Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 8 (2006)

Heft: 6

Artikel: Prévention chez les petits

Autor: Gautschi, Roland

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995691

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Un cas plus fréquent qu'on ne l'imagine

▶ 6 à 8% des enfants souffrent d'un trouble du développement qui se manifeste dans l'enfance avec des répercussions dans la vie quotidienne et scolaire. Selon le manuel diagnostic et statistique des troubles mentaux publié par l'Association américaine de psychiatrie (DSM-IV, 1995), qui fixe des critères diagnostics internationaux, le syndrome du «trouble du développement de la coordination» peut être décrit comme suit:

■ Les prestations qui, dans les activités quotidiennes, nécessitent une bonne coordination sont significativement inférieures au niveau attendu pour l'âge et l'intelligence générale de l'enfant (mesurée par des tests spécifiques). Par exemple, l'enfant franchit tardivement les stades fondamentaux du développement moteur (s'asseoir, marcher, tenir sur un pied, etc.), il laisse tomber des objets, est maladroit, mauvais en sport, a des problèmes de graphomotricité.

Prévention chez les petits

Prévention // Pour venir à bout des exigences du quotidien, de plus en plus d'enfants ont besoin de mesures qui relèvent de la pédagogie spécialisée. Un projet de recherche s'attache à améliorer les compétences motrices des enfants. Un grand pas!

Roland Gautschi

▶ La bille roule sur le parquet de l'aula de l'établissement scolaire de Weiden à Jona. Des petites mains s'en emparent et la renvoient dans la direction opposée. La bille va et vient entre les élèves de l'école enfantine allongés face à face sur le sol. Pour commencer, les ils se sont passé de petits sacs faciles à attraper, puis des balles de tennis. Et maintenant, ce sont des billes, plus difficiles à suivre des yeux et à saisir pour les rouler en ligne droite jusqu'au partenaire d'en face. Bien conçu sur le plan didactique – du plus simple au plus difficile –, cet exercice pourrait être une tâche motrice parmi d'autres. Mais la position de départ quelque peu inhabituelle – pourquoi les enfants sont-ils allongés sur le ventre? – et le fait que 14 maîtresses d'école enfantine et des degrés inférieurs suivent le jeu avec intérêt, montrent qu'il s'agit d'autre chose.

■ Ce trouble interfère de manière significative avec les activités scolaires et les activités de la vie quotidienne.

■ Ces difficultés existent en l'absence de tout problème de santé diagnostiqué (parésie cérébrale, maladies musculaires, troubles envahissants du développement).

■ En cas de retard mental, les difficultés motrices sont supérieures au cadre clinique relatif à cette pathologie.

Il appartient au pédiatre de poser le diagnostic sur la base de ses observations cliniques ou standardisées et des informations des parents et des enseignants. L'essentiel est que ce diagnostic prenne en compte les répercussions sur la vie quotidienne, scolaire et sportive.

L'origine de ces difficultés est encore incertaine. Certains chercheurs émettent l'hypothèse d'un fonctionnement cérébral anormal, d'autres parlent d'un déficit dans la modulation et l'intégration sensorielle. Pour certains enfants, comme Matteo, il pourrait s'agir d'un déficit de la perception et de l'intégration des composantes tactiles et proprioceptives du geste. L'enfant ne «sent» pas son corps, ni la position des divers segments qui le composent. Ce manque l'empêche d'acquérir une stabilité posturale, de développer son équilibre, de doser ses gestes en fonction du contexte. A leur tour, ces troubles ont une influence sur l'axe corporel, sur le développement de la motricité fine et de la graphomotricité. D'autres enfants présentent au contraire des troubles visuels et spatiaux qui compliquent toute activité:

■ On parle de troubles visuo-moteurs quand l'enfant a du mal à tenir compte de sa position dans un réseau de coordonnées spatiales, à localiser des objets stables ou en mouvement dans l'espace et à orienter son corps en conséquence. Ces troubles ont une influence sur l'anticipation, la planification motrice du geste et sur l'orientation spatio-temporelle. L'enfant éprouve des difficultés à suivre un parcours, à jouer en équipe ou à des jeux de balle.

■ On parle de troubles de la perception visuelle quand le système de perception visuelle est déficitaire (identification des images, discrimination visuelle de certains détails à l'intérieur d'une image, filtrage visuel, discrimination figure-fond), ce qui a des implications importantes dans l'acquisition des gestes, surtout par imitation. L'enfant ne perçoit pas les détails de la posture ou des mouvements d'autrui qui lui permettraient d'imiter le comportement moteur. Il ne capte pas non plus les changements d'ambiance qui l'aideraient à s'adapter rapidement. Il a donc besoin d'expérimenter un mouvement sur la durée pour l'acquérir.

Ces troubles moteurs ont une répercussion sur l'image que l'enfant se construit de lui-même. Confronté au quotidien à ces difficultés, il tend à éviter les défis moteurs, les activités sportives et les jeux typiques de son âge pendant les loisirs. Il ne peut pas vivre le sentiment de compétence nécessaire à la construction d'une solide estime de soi. //

Complexe mais ludique

Cette première leçon est dirigée par Angela Nacke, ergothérapeute et directrice du Centre de prévention, de traitement et de formation continue «pluspunkt» à Rapperswil-Jona. Elle inculque aux maîtresses les principes du programme «pluspunkt Bewegung®» qu'elle a mis au point afin de développer chez les enfants la motricité globale et la motricité fine dont ils ont besoin au quotidien (se tenir debout, assis, écrire, etc.). L'efficacité du programme a été démontrée scientifiquement dans le cadre d'une étude réalisée en collaboration avec la Haute école pédagogique de Zurich (voir encadré). Les communes de l'établissement scolaire de Rapperswil-Jona ont elles aussi participé à l'étude. Grâce aux contacts noués avec les écoles, les leçons ont suscité un vif intérêt – un intérêt auquel l'enthousiasme et la force de persuasion d'Angela Nacke ne sont sans doute pas non plus étrangers. De manière ludique mais décidée, elle guide les cinq à six ans à travers les séquences motrices, accompagnée du fidèle «Giorgi», un singe en peluche qui fait le lien avec l'univers des enfants et qui «montre» les exercices. Malgré la structure théorique complexe sur laquelle repose le projet, on n'a à aucun moment le sentiment d'assister à une heure de thérapie.

Lutte contre la gravité

Pourtant, il s'agit bien de cela, car les exercices s'inspirent des principes de l'ergothérapie. Comme l'expliquent les auteurs de l'étude publiée dans la revue «ergoscience 2006», «la question est de savoir si on peut prévenir les déficits moteurs à travers un programme ciblé basé sur les principes de l'ergothérapie et visant à développer la motricité globale et la motricité fine à l'école enfantine.» Cette question a été motivée par la forte hausse du nombre de mesures d'appui et thérapeutiques constatée dans le canton de Zurich: en 2004, 16,8% des élèves du canton ont eu recours à des traitements de ce type (ce chiffre ne tient pas compte de l'enseignement spécialisé ni des cours «allemand seconde langue»). On constate notamment une augmentation des cas de «F82», un trouble spécifique du développement moteur qui n'est pas seulement le résultat d'une intelligence diminuée ou d'un trouble neurologique congénital ou acquis. On peut partir de l'hypothèse qu'un à deux enfants sont touchés par ce diagnostic dans chaque école enfantine. Un nombre bien plus élevé de bambins présentent toutefois des difficultés motrices. Les raisons de cet accroissement des troubles du développement moteur sont largement connues et documentées: manque croissant d'exercice durant l'enfance dû à l'absence d'espaces pour jouer, station

Développer la motricité globale et fine à l'école enfantine, un moyen de prévenir les déficits éventuels. Et si en plus les enfants s'amusent...

assise passive devant les écrans d'ordinateur et de télévision, etc. Contrairement à d'autres projets qui visent essentiellement à inciter les enfants à bouger plus, «pluspunkt Bewegung® repose sur une théorie et un but à atteindre qui nécessitent une planification aussi soigneuse que l'enseignement des langues ou des mathématiques» (tiré de: ergoscience 2006, p. 16). La première leçon, par exemple, met l'accent sur l'extension, c'est-à-dire la capacité de s'opposer à la force de gravité, de redresser le haut du corps à partir de la position couchée et – par exemple – de pouvoir bouger librement le bras. C'est ce que vise l'exercice avec les billes décrit au début.

De la motricité globale à la motricité fine

Le deuxième exercice porte également sur la capacité de redresser le haut du corps, une capacité fondamentale pour un développement optimal. Couchés sur une planche à roulettes, les enfants doivent effectuer un parcours en marche arrière. Pour déplacer leur véhicule, ils doivent pousser énergiquement avec les deux bras, ce qui les oblige à décoller le haut du corps de la planche à roulettes. Ici encore, les images faciles à retenir – «rouler», «tourner», «parquer» – permettent une approche ludique. La mise en pratique peut toutefois poser problème, car l'exercice nécessite une surface plane relativement grande.

«Que je sois allongé sur le ventre ou assis à mon pupitre, le principe est toujours le même: je dois me redresser ou me tenir droit en m'opposant à la force de gravité.» Dans la partie théorique qui suit, Angela Nacke explique encore une fois le but des exercices présentés. La capacité de se redresser est également essentielle sur le plan graphomoteur, car pour pouvoir laisser glisser un stylo sans se crisper sur le papier, il faut pouvoir décharger les bras en adoptant une position droite et économique. Il s'agit donc toujours, en améliorant la motricité globale (posture droite, active), de créer de bonnes conditions pour la motricité fine («transport main-bras harmonieux lors de l'écriture ou du dessin»).

Créativité requise

Dans la discussion en petits groupes qui suit, les maîtresses se concertent pour trouver des solutions en vue de favoriser une posture plus active. Comment organiser une leçon où on dessinerait debout? Quelle position les enfants doivent-ils adopter lorsqu'ils lisent allongés sur le sol? Comment structurer une séquence d'équilibre sur un banc? Pour les enseignants comme pour Angela Nacke, le mobilier des salles de classe est fondamental. Les chaises pivotantes que l'on ne peut pas bloquer ne sont par exemple pas idéales, car quand on tourne le haut du corps, il n'y a pas de rotation épaules/bassin. Il en

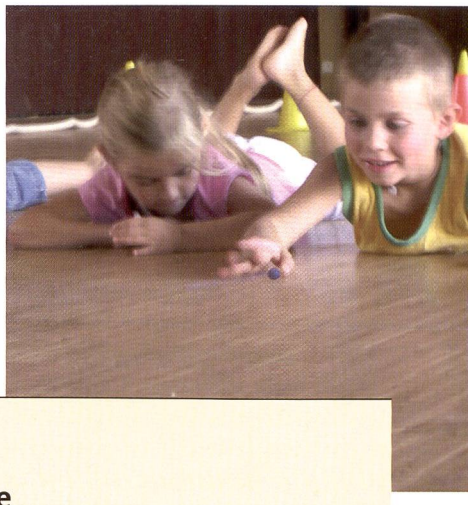
L'étude en bref

▶ L'étude avait pour but d'évaluer l'effet d'un programme spécifique en vue de développer les capacités motrices (pluspunkt Bewegung®) chez les enfants du degré préscolaire. Pour cela, deux études empiriques ont été réalisées avec des élèves de 1ère enfantine. Pendant 12/24 semaines, un groupe test a effectué quotidiennement un programme spécifique visant à développer les capacités motrices. Le groupe témoin 1 n'a pas suivi de programme ciblé; le groupe témoin 2 a bénéficié d'un entraînement moteur de même durée et de même fréquence que le groupe-test, mais sans programme spécifique.

Résultats

▶ Entre le début et la fin du programme, on a constaté une nette amélioration de différentes compétences, notamment des compétences motrices complexes (graphomotricité, faire rebondir une balle, marcher à reculons sur une ligne) chez les enfants du groupe-test par rapport à ceux des groupes témoins. Les enfants qui disposaient de moins bonnes compétences au départ ont plus profité du programme spécifique. Celui-ci s'est révélé plus efficace que le programme général réalisé pendant la même durée. Dans les tests qui nécessitaient une forte proportion de compétences cognitives, les écarts entre les groupes étaient minimes. Dans les tests de motricité globale qui exigeaient des schémas moteurs moins complexes, on n'a pas non plus relevé de différences significatives. //

Nacke, A.; Diezi-Duplain, P; Luder, R. (2006).
Prävention in der Vorschule – Ein ergotherapeutisches Bewegungsförderungsprogramm auf dem Prüfstand.
In: ergoscience 2006; 1: p. 14–25.
Stuttgart, éditions Georg Thieme.



va différemment avec une chaise fixe: là, le bassin dispose d'une surface d'appui, et quand on tourne le haut du corps, des mouvements de rotation se font au niveau de la colonne vertébrale. L'idéal serait de disposer de places de travail que l'on pourrait transformer en pupitres où les enfants écriraient debout. Pour ce faire, Angela Nacke collabore avec une firme de mobilier implantée dans la région et qui a déjà développé quelques prototypes.

Théorie et pratique en interaction

Etonnamment, il n'a guère été question de leçons d'éducation physique dans les discussions. Un grand nombre des objectifs visés par «pluspunkt Bewegung®» figurent pourtant aussi dans certains modèles empruntés à la didactique du sport et du mouvement. Grâce aux sports de balle, on entraîne la perception; aux agrès, on travaille avec «une surface d'appui plus ou moins grande» et on fait des expériences motrices dans différents plans; la méthode d'apprentissage utilisée pour acquérir les habiletés motrices va, quant à elle, «des performances simples aux performances complexes». Les contenus des leçons d'éducation physique correspondent sur de nombreux points aux principes de base formulés dans l'article de la revue «ergoscience» (voir encadré).

Compte tenu de ces analogies, une collaboration accrue entre les spécialistes du mouvement – chercheurs, maîtres d'éducation physique et thérapeutes – constituerait certainement un plus pour tout le monde. Les enseignants pourraient, avec leurs connaissances méthodologiques et didactiques, contribuer dans une large mesure à la mise en œuvre. En contrepartie, les découvertes faites en ergothérapie pourraient servir à introduire la dimension «prévention» dans les leçons d'éducation physique et à travailler de manière ciblée – notamment chez les petits – dans ces domaines. //

Bon à savoir

Principes de base

▶ Le programme «pluspunkt Bewegung®» réunit des éléments empruntés à différents concepts thérapeutiques: le concept de Bobath, qui se base avant tout sur l'activation de déroulements moteurs physiologiques; l'intégration sensorielle selon Jean Ayres, dans laquelle des informations sensorielles ciblées doivent contribuer à de meilleures performances motrices chez l'enfant; la méthode «Feldenkrais», dans laquelle la perception du corps joue une grande importance et qui vise à permettre des déroulements moteurs fluides. Les principes fondamentaux de ce programme reposent sur la base de ces théories et de la science du développement normal chez l'enfant. En voici un bref résumé:

■ Perception: prise en compte accrue des systèmes qui permettent de ressentir la position et le mouvement des différentes parties du corps dans l'espace (perception tactile, proprioceptive, vestibulaire) pour développer les capacités motrices. En élaborant de nouveaux schémas moteurs, on attache une importance particulière aux stimuli proprioceptifs.

■ Du proximal au distal: pour commencer, on se concentre sur le redressement du haut du corps (travail proximal). Pour développer la motricité fine, on s'attache d'abord à l'épaule, puis au bras dans son ensemble, puis à la motricité de la main.

■ D'une grande à une petite surface d'appui: un des objectifs fondamentaux du programme est d'améliorer les réactions d'équilibre.

■ Un thème prioritaire par leçon: la séance s'articule autour d'un but bien précis.

■ Du simple au complexe: les leçons commencent toujours par des performances motrices simples. Les exigences sont ensuite graduellement augmentées. Cette progression est planifiée avec soin et adaptée aux possibilités des enfants. On termine la séance avec le degré de différenciation motrice le plus élevé.

■ Expériences variées: les enfants doivent pouvoir répéter de manière variée les compétences motrices dont ils ont fait l'expérience. Ils le font lors de la leçon, mais surtout dans le cadre de leur quotidien scolaire. //