

Education physique pour les moins de 3 ans

À 24 mois, l'enfant marche, court, se relève quand il tombe. Il sait monter seul un escalier, une marche après l'autre, il s'arrête et évite les obstacles, pousse des objets importants en volume et parfois plus lourds que son propre poids. Le besoin de bouger, de s'exprimer par le corps est un besoin fondamental chez le jeune enfant.

L'enfant de 2 ans qui entre à l'école maternelle doit trouver dans l'espace scolaire et auprès des adultes qui vont l'accompagner tous les éléments essentiels pour grandir dans une approche globale, corporelle, affective et sociale.

Les pédagogues semblent d'accord pour dire que l'enfant porte en lui tous les éléments nécessaires à son développement ; l'enfant part de lui-même pour aller à la conquête de tout ce qui est nécessaire à la formation de son être : il est né constructeur, expérimentateur...

Emmi Pikler¹, pédiatre hongroise, a démontré que le développement moteur de l'enfant s'acquiert naturellement, et que les différentes positions inhérentes à ce développement apparaissent dans un ordre chronologique précis, lorsqu'on le laisse se mouvoir librement. Les interventions des adultes pour placer l'enfant dans des positions particulières sont inutiles, puisqu'il porte en lui un "programme" moteur qui va lui permettre de passer d'une étape à une autre sans heurts et sans difficultés majeures, de sa propre initiative.

L'expérimentation corporelle de ce programme moteur s'accompagne : on ne laisse pas l'enfant "se débrouiller", ou "se développer tout seul". Une présence attentive et attentionnée de l'enseignant et de l'ATSEM, portera et soutiendra l'enfant dans ses progressions et acquisitions, au cours des différentes étapes. Leurs regards bienveillants encourageront les efforts et les initiatives. Hors de toutes pathologies supposées ou réelles, les comparaisons et les inquiétudes sont sans fondement au regard de l'acquisition du répertoire moteur qui peut prendre plus ou moins de temps selon l'enfant.

Ces théories marquent les pratiques : le bien-être, la découverte, l'exploration du milieu, la réussite, l'envie, le plaisir, sont autant de leviers pour la conduite de l'enseignement de l'éducation physique dès le plus jeune âge. Chaque élève doit avoir cette chance de « s'élever au dessus de lui-même... L'éducation physique nous montre qu'il n'y a pas de fatalisme à un quelconque illettrisme physique, elle nous donne à voir qu'il est possible de doter tous les enfants de pouvoirs nouveaux et inédits »²

L'école maternelle est un « pouce-âge » comme le dit Jean Epstein³, c'est le moment où l'enfant passe d'un statut à un autre : d'enfant il apprend à devenir élève. Si l'accent est mis fort justement sur la maîtrise de la langue, pour autant les activités physiques et leur apprentissage sont fondamentaux pour la construction de la personnalité de l'enfant. C'est une période fondamentale de son développement moteur : il lui faut apprendre à découvrir son corps, les espaces et les actions possibles dans différents environnements. Pour se construire l'enfant a besoin de développer une aisance corporelle, de prendre conscience du risque, et d'acquiescer « le sentiment de compétences ».

¹ Emmi Pikler, *Se mouvoir en liberté dès le premier âge*, PUF, 1970

² Jacques Rouyer, *Revue Hyper-EPS*, 2002

³ Jean Epstein, *Comprendre le monde de l'enfant*, Dunot, 2010

Cela suppose pour l'enseignant :

- ❖ De comprendre l'importance de l'activité motrice dans le développement global des jeunes enfants.
- ❖ De proposer des espaces nouveaux pour susciter la curiosité, l'envie de faire, et de faire toujours plus et de faire autrement. Le but de l'enfant étant de prendre des risques en étant encouragé pour oser, en sachant aussi qu'il y a des endroits plus difficiles que d'autres, et en gérant lui-même son engagement. L'enfant s'engage pour le plaisir d'abord, puis construit une intention en fonction de l'effet produit sur le milieu, les objets et lui-même.
- ❖ De proposer des situations ludiques qui permettent à l'enfant de découvrir ses capacités, de mieux se connaître, de découvrir ses pairs, d'apprendre à se respecter mutuellement, de s'affirmer, d'avoir prise sur son environnement et de comprendre que l'on peut le maîtriser tout en prenant du plaisir à y évoluer.
- ❖ D'avoir une posture bienveillante pour :
 - Soutenir l'exploration du monde physique
 - Encourager les expériences
 - Accompagner sans imposer
 - Prévenir les situations dans lesquelles l'enfant se mettrait en danger

Les composantes de l'éducation physique pour les moins de 3 ans

- ❖ **Des situations motrices pour nourrir le besoin physiologique de bouger, dans lesquelles l'enfant va :**
 - Déménager, transporter, pousser, tirer, bouger des objets
 - Agir sur les objets en jouant avec la vitesse de manipulation, les trajectoires fortuites ou décidées, les obstacles
 - Éprouver le pouvoir de ses compétences déjà acquises sur les objets qui l'entourent
 - Développer sa coordination motrice
 - Anticiper ses déplacements moteurs (faire avancer, diriger, éviter...)
- ❖ **des situations motrices pour permettre d'explorer, dans lesquelles l'enfant va :**
 - Découvrir un nouvel espace de la classe ou de la salle d'EPS et ses limites
 - Acquérir de nouveaux repères spatiaux
 - S'approprier ces espaces et en comprendre les contraintes
- ❖ **des situations motrices pour entrer en relation avec les autres, dans lesquelles l'enfant va :**
 - Rencontrer ses pairs, les imiter
 - Partager les objets communs pour entrer en communication
 - Partager les espaces communs pour oser seul puis à deux
 - Construire son appartenance au groupe
 - Se familiariser avec les règles de vie collective pour les accepter petit à petit

❖ **Des situations motrices pour satisfaire son besoin de jouer, dans lesquelles l'enfant va :**

- Rencontrer des jeux qu'il ne trouve pas à la maison : tunnel, tracteur porteur, cheval à bascule, gros blocs de mousse de différentes tailles et formes...
- Exprimer ses émotions : d'un point de vue étymologique, « émotion » vient de « ex » en dehors et de « motion » moteur. Quand l'enfant joue, il exprime ses émotions. Il agit par « des mouvements en dehors de soi ». Le corps a donc le rôle principal dans la mise en action.
- Être en réussite, ce qui va contribuer à renforcer l'estime de soi