

En route vers l'école

Atelier 2 : Le développement moteur, affectif et social



Centre
de services scolaire
des Navigateurs

Québec  

Les quatre ateliers

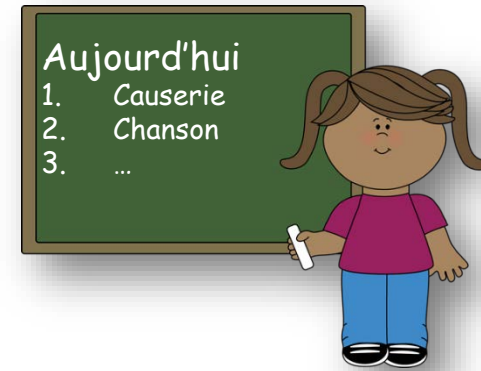
- ▶ Atelier 1 : Le préscolaire – un programme-cycle
- ▶ Atelier 2 : Les développements moteur, affectif et social
- ▶ Atelier 3 : Les développements du langage et cognitif
- ▶ Atelier 4 : Mon école est la plus belle, on l'appelle la maternelle

- ▶ Présentation de notre page Web (et chemin pour s'y rendre)

<https://cssdn.gouv.qc.ca/parents-et-eleves/outils-pour-les-parents/lecole-des-parents/>

Ordre du jour

1. Développement physique et moteur
2. Développement affectif
3. Développement social

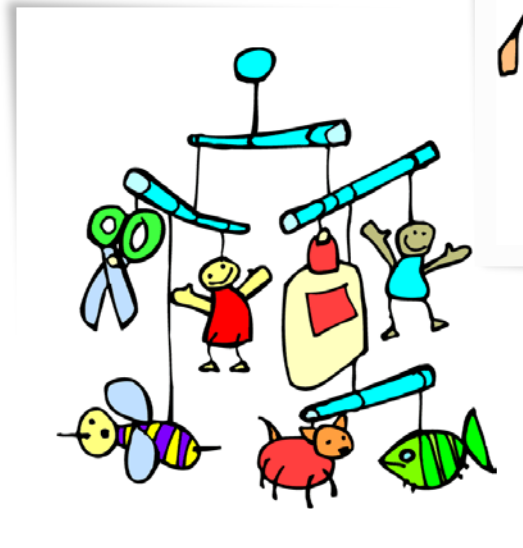


Les cinq domaines de développement global de l'enfant

Domaines et compétences	PHYSIQUE ET MOTEUR ACCROÎTRE SON DÉVELOPPEMENT PHYSIQUE ET MOTEUR		AFFECTIF CONSTRUIRE SA CONSCIENCE DE SOI		SOCIAL VIVRE DES RELATIONS HARMONIEUSES AVEC LES AUTRES		LANGAGIER COMMUNIQUER À L'ORAL ET À L'ÉCRIT		COGNITIF DÉCOUVRIR LE MONDE QUI L'ENTOURE	
Axes de développement	Motricité	Saines habitudes de vie	Connaissance de soi	Sentiment de confiance en soi	Appartenance au groupe	Habiletés sociales	Langage oral	Langage écrit	Pensée	Stratégies
Composantes	<ul style="list-style-type: none"> • Explorer des perceptions sensorielles • Se représenter son schéma corporel • Développer sa motricité globale • Exercer sa motricité fine • Expérimenter l'organisation spatiale • Expérimenter l'organisation temporelle • Découvrir la latéralité • Expérimenter différentes façons de bouger 	<ul style="list-style-type: none"> • Explorer le monde alimentaire • Expérimenter différentes façons de se détendre • S'approprier des pratiques liées à l'hygiène • Se sensibiliser à la sécurité 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître ses besoins • Reconnaître ses caractéristiques • Exprimer ses émotions • Réguler ses émotions 	<ul style="list-style-type: none"> • Expérimenter son autonomie • Réagir avec assurance 	<ul style="list-style-type: none"> • Démontrer de l'ouverture aux autres • Participer à la vie de groupe • Collaborer avec les autres 	<ul style="list-style-type: none"> • Intégrer progressivement des règles de vie • Créer des liens avec les autres • Réguler son comportement • Résoudre des différends 	<ul style="list-style-type: none"> • Interagir verbalement et non verbalement • Démontrer sa compréhension • Élargir son vocabulaire • Expérimenter une variété d'énoncés • Développer sa conscience phonologique 	<ul style="list-style-type: none"> • Interagir avec l'écrit • Connaître des conventions propres à la lecture et à l'écriture • Découvrir des fonctions de l'écrit • Connaître les lettres de l'alphabet (nom et son) 	<ul style="list-style-type: none"> • S'initier à de nouvelles connaissances liées aux domaines d'apprentissage (mathématique; arts; univers social; science et technologie) • Exercer son raisonnement • Activer son imagination 	<ul style="list-style-type: none"> • S'engager dans l'action • Expérimenter différentes actions • Raconter ses actions

Source : Programme de formation de l'École Québécoise, Éducation préscolaire, 2020, p. 12.

Domaines et compétences	PHYSIQUE ET MOTEUR	
	ACCROÎTRE SON DÉVELOPPEMENT PHYSIQUE ET MOTEUR	
Axes de développement	Motricité	Saines habitudes de vie
	<ul style="list-style-type: none"> • Explorer des perceptions sensorielles • Se représenter son schéma corporel • Développer sa motricité globale • Exercer sa motricité fine • Expérimenter l'organisation spatiale • Expérimenter l'organisation temporelle • Découvrir la latéralité • Expérimenter différentes façons de bouger 	<ul style="list-style-type: none"> • Explorer le monde alimentaire • Expérimenter différentes façons de se détendre • S'approprier des pratiques liées à l'hygiène • Se sensibiliser à la sécurité
Composantes		



Le développement physique et moteur

La motricité globale

En lien avec le geste d'écrire...

Pour bien préparer son cerveau à l'apprentissage...

Qu'est-ce que la motricité globale?

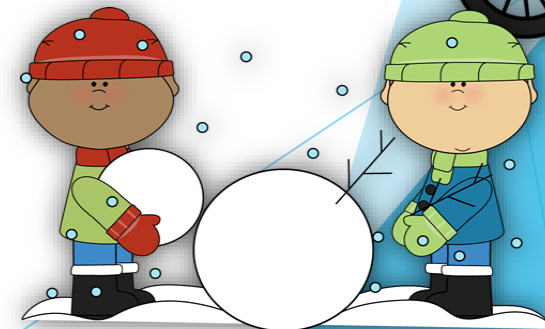
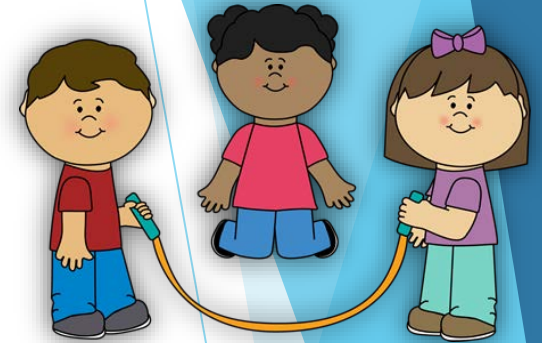
- ▶ Mouvements qui permettent de développer toutes les parties de notre corps.

Points importants :

- ▶ Utiliser différents milieux extérieurs (parc, cours d'école) et naturels (boisé, butte de neige);
- ▶ Utiliser du matériel varié (ballon, corde à danser, vélo, modules de jeux, etc.);
- ▶ Plus l'enfant devient habile, plus il prend de l'assurance et de la confiance. C'est un climat favorable à la prise de risque tout en restant sécuritaire.

On ne travaille pas juste les muscles!!!

- ▶ Les fonctions exécutives (inhibition, mémoire de travail, etc.)
- ▶ Le langage (ex. : les parties du corps)
- ▶ Les relations avec les autres
- ▶ La gestion des émotions
- ▶ Et plus encore...



La motricité globale

Exemples d'activités

- ▶ Jouer dehors
 - ▶ S'amuser dans la neige, le sable, prendre une marche, sauter à la corde, etc.
- ▶ Faire du vélo
- ▶ Jouer dans les modules de jeux des parcs (c'est gratuit!)
 - ▶ Pratique de la prise du risque, de la persévérance
- ▶ Pratiquer un sport ou une activité physique
 - ▶ Danse, soccer, patinage, hockey, ski de fond, etc.
- ▶ Danser, faire des mimes, chanson avec des gestes, des rallyes, des courses à relais, des chasses au trésor
- ▶ Reproduire des mouvements (style *Workout*, *Just Dance*), se déplacer de différentes façons en imitant les animaux
- ▶ Descendre et monter les escaliers avec les 2 pieds sur chaque marche puis en alternant les pieds
- ▶ Lancer et attraper des objets (ballon de plage vers petite balle)

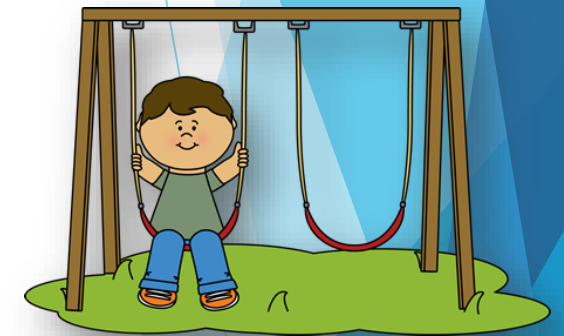
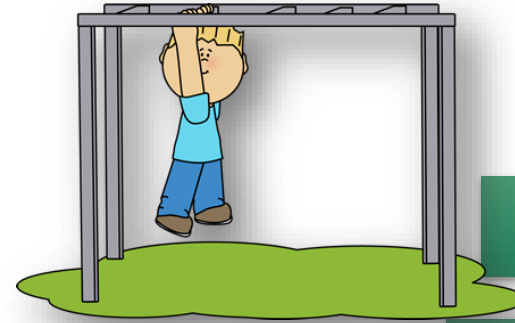
Varier les activités pour développer le corps dans son ensemble.



Être un modèle

Tout pour bouger

Le faire avec plaisir



Petites pensées sur la motricité fine

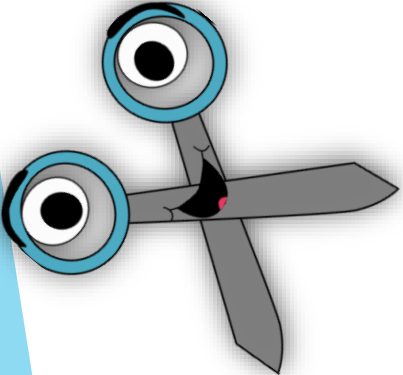
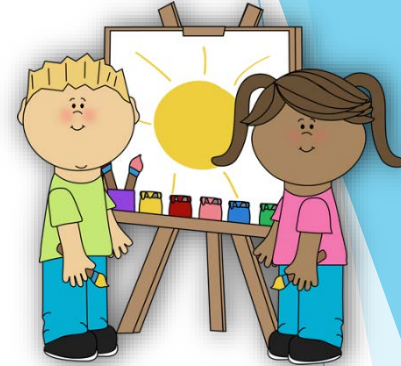
Avant de mettre un crayon dans la main d'un enfant, ces mains doivent creuser, grimper, appuyer, pousser, tirer, écraser, tordre et pincer dans un large éventail d'environnements et avec une variété de matériaux.



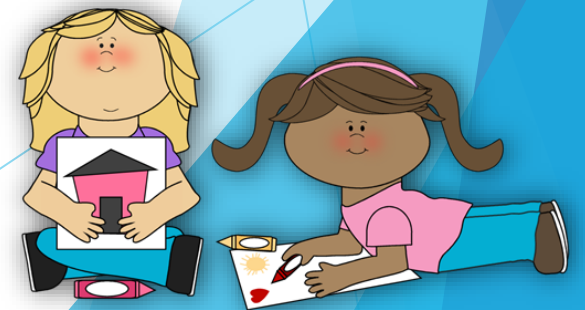


La motricité fine - précisions

- ▶ Définition : petits mouvements de plus en plus précis de la main
- ▶ Bouger les doigts individuellement
- ▶ Apparition de la main dominante vers 4 à 5 ans
- ▶ Préhension du crayon et position de la feuille
- ▶ Tenue des ciseaux et découpage
- ▶ Changement de la surface de travail
 - ▶ Sur la table, sur le plancher, sur une feuille accrochée au mur



Il est important d'aller de grands gestes vers de plus petits gestes, surtout lorsqu'il s'agit de l'écriture.
(ex. : grands espaces pour écrire son nom pour finir avec les petits trottoirs d'écriture au début du primaire.)





La motricité fine

Être capable

Quelques exemples :

- ▶ Colorier, dessiner, découper (graduellement à partir de 3 ans), déchirer
- ▶ Faire des tentatives d'écriture
- ▶ Boutonner de gros boutons
- ▶ Faire de la pâte à modeler (serpent, boule, tarte)
- ▶ Prendre plusieurs objets dans la même main sans les laisser tomber
- ▶ Tourner délicatement les pages d'un livre
- ▶ Enfiler des perles
- ▶ Relier des points, tracer par-dessus des traits
- ▶ Mettre des sous dans une tirelire
- ▶ Faire une tâche bilatérale (ex. : tenir un bol et brasser avec l'autre main)



Domaines et compétences	AFFECTIF CONSTRUIRE SA CONSCIENCE DE SOI	
Axes de développement	Connaissance de soi	Sentiment de confiance en soi
Composantes	Reconnaître ses besoins Reconnaître ses caractéristiques Exprimer ses émotions Réguler ses émotions	<ul style="list-style-type: none"> • Expérimenter son autonomie • Réagir avec assurance



Le développement affectif

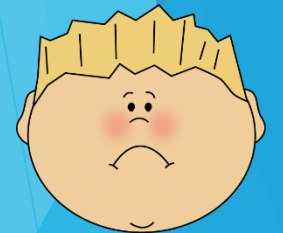
Construire sa conscience de soi

La gestion des émotions

C'est le travail de toute une vie d'apprendre à gérer ses émotions, il faut commencer dès le plus jeune âge.

Points importants :

- ▶ Donner des **outils** à l'enfant pour les reconnaître (prochaine diapo).
- ▶ Laisser l'enfant **s'exprimer** sur ses émotions lorsqu'il est **calme** (ex. : ce qui l'a mis en colère et laisser l'enfant trouver des pistes de solutions en le questionnant).
 - ▶ La perception de l'adulte est parfois différente de la réalité vécue par l'enfant.
- ▶ Éviter l'escalade. Les émotions du parent et de l'enfant déborderont. Même si ce n'est pas facile, l'adulte doit rester calme!



Gestion des émotions

Identification des émotions

Quelle est ta météo intérieure?

À l'aide des signes physiques à l'intérieur et à l'extérieur de soi, j'identifie comment je me sens.

MÉTÉO

Manon Jean auteure

MÉTÉO INTÉRIEURE

Ensoleillé	Nuageux	Pluvieux	Arc-en-ciel	venteux	Tornade	Glacé	orageux
Heureux Ravi Content Déterminé Satisfait Énergique Fier	Ennuyé Épuisé Indifférent Fatigué Boudeur Découragé	Triste Seul Déçu Malade Déprimé Blessé Incompris Humilié	Soulagé Émerveillé Calme Relax Tendre Doux Amoureux	Excité Stressé Énervé Anxieux Étourdi	Incontrôlable Explosif Méchant Violent Intense Excessif	Peur Intimidé Craintif Inquiet Timide Gêné Embarrassé	Arrogant Envieux Jaloux Colérique Agressif Impatient Furieux

© Copyright 2020-ManonJean- Tous droits réservés. Usage commercial et revente interdite. Visitez la boutique en ligne manonjean.com

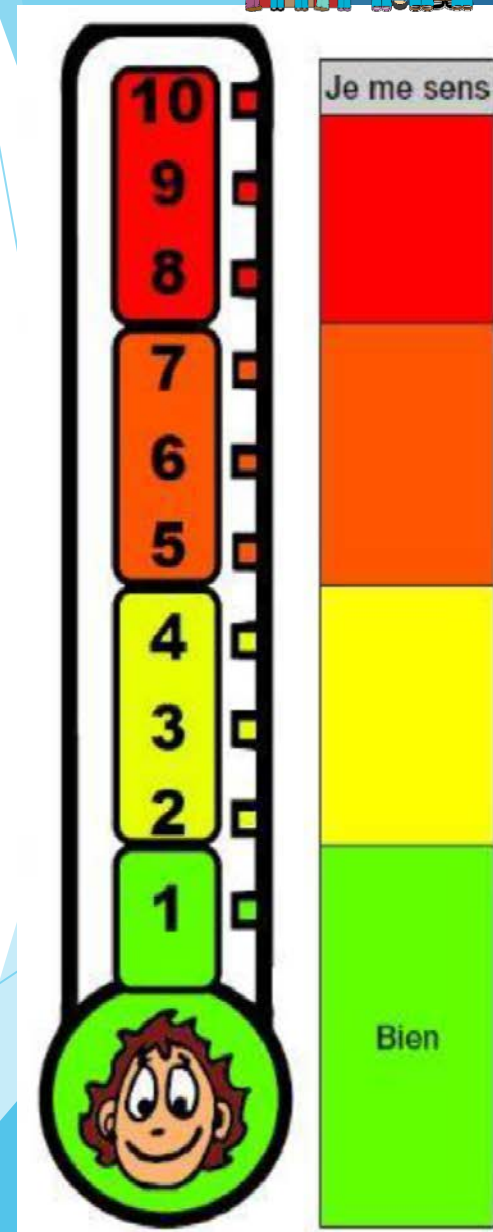


Gestion des émotions

Encourager l'enfant à bien évaluer l'intensité des émotions ressenties



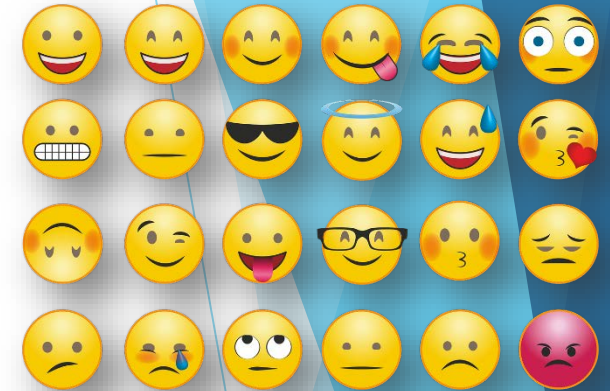
1. J'observe mes signaux reliés à l'émotion ressentie.
 - ▶ Les signes physiques, les expressions faciales ou corporelles, sa voix, ses paroles, ses pensées, ses actions.
 - ▶ Son confort (se sent-il bien ou mal? énergique ou vidé?).
2. Je trouve l'émotion ressentie : colère, dégoût, honte, jalousie, peur, etc.
3. J'évalue l'intensité de l'émotion ressentie à partir de mon thermomètre.
 - A. **Zone verte** : zone de confort - l'enfant se sent bien.
 - B. **Zone jaune** : léger inconfort - l'enfant se sent en contrôle.
 - C. **Zone orange** : zone critique - si rien n'est fait pour apaiser, il risque de perdre le contrôle.
 - D. **Zone rouge** : zone danger - l'enfant est en danger, il a perdu la maîtrise de soi.
4. Si l'intensité de l'émotion ne se situe pas dans une zone de confort, j'essaie de baisser l'intensité en utilisant un moyen d'apaisement.



Gestion des émotions

Impliquer l'enfant dans le processus

- ▶ Jouer à mimer des émotions et à les identifier
- ▶ Identifier les signes pour chacune des émotions
- ▶ Dessiner un moment qui correspond à une émotion
 - ▶ Ex. : Je suis fâchée quand mon petit frère brise mes constructions.
- ▶ Demander à l'enfant de dessiner son thermomètre
 - ▶ Voir avec votre enfant ce qui lui correspond à chacune des zones de couleurs.
Ex. : Quand tu es fâché et que tu cries, dis-moi dans quelle zone tu penses être.
- ▶ Choisir les moyens d'apaisement
 - ▶ Prendre de grandes respirations
 - ▶ S'isoler dans un endroit calme comme une petite tente
 - ▶ Jouer à un jeu calme (casse-tête, regarder un livre, etc.)
 - ▶ Etc.



Se calmer ou être calme, ça s'apprend!



Développer le sentiment de confiance en soi

Pour que votre enfant puisse découvrir **l'étoile** à l'intérieur de lui...

- ▶ Il doit prendre des risques, avoir des initiatives.
- ▶ Il doit faire des erreurs et en faire des apprentissages.
- ▶ Il doit avoir de petites responsabilités pour développer son autonomie.
- ▶ Il doit être encouragé, encadré, respecté, aimé.

Alors, comme parent, nous devons laisser de la place à notre enfant afin...

- ▶ de le protéger, mais pas trop;
- ▶ de l'aider, mais pas trop;
- ▶ De l'encourager et de l'aimer, ça, ce n'est jamais trop!





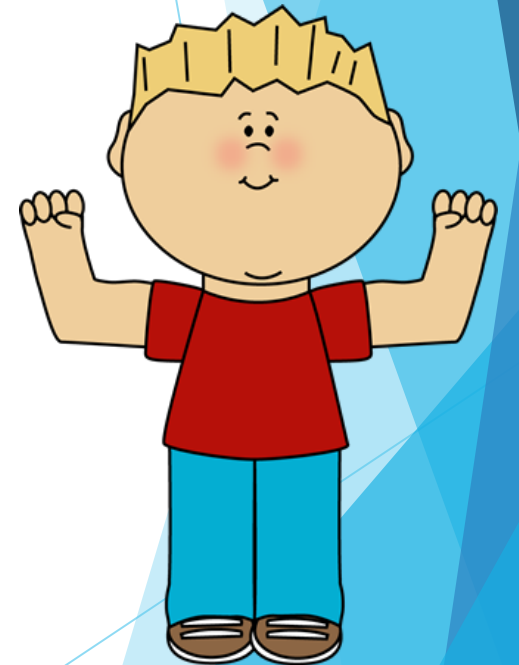
Sentiment de confiance en soi

L'autonomie entre 4 et 5 ans, c'est important!

Voici des exemples de ce qu'un enfant peut avoir comme petites responsabilités :

- ▶ Faire le lit
- ▶ Trier les bas, plier des serviettes
- ▶ Ranger les vêtements dans les tiroirs
- ▶ Nourrir les animaux domestiques
- ▶ Nettoyer les légumes, faire de petites tâches de cuisine, mettre la table
- ▶ Ramasser les jouets
- ▶ Épousseter les meubles
- ▶ Ranger les plats de plastique
- ▶ Et plus encore!

Un enfant qui se sent compétent,
sera fier de lui et aura
une meilleure confiance en lui.



Domaines et compétences	SOCIAL VIVRE DES RELATIONS HARMONIEUSES AVEC LES AUTRES	
Axes de développement	Appartenance au groupe	Habiletés sociales
Composantes	<ul style="list-style-type: none"> • Démontrer de l'ouverture aux autres • Participer à la vie de groupe • Collaborer avec les autres 	<ul style="list-style-type: none"> • Intégrer progressivement des règles de vie • Créer des liens avec les autres • Réguler son comportement • Résoudre des différends



Le développement social

Construire sa conscience de soi

Habiletés sociales

Qu'est-ce que c'est?

- ▶ Ce sont des **attitudes** et des **comportements** qui permettent à l'enfant d'entrer en **contact** avec les autres, de bien s'entendre avec eux, de se faire des amis, de travailler en équipe et de **prendre sa place** au sein d'un groupe (classe, famille, société, etc.)

Exemples :

- ▶ Attendre son tour, tolérer les délais, accepter le NON (les refus)
- ▶ Inviter un autre enfant à jouer ou à s'intégrer à un jeu
- ▶ Offrir son aide
- ▶ Faire des compromis
- ▶ Être courtois (ex. : dire merci)
- ▶ Suivre les règles établies dans chaque milieu
- ▶ Exprimer ses émotions



Elles aident l'enfant à s'adapter à toutes sortes de situations de la vie et à réussir à l'école.

Habiletés sociales

Une longue aventure...

Pour qu'un enfant se sente bien et en sécurité dans son environnement, il a besoin d'encadrement avec :

- ▶ Des **règles claires** avec des **conséquences logiques**
- ▶ De la **constance**, de la **cohérence** et de la **patience** dans l'application des règles et des conséquences
 - ▶ Si une fois sur 25, on lâche prise, l'enfant qui a tendance à tester se souviendra de cette fois et non des 24 autres. Il refera le même comportement dans l'espoir de retomber sur LA fois où la règle et la conséquence n'auront pas été appliquées.
 - ▶ Il est normal que les enfants testent le cadre! Ils vérifient la stabilité et la sécurité du système. Certains testeront plus que d'autres. Il ne faut pas lâcher! La mise en place d'une nouvelle intervention peut prendre un bon 3 semaines avant de fonctionner.
 - ▶ Un **consensus parental** (complicité)
 - ▶ Papa et maman doivent dire la même chose!
- ▶ De la **bienveillance**
 - ▶ L'adulte n'est pas en confrontation avec l'enfant. Il est là pour l'aider.

Avec cela, l'enfant aura de bonnes bases pour bien agir socialement et se conformer aux différentes règles de la société!



Comment bâtir des règles pour la maisonnée ou la classe ?

1. Choisir des **règles** avec les enfants

- ▶ Faire un choix de maximum 5 règles.
- ▶ Faire illustrer les règles par les enfants (dessins ou photos)
- ▶ Écrire les règles en terme positif, par exemple :
 - ▶ Je range mes jouets quand j'ai terminé.
 - ▶ Je range ma chambre tous les samedis.
 - ▶ Je fais des gestes gentils et je dis des paroles gentilles envers les autres en tout temps (respect).

2. Choisir les **conséquences** logiques avec les enfants

- ▶ Ex. : J'ai donné un coup, je dois maintenant faire un geste pour prendre soin de...

3. Choisir les **privilèges** (récompenses) avec les enfants

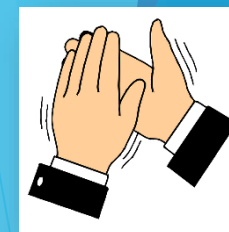
- ▶ Privilégier des privilèges qui ne coûtent rien (ex. : jouer avec notre enfant à son jeu préféré, faire une soirée cinéma, etc.).

Les trucs sont les mêmes, qu'on soit à l'école ou à la maison!

Outils et conseils qui peuvent aider au respect des règles :



- ▶ **Prévenir plutôt que guérir!**
 - ▶ Pratiquer les comportements attendus. À l'école, on appelle cela de l'enseignement explicite! On pratique longtemps et souvent! (ex. : comment et où ranger chaque jouet, comment se déplacer dans l'école, comment se placer lorsqu'on est en rang, comment placer les vêtements dans le vestiaire, comment se laver les mains, etc.).
- ▶ **Avoir une bonne gestion du temps.**
 - ▶ Utiliser un outil qui gère le temps pour que l'enfant comprenne la notion du temps.
- ▶ **Imager les routines plus difficiles pour les enfants (ex. : routines du dodo ou du matin).**
- ▶ **Renforcer les bons comportements.**
 - ▶ Féliciter le comportement en l'expliquant. (ex. : Bravo, je suis fière de toi, car tu as réussi à t'habiller seul.).
 - ▶ Utiliser une banque de privilèges avec des objectifs précis (ex. : Quand tu auras réussi 10 fois à mettre ton habit de neige seul sans crier, nous ferons un jeu ensemble toi et moi.).



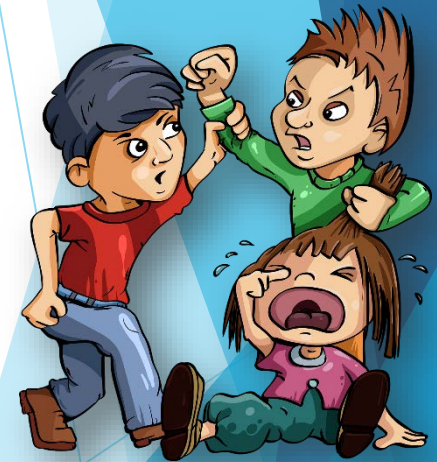
Les trucs sont les mêmes, qu'on soit à l'école ou à la maison!



Accompagner les enfants dans la résolution de leurs conflits

L'adulte est un guide, il montre le chemin, mais ne doit pas le faire à la place de l'enfant.

1. Questionner l'enfant pour connaître le problème.
2. Le guider dans l'identification de son émotion.
3. Attendre que l'enfant soit dans un état plus calme (zone jaune ou verte du thermomètre) avant de trouver une solution.
4. Questionner l'enfant sur les solutions possibles.
5. Encourager le partage et le compromis.



Les jeux de société sont une mine d'or pour pratiquer l'enfant à résoudre des conflits comme :

- Être capable d'attendre son tour
- Apprendre à perdre et à gagner

En conclusion...

Retour sur des points importants

- ▶ **Encourager** votre enfant à prendre des **risques**
- ▶ **Normaliser l'erreur** (expliquer nos propres erreurs quand ça se produit)
- ▶ Être un bon **modèle** pour l'enfant
- ▶ Encourager les marques de **politesse**
 - ▶ Dire s'il vous plaît, merci
 - ▶ Saluer les gens
 - ▶ Faire de belles demandes
- ▶ Et **renforcer** ++++++ les bons coups de vos enfants

Accompagner, guider, aimer



Période de questions et de commentaires



Vous pouvez aussi nous écrire à :

enrouteverslecole@cssdn.gouv.qc.ca

Merci et bonne fin de soirée!

Sources :

- Programme de formation de l'École Québécoise, Éducation préscolaire, 2020.
- Verret et Massé, *Gérer ses émotions et s'affirmer positivement*, 2017.
- Manon Jean, *Ajuster la météo intérieure des enfants*, 2013.
- Naître et grandir, *Dossier Habiletés sociales - Apprendre à vivre avec les autres*, <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/habilete-sociale/>.

Crédits images



www.mycutegraphics.com



www.recitpresco.qc.ca



www.pixabay.com