

Pourquoi de la
psychomotricité en
maternelle?



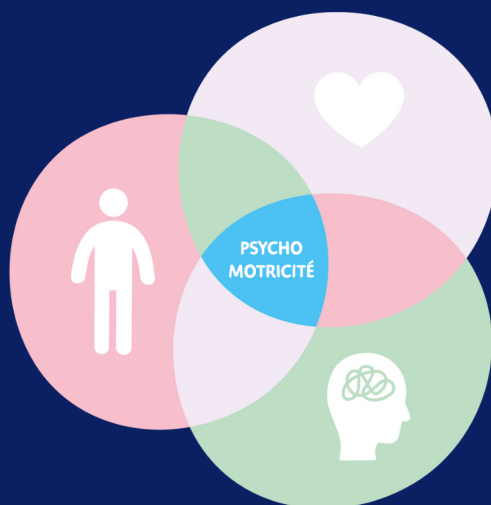
move &
learn

have self-
confidence

know
yourself

Qu'est ce que c'est?

La psychomotricité considère l'enfant dans sa globalité. Elle s'intéresse aux relations entre le corps, la motricité et le psychisme



En participant à des activités corporelles, vos enfants développent leurs compétences motrices, leur confiance en eux. Ils apprennent à gérer leurs émotions et à évoluer dans un groupe.

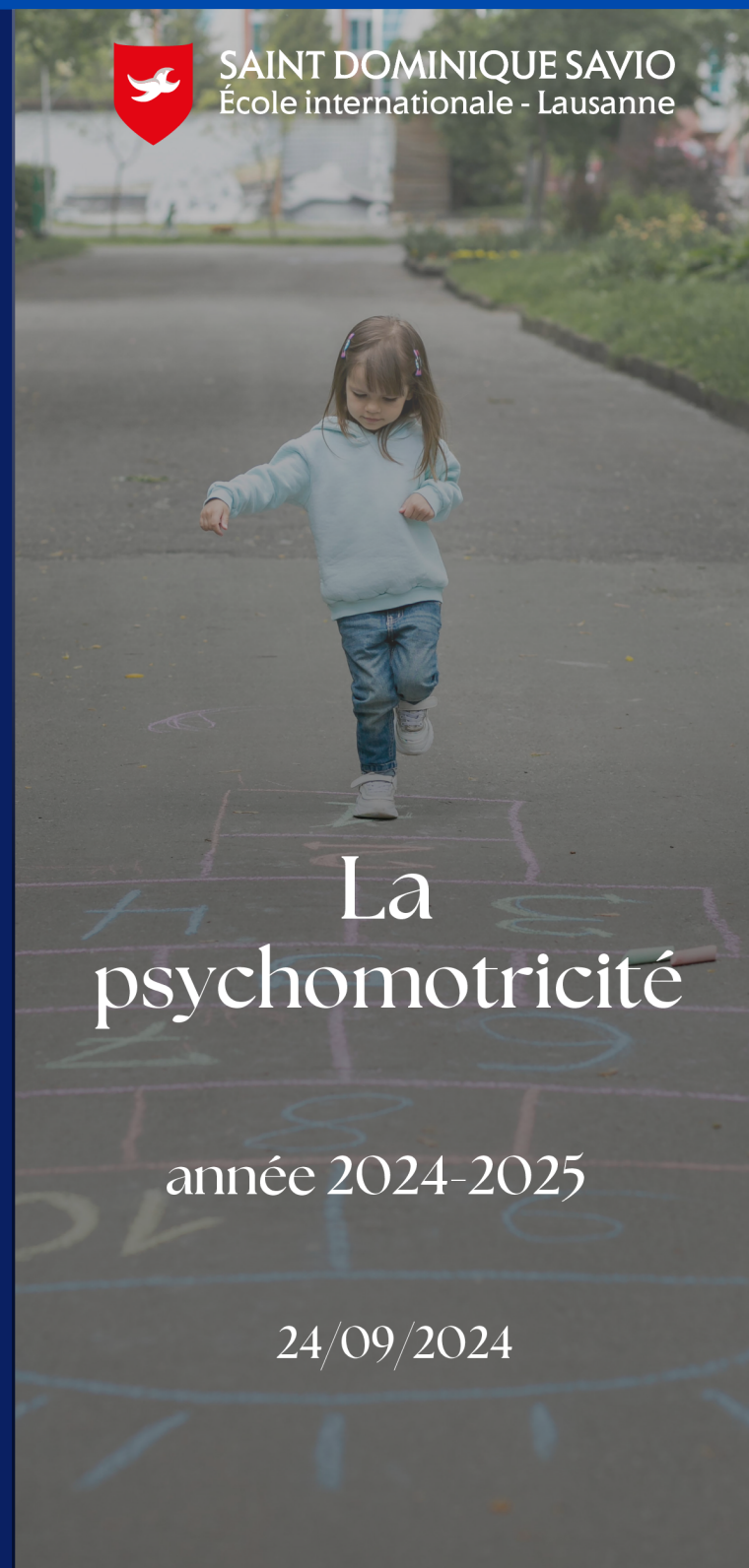


SAINT DOMINIQUE SAVIO
École internationale - Lausanne

La
psychomotricité

année 2024-2025

24/09/2024



Le programme



AVEC LES TPS/PS

2ans 1/2 - 3 ans

Votre enfant est à la découverte de son corps et de ses potentialités

- motricité globale: perfectionnement des mouvements fondamentaux (courir/ sauter/ cloche-pied...)
- motricité fine: expériences sensorielles permettant la future mise en place du graphisme
- socialisation et faire avec: savoir s'affirmer et coopérer, connaître les principales émotions

AVEC LES MS/GS/CP

3-6 ans

Votre enfant coordonne de mieux en mieux ses mouvements et le graphisme se met en place

- motricité globale: les activités mettent en jeu l'équilibre, le déséquilibre, les capacités d'attention et d'inhibition. Votre enfant commence à organiser ses actions selon les informations de son corps, de l'espace et du temps
- motricité fine: précision du geste graphique et début de l'écriture
- habiletés socio-motrices: prendre sa place, reconnaître ses émotions, s'exprimer, agir ou jouer seul

Concrètement, que font-ils?



Votre enfant a quatre séances d'une heure par semaine

- accueil: on enlève les chaussures, chacun partage son émotion s'il le souhaite
- réveil corporel: jeu alternant décharge motrice et moment calme
- un ou deux jeux moteur
- retour au calme: relaxation/ histoire



Exemples de jeux moteurs

- parcours (espace/ équilibre)
- stop and go (inhibition)
- posture de "yoga" (schéma corporel)
- imitation de déplacements d'animaux
- lancé de ballon/ cerceau (coordination/ espace)
- jeux de construction
- jeux de coopération et d'opposition
- dessin dans le dos/ jeux yeux bandés (proprioception)

