

La motricité libre au quotidien

Qu'est-ce que la motricité libre?

« La motricité libre consiste à laisser libre cours à tous les mouvements spontanés de l'enfant sans lui enseigner quelque mouvement que ce soit. » E. Pikler. Elle permet à l'enfant de se développer à son rythme avec les qualités qui lui sont propres. La motricité libre reconnaît que l'enfant naît compétent. Dès la naissance, il explore son univers avec tous ses sens. C'est avec l'expérimentation autonome et le regard confiant de l'adulte significatif lors de ses essais, ses erreurs et de ses réussites; qu'il développera son sentiment de confiance.

Rôle de l'adulte

Le plus grand enjeu pour l'adulte qui accompagne l'enfant est d'être observateur plutôt qu'être acteur. L'adulte significatif doit offrir une aide utile. Il encourage la consolidation des acquis de l'enfant. Il est un guide pour aider l'enfant à prendre des décisions en situation de risque. Il est patient et laisse tout le temps nécessaire à l'enfant pour qu'il puisse se mettre dans l'action autonome. Tout cela dans la perspective de : Aide-moi à faire seul. Lorsqu'à l'opposé un enfant est mis dans une posture ou une situation qu'il ne maîtrise pas seul ou encore lorsque l'adulte veut aider un enfant qui n'est pas en danger; cela augmente son niveau de stress, son sentiment d'insécurité et crée de la frustration. Il devient alors dépendant de l'adulte dans plusieurs de ses actions et mouvements.

La motricité libre offre à l'enfant la possibilité de découvrir son environnement librement et d'avoir le plaisir de réfléchir. Parfois il doit s'exercer plus longuement d'autres moins, mais toujours avec le plaisir et l'intensité qui l'anime. Cette découverte autonome est favorisée lorsque l'environnement est sécurisant et générateur de défis qui lui sont propres. Il est donc essentiel d'offrir une variété d'outils d'exploration qui se rapproche du réel, qui lui permet d'explorer de multiples façons et sous plusieurs angles et qui sera un moteur d'engagement et de recherche. On parle d'outils comme étant des objets du quotidien, des jouets à plusieurs utilités et des éléments de la nature. L'enfant doit être libre de bouger sans entrave de matériel (ex : siège de bébé, tapis d'éveil, parc, poussette). Il doit avoir également la possibilité de mesurer sa force (ex : en soulevant divers objets lourds), de pouvoir ressentir le vide (ex : explorer avec ses bras ou jambes un espace vide devant lui), d'utiliser tout son corps pour se déplacer dans l'espace (ex : ramper, rouler, 4 pattes, marcher, courir etc.), d'exprimer son identité par ses préférences.

Exemple d'accompagnement : Laisser l'enfant de déplacer dans la cour selon ses intérêts et sa capacité à se mouvoir. Encourager l'enfant à se déplacer sur des structures motrices sans lui offrir de support physique. Laisser le temps à l'enfant d'explorer son environnement, sans le presser. Laisser l'enfant descendre et monter les escaliers. Accepter qu'il grimpe, saute, rampe avec des structures non-habituel. Disposer du matériel dans l'environnement afin que l'enfant se déplace pour y accéder.

3 conditions préalables à la motricité libre

Afin que l'enfant développe son plein potentiel dans une approche de motricité libre, quelques principes se doivent d'être respectés :

- * Offrir une relation stable, continue, privilégiée avec une personne de référence
- * Offrir des soins de qualités et individualisés
- * Offrir un environnement sécuritaire qui encourage l'activité autonome.

Saine prise de risque ou danger?

Dans un cadre qui encourage la motricité libre, il est important de faire la nuance entre une saine prise de risque et un danger réel. On parle de danger réel lorsque la situation peut porter atteinte à la santé et sécurité de l'enfant. La saine prise de risque se situe dans l'observation de l'enfant et l'accompagnement de ce dernier dans son projet d'atteindre de nouvelles habiletés qui lui sont propres. Pour laisser un enfant explorer librement, l'adulte significatif doit connaître les limites de chaque enfant et être prêt à intervenir si l'enfant se met dans une situation de danger réel. Toutefois, il est primordial de laisser les enfants prendre des risques qu'ils auront calculés. Un enfant animé par l'activité autonome sera à la recherche de défis à la hauteur de ses limites. Il a besoin de ces défis pour alimenter son développement. L'adulte doit alors l'assister au besoin et à distance en lui rappelant ses compétences déjà acquises.

Motricité libre et Reggio Emilia : un enjeu payant!

La motricité libre est un précurseur important dans le développement de l'enfant. De plus, la valorisation de ce principe dans les âges subséquents permettra à l'enfant d'acquérir une plus grande confiance en soi et d'être le moteur principal de son développement. Voici quelques impacts sur le développement des enfants dans un processus de continuité pédagogique de la pouponnière à la découverte de Reggio Emilia de 18 mois à 5 ans:

Perfectionne :

- Ses habiletés motrices
- Ses réactions de protection (ex. : réflexe parachute)
- Sa coordination œil-main
- Sa gestion du risque
- La recherche des défis à la hauteur de ses limites.

Développe :

Sa créativité et son esprit d'initiative : Initie par lui-même des situations d'apprentissages individuels ou de groupe (ex : de jeux, des projets, d'explorations.)

Joue un rôle primordial dans les fonctions exécutives et résolutions de problème (observation, planification, action et rétroaction de façon autonome).

Odorat

Chaque espace à explorer a son odeur.

Toucher

Accès à différents types de sol, de textures, de température.

L'ouïe

Tous les sons qui l'entourent (Lieu, personnes, objets).

La prise de conscience du corps : le développement de tous ses sens selon ses habiletés à se mouvoir dans l'espace et les différents environnements.

Le meilleur endroit pour stimuler sans surstimuler est la nature!

Champ visuel

- La lumière qui change
- Les profondeurs
- La vision périphérique.

Goût

Développe sa discrimination gustative selon son environnement.