

LE DÉVELOPPEMENT DE LA MOTRICITÉ CHEZ L'ENFANT DE 0 À 6 ANS



*Comment accompagner mon enfant aux
différents stades de son développement
moteur ?*

L'enfant commence à développer sa **motricité** dès les premiers mois de sa vie. C'est grâce aux interactions avec son **environnement** qu'il va stimuler ses capacités motrices et affiner sa dextérité. Il est donc important de lui permettre de manipuler différentes formes et matières, adaptées à son âge, tout en le laissant faire ses propres **expériences**.

Les **préhensions**, la **coordination** entre les deux mains et la **latéralité** vont se mettre en place au fur et à mesure des expérimentations. Le **rythme des acquisitions** dépend des capacités propres de l'enfant, mais également de son environnement et des stimulations extérieures.

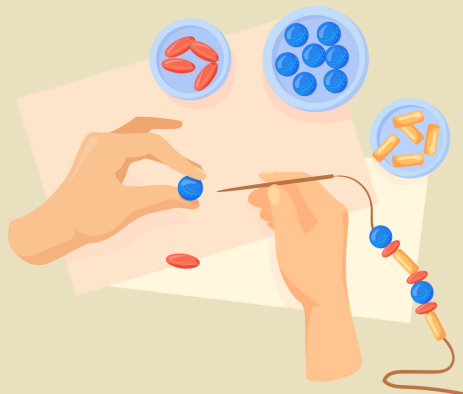
En cas de **défaut d'acquisitions motrices**, l'absence de prise en charge précoce peut entraîner, entre autres choses, un retard scolaire au niveau de l'écriture et de la manipulation des outils scolaires.



Avant l'entrée en maternelle, il est important de faire beaucoup de **jeux** qui mettent en **mouvement** l'intégralité du corps. Une bonne connaissance de son corps permet à l'enfant d'adapter sa **posture** en fonction de l'activité : un préalable à une **motricité fine efficace**.

Ce livret vous est destiné, **parents**, afin que vous puissiez accompagner au mieux le développement de la motricité fine de **votre enfant**.

Il dresse une liste non exhaustive d'**activités** à proposer au **quotidien**, en fonction des étapes du développement moteur de l'enfant de **0 à 6 ans**.



La partie *Observations* vous est propre afin d'y annoter vos remarques, observations, questionnements, ... en attendant la prochaine visite médicale de votre enfant.

Des annotations régulières permettront à votre médecin d'avoir un regard objectif sur les **capacités** de votre enfant, et, le cas échéant, vous orienter vers les professionnels adéquats en cas de retard d'**acquisitions motrices**.



Ce que je peux faire



Ce que je fais comme un grand



0 - 3 mois

- J'attrape par réflexe au contact (grasping)

3 - 6 mois

- J'essaie d'atteindre les objets avec mes mains
- Je porte les objets à la bouche
- J'attrape mes jouets avec une préhension globale

6 - 9 mois

- Je place mes doigts en griffe pour rapprocher les objets
- Je ramasse de petits objets avec le bout des doigts et le pouce

9 - 12 mois

- J'attrape les objets entre le pouce et l'index
- Je montre ce que je veux avec l'index
- Je tiens mes jouets à deux mains et les passe d'une main à l'autre

- Je joue avec mon hochet mais je le perds souvent
- Je fais passer les objets d'une main à l'autre pour réussir à utiliser mes deux mains (vers 6 mois)
- J'attrape deux cubes en même temps

- Je porte tout seul mon biberon à la bouche
- J'imites les actes simples
- Je tends et lâche mes jouets volontairement

- Je mange tout seul avec mes doigts
- Je commence à utiliser une cuillère adaptée à la taille de ma main et de ma bouche, en imitant les grands
- Je tourne les pages de mes livres (carton, mousse, ...)

Ce que je fais avec papa et maman



Observations



- On me présente des jouets de différentes formes et matières pour que je m'entraîne à attraper

- On me propose petit à petit de nouveaux jouets pour varier ma stimulation en douceur
- On me regarde jouer et me félicite, ce qui me permet d'avoir envie d'avancer et de persévérer

- Je jette mes jouets par terre et veux qu'on me les ramasse
- Je tends mes jouets pour faire des échanges
- Je m'amuse à imiter les actes simples que l'on me montre

- Je fais des puzzles à encastrement. On peut guider mon geste pour m'aider à orienter ma forme
- Je joue de la musique : tambour, maracas, ...

Ce que je peux faire



Ce que je fais comme un grand



1 an

- J'utilise de plus en plus une main plutôt que l'autre
- Je tourne les gros boutons, essaie de refermer les bouteilles
- Je lance une balle

- Je participe pour enfiler et enlever mes habits
- Je mange seul avec une cuillère mais j'aime bien dessiner dans ma purée avec les doigts ; je bois seul au verre en le tenant à deux mains
- Je gribouille sur ma feuille

2 ans

- Je sais visser/dévisser, ouvrir un verrou
- J'utilise différentes préhensions en fonction des objets
- Je reconnais les objets dans un sac, sans l'aide de la vue

- Je me lave les mains, me déshabille seul
- J'ouvre mes yaourts, mes compotes à boire
- Je copie un rond, colorie en dépassant de moins en moins

3 ans

- J'oppose le pouce à chacun des doigts, en m'aidant d'une chanson
- Je tient mon stylo à 3 ou 4 doigts
- Je fais des boules de pâte à modeler avec les deux mains

- Je m'habille seul
- J'enfile des boutons de taille moyenne
- J'utilise un petit couteau à table

4 - 5 ans

- Je reconnais différentes matières sans l'aide de la vue
- J'ouvre la porte en tournant la clé
- J'écris mon prénom, je fais des tracés plus précis

- Je me sers à boire, je fais mes tartines
- J'enfile mes chaussures et les ferme (scratch, boucles métalliques), je me brosse les dents

Ce que je fais avec papa et maman



Observations



- Je joue dans mon bain à remplir et vides mes ustensiles
- J'aime faire des jeux d'imitation (dinette, bricolage, ...) mais on doit me montrer comment faire
- Je commence à faire de la peinture et de la pâte à modeler adaptée à mon âge

- J'enfile des perles et visse des boulons
- Je fais des activités manuelles : collage, tampons, gommettes
- J'aide à faire des gâteaux : je verse, je tourne le fouet

- Je joue à des jeux de société de mon âge
- J'intègre la pâte à modeler ou des outils dans mes jeux d'imitation
- Je fais des bricolages : je découpe, peins, plie, ...

- Je fais des constructions plus techniques (Légo, Playmobils, constructions aimantées, ...)
- Je casse les oeufs, utilise un rouleau pour étaler la pâte

Les essentiels

Les âges sont donnés à titre indicatif, chaque enfant se développe à son rythme

Ne pas "forcer" le développement de l'enfant en proposant du matériel peu adapté à l'âge

Choisir les jeux en s'aidant des indicateurs d'âges inscrits sur la boîte

Manipuler c'est avant tout apprendre à jouer avec ses mains : les placards sont bien souvent remplis de trésors pour vos enfants ! Les objets de la vie courante (gobelets en plastique, cuillère, pince à épiler, graines, ...) sont tout aussi stimulants que leurs propres jouets

Ce livret a été réalisé par des ergothérapeutes, en partenariat avec Familles Rurales, pour sensibiliser à l'importance des manipulations dans le développement de la motricité fine de l'enfant.



Association Des Ergothérapeutes Libéraux de Lorraine

71 Avenue de l'Europe 54300 MONCEL-LES-LUNEVILLE
adell.association@gmail.com