

I PRÉSENTATION

Il n'est pas question ici de paraphraser les textes officiels qui sont suffisamment nombreux et explicites, mais plutôt de donner des moyens et des raisons d'assurer à l'enfant jeune une éducation physique de qualité.

Cela suppose une bonne connaissance de ce petit d'homme (et non de ce petit homme) pour éviter d'imiter à son usage des activités physiques d'adulte qui ne correspondent ni aux aptitudes, ni au psychisme de l'enfance.

En outre, il est évident que cette éducation physique dépasse le stade du physique et participe à l'éducation générale du sujet. Nous essayons de montrer que la motricité permet des opportunités dans ce domaine.

L'enfant jeune est capable de beaucoup et parfois non. Certaines limites ne doivent pas être franchies : intensité excessive, prise de risque disproportionnée... et le développement neuro-moteur a ses caractéristiques propres dont on doit tenir compte.

Il est très important pour l'éducateur de savoir pourquoi il agit, avant de mettre en œuvre le « comment on agit ».

Les instructions figurant dans le livret « Programmes de l'école primaire » (CNDP éditeur)/Chapitre l'école maternelle donnent une orientation générale pour le travail de l'enseignant : vivre ensemble, agir dans le monde, découvrir le monde, imaginer, sentir, créer...

L'objet de ce présent manuel est de mettre des exemples concrets correspondant à ces directives, même si celles-ci sont précisées un peu plus dans le livret « Les cycles à l'École Primaire ».

D'ailleurs, les compétences à acquérir au cycle 1 ne se limitent pas pour la motricité (sous-entendu : psycho socio

affectivo cognitivo-motricité) au simple chapitre Éducation Physique.

On peut reprendre en compte beaucoup des autres objectifs cités là : concept d'espace et de temps, conquête de l'autonomie, traitement de l'information (visuelle ou sonore), apprentissage de la vie sociale.

Toutes les opportunités d'apprentissage sont à saisir. Une séance doit avoir un objectif principal mais également des objectifs secondaires tant les situations motrices peuvent être riches pour les enfants.

Les progrès des sciences de ces dernières décennies : psychologie, sociologie, physiologie et en particulier neurobiologie, nous font appréhender l'enfant comme un être complexe dont les actes ne sont pas simplement le déplacement d'un segment par rapport au corps ou un défilement sous la forme de « décharges musculaires » mais relève d'un processus mettant en jeu tous les aspects de la personne humaine : pôles sensoriel cognitif moteur affectif et social.

Il faut composer entre les nécessités de l'école (obligation de résultats, persévérance sur la durée) et le psychisme de l'enfant et en particulier ses motivations qui le poussent à envisager sa pratique physique non comme un entraînement programmé mais comme une suite d'expériences discontinues.

L'adulte est là pour mettre un peu d'ordre en prévoyant un programme d'activités et même une programmation sur les trois années d'école maternelle.

Dans ce manuel, nous avons choisi de répertorier toutes les activités physiques qui peuvent nourrir ces prévisions.

II L'ENFANT JEUNE

A cette période de la vie, l'individu n'est certes pas un être figé, mais au contraire un être en devenir dont le développement ne peut pas se réduire à la seule croissance des os et des muscles.

Il grandit, il grossit, il devient plus fort, plus rapide, plus coordonné mais surtout il conquiert de jour en jour de nouvelles possibilités : nouvelles structures mentales, nouvelles combinaisons de gestes, envie de s'affirmer dans des situations de confrontation avec le monde extérieur et le monde social : attitudes d'attirance et de refus.

Il est soumis à des besoins fonctionnels : courir, grimper, sauter... et aussi à des pulsions comme se mesurer aux autres. Son comportement est à la fois la conséquence de son innéité et de ses acquisitions.

Le psychologue GESELL a défini d'une façon un peu schématique aptitudes et capacités (cf. Tableau dans le chapitre *cycle 1 de thèmes transversaux en éducation physique*/Revue EPS Éditeur), ce qui a le mérite d'éclairer concrètement les adultes sur ses conduites.

On remarque également que le développement de l'enfant ne se fait pas d'une façon continue mais plutôt par paliers, ce qui explique progrès mais aussi stagnations ou régressions.

C'est l'âge ou les prises de conscience du corps sont progressives : construction du schéma corporel (notion d'image du corps, de corps vécu, de corps identifié) et mise en place de la latéralité.

L'enfant s'exprime par le jeu. Ce qu'il faut entendre par là ce n'est pas seulement le jeu à règles de la tradition enfantine, mais une pratique qui n'appartient qu'à lui. Les règles très sommaires n'apparaissent dans sa conscience que s'il est

obligé de les énoncer, par exemple lorsque l'adulte le sollicite.

Piaget a distingué différents stades à ce sujet entre 3 et 6 ans. Dans un premier temps, il existe des rituels mais le comportement du très jeune enfant reste soumis à la fantaisie plutôt qu'à l'ordre supérieur induit par les règles.

Ensuite, l'enfant joue pour lui, il n'y a pas de confrontation avec le jeu des autres.

Enfin, apparaît le verbe «gagner». A ce moment-là, il peut accepter des règles communes au groupe à condition que ce soit les principales, on n'entre pas dans les subtilités de tous les cas particuliers.

Nous avons souligné plus haut que les pratiques physiques avaient aussi leurs limites, cela relève du bon sens. Limites déterminées par l'environnement matériel, installations peu sûres, faites pour des adultes, accessoires dangereux.

Limites données aussi par ses aptitudes naturelles : pas d'exercices systématiques de force en raison de la fragilité du squelette. D'ailleurs, il suffit que l'enfant joue pour se muscler. Pas d'exercices amenant à un travail de type anaérobie (fort ou vite et longtemps) car avant la puberté, il est immature aussi bien pour la production d'acide lactique que pour son élimination. Il ne connaît pas les courbatures comme l'adulte.

Même l'endurance aérobie (utilisation immédiate de l'oxygène absorbé) n'est pas prioritaire à cet âge.

En revanche, vitesse (effort intense mais court) et habileté motrice sont des qualités à cultiver le plus tôt possible.

L'enfant aime les jeux à courir, poursuite ou autres à condition que la durée soit brève à chaque fois.

D'ailleurs, quand on observe une cour de récréation de maternelle, on peut voir les élèves courir vite, puis s'arrêter pour récupérer puis repartir et ainsi de suite.

C'est l'habileté motrice (l'adresse) qui semble être à cet âge la plus propice aux acquisitions et ceci, sans risque.

L'enfant est par innéité plus ou moins coordonné mais les apprentissages moteurs vont pouvoir encore le rendre plus habile.

La sollicitation précoce de la coordination semble avoir, d'après les neurologues, un effet positif sur le développement de tout le potentiel nerveux. L'enseignant doit donc penser à dépasser rapidement le niveau de la découverte par l'enfant, donc à complexifier les situations, à changer souvent l'environnement (les repères) et à solliciter l'imagerie mentale de l'élève (se représenter l'action avant de la réaliser).

Enfin, soyons attentifs au comportement de cet être fortement dominé par son affectivité. Il est vulnérable, il a besoin d'être aidé, soutenu et en même temps, il a besoin d'agir, d'essayer, de répéter une action... Les diverses manifestations apparaissent de façon différente suivant les individus, selon les moments de l'année, de la semaine ou de la journée (rythme personnel).

Si bien qu'après l'avoir laissé évoluer dans un milieu stable et sécurisant, il est bon, afin de provoquer des progrès dans ses conduites motrices, de créer un peu d'instabilité dans son environnement physique.

III LES OBJECTIFS PROPRES A L'ÉCOLE MATERNELLE

OBJECTIF : But que s'assigne l'enseignant en fonction des instructions officielles à un moment donné de la scolarité correspondant à un certain niveau de capacité de l'enfant.

Bien souvent, le choix d'un programme d'éducation physique se fait en fonction d'activités possibles dans telle école ou dans tel milieu (ville, commune rurale, commune de montagne) ou parce que c'est la mode... Les objectifs restent flous. On sait simplement que cela ne peut pas faire de mal et que certainement cela correspondra à tel ou tel besoin de l'élève.

On peut aussi envisager les choses d'une autre manière, c'est-à-dire que la connaissance d'objectifs précis peut susciter chez l'enseignant des idées et des initiatives nouvelles.

Voici une classification d'objectifs pouvant servir d'exemple :

1) Objectifs à dominante motrice :

Prise de conscience du corps global et indépendance segmentaire

Habilité, de la grande motricité à la motricité plus fine

Coordination et dissociation oculo-manuelle (pied et main)

Équilibration

Latéralisation

Structurations spatiale et temporelle (combinées ou non)

Amélioration des facteurs d'exécution : rapidité, souplesse

2) Objectifs à dominante sociale :

Accepter les différences, dont la mixité et l'action en commun

Créer et respecter une règle commune
Déterminer en groupe un projet
Agir dans des groupes différents suivant les circonstances
Structurer son autonomie (de la réalisation de tâches simples : s'habiller, à l'engagement dans un projet et à l'auto-évaluation)

3) Objectifs à dominante affective :

Agir avec plaisir
Agir en dépassant ses craintes
Dominer ses pulsions
Être sensible à une charge affective
Savoir exprimer une émotion

4) Objectifs à dominante méthodologique :

Rôle de l'observation dans la prise de conscience
Traitement de l'information visuelle ou sonore ou tactile
Exercice de mémorisation
Analyse d'une situation et réponse motrice adéquate

5) Objectifs à dominante apprentissage notionnel :

Connaissance vécue concernant les notions de grandeur, poids, volume...
Accès aux notions de tri, rangement, classement
Accès aux formes de représentations codée ou dessinée

IV COMMENT CONDUIRE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Deux types de pédagogie coexistent à l'école maternelle : une pédagogie dite de la découverte et une pédagogie de l'apport définie aussi comme directive.

La première suppose des mises en situation à l'aide d'installations (gros matériel), d'accessoires (petit matériel), de consignes verbales (expression corporelle, jeux inventés) ou de musique (rythmes et danses).

L'activité spontanée de l'enfant est enrichie par les relances de l'enseignant car laisser faire n'est pas laisser aller.

Une trame de variantes permet d'aider celui-ci pour explorer tout le champ des possibles (L'éducation physique à l'école maternelle/Série Essai de réponses, publication du Ministère de l'éducation). Citons succinctement comme principales possibilités d'enrichissement de l'action (les variantes) : le corps, ses différentes parties, ses différentes positions, l'espace, le temps, le matériel unique ou combiné avec un autre matériel, l'énergie : alternance du calme et de l'intense, l'autre ou les autres.

A partir de ce premier niveau de pratique, qui ne peut être que passager, il devient nécessaire de complexifier et diversifier.

Immanquablement l'enfant (ou des enfants) peut prendre en compte lui-même un projet, construction ou jeu pour lequel l'adulte suscitera quelques règles simples d'organisation : accepter de partager le matériel, passer chacun à son tour.

La sécurité peut aussi imposer quelques règles.

Les problèmes de type moteur (comment franchir cet obstacle) sont alors résolus par l'enfant, avant que des solutions soient données à l'avance.

Le maître observe, encourage, interroge, relance, utilise les contrastes dans les actions, évalue.

L'élève agit, verbalise, corrige, agit mieux, plus vite...

La pédagogie de l'apport concerne les activités qui font référence aux traditions : les jeux codifiés et les danses de la tradition enfantine.

Cette façon de faire est également bénéfique car le sujet doit produire un effort d'assimilation supposant analyse et réalisation à l'identique.

Il est banal de dire que l'activité physique est, pour presque tous les élèves, motivante. Ils ont envie d'agir et par là même d'apprendre.

Cet apprentissage consiste en une modification adaptative du comportement au cours d'épreuves répétées. Cette définition suppose une activité qui se poursuit suffisamment longtemps pour qu'il y ait progrès. Il ne faut pas négliger que l'innéité joue aussi son rôle (cet élève est doué pour...).

La maturation, évolution interne de l'organisme, dépend du développement du système nerveux (myélinisation, contrôle du cortex sur les activités automatiques) et de l'achèvement des structures physiologiques (en particulier du système endocrinien).

Ceci réduit évidemment la gamme des activités physiques pour cet âge.

Comment l'enfant jeune apprend-il ? On est tenté de penser qu'il se contente d'imiter les actions des camarades.

En fait, on distingue plusieurs phénomènes différents.

L'enfant peut être sensible au milieu physique dans lequel il doit évoluer ou aux attitudes de l'enseignant, c'est l'imprégnation.

Il peut reproduire immédiatement un pas de danse réalisé par la maîtresse, c'est la saisie immédiate. (Insight)

Il peut apprendre aussi par essais et erreurs. Les essais infructueux amenant une action plus élaborée qui, peu à peu, évolue vers la réussite.

Le jeu inventé par un camarade suggère une autre action plus complexe ou inverse de la première, l'enfant étant très sensible aux contrastes. C'est l'association d'idées.

On ne peut pas se contenter d'une réussite fugace et inconsciente.

C'est pourquoi un retour sur l'action verbalisé ou dessiné fixe cette réussite dans la mémoire motrice. La mémoire à long terme permet, à des années de distance, de retrouver les sensations des apprentissages précoces (faire de la bicyclette, du ski...).

Car l'acte d'apprendre suppose plusieurs stades, dont le premier nous intéresse plus particulièrement : c'est le niveau de la perception.

L'enfant recueille des informations, mais justement très peu, c'est le rôle de l'éducation de développer chez lui ces aptitudes.

Au niveau décisionnel, le choix de la bonne réponse est quelquefois difficile car l'enfant ne peut pas classer rapidement les informations par ordre d'importance. Il manque d'expériences.

Quant au niveau effecteur, cela concerne la capacité à agir (équilibre, force, souplesse, coordination), mais plus l'enfant joue et plus il augmente ses capacités.

Bref, c'est en agissant que l'enfant améliore son comportement.