. Il peut être utilisé comme matériel scolaire, mais il est conçu (dés, règles à suivre) de façon à être avant tout un jeu de société permettant ainsi à l'enfant de s'amuser en famille ou avec des amis, tout en apprenant.

Jeux de société drôles

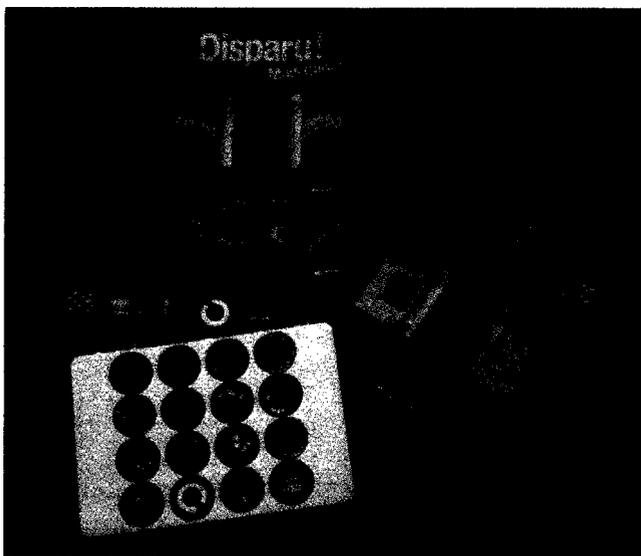
Ces jeux qui, pour plusieurs, peuvent sembler sans aucune valeur, en ont pourtant une très importante : celle de faire rire les enfants. Ces jeux favorisent principalement le développement socio-affectif. Certains n'exigent pas une très grande concentration et libèrent l'énergie tout en apportant une détente intellectuelle.

Chat coquin

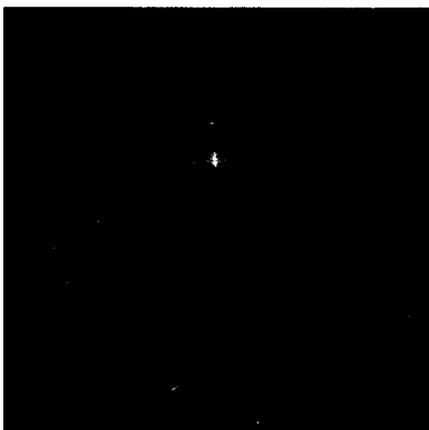
Âge. 5 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Chat coquin doit se rendre dans le gobelet du centre. Les souris servent à compter les points, chaque fois que chat coquin y parvient. On peut y jouer avec les doigts ou avec les orteils. Mais le plus important, c'est qu'il est drôle. Les enfants s'amusent sans se soucier de suivre des règles compliquées pour lesquelles ils ne sont pas toujours disposés après une journée scolaire.

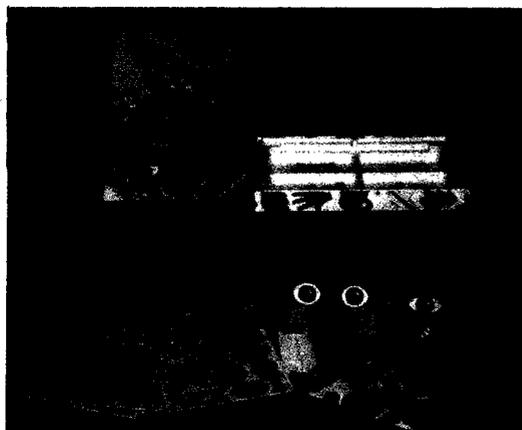
D'autres jouets drôles illusionnent l'enfant et l'amènent à jouer des rôles fantaisistes. Par exemple, Hocus Pocus, jeu de prestidigitation, (8 ans



*Disparu ! Mais quoi ?
— jeu de mémoire et de réflexion,
différent des jeux de mémoire
conventionnels (5-10 ans).*



Jeu de puces géantes (4 ans et plus)



Tactil (4-10 ans).



Chat coquin
(5 ans et plus)



Boutonnage (4 à 8 ans) — 58 pièces de confection en tissus doux et soyeux

et plus), aidera l'enfant à acquérir une certaine adresse tout en l'amusant et en amusant ses compagnes et compagnons.

Autres suggestions. Monopoly (8 ans et plus), Jour de paye (8 ans et plus), Carrières (8 ans et plus), Breakout, jeu de fuite par labyrinthes (8 ans et plus), Milles Bornes (9 ans et plus), Les grands Maîtres (10 ans et plus), Risk (10 ans et plus), Jacquet (10 ans et plus), Clue (10 ans et plus), jeux questionnaires: Quelques arpens de pièges, Super Quizz, I.Q. 2000, etc.

Dames, dames chinoises, échecs, Master Mind Walt Disney (4-8 ans), Master Mind (8 ans et plus), Master Mind des mots (8 ans et plus), Master Mind pour aveugles, Puissance 4, Othello (9 ans et plus), Bataille navale (9 ans et plus), etc.

Zoolandia (3-6 ans), Jeu de cartes (3 ans et plus), L'arbre de Mako (4 ans et plus), Trouble (6 ans et plus), Serpents et échelles (7 ans et plus), Tock (8 ans et plus), etc.

Jonchets (bâtonnets), Mikado (6 ans et plus), Jolly (6 ans et plus), Rollo Bollo (4 ans et plus), Ants in pants (4 ans et plus), etc.

Super Pim-Pam-Pet — vocabulaire (8 ans et plus), Script-O-Gram, Rebus, Scrabble (7 ans et plus), Buggle (10 ans et plus), etc.

JOUETS ARTISTIQUES ET ARTISANAUX

Les occupations telles que le bricolage, les œuvres artisanales et les arts plastiques offrent à l'enfant la possibilité de s'exprimer d'une autre manière que par le langage et sont tout aussi importantes. Elles l'amènent à s'extérioriser par des travaux palpables. Aussi, elles éveillent son imagination et sa créativité.

Dès l'âge de deux ans, l'enfant exprime ses sentiments et ses sensations à travers ses activités manuelles. C'est pourquoi, nous pouvons leur offrir des matériaux de couleurs et de formes différentes pour le familiariser avec ces notions et pour commencer à exercer une créativité. Les instruments de base sont des craies, des crayons, du papier, du matériel à modeler et de la peinture tactile.

La diversité des matériaux offerts aux enfants les incite à exercer leurs talents et leur procurent le plaisir, la fierté d'avoir su créer quelque chose eux-mêmes. La manipulation de ces matériaux apporte diverses stimulations sensorielles.

Les activités manuelles telles que boutonner, tresser, lacer, enfiler des perles ou autres, broder, tricoter, tisser, colorier, peindre, modeler, sculpter... aideront à développer le pouvoir d'observation et la dextérité manuelle, à amener un meilleur contrôle des mouvements, à améliorer la coordination œil-main, à stimuler l'imagination et la créativité, à encourager la communication et à conduire vers la socialisation.

La pâte à modeler donne aux enfants l'occasion de créations dans l'espace. Les manipulations variées qu'offre ce matériau, comme par exemple l'aplatissement d'une surface, peut aider au développement de la force musculaire et au travail du bout des doigts, préparant ainsi aux formes abstraites et à l'écriture.

Voici tout ce que l'on peut faire avec du simple papier: le regarder, le déchirer, le froisser, le découper, le plisser, le plier, le rouler, le percer, le colorier, le peindre, souffler dessus, le lancer, le piétiner, etc. Le hasard de ces actions favorisera des interprétations de la part de l'enfant.

Les jouets artisanaux doivent être faciles à comprendre et à exécuter pour que l'enfant puisse être intéressé à le faire lui-même et à terminer ce qu'il a commencé. Il est très important de bien comprendre que la plupart de ces jouets n'agissent pas immédiatement et nécessairement sur l'imagination de l'enfant, mais qu'une habileté manuelle acquise par la pratique que procurent ces jouets peut entraîner l'enfant à créer ses propres modèles et pièces.

On retrouve aussi dans les jouets artisanaux les mosaïques qui offrent des possibilités de créations illimitées. Les mosaïques à petites pièces et à pression requièrent de la souplesse et de la précision dans les mouvements des doigts. L'enfant peut inventer une image figurative ou non figurative. Cette forme d'artisanat améliore la perception visuelle car l'enfant aura à identifier, sélectionner, manipuler, et comparer pour copier un patron ou créer son propre modèle. La boîte à imprimerie offre un attrait particulier. L'enfant pourra inventer des messages ou des histoires, les colorier et en faire des bandes dessinées. De ce fait, il développera son imagination et sa créativité. Le jouet se présente sous différents thèmes tels : alphabet, animaux, fleurs, personnages, etc.

Ces jouets artistiques et artisanaux sont accessibles à tous les enfants selon leur âge, leur goût, leurs intérêts et leurs capacités.

Autres suggestions. Craies pyramidales (18 mois et plus), gouache solide (3 ans et plus), Magnadoodle ou autre ardoise magique (3 ans et plus), crayons (4 ans et plus), pinceaux (4 ans et plus), pâte à modeler (4 ans et plus), ciseaux à bouts ronds (4 ans et plus), bâtons de colle (4 ans et plus), pein-

ture à l'eau, peinture tactile, tableau d'ardoise (5 ans et plus), mosaïques (5 ans et plus), tricoton (6 ans et plus), papier pliage, argile (7 ans et plus), tapis au crochet à clapot ou à fil continu (8 ans et plus), nécessaire Atelier de Menuisier (8 ans et plus), métier à tisser (8 ans et plus), pierre à sculpter (9 ans et plus), ensemble Tisscolor (peinture à l'eau pour décorer ou imprimer les tissus) (12 ans et plus), etc.

JOUETS / JEUX ÉLECTRONIQUES

La mode actuelle favorise les jeux électroniques. Certains d'entre eux sont dispendieux et stressant ; ils n'apportent rien de plus qu'un passe-temps parfois amusant. Par contre, d'autres sont de prix abordable et vraiment intéressants pour influencer positivement le développement psychomoteur. Il est difficile de déterminer des objectifs psychomoteurs généraux qui conviennent à l'ensemble des jouets électroniques si ce n'est la manipulation fine qu'ils exigent, l'attention, la persévérance et l'écoute qu'il est nécessaire d'avoir pour jouer avec ces jouets.

Cependant les jeux électroniques peuvent aider au développement de la mémoire, des réflexes, de la déduction logique, du sens de l'observation et de la concentration. Ils permettent aussi l'acquisition d'un esprit rationnel. Cependant, ils agissent très peu sur l'imagination créatrice de l'enfant et n'incitent que faiblement à la communication avec autrui.

Vu la grande variété de jouets électroniques, nous ne pouvons pas tous les décrire et leur attribuer une pertinence psychomotrice, tout comme nous n'avons pu tous les expérimenter. C'est pourquoi nous en décrivons quelques-uns avec leur pertinence spécifique et les objectifs que nous pensons qu'ils peuvent poursuivre.

Drive yourself crazy

Âge. 4-10 ans.

Pertinence psychomotrice. Ce jouet a un volant dont l'enfant se sert pour diriger son auto qui suit un trajet présentant différentes routes à choisir, et dont certaines sont sans issues. Ces routes offrent un choix de gauche ou droite. Un petit bras de direction permet d'aller de l'avant ou de l'arrière, ou encore d'arrêter le véhicule. Du point de vue coordination œil-main, latéralisation, orientation droite-gauche, notion avant-arrière, attention, mémoire, ce jouet est vraiment bien fait. Il offre de plus un aspect important pour la dextérité digitale, obligeant les doigts à pivoter pour tourner le volant.

Merlin

Âge. 7 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Ce jouet nous propose six jeux pour jouer avec l'ordinateur : tic-tac-to, machine à musique, écho, «black jack» 13, carré magique, casse-tête. Il demande une manipulation des deux mains, soit l'une pour tenir et l'autre pour jouer du bout des doigts, renforçant ainsi la dominance latérale, l'attention, la persévérance. De plus, il est pertinent pour la coordination œil-main et ce à travers tous ses jeux.

Le tic-tac-to est un jeu de stratégie faisant appel à l'imagination et à la déduction.

La machine à musique permet de jouer des airs de musique comme Clémentine, la 9^e de Beethoven, etc., en appuyant sur les boutons selon l'ordre dans lequel ils figurent par nombre (2-2-2 0-1-0, etc. jusqu'à 48), dans le livret d'instructions. L'enfant peut aussi créer un air de musique qu'il écouterait par la suite et qu'il perfectionnerait à son gré. Ce jeu peut éduquer l'oreille et le rythme.

Écho est un jeu de mémoire auditive et visuelle cumulative avec un ordre de difficulté allant de 1 à 9 notes. Il s'agit pour l'enfant de bien écouter et de regarder attentivement les lumières et/ou les chiffres pour répéter dans l'ordre exact l'air composé de notes jouées au hasard par Merlin.

« Black jack » 13 est un jeu de hasard où les boutons de 1 à 10 représentent 10 cartes et avec lesquelles il faut obtenir le plus haut pointage. La lumière stable indique la carte de Merlin alors que la lumière clignotante indique la nôtre. Ce jeu de lumière exerce la discrimination visuelle alors que le jeu en lui-même implique une prise de décision quant au choix d'une autre carte et développe la notion d'addition.

Le carré magique exige une mémoire et une discrimination visuelle importante car, le temps d'une seconde, Merlin nous montre le carré magique qu'il faudra reformer. Ce jeu développe l'intelligence car il existe un code secret de Merlin, lequel est expliqué dans le livret d'instruction. Ce code fonctionne de façon telle que les 9 boutons numérotés influent sur chacune des autres lumières selon un certain ordre prévisible. Il permet à l'enfant de chercher à en découvrir le mécanisme et à faire une certaine lecture de plan.

Le casse-tête est pour ainsi dire un jeu de devinette : trouver dans l'ordre exact un nombre de deux ou plusieurs chiffres que Merlin aura déterminé. À chacun des essais, Merlin indique les chiffres corrects et s'il y en a parmi eux qui sont dans le bon ordre. C'est à partir de ces données que l'enfant devra faire des déductions pour en arriver à la solution. Il aidera ainsi à développer la logique de l'enfant.

Simon

Âge. 7 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. Simon est un jeu qui nous demande de reproduire les sons et lumières dans l'ordre qu'il nous les présente et selon le degré de difficulté choisi par le joueur. Plus il avance dans la quantité de sons et de lumières à répéter, moins il ne le montre ni ne le laisse entendre longtemps.

Ce jouet favorise donc le développement de la mémoire auditive et visuelle cumulative, de même que la vitesse de réaction, car il y a un temps limite pour reproduire un son. Ses quatre facettes de couleurs qui s'allument sont un repère visuel et spatial (en face, à côté, à gauche, à droite). Les parties dont Simon signale la réussite offrent à l'enfant la satisfaction de cette réussite. Simon indique aussi à l'enfant ses erreurs et lui permet, en répétant la séquence au complet, de voir où il s'est trompé. L'enfant peut aussi surveiller un autre joueur; il exerce à nouveau sa mémoire, suggérant parfois la réponse lorsque son compagnon hésite et suscitant ainsi la communication verbale.

On peut jouer à deux, trois ou quatre avec Simon, en s'attribuant chacun une couleur ou en ajoutant un signal clignotant.

Bataille navale électronique

Âge. 10 ans et plus.

Pertinence psychomotrice. C'est un jeu de stratégie, de combat naval. L'enfant programme l'emplacement de chaque navire (5) dans l'ordinateur et lance des missiles à l'adversaire, pendant que l'ordinateur enregistre la bataille avec des sons réalistes et des lumières. Le jeu consiste à couler les bateaux adversaires en trouvant la position des navires par déduction. Il demande de la stratégie et implique que l'enfant se mette à la place de l'autre joueur et imagine son plan tout en concevant le sien.

Le combat naval pourrait aider à l'éducation du sens spatial, de la concentration, des capacités de logique, de l'esprit d'analyse et de la vitesse de réaction. Ce jeu se présente aussi sous forme de jeu de société, mais non électronique, en carton solide. Cependant, de par ses caractéristiques supplémentaires, il intéressera davantage l'enfant et plus longtemps, s'il est électronique.

Le jeu vidéo et l'ordinateur évoluent rapidement et sont de plus en plus accessibles. Ils ont la propriété de permettre aux jeunes l'action et la stimulation les amenant à se défouler. Le jeu vidéo est synonyme de

compétition et dans le monde d'aujourd'hui, c'est une réalité concrète. Le jeu familiarise donc le jeune avec la compétition. Peu de jeux vidéo font appel aux facultés intellectuelles, mais la plupart développent et affinent les réflexes. L'ordinateur offre par contre de plus grandes possibilités en éducation et en loisirs à qui sait s'en servir intelligemment.

Autres suggestions. Ultra-rapide, Dictée magique (7-12 ans), Quiz-Wiz (7-12 ans), The generals (10 ans et plus), Détective électronique (12 ans et plus), Au voleur (12 ans et plus), etc.

JOUETS SCIENTIFIQUES

Les jouets scientifiques sont des outils d'éveil et d'initiation aux sciences. Entre 9 et 12 ans, l'enfant désire se lancer dans des projets personnels ; il est emballé par des activités où il aura à se dépasser. Cette famille de jouets favorise donc l'acquisition de connaissances.

Ce sont des jouets très contestés, mais malgré cela, il est possible, en psychomotricité, de les exploiter pour une fonction précise: soit d'amener les enfants à monter un projet pilote. Les recherches qu'ils feront pour y arriver et la manipulation les entraîneront à concevoir, à construire et à appliquer des connaissances théoriques. Nous pourrions ainsi développer chez nos jeunes la participation, l'attention, l'observation, la persévérance, le sens de l'application, la faculté de sérier, la curiosité de comprendre des phénomènes naturels, les notions de relation et de causalité et la recherche de solutions à des problèmes.

Les expériences en magnétisme, en électricité, en physique, en optique, en biologie, en astronomie, en sciences naturelles, en électronique, etc. amusent les jeunes, mais certaines d'entre elles requièrent de l'habileté manuelle et nécessitent la présence d'un aîné ou d'un adulte.

Les contacts humains et les échanges d'idées agiront sur la sphère affective de l'enfant et les jeux en commun leur feront goûter la joie que donne la réalisation d'un projet mené à terme.

L'intérêt de l'enfant devrait être de prime abord dans le choix d'un jouet scientifique, et pour encourager cet intérêt, les explications théoriques et les instructions doivent être claires, précises et constituées en fonction de l'âge de l'enfant.

On doit faire comprendre à l'enfant qu'un ensemble de projets scientifiques n'apporte ni la précision, ni le rendement des appareils perfectionnés, mais qu'ils seront cependant fonctionnels.

Autres suggestions. Kaléidoscope (4 ans et plus), Cloche à insectes (4 ans et plus), Loupe (5 ans et plus), Les jeux d'aimants (5 ans et plus), Télescope (8 ans et plus), Moteur et générateur (11 ans et plus), Radio Cristal (12 ans et plus). Le petit débrouillard, par le professeur Scientifix,³ 65 expériences faciles à réaliser (6 à 12 ans), etc.

LIVRES

Les parents soucieux du développement complet de leurs enfants se feront un devoir d'éveiller très tôt chez ces derniers le goût de la lecture. On y parviendra en leur offrant de bons livres et en leur faisant la lecture d'histoires imagées. On se doit de satisfaire la curiosité naturelle de l'enfant en respectant son âge de développement.

Le tout-petit s'amuse et se plaît à tourner les pages d'un livre. C'est une nouvelle découverte pour lui, il ne fait que regarder les images sans vraiment s'y attarder. On peut alors verbaliser simplement sur l'image qu'il regarde. Plus tard, vers deux ans, ces images et les dessins vont attirer son attention. À ce moment-là, lui lire de courtes histoires pendant qu'il regarde les illustrations. Ainsi il essaiera d'expliquer les images. Lui offrir des livres représentant des images d'animaux, d'objets usuels, de moyens de transport, de personnages qu'il peut identifier facilement.

Vers l'âge de quatre et cinq ans, son attention est plus soutenue, son vocabulaire plus vaste. Il pose beaucoup de questions et les réponses doivent être adaptées à son âge et à son développement intellectuel. Lui lire et lui remettre des livres de contes de fées, de légendes, d'histoires ayant une bonne morale et qui finissent bien. De petits récits avec des personnages comiques, ainsi que des histoires concernant sa vie et celle d'enfants vivant dans d'autres endroits, des comptines et petits poèmes sauront l'intéresser et favoriser sa culture.

À six et sept ans, l'enfant pense et réfléchit un peu plus, il peut saisir une allusion. Il veut une réponse exacte à ses questions. Il apprend à lire. Il aimera relire tout ce que vous lui avez lu auparavant. Lui offrir des livres avec un peu plus de texte et moins d'illustrations. En plus des contes et des fables, lui remettre de petits récits d'aventure, d'histoire naturelle, des livres sur les phénomènes de la nature, de la poésie.

L'enfant de huit, neuf, et dix ans est à l'âge où tout l'intéresse. Ses capacités naturelles d'enchantement sont en plein essor. Pouvant lire seul,

3. Québec Science Éditeur/ Fédération Québécoise du Loisir Scientifique, 1981.

il se concentrera beaucoup plus sur les mots que sur les images et, de ce fait, il améliorera sa lecture et son besoin d'imaginer sera ainsi satisfait. Lui offrir des œuvres littéraires susceptibles de le captiver. Souvent, à cet âge, l'enfant fait des demandes précises à ce sujet. Des livres d'émissions de télévision le passionnent. Peuvent aussi lui faire plaisir des classiques, des récits de voyage, d'autres peuples, d'autres mœurs, des récits humoristiques, des bandes dessinées, des livres de science-fiction.

À onze, douze, treize ans, c'est la période de transition, le choix est difficile. La littérature enfantine ne l'intéresse plus. Il est en voie de passer du monde imaginaire au monde réel. Les livres pour adultes sont encore trop difficiles à comprendre. On guidera quelque peu son choix en lui offrant des romans d'aventures pourvus d'action et d'intrigues. Des livres sur la nature, les peuples, les animaux, les plantes, la géographie, les livres de jeux, de bricolage, de bandes dessinées lui plairont.

Vers quatorze ans et plus, le voilà en pleine adolescence ; c'est l'âge où il est à la recherche de lui-même. Il tente de découvrir quel genre de personne il aimerait être. Il hésite souvent à se confier et est quelquefois honteux de ressentir certaines angoisses. Mettre à sa disposition des livres qui racontent de façon réaliste les petites tragédies de l'existence. Ainsi, il connaîtra les douleurs et les joies véritables que l'on peut rencontrer dans la vie de tous les jours. Les romans, les biographies, les livres de science, les livres d'aventures, d'artisanat, de bricolage, de sport, etc. seront appréciés.

L'achat d'un livre de qualité est un bon investissement. Il vaut mieux acheter de temps en temps un bon livre que d'en acheter plusieurs médiocres et sans valeur.

La lecture bien choisie devrait développer l'imagination, inciter à la réflexion, enrichir le vocabulaire et élargir le champ des connaissances. C'est aussi un ami sûr dans les moments de détente et de solitude.

Somme toute la lecture d'ouvrages littéraires convenant au goût et à l'âge de l'enfant et de l'adolescent peut l'aider dans son développement émotionnel, intellectuel et social.

Il convient aussi d'exploiter au maximum les ressources offertes par les bibliothèques locales.

Les âges correspondant aux livres suggérés sont bien entendu très approximatifs. Si l'enfant commence tard à s'intéresser à la lecture, il ne se plaira pas dans la lecture d'ouvrages de son âge. À ce moment-là, il faudrait peut-être lui remettre des livres que l'on donne à l'enfant d'un an ou deux plus jeune.

Le marché du livre est immense et évolue rapidement. Il nous est impossible de vous donner tous ceux qui sont pertinents tant du point de vue textes et illustrations que de la présentation. Voici ceux qui ont le plus attiré notre attention:

- « Les poches de mon tablier » de Marie Chapouton.
- « La panne d'électricité » de Monique Davot.
- « Mon œuf » d'Anne Fronsacq, tous trois des Éditions Flammarion (5-9 ans).
- « Valérie la coccinelle » de François Ladouceur, Éditions Héritage (2-8 ans).
- « Max le Magicien » de Robert Soulières, Éditions La courte échelle (4-8 ans).
- « Mon grand-père a un jardin » de Grand-père Cailloux (4-8 ans).
- « Une fenêtre dans ma tête » Vol. 1 et 2 de R. Plante (5-9 ans).
- « Le ciel amoureux » de S. Gouin (3-6 ans).
- « Les gens de mon pays » de Gilles Vigneault (10 ans et plus), tous trois des Éditions La courte échelle.
- « Patou le chien deviendra grand » (livre accordéon).
- « On rit avec Bambi ».
- « Coucou voilà Donald », (2-5 ans), tous trois des Éditions Fernand Nathan.
- « Dean's Rag Book », Angleterre (petit livre de coton lavable, sans texte), (bébé-3 ans).
- « Automne », Texte de Ovale, Éditions Ovale, Bibliothèque Nationale du Québec (2 à 5 ans).
- « Plouf le clown » (une roulette le fait changer de visage), Éditions Montbec Inc. (4-6 ans).
- « Le livre Pinocchio » (livre-poupée) (2-6 ans).
- « 333 questions pour s'amuser, 1001 réponses pour rire », de Kent Salisbury, Éditions des deux corridors Paris (5-10 ans).

Suggestions de livres québécois

- « L'Abécédaire de Pitatou » de Louise Pomminville, Éditions Leméac (2-7 ans).
- « La tomate inquiète » de Cécile Larose, Éditions Leméac, (2-7 ans).
- « Comptines traditionnelles du Canada français », Éditions Leméac, (2-7 ans).
- « Courte queue » de Gabrielle Roy, Éditions Stankey (6-10 ans).
- « La famille Citrouillard aux poissons des chenaux » de Rita Scalabrini, Éditions Leméac (6-10 ans).
- « Pitatou et le jardinage » de Louise Pomminville, Éditions Leméac, (6-10 ans).
- « Popok le petit esquimeau » de Yves Thériault, Éditions Québecor, (8-10 ans).
- « Le tour de l'île » de Félix Leclerc, Éditions la courte échelle, (8 ans et plus).
- « La maison tête de pioche » de Bernadette Renaud, Éditions Héritage, (8 à 12 ans).
- « Organisation Argus » de Daniel Sernine, Éditions Paulines (10-13 ans).
- « L'inconnue des Laurentides » de M. Sabella, Éditions Paulines, (10 ans et plus).
- « Patrick et Sophie en fusée » de Monique Corriveau, Éditions Héritage, (12-15 ans).

Il y a aussi les collections : « Alice au pays des merveilles », « Les contes de Perreault », « Merry Poppins », « La comtesse de Ségur », « La petite maison dans la prairie », « Heidi », « Astérix », « Achille Talon », « Tintin », etc. qui sont toujours populaires.

À recommander particulièrement pour les petits autant que pour les adolescents, la collection « Un bon exemple de _____ ». L'une des belles histoires vraies (Éditions Grolier). À la fin de chaque volume, abondamment illustré et racontant la vie d'un personnage célèbre, on retrouve une courte biographie destinée aux adultes. Chaque volume met l'accent sur un thème particulier.

1. Un bon exemple de confiance en soi : Louis Pasteur.
2. Un bon exemple de franchise et confiance : Cochise.
3. Un bon exemple de respect des autres : Abraham Lincoln.
4. Un bon exemple de curiosité : Christophe Colomb.
5. Un bon exemple de créativité : Charles Dickens.
6. Un bon exemple d'amour des autres : Eleanor Roosevelt.
7. Un bon exemple de persévérance : Helen Keller.
8. Un bon exemple de patience : Les frères Wright.
9. Un bon exemple de bonté : Elizabeth Fry.
10. Un bon exemple de sens des responsabilités : Ralph Bunche.
11. Un bon exemple de générosité : Les frères Mazo.
12. Un bon exemple du don de soi : Beethoven.
13. Un bon exemple de compréhension : Margaret Mead.
14. Un bon exemple d'honnêteté : Confucius.
15. Un bon exemple de soif de savoir : Marie Curie.
16. Un bon exemple du sens de l'économie : Benjamin Franklin.
17. Un bon exemple de prévoyance : Thomas Jefferson.
18. Un bon exemple de dévouement : Albert Schweitzer.
19. Un bon exemple de courage : Jackie Robinson.

Édition Grolier, 1980.

Comme vous avez pu remarquer, divers types d'apprentissage se trouvent souvent dans chacune des familles de jouets. Mais on pourrait en ressortir un ou des objectifs premiers :

1. Les jouets de situation/imitation : développement affectif et apprentissage des activités de la vie quotidienne, développement de l'intelligence.
2. Les jouets d'assemblage : développement de l'imagination, de l'intelligence et de la motricité fine.
3. Les jouets dynamiques : développement de la motricité globale.
4. Les jouets musicaux ou sonores : développement sensori-moteur.
5. Les jeux de société : développement social.
6. Les jouets artistiques et artisanaux : développement de la créativité.
7. Les jouets/jeux électroniques : affinement des réflexes et développement de la mémoire.
8. Les jouets scientifiques : développement de la curiosité intellectuelle.
9. Les livres : développement de l'imagination et des habiletés langagières.

Il ne faudrait surtout pas penser que les jouets sont une solution miracle aux problèmes psychomoteurs de l'enfant et qu'ils vont automatiquement développer chez lui les habiletés mentionnées ; mais ils seront sûrement un très bon support pour le développement global de l'enfant.

N'oublions pas qu'un jouet fabrication-maison a autant de valeur éducative, sinon plus, car il crée un lien affectif (voir chapitre 4, partie B : Arts plastiques).

Les jeux de l'enfant fournissent des expériences précoces pour la vie et le plaisir associé au jouet est nécessaire au jeu comme à l'apprentissage.

Il faut donc faire en sorte que l'environnement et le matériel intéressent l'enfant, qu'il s'y sente à l'aise, qu'il puisse l'utiliser à son gré et y faire ses propres expériences concrètes et imaginaires.

Pour aider nos enfants à bâtir leur monde où le réel et l'irréel interfèrent, il est important qu'ils aient des jouets et du matériel, autant que des espaces appropriés où ils pourront se retirer quand ils ressentiront un besoin de solitude et où ils pourront y amener des amis(es) pour partager leurs jeux.

Observez l'enfant et soyez à son écoute, ainsi vous saurez mieux quels jouets répondront à ses besoins et à ses intérêts.

CONCLUSION

Par cet ouvrage, nous avons tenté d'exposer plusieurs moyens éducatifs visant la prévention et la rééducation. Souvenons-nous qu'il vaut mieux éduquer que rééduquer, et qu'une bonne éducation psychomotrice prépare l'enfant aux apprentissages scolaires.

L'aspect ludique que nous avons donné à cet ouvrage est, selon nous, le meilleur moyen de rejoindre les jeunes et de les intéresser à leur propre développement. Les situations proposées vont éduquer, cultiver l'habileté manuelle et améliorer l'habileté corporelle, car l'enfant aura à faire des efforts de perception, de réflexion, de contrôle de soi et d'action ordonnée pour mieux maîtriser son corps.

Les activités de développement suggérées côtoient quotidiennement les matières académiques, et cette étroite corrélation permet aux jeunes de se recréer tout en s'éduquant. C'est par la réussite que l'on découvre ou redécouvre le goût d'apprendre et de persévérer.

L'éducation psychomotrice est une action pédagogique et psychologique utilisant le mouvement. « Il est temps que les éducateurs s'aperçoivent que certaines valeurs fondamentales doivent être sauvées, que c'est un devoir impérieux et urgent, et que ne pas accepter les impératifs pourrait diminuer le potentiel biologique et mental de plusieurs générations. »¹

1. VERHAKEN, M. *La motricité dans l'éducation*. Éducation physique. Vol. VII (1, 2, 3), 1967.

BIBLIOGRAPHIE

- AJURIAGUERRA, J. de, « Le choix thérapeutique en psychiatrie infantile », Paris, . Masson, 1967.
- AJURIAGUERRA, J. de, « Manuel de psychiatrie de l'enfant », Paris, Masson, 1977.
- ALLARD, Marcel, « L'école du cyclisme », Paris, Amphora, 1976.
- ANDERSON, William, « Teaching the Physically Handicapped to Swim », London, Faber and Faber, 1968.
- ARPIN, Louis, « Le Guide du Judo au sol », Montréal, Éditions de l'Homme, 1971.
« Artisanat et loisirs », Éditions Françaises PPI, 1967.
- ASSOCIATION DES CONSOMMATEURS DU QUÉBEC, « Jouets 81 », publié par l'Association des Consommateurs du Québec, Montréal, 1980.
- BATTISTA, Éric, PORTES, Maurice, « Jeux sportifs et sports collectifs », Paris, Bornemann, 1976.
- BANDET, Jeanne, SARAZANAS, Réjane, « L'enfant et les jouets », Paris, Casterman, 1972.
- BERGE, André, « Comprendre et éduquer un enfant difficile », Paris, Hachette, 1973.
- BERGSON, Henri Louis, « Le rire : essai sur la signification du comique », Paris, Presses universitaires de France, 1961c1940.
- BOLTANSKI, Étienne, « L'enfance handicapée », Toulouse, Privat, 1977.
- BOREL-MAISONNY, S., « Perception et Éducation », Neuchatel, Delachaux et Niestlé, 1973.
- BRUEL, C., « 150 nouveaux jeux », Paris, Chiron, 1967.
- BUSNEL, M., HENNEQUIN, C., DESPLANCHES, C., et l'équipe d'ergothérapie, « L'ergothérapie au centre de Kerpape », Réadaptation 260 : 22-30, 1979.
- CAHUZAC, Maurice, « L'enfant infirme moteur d'origine cérébrale », Paris, Masson, 1980, 2^e Ed.
- CALMY, G., « Comment faire ?... les exercices graphiques », Paris, Nathan, 1966.
- CAPLAN, F. (Ed.), « Les douze premiers mois de mon enfant », Montréal, Éditions de l'Homme, 1975.

- CHAZAUD, J., « Introduction à la psycho-motricité. Synthèse des méthodes et des approches », Paris, Privat, 1974.
- COCHE, Jean-Paul, RENAULT, Jean-François, « Judo : la technique, la tactique, l'entraînement », Paris, R. Laffont, 1975.
- CONSEIL CANADIEN D'EXPÉRIMENTATION DES JOUETS, « Information Jouets », Volume 6, 1980.
- COSTE, G., GAUTHIER, H., HELL, H., IMBERTY, P., LEDUC, D., LISTELLO, A., MATHORE, M., PERSONNE, J., PIBAROT, P., PINTURAU, J., POULAIN, R., RICARD, R., SABA, J., « Orientation sportive », Paris, Librairie Armand Colin, 1964, (Coll. Bourrelrier).
- COURTINE, Henri, « Le Judo », Paris, Denoël, 1974.
- DAIGNEAULT, Armand, « L'enfant et les jouets », Montréal, La Presse Le Collège Marie-Victorin 2, 1980.
- DEFONTAINE, J., « Manuel de Rééducation Psychomotrice », Paris, Maloine, 1976.
- DEMARBRE, André, « 200 jeux et 200 variantes », Nancy, Berger-Levrault, 1971.
- DUCHE, D.J., LAUNEY, C., « L'enfant physiquement handicapé », Doin, 1958.
- DUROUX, Claude, « Votre enfant et le sport en 10 leçons », Paris, Hachette, 1975.
- ÉLIE, Jean-Marc, « Précis de l'Arc. Le guide du tir à l'arc au Québec », Montréal, les Éditions La Presse, 1978.
- FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DU LOISIR SCIENTIFIQUE, Québec, *Québec Science*, 1981.
- FREINET, Célestin, « L'apprentissage du dessin », Verviers, Marabout Service, 1975.
- GAGNARD, Madelaine, « L'éveil musical de l'enfant », Paris, Éditions Esf, 1977.
- GEFFRIER, A., « Éducation sensorielle-manuelle-gestuelle », *Réadaptation* 119: 14-15, 1965.
- GESELL, A., ILG, F.L., « Le jeune enfant dans la civilisation moderne », 10^e Ed., Paris, P.U.F., 1978.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Ministère de l'Éducation, « Programme d'études Primaire Art », Février 1981, code 16-2510.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Ministère de l'Éducation, « Le projet éducatif de l'école », 1980.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Ministère de l'Éducation, « Répertoire de jouets pour une ludothèque », Québec, Éditeur officiel, 1980.
- GUILMAIN, E., GUILMAIN, G., « L'activité psycho-motrice de l'enfant. Son évolution jusqu'à 12 ans », Paris, Librairie Médicale Vigné, 1971.
- GUINDON, J., « Les étapes de la rééducation », Paris, Fleurus, 1971.
- HEBDO-SCIENCE, les ouvrages de la « Collection des petits débrouillards », Québec, *Québec Science Éditeur*, 1981.
- HERZKA, Stefan, HEINZ, Dr., « Jouets pour l'enfant normal et l'enfant déficient », Stuttgart, Schwabe & Co. Éditeurs Bâle, 1966.
- KALFF, Dora M., « Le jeu de sable : méthode de psychothérapie », Paris, Épi, 1973.
- KNAPP, Barbara, « Sport et motricité », Paris, Vigot, 1971.

- KRAUSS, Richard, « 1000 Jeux pour tous », Sélection du Reader's Digest, 1978.
- KRECH, CRUTCHFIELD, LIVSON, KRECH, « Psychologie », Montréal, Éditions du Renouveau pédagogique, 1979.
- LANDER, Hilda, « La danse dans la formation de la jeunesse », Montréal, Éditions Paulines, 1970.
- LAPIERRE, A., « La rééducation physique », Paris, J.B. Baillière, 1968.
- LASKIN, Joyce Novis, « Arts and Crafts Activities Desk Book », West Nyack, N.Y. Parker Pub., 1971.
- LE BOULCH, J., « Vers une science du mouvement humain » Paris, Éditions ESF, 1971.
- LE BOULCH, J., « De l'éducation physique... à la psychocinétique — étude critique et perspectives », Paris, Éditions ESF, 1977.
- LEFEBVRE, Jean-Jacques, « Lire, écrire, calculer et le développement visuel ». Préventorium des troubles d'apprentissage scolaire, Montréal, Éditions Conceptions 2001 Inc., 1976, (Coll. Vision).
- LEFEVRE, L., DELCHET, R., « L'éducation des enfants et des adolescents handicapés en milieu scolaire et para-scolaire », Paris, Éditions Sociales Françaises, 1969.
- LÉGLISE, Michel, « Natation sport complet », Paris, Éditions Médicales et Universitaires, 1976.
- LEHMANN, René, « Enseignement de la Natation aux handicapés moteurs », Service de Sécurité Aquatique de la Croix-Rouge, Division du Québec, mars 1976.
- LINDSAY, Zaidee, « Art and the handicapped child », New York, Van Nostrand Reinhold, 1972.
- LOMBARD, Françoise, MICH, Annette, « L'expression corporelle de 5 à 15 ans », Paris, A. Colin, 1974.
- LUSSIER, Gisèle (Trad.), BARKER, Lois (Ed.), « Manuel d'enseignement de la natation aux handicapés », Toronto, Société Canadienne de la Croix-Rouge, 1974.
- MAISTRE, Marie de, « Déficience mentale et langage : approche psychologique et pédagogique », Paris, Éditions universitaires, 1970.
- MARX, Erich, « Exercices simples avec balles et ballons », Hamburg, Konrak Wiese, Hamburg, Wandsbek, WV-Hauss, 1966.
- MIRKIN, Gabe, MARSHALL, Hoffman, « La médecine sportive », Montréal, Éditions de l'Homme, 1981.
- NOWELL, Iris, « Le ski de fond au Québec », Montréal, Éditions Héritage, 1976.
- OSTERRIETH, P., « Introduction à la psychologie de l'enfant », Paris, P.U.F., 1972.
- OZINGA, Glasca, « L'activité créatrice et l'enfant », Québec, Presses de l'Université Laval, 1969.
- PAPALIA, D.E., OLDS, S.W., « Human Development », New York, McGraw Hill, 1978.
- PEDNEAULT, M. (Dir), « Guide pour l'évaluation de la maturation des enfants de 0 à 5 ans », Montréal, Imprimerie de l'Hôpital Sainte-Justine, 1971.

- PIAGET, Jean, « La formation du symbole chez l'enfant : imitation, jeu et rêve, image et représentation », 4 ed., Neuchatel, Delachaux & Niestlé, 1968.
- PICQ, Louis, VAYER, Pierre, « Education psycho-motrice et arriération mentale », Paris, Doin, 1972c1968.
- PIRON, Florence, « L'enfant et la poupée », Paris, Nathan, 1976.
- POISSON, J., « Les marionnettes et l'éducation psychomotrice », *Annales de rééducation physique*, 82 :53-56-86, 1966.
- PRONOVOST, Jean-François, « La Marche », Montréal, Editions de l'Homme, 1980, (Coll. Sports).
- RATTÉ, M. E., « La déficience mentale — rééducation », Montréal, Éditions Paulines, 1977.
- REDL, Fritz, WISEMAN, David, « L'enfant agressif », Paris, Fleurus, 1964, 2 volumes.
- REILLY, M. (Ed.), « Play as exploratory learning », Beverly Hills, Sage Publications, 1974.
- RIDEAU, Alain Dr., « Comment connaître son enfant », Montréal, Laffont Canada Ltée, 1981.
- RIGAL, R., PAOLETTI, R., PORTMANN, M., « Motricité Approche psychophysiological », Montréal, Presses de l'Université du Québec, 1974.
- RIOUX, Monique, BOISVERT, Jean-Marie, BILZ, Diane, « L'enfant et l'expression dramatique », Montréal, L'Aurore, 1976.
- ROTTGER, Ernst, KLANTE, Dieter, « Point et ligne », Paris, Dessain et Tolra, 1966.
- ROZE, Janine, CLÉMENT, Robert, « Source claire: approche sensorielle des techniques de base », Paris, Magnard, 1968-1973, 3 volumes.
- SAUREL, Etienne, « Le cheval, équitation et sports hippiques », Paris, Librairie Larousse, 1966.
- SCHONING, Frances, « Les troubles d'apprentissage », Québec, Les Presses de l'Université du Québec, 1979.
- SOUBIRAN, Gisèle B., COSTE, Jean-Claude, « Psychomotricité et relaxation psychosomatique », Paris, Doin, 1975.
- TASSET, J.M., « Notions théoriques et pratiques de psychomotricité », Boucherville, Le Sablier Inc., 1972.
- TERRAZ, Claude, « À la découverte du ski de fond », Paris, Arthaud, 1972.
- THOMAZI, I., « Le dessin », *Annales de rééducation physique*, 65 : 19-21, 1963.
- TILLEY, Pauline, « Art in the Education of Subnormal Children », London, Pitman Publishing, 1975.
- TOEBOSCH, Emile, MUSETTE, Jean-Paul, « Le guide de l'équitation », Paris, Éditions Gérard et Co. Verviers, 1968, (Coll. Marabout).
- TOURTET, Lise, « Jouer, rêver, créer », Paris, A. Colin, 1972.
- TRUDEL, Denis, Direction de la Recherche OPC, « Les jeux électroniques », revue *Protégez-vous*, pp. 35-46, décembre 1981.
- VAYER, P., « Le dialogue corporel », Paris, Doin, 1973.

- VAYER, Pierre, DESTROOPER, Johan, « La dynamique de l'action éducative chez les enfants inadaptés », Paris, Doin, 1976.
- VERHAEGEN, M., « La motricité dans l'éducation », *Rev. Éduc. Phys.* VII (1, 2, 3) : 7-12, 1967.
- VIAU, Serge, « La musique adoucit les mœurs », *Châtelaine*, mars 1981.
- WINTREBERT, « La relaxation chez l'enfant, par la méthode des mouvements passifs », *Rev. Neuropsychiatrie infantile*, 12 (7,8) : 435-448, 1964.

LEXIQUE

- Attention :** Capacité de fixer son esprit sur quelque chose, de demeurer alerte et d'enregistrer l'information; une attention soutenue est nécessaire à la concentration.
- Concentration :** Aptitude à fournir un effort intellectuel dans le but de canaliser son attention vers un seul objet.
- Coordination motrice :** Mouvements effectués selon des séquences précises par des segments corporels par rapport au corps ou à des objets inertes. Exemple : coordination des mains, des bras, de l'œil par rapport à la main.
- Discrimination auditive ou visuelle :** Possibilité de différencier des bruits ou des sons perçus par l'oreille ou des stimuli visuels par l'œil.
- Équilibre :** Maintien de la posture corporelle lorsque des forces égales agissent sur deux côtés. Le point central de l'axe d'équilibre est appelé centre de gravité. L'équilibre est *dynamique* lorsque le corps se déplace et *statique* lorsque les mouvements ont lieu sans déplacement du corps.
- Intégration sensori-motrice :** Capacité d'associer et d'ordonner une information d'origine sensitive et d'y répondre par une action motrice.
- Kinesthésie :** Capacité de percevoir, par le système nerveux, la position des segments corporels dans l'espace grâce à des récepteurs nerveux situés au niveau des tendons et des articulations.
- Latéralité :** C'est la conscience que l'on a du corps avec deux côtés identiques et qui permettra de les utiliser simultanément ou séparément.
- Mémoire auditive :** Capacité à se souvenir des bruits et sons discriminés pour pouvoir les reproduire correctement.
- Mémoire visuelle :** Capacité à se souvenir des objets ou formes vus antérieurement.
- Motricité fine :** C'est un raffinement moteur qui permet le contrôle de la main et des doigts, en vue d'atteindre la précision et l'habileté.
- Motricité globale :** Développement du système neuro-musculaire qui permet d'acquérir une plus grande coordination des mouvements, un bon tonus musculaire, un bon contrôle postural et respiratoire et enfin de maîtriser un certain équilibre moteur.

- Organisation grapho-perceptive :** Capacité à ordonner des éléments ou des schèmes simples selon une information sensorielle interprétée (perception) afin de les transposer sur un plan graphique.
- Orientation spatiale :** Exploration de l'espace par le mouvement ; perception des divers rapports spatiaux entre les objets et possibilité de s'y adapter.
- Orientation temporelle :** Possibilité de se situer dans le temps, de l'évaluer et de percevoir l'ordre de succession des événements.
- Perception auditive :** Action de saisir par le sens de l'ouïe tout bruit ou son et de l'interpréter ; la perception auditive permet de discriminer (distinguer) des ressemblances ou différences entre les bruits ou les sons.
- Perception visuelle :** Action de saisir par le sens de la vue tout objet ou symbole et de l'interpréter ; la perception visuelle permet de discriminer (distinguer) des ressemblances ou différences entre les objets.
- Posture :** Position d'une partie du corps par rapport aux autres et des différentes parties entre elles.
- Rythme :** Activité volontaire ou passive se renouvelant à intervalles réguliers.
- Schéma corporel :** C'est la conscience que nous avons de notre corps à l'état statique ou dynamique ; c'est aussi la connaissance des parties du corps permettant de s'orienter dans l'espace qui nous entoure.
- Structuration spatio-temporelle :** Maîtrise d'une expérience vécue dans le temps et dans l'espace qui permet de réorganiser l'espace et le temps par rapport au corps, puis par rapport aux objets.
- Tonus :** Maintien d'un état permanent de contraction musculaire de façon à permettre l'ajustement postural. Cet état de contraction est assuré par le système nerveux sympathique sans intervention de la volonté.
- Transposition grapho-perceptive :** Capacité à percevoir et à différencier des similitudes et des différences et à les agencer sur un plan graphique.

INDEX DES ACTIVITÉS

Exercices

Avec ballon ou balle : 31.

Exercices : 31, 32, 33, 34, 35.

Avec cerceaux : 25.

Exercices : 26, 27, 28, 29, 30.

Détente : 10.

Posture : 16.

Exercices : 16, 17.

Rampement, roulade, culbute, marche, course, saut : 19.

Exercices : 20, 21, 22, 23, 24, 25.

Relaxation : 12, 13.

Exercices : 14, 15.

Respiration : 8.

Exercices : 8, 9.

Rire : 10, 11.

Tonus : 18.

Exercices : 18, 19.

Jeux

Jeux de sable et d'eau : 60.

Jeux d'initiation aux sports/de balle ou de ballon/courses et poursuites :

Balle à la poubelle : 63.

Balle tournante : 63.

Ballon prisonnier : 64.

Ballon volage : 65.

Cadran : 66.

Cercle contre la colonne : 67.

Jeu de passe-passe : 63.

Lancer du poids : 64.

Montagnes russes : 61.

Parcours tortueux : 66.

Prisonniers numérotés : 62.

Quilles-bouteilles : 62.

Rabattre les quilles : 68.

Soccer-relais : 65.

Tennis-soccer : 65.

Tir au but : 68.

Jeux divers :

À l'aveuglette : 50.

Boîte épinglée : 41.

Cache-cache : 40.

Calcul des cures-dents : 44.

Casse-tête de lettres et chiffres : 52.

Casse-tête personnel : 42.

Chaîne des mouvements : 53.

Chasse aux canards : 45.

Chasse aux souris : 43.

Chasse à talons : 43.

Chemin dans la neige : 42.

Chien égaré : 45.

Corps à corps : 59.

Course à la corde à linge : 49.

Damier géant : 58.

Déguisement : 44.

Dos à dos : 53.

Drapeau : 51.

Écureuil poursuivi : 44.

En arrière toute : 56.

Gardien : 49.

Gesticulation au tableau : 55.
 Grenouille à deux faces : 58.
 Course de caresses : 41.
 Jeux de mains : 57.
 Jeux de mains et de pieds : 42.
 Lancer au miroir : 53.
 Marche au coup de sifflet : 46.
 Marche au son : 55.
 Marche diversifiée : 51.
 Médecin magique : 41.
 Memo : 46.
 Oiseau prisonnier : 46.
 Ombres : 50.
 Pédalo : 47.
 « Ping pong » en boîte : 58.
 Poirs du hockey : 48.
 Roue et maillet : 54.
 Saut périlleux : 56.
 Siège confortable : 57.
 Son de cloche : 50.
 Tir à l'index : 45.
 Trajet : 57.
 Transposition au tableau : 59.
 Tu brûles-tu gèles : 47.

Sports

Cyclisme : 74, 89.

Exercices : 90.

Jeux :

Bicyclette-soccer : 94.
 Coude à coude : 94.
 Course amicale : 93.
 Huit entrelacés : 93.
 Jeu de quilles : 94.
 Lancers à bicyclette : 91.
 Main dans la main : 91.
 Ramasse et range : 92.
 Robots : 92.
 Taxi le plus rapide : 91.
 Tunnel de corde : 92.

Équitation : 74, 106, 107, 108, 109.

Judo : 74, 102, 103, 104, 105, 106.

Marche : 74, 75, 76.

Natation : 74, 76, 77, 78.

Exercices : 79, 80, 81.

Jeux : 82.

Aux quatre coins : 83.
 Ballon dans le trou : 86.
 Bataille de coqs : 83.
 Bouledogue : 86.
 Chasse aux billes : 82.
 Course au ballon de baudruche : 85.
 Course sur tube : 84.
 Hockey-ballon : 87.
 Hockey sous-marin : 87.
 Nage la plus imaginative : 83.
 Poursuite au ballon : 84.
 Poursuite gelée : 85.
 Relais chandail : 85.
 Requin : 84.
 Tir à la souque aquatique : 86.
 Tunnel : 83.

Ski de fond : 74, 96, 97.

Exercices : 97, 98.

Jeux :

Chasse au bâton : 99.
 Chaussons nos skis : 99.
 Promenade en traîneau : 99.
 Relais de ski : 100.
 Ronde sur un ski : 99.
 Sauts de crapeau sur skis : 99.

Tir à l'arc : 74, 101.

Arts et expression

Artisanat : 165, 166, 167, 168, 169.

Problèmes d'adaptation : 169.

Handicaps physiques : 170, 171,
172, 173, 174, 175.

Handicaps psycho-sociaux : 176, 177,
178, 179.

Ateliers : 180.

Activités : 181, 182, 183, 184.

Arts plastiques : 130.

Bricolage : 143, 144.

Découpage, collage, modelage, gravure, sculpture : 144.

- Bricolage avec verres de styrofoam : 150.
- Construction avec boîtes : 147.
- Fabrication de casse-tête : 147.
- Gravure sur pomme de terre : 152.
- Images : 144.
- Papier mâché : 146.
Recette de : 146.
- Pied-face : 147.
- Plasticine : 144.
Recette de : 144.
- Pliage : 151.
- Sculpture sur savon : 153.
- Terre glaise ou argile : 145.
Recette de : 145.
- Dessin** : 130, 131, 132, 133, 134.
- Marionnettes** : 154, 200.
À fils : 117, 200.
À gaine : 200.
À tige : 200.
Avec des balles : 159.
« Band-aid » : 157.
Doigts : 156.
En chiffon : 160.
Épingle à linge : 157.
Indienne : 160.
Patron de : 158.
« Rigattoni » : 156.
Sac : 155.
Sur paille : 155.
- Peinture** : 137.
À la craie de cire : 142.
Aux fils : 140, 141.
Au sable : 139.
Corporelle : 138, 139.
Digitale : 137.
Recette de : 138.
Sur pierre : 141.
- Techniques diverses** :
Empreintes : 135.
Jeux d'aiguilles : 137.
Jeux d'encre : 135.
Points et lignes : 134.
- Expression** : 115.
- Danse** : 120.
Bonjour ma cousine : 122.
Cancan québécois : 122.
Danse libre : 123.
Danse russe : 124.
Fanfare : 122.
Petit prince : 121.
Savez-vous planter des choux : 121.
« Set carré » des chaises : 123.
- Mime** : 115.
Adverbe mimé : 118.
Animaux étranges : 118.
Marionnettes à fils : 117.
Métiers : 117.
Mimes d'âges : 117.
Mime d'un jour : 116.
Mime du bonhomme de neige qui fond : 116.
Robot : 116.
Sentiments : 117.
Vacances : 119.
- Expression corporelle et dramatique** : 125, 126, 127, 128, 129.
- Jouets**
- Animaux/personnages/véhicules et accessoires** : 199.
- Artistiques et artisanaux** : 226, 227.
Autres suggestions : 227.
- D'assemblage** : 203, 204, 205.
Intelliblocs : 206.
Junior electro : 206.
Kit junior : 206.
- Casse-tête** : 207, 208, 209, 210, 211.
Autres suggestions : 211.
- Construction** : 206, 207.
- De situation/imitation** : 195.
- Disques** : 217, 218.
- Dynamiques** : 211, 212, 213, 214.
Autres suggestions : 214.
- Ensembles** :
Autres suggestions : 202.
Playmobil : 201.
- Jeux électroniques** : 228.

- Autres suggestions : 231.
Bataille navale : 230. Drive
yourself crasy : 228.
Merlin : 229.
Simon : 230.
- Jeux de société** : 218, 219.
- Jeux de société particuliers** : 221, 224,
225.
- Autres suggestions : 226.
Bingo pop-o-matic : 222.
Chat coquin : 223.
Fraction : 223.
Jeu de puces géantes : 222.
Jeux de société drôles : 223.
Opération : 222.
Tactil : 222.
- Livres** : 232, 233, 234, 235.
Québécois : 234.
- Lotos/dominos/jeux de mémoire** : 219,
220, 221.
- Marionnettes** : 13.
- Musicaux ou sonores** : 214, 215.
Autres suggestions : 215.
- Poupées et accessoires** : 196.
Colette la coquette : 197.
Fraisinette : 197.
Ken et Barbie : 197.
Poussette musicale : 199.
Sacha : 199.
- Scientifiques** : 231.
Autres suggestions : 232.

INDEX

- Agilité** : 31, 61, 84, 115, 211.
- Apprentissage** : 74, 90, 167, 168, 200, 236.
De la lecture : 210, 221, 222.
De notions musicales : 215.
Difficultés d' : 25, 104.
Psychomoteur : 39, 131.
- Attention** : 11, 13, 14, 31, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 50, 52, 57, 58, 59, 115, 118, 119, 122, 146, 147, 148, 150, 151, 162, 165, 180, 203, 219, 222, 228, 229, 231.
Capacité d' : 126, 129.
- Communication** : 39, 75, 120, 126, 190, 194, 196, 199.
Non verbale : 142.
- Concentration** : 44, 46, 47, 48, 52, 58, 75, 91, 92, 93, 95, 101, 115, 116, 118, 119, 146, 150, 151, 162, 165, 168, 203, 210, 216, 218, 222, 228, 230.
Troubles de la : 180.
- Contrôle** :
Moteur : 25, 46, 49, 175.
Respiratoire : 77, 78, 82, 83, 85, 86, 87, 216.
- Coordination** : 7, 26, 39, 44, 46, 47, 48, 53, 58, 59, 73, 75, 77, 85, 86, 103, 108, 121, 187, 188, 211, 214, 223.
Bi-manuelle : 172.
Des doigts : 41, 166.
Des mains : 41, 215.
Des pieds : 215.
Des mouvements : 25, 26, 213.
Des yeux : 41, 166.
- Du geste : 54.
- Dynamique** : 56, 123.
- Dynamique générale** : 19, 53, 57, 61, 87, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 144, 145, 196, 200, 207, 214.
- Manuelle** : 184.
- Motrice** : 77, 115, 122, 124, 152, 173, 199, 211.
- Neuro-musculaire** : 101.
- Oculaire** : 199.
- Oculo-manuelle** : 52, 147, 148, 150, 154.
- Oculo-motrice** : 46, 58, 61, 91.
- Oeil-main** : 31, 200, 203, 211, 219, 228, 229.
- Oeil-pied** : 211.
- Statique générale** : 59.
- Troubles de** : 210, 222.
- Visuelle** : 211.
- Créativité** : 19, 60, 75, 116, 118, 119, 123, 125, 133, 143, 144, 145, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 154, 162, 176, 187, 190, 206, 207, 215, 226, 227.
Développement de la : 181, 236.
- Curiosité** : 75, 154, 231, 236.
- Dessin** : 130, 143.
Stades du : 131, 132, 133.
- Détente** : 11, 18, 39, 96, 116, 143, 218.
Mentale : 12, 75, 76.
Musculaire : 76.
Neuro-musculaire : 10, 12, 74, 121.
Physique : 75, 76, 95.
Psychique : 95.

- Dextérité** : 73, 166, 188, 200.
Digitale : 207.
Manuelle : 134, 144, 145, 150, 207, 210, 211, 223.
- Discrimination** : 210, 221, 223.
Visuelle : 52, 77, 87, 229.
- Éducation** : 76, 153.
Psychomotrice : 89, 95, 96, 101, 103, 108, 114, 124, 166, 184, 195, 197, 213.
- Endurance** : 56, 73, 84, 86, 88, 103.
- Équilibre** : 19, 25, 26, 31, 33, 39, 43, 44, 46, 51, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 61, 73, 75, 77, 83, 89, 91, 92, 93, 94, 95, 103, 108, 115, 122, 124, 181, 199.
Corporelle : 107.
Dynamique : 126.
Émotionnel : 13.
Mental : 11, 73.
Physique : 11, 16, 73.
Postural : 196.
Psychique : 16.
Statique : 126.
- Espace** :
Capacité d'organiser l' : 206, 210.
Conquête de l' : 187.
Construction de l' : 196.
Corporel : 13.
Notion de l' : 25, 26, 43, 103, 154.
Repérage dans l' : 210.
Sens de l' : 207.
Structurer l' : 194.
- Exercice(s)** : 5, 90.
Curatif : 76.
De détente : 80.
De manipulation visuelle et tactile : 203.
De structuration spatiale : 87.
D'équilibre : 87.
D'exploration : 203.
Psychomoteur : 11, 78, 109.
- Expression** : 126, 129, 143, 148, 162, 166, 190, 215.
Corporelle : 19, 39, 125, 126.
Des émotions : 218.
Dramatique : 125, 128, 129.
- Gestuelle : 129.
Orale : 116.
Verbale : 19, 129, 207.
- Force** : 48, 88, 108.
Du moi : 168.
Musculaire : 83, 84, 86, 101, 108, 166, 181, 188.
Physique : 39, 56, 73, 91, 103.
- Geste** : 125.
Contrôle du : 84.
Maîtrise du : 46, 51.
Précision du : 82, 84, 85, 86, 88, 115, 207, 215.
Rapidité du : 85.
- Habilité(s)** : 39, 73, 103, 167.
Conceptuelles : 190.
Kinesthésiques : 133.
Manuelle : 143, 144, 148, 152, 153, 154, 162, 176, 178, 184, 200, 206.
Motrice : 35, 74, 95, 103, 114.
Perceptivo-motrice : 133.
Psycho-motrice : 181, 221.
Visuelle : 133, 219.
- Handicap(s)** : 76, 190.
Déficience mentale : 176.
Déficience motrice : 170.
Déficience sensorielle : 170, 173, 174.
Hémiplégie : 171.
Infirmité motrice cérébrale : 170.
Mésadaptation socio affective : 177.
Myopathie : 173.
Physique : 40, 61, 89, 165, 170, 191.
Psycho sociaux : 176.
Quadriplégie : 172.
- Handicapé(e-s)** : 200.
Enfant : 174, 191, 215, 221.
Auditif : 174, 215.
Intellectuellement : 177.
Mental : 215.
Personnes : 88, 169, 170, 175, 180, 184.
Physique : 31, 215.
Visuel : 174, 215, 221.
- Imagination** : 25, 42, 60, 75, 83, 87, 95, 116, 117, 118, 119, 125, 129, 133, 134, 144, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 154,

INDEX

- 166, 184, 189, 194, 196, 199, 201, 206, 207, 211, 215, 218, 221, 226, 227, 229, 233, 236.
Créative : 194, 228.
- Jeu(x)** : 37, 39, 40, 82, 91, 99, 120, 162.
À bicyclette : 95.
De construction : 188, 194.
De manipulation : 136.
De mémoire : 219.
De situation : 201.
De société : 188, 190, 194, 213, 218, 219, 223, 236.
De stratégie : 218.
D'adaptation : 97.
D'assemblage : 188.
D'imagination : 136.
D'initiation : 95.
Divers : 40.
En groupe : 194.
Passif : 40.
Sensori-moteur : 189.
Symboliques : 188, 215.
- Jouet(s)** : 185, 187, 189, 190, 191, 194, 196.
Apparence : 192.
Artisanaux : 190, 210, 226, 227, 236.
Corrélation qualité/prix : 192.
Critère d'évaluation : 191.
D'assemblage : 210, 235.
De construction : 210.
De situation : 235.
Durabilité : 192.
Éducatif : 194.
Électronique : 188, 228, 236.
En caoutchouc mousse : 210.
Famille de : 194.
L'enfant et le : 188.
Pertinence psychomotrice du : 193.
Rôle du : 189.
Sécurité du : 193.
Scientifique : 188, 231, 236.
- Latéralité** : 19, 25, 26, 31, 42, 53, 61, 73, 75, 87, 101, 103, 124, 147, 154, 197.
Droite-gauche : 42, 211.
- Maîtrise** : 35, 101, 222.
Corporelle : 13, 73.
- De la main : 146.
De l'équilibre : 187.
De soi : 101, 103, 154, 211.
Des mouvements : 213.
Des techniques : 178.
Du corps : 187.
Du geste : 46.
Émotionnelle : 171.
Sensorielle : 121.
- Maturation** :
Degré de : 103.
Intellectuelle : 74.
Morale : 74.
Motrice : 7.
- Mémoire** : 39, 50, 55, 57, 59, 61, 121, 122, 146, 147, 150, 165, 215, 218, 228, 229.
Auditif : 44, 229.
Développement de la : 219, 236.
Motrice : 154.
Troubles de la : 180.
- Motricité** : 42, 109, 116.
Audio : 39.
Fine : 31, 41, 42, 44, 52, 55, 59, 166, 176, 189, 194, 196, 197, 211, 218, 235.
Globale : 7, 19, 25, 31, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 51, 54, 58, 59, 83, 84, 87, 89, 116, 117, 118, 119, 181, 189, 211, 218, 236.
Dynamique générale : 85.
Oculo : 39.
Réflexe : 171.
Segmentaire : 116, 117.
- Mouvement(s)** :
Actifs : 12.
Automatisation des : 88.
Coordination des : 213.
Décomposition du : 168.
Expressifs : 120.
Fins : 25, 114.
Passifs : 13, 15.
Rapidité du : 39.
Rotation : 26.
- Notion** :
De couleur : 197.

- De dimension : 144.
- De direction : 29.
- De distance : 42.
- De forme : 144.
- De temps : 103, 154.
- De volume : 57.
- Du nombre : 221.
- D'espace : 26, 103, 154.
- Spatiale : 123.
- Temporelle : 121.
- Observation** : 133, 165, 190, 210, 211, 218, 219, 221, 222, 231.
- Faculté d' : 75.
- Sens de l' : 96, 126, 129, 207, 228,
- Visuelle : 206.
- Organisation** :
- De l'espace : 206.
- Grapho-perceptive : 52, 55, 59.
- Spatiale : 165.
- Orientation** :
- Droite-gauche : 53, 197, 210, 228.
- Du corps : 126.
- Exercices d' : 87.
- Sens de l' : 42.
- Spatiale : 19, 46, 47, 48, 52, 57, 59, 60, 82, 83, 89, 91, 115, 218.
- Spatio-temporelle : 19, 44, 50, 61, 75.
- Patron** :
- De la marionnette indienne : 161.
- Du chat : 150.
- Du pantin articulé : 158.
- Tête de chat : 152.
- Tête de chien : 151.
- Peinture** : 137, 143.
- À la craie de cire : 142.
- Au sable : 139.
- Au fils : 140.
- Corporelle : 138.
- Digitale : 137, 138.
- Perception** : 13, 44, 53, 75, 85, 89, 94, 95, 96, 115, 116, 117, 118, 119, 144, 145, 146, 166, 181, 218, 223.
- Auditive : 50, 75, 154.
- De rythme : 107.
- De son corps dans l'espace : 12.
- De temps : 107.
- Des autres : 125.
- Des couleurs : 210.
- Des distances : 101.
- Des formes : 50, 206, 210.
- Gustative : 70.
- Kinesthésique : 75, 107, 117.
- Olfactive : 70.
- Problèmes de : 180.
- Spatiale : 56.
- Tactile : 41, 42, 43, 70, 75, 107, 210.
- Visuelle : 53, 75, 154, 211, 219, 227.
- Visuo-spatiale : 92.
- Posture** : 16, 17, 26, 59, 92, 107, 115, 171, 174.
- Précision** : 91, 93, 126, 151, 166, 211.
- Des gestes : 35, 86, 88, 207, 215, 222, 223.
- Digito-manuelle : 203.
- Habitude de : 101.
- Visuelle : 101.
- Préhension** : 48, 213, 223.
- Psycho-motricité** : 168, 184, 187, 194, 218.
- Rapidité** : 46, 57, 82, 84, 85, 86.
- Recette** :
- De la colle : 146.
- De peinture digitale : 138.
- De plasticine : 144.
- D'argile ménagère : 145.
- Rééducation** : 11, 76, 88, 89, 109, 153, 170, 178, 181.
- Des postures : 181.
- Musculaire : 101.
- Par les arts : 162.
- Par l'expression : 162.
- Psycho-motrice : 89, 95, 101, 108, 114, 124, 166, 184, 195, 213.
- Relaxation** : 11, 12, 13, 14, 15, 218.
- Respiration** : 76, 77, 121.
- Alternée : 9.
- Conscience de la : 8.
- Contrôle de la : 8, 9.
- Mouvements de la : 8.
- Nasale : 9.
- Rythme de la : 14.
- Rythme** : 14, 33, 34, 51, 75, 76, 77, 103,

INDEX

- 120, 122, 123, 124, 125, 165, 200, 218, 229.
- Acquisition du : 172.
- Cardiaque : 13.
- Moteur : 189.
- Perception du : 107.
- De la respiration : 14.
- Respiratoire : 13.
- Sens du : 19, 154, 213, 215.
- Visuel : 189.
- Schéma corporel** : 25, 26, 32, 41, 42, 44, 50, 53, 56, 60, 61, 75, 92, 96, 114, 121, 126, 145, 147, 150, 151, 154, 196, 197, 206, 210, 218.
- Intégration du : 162.
- Trouble du : 199.
- Sens** :
 - Artistique : 114.
 - De la responsabilité : 167.
 - De la réussite : 166.
 - De l'analyse : 207.
 - De l'application : 231.
 - De l'équilibre : 96, 211.
 - De l'espace : 207.
 - De l'esthétique : 207.
 - De l'observation : 96, 129, 207, 228.
 - De l'organisation : 167.
 - Du rythme : 154, 213, 215.
 - Du toucher : 222.
 - Spatiale : 84, 87, 184, 221, 230.
 - Tactile : 181, 200, 210.
- Souplesse** : 31, 39, 56, 58, 73, 96, 102, 103, 115, 166, 211.
- Du mouvement : 101.
- Sports** : 71, 74, 89, 108.
- Structuration** :
 - Du langage : 199, 200.
 - Du schéma corporel : 197.
 - Exercice de : 87.
 - Spatiale : 42, 51, 52, 53, 60, 108.
 - Spatio-temporelle : 19, 43, 44, 45, 49, 54, 61, 85, 91, 92, 93, 94, 95.
- Tactile** :
 - Expérience : 168.
 - Manipulation : 165.
- Perception : 41, 42, 43, 70, 210.
- Reconnaissance : 221.
- Sens : 31, 57, 181, 200, 210.
- Sensation : 35, 41.
- Tonus** : 18, 31, 56, 57, 59, 91, 92, 93, 94, 95.
- Musculaire : 75, 89.
- Troubles** :
 - De comportement : 104.
 - De coordination : 210.
 - De la concentration : 180.
 - De la mémoire : 180.
 - De l'attention : 180.
 - Du langage : 180.
 - Sensoriels : 180.
- Vitesse** : 31, 45, 56, 73, 84, 85, 86, 91, 92, 95, 103, 203.
- Acquisition de : 172.
- De réaction : 83, 84, 85, 86, 88, 223, 230.

**Achévé d'imprimer à Montmagny
par les travailleurs des ateliers Marquis Ltée
en octobre 1984**