



LA PSYCHO... QUOI?

LA PSYCHOMOTRICITÉ C'EST QUOI?

La psychomotricité c'est le développement des habiletés de mouvement avec toutes les parties du corps et aussi des habiletés mentales.

La psychomotricité peut être vue comme une technique qui permet à l'enfant de mieux se connaître, ainsi que son environnement et de mieux y réagir.

Ainsi tout en s'amusant, l'enfant acquiert, au moyen d'exercices, les notions de base essentielles à son futur apprentissage (Doyon, 1992).



Qui fait de la psychomotricité?

En milieu scolaire, ce sont les enfants de maternelle avec l'enseignant et un intervenant spécialisé.

En milieu communautaire, ce sont tous les enfants de 4 et 5 ans avec un intervenant d'un organisme de mon quartier.

Pourquoi un journal de psychomotricité?

Pour informer les parents plusieurs fois pendant l'année sur ce que les enfants font en psychomotricité dans leur milieu de garde.

Pour donner aux adultes et aux éducateurs des idées de jeux ou de mise en situation qui vont favoriser la stimulation psychomotrice à faire à la maison ou à la garderie.

Pourquoi ça va aider mon enfant?

- ✓ **Éveille et stimule au niveau sensori-moteur**
- ✓ **Favorise l'interaction avec les amis**
- ✓ **Favorise la patience et la persévérance**
- ✓ **Favorise le plaisir de bouger**

Ça permet aussi à votre enfant de prendre conscience de plusieurs éléments

5. **l'équilibre**
6. **les parties du corps**
7. **la respiration**
8. **la relaxation**

1. **la sensibilité**
2. **l'espace**
3. **le temps**
4. **la latéralité**

