Thème du mois 12/2016: Bouger plus à l'école enfantine

La tendance se dessine depuis plusieurs années: en raison de multiples facteurs, le temps dévolu au mouvement a diminué chez les enfants. Ce thème du mois propose aux enseignants des écoles enfantines des idées pour organiser des matinées durant lesquels les enfants s'activent beaucoup.

La réduction des espaces pour jouer et se déplacer librement dans le milieu urbain, la multiplication des interdictions de jeu dans les lieux publics et les exigences et soucis croissants en matière de sécurité entravent les expériences motrices primaires. Les schémas moteurs de base (marcher/grimper/sauter en contrebas, courir/sautiller/sauter, rouler/se tourner, se tenir en équilibre, grimper/se suspendre/se balancer/s'élancer, lancer/attraper, porter/pousser/tirer/ramper) sont de moins en moins testés et exercés.

Ce phénomène engendre des effets significatifs sur le développement de la motricité globale et fine, de la perception et du cerveau de l'enfant. On comprend donc l'importance majeure d'intégrer le mouvement et le jeu à l'école et d'encourager les enfants à bouger aussi durant leur temps libre.

Idées de mouvement pour séquences variées

Les exemples proposés dans ce thème du mois ont pour fil rouge l'hiver et peuvent se décliner en différentes séquences – dirigées, guidées ou libres – durant une demi-journée dans une classe d'école enfantine. Les schémas moteurs de base forment le socle des différents exercices qui offrent une riche panoplie de mouvements aux enfants.

L'enseignant choisit, par exemple, une ou plusieurs séquences qu'il exercera sur une longue période avec les enfants. Grâce à la répétition des mouvements, les élèves consolident leurs schémas moteurs et vivent des expériences positives. De plus, ces séquences d'activité physique rythment la matinée, ce qui s'avère précieux pour les enseignants et les enfants.

Par l'intermédiaire du mouvement, les enfants travaillent et développent d'autres compétences comme la langue, les mathématiques ou encore la musique. Les enseignants découvrent aussi des idées pour améliorer la motricité fine des enfants, ainsi que des jeux pour animer les différentes transitions et pour favoriser le retour au calme. Les vers et chansons qui accompagnent les différents exercices ont été spécialement composés pour ce thème du mois.

Thème du mois

- Bouger plus à l'école enfantine (pdf)

Article

- Projets et PER

Exercices

- Transitions
- Jeux de rassemblement
- Séquences dirigées: Mouvement et langue
- Séquences dirigées: Mouvement et mathématiques
- Séquences dirigées: Mouvement et musique
- Séquences dirigées: Mouvement et motricité fine
- Séquence libre par ateliers
- Séquence guidée en plein air
- Retour au calme

Source: Vanessa Bieli, Renate Dummermuth, Mélanie Eschler, Brigitte Ischer, Marianne Kühni, Anja Wili, Franziska Wirz

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO