



Le Baby'Hand

*Psychomotricité orientée
Handball adaptée aux enfants
âgés de 3 à 5 ans*

Informations destinées aux personnes ressources des clubs

Jonathan Vandenberg et Sarah Vercauteren

CT LFH

Stagiaire ULG

Table des matières

La philosophie Baby'Hand	4
Le développement psychomoteur	4
L'enfant de 3 à 5 ans	5
Pourquoi destiner le Baby'Hand aux enfants de 3 à 5 ans?	5
Les principaux changements	5
L'âge du jeu	5
Le développement de l'enfant est stimulé par son entourage	6
La motricité globale et la motricité fine	6
La représentation symbolique: l'importance du dessin et du langage.....	6
Les limites de l'enfant	7
Les émotions	7
L'initiative et la culpabilité	8
L'entraîneur-animateur.....	9
L'entraîneur-animateur compétent.....	9
1.Techniques de leadership.....	9
2.Techniques d'enseignement.....	10
3.Techniques de gestion.....	11
Comment connaître l'enfant?.....	11
Concevoir une séance Baby'Hand.....	12
Aspects pédagogiques à prendre en compte avant pendant et après la séance Baby'Hand.....	12
Comment rendre le sport plus attrayant?	13
Avant la séance: comment organiser ma séance?	13
1.Définir les objectifs	13
2.Estimer le nombre d'enfants	13
3.Caractéristiques générales des activités	14
4.Penser l'organisation spatiale et choisir le matériel pour chaque activité	14
Pendant la séance	15
1.L'aménagement de l'espace.....	15
2.L'accueil des enfants	15
Après la séance	15
Bibliographie	16

La philosophie Baby'Hand

L'activité physique stimule la croissance et améliore la santé physique et mentale. Elle permet aussi d'alléger le stress. Toute activité physique peut améliorer les aptitudes des enfants pour l'arithmétique, la lecture et la mémorisation. Elle favorise aussi le développement psychologique et social de l'enfant. Elle peut aussi favoriser le développement de l'estime de soi et de la confiance en soi chez l'enfant.

Pour favoriser le développement du jeune enfant, il faut lui permettre de pouvoir vivre un maximum d'expériences motrices. Cela lui permettra de développer une vaste gamme d'habiletés motrices. Par ailleurs, ses capacités cognitives ne lui permettent pas encore de pratiquer le jeu du handball. C'est pourquoi, les activités destinées aux jeunes enfants âgés de 3 à 5 ans seront davantage des activités psychomotrices que des activités handballistiques.

Le développement psychomoteur

Le développement psychomoteur est le développement de la motricité, de la prise de conscience de soi, de son corps, de la prise de conscience de son environnement spatio-temporel et des possibilités de s'y adapter. Le niveau de développement psychomoteur va tenir compte du degré de maturation de l'enfant dans les domaines précités, par rapport à son âge chronologique.

On parlera plus spécifiquement d'activités psychomotrices :

- lorsqu'on centre l'attention du sujet sur un des instruments de la psychomotricité : le corps, l'espace, le temps ;
- ou encore lorsqu'on les utilise en vue d'un développement, d'une tâche, d'une découverte à effectuer dans un domaine quelconque.

L'enfant de 3 à 5 ans

Pourquoi destiner le Baby'Hand aux enfants de 3 à 5 ans?

L'évolution du schéma corporel (= connaissance que l'on a de soi en tant qu'être corporel) se réalise en fonction de l'âge. Pour arriver à maîtriser son corps, l'enfant va passer par plusieurs étapes.

- Le corps subi (de 0 à 3 mois): l'enfant subit son corps.
- Le corps vécu (de 0 à 3 ans): cette étape se caractérise par un enrichissement au point de vue moteur et sensoriel. L'enfant s'appuie sur ses sens et sa motricité pour découvrir le monde. Il prend conscience des objets et de son corps. Entre 2 et 3 ans, l'enfant maîtrise de mieux en mieux son corps. Il devient "propre".
- Le corps perçu (de 3 à 7 ans): **à partir de 3 ans**, l'enfant résout ses problèmes dans le monde de l'objet mais la dissociation gestuelle n'est pas encore très bonne. Il perfectionne sa motricité.
- Le corps connu: l'enfant va passer d'une connaissance globale du corps à une connaissance des différentes parties.

Durant toutes ces étapes, le corps de l'enfant va lui permettre de s'exprimer avec autrui. L'objectif est de permettre à chaque enfant de maîtriser son corps. Remarque: Les différentes étapes sont prévisibles mais, il est impossible de prévoir le moment où un enfant entreprendra une étape donnée de son développement. Cela est spécifique à chaque enfant. Les âges sont donc donnés à titre informatif et ils constituent une moyenne.

Les principaux changements

Le changement le plus visible opérant durant cette période est la taille. Le système nerveux subit aussi un important changement durant cette période. De 0 à 6 ans, l'évolution psychomotrice de l'enfant est la plus marquée.

L'âge du jeu

Durant cette période, les enfants passent la majorité de leur temps à jouer. Les enfants, en jouant, vont apprendre des habiletés leur permettant de se développer. Au début, ils sont très maladroits mais en grandissant, ils deviennent de plus en plus adroits et gracieux.

Le développement de l'enfant est stimulé par son entourage

L'enfant apprend énormément de ses pairs et par les autres personnes qui l'entourent. Les entraîneurs-animateurs ont une influence importante sur le comportement et le développement de l'enfant.

La motricité globale et la motricité fine

Les enfants ont plus de facilités pour améliorer leur motricité globale (= capacité d'exécuter des mouvements amples) mais le développement de la motricité fine (= ensemble des activités motrices qui engagent une région spécifique du corps, sans nécessairement mettre le reste du corps à contribution, et qui nécessitent de la précision et de la dextérité) est plus ardu. Le dessin permet à l'enfant d'exercer sa motricité fine.

La représentation symbolique: l'importance du dessin et du langage

En outre, dans le dessin, l'enfant représente des réalités extérieures, même si elles ne sont pas présentes devant lui. Il exprime ce qu'il perçoit de la réalité (ce n'est donc pas une copie de la réalité). Cette activité nous semble intéressante car elle développe la représentation symbolique de l'enfant qui englobe le langage et l'imagination. En effet, le mot constitue un symbole. L'enfant saisit progressivement les liens entre l'objet et le mot symbole. Le langage permet à la fois de reconstruire le passé et donc de l'évoquer en l'absence des objets sur lesquels ont porté les conduites antérieures, et d'anticiper les actions futures, non exécutées, jusqu'à les remplacer parfois par la parole seule sans les accomplir jamais. Il devient aussi capable d'imitation différée (= imiter un événement déjà vécu en l'absence du modèle). En outre, l'enfant ne se contente pas de reproduire les actions qu'il a vu faire auparavant. Il les combine pour créer une série qu'il gère à sa manière. Il peut, grâce à la représentation symbolique, assigner à un objet la fonction d'un autre objet. Nous venons d'exposer les gains durant cette période.

Nous trouvons intéressant d'intégrer des activités de dessin (et même d'autres activités artistiques) durant certaines séances car le dessin permet à l'enfant de s'exprimer, de développer sa capacité cognitive à se représenter mentalement les objets, les situations et il permet aussi d'exercer la motricité fine.

Cependant, il subsiste quelques limites que l'enfant apprendra à dépasser durant cette période.

Les limites de l'enfant

- L'enfant affirme mais ne démontre pas.

On caractérise parfois cette période, comme une période d'opposition. Or, l'enfant affirme

qui il est. L'enfant commence à considérer les choses comme étant extérieures à lui-même. Il est capable de donner son opinion mais sans donner de raisons car il ne parvient pas encore à faire des liens entre différents éléments. Vers 2-3 ans, l'enfant va donc se rebeller, supplier. Mais vers 5 ans, il va davantage négocier.

- Il a tendance à se centrer sur un seul aspect d'une situation (le plus apparent). Par exemple, un enfant rencontre deux autres enfants: un de 4 ans et un de 5 ans. Celui de 4 ans est plus grand que celui de 5 ans. L'enfant conclura que celui de 4 ans est plus âgé (centré sur la taille).
- Il pense aussi que certaines situations sont irréversibles.
- Il est égocentrique. Il pense que tout le monde pense comme lui. Par exemple, si vous proposez aux enfants de jouer à "cache-cache", l'enfant peut se cacher en ne couvrant que sa tête car il pense que s'il lui est impossible de voir les autres, alors les autres ne peuvent pas le voir. Mais vers 4 ans, il va prendre conscience que ce qu'il croit ne reflète pas toujours la réalité. Il va donc prendre conscience que les autres peuvent penser différemment. À cet âge, le jeune enfant peut aussi se montrer sensible aux désirs et aux sentiments d'autrui. À mesure que s'accroît la conscience sociale et que diminue l'égocentrisme intellectuel, il est capable de faire preuve d'empathie (= faculté intuitive permettant de percevoir et de comprendre les sentiments d'autrui, de se mettre à la place de l'autre tout en conservant une distance) manifestée par un comportement prosocial. Cependant, les enfants peuvent aussi manifester un comportement antisocial.
- Il est contradictoire. Il peut affirmer une chose et son contraire sans se rendre compte de l'absence de congruence.

Les émotions

Durant cette période, les enfants apprennent petit à petit à réguler leurs émotions. Il est important de permettre aux enfants de laisser exprimer leurs émotions. Cela leur apprend à les réguler. En outre, certaines d'entre elles perturbent leur capacité de raisonnement comme la peur. Si un enfant a peur (par exemple : une sorcière cachée dans l'armoire présente dans la salle de sport), il sera déconseillé de rire ou de tenter de raisonner l'enfant (par exemple, il faudra ouvrir la porte et dire à la sorcière de s'en aller).

L'initiative et la culpabilité

Ils désirent acquérir des compétences reconnues par leur famille, leurs amis et les personnes qu'ils rencontrent dans divers contextes. L'initiative consiste à dire quelque

chose de nouveau, à approfondir une habileté, à entreprendre un projet. L'enfant veut accomplir des activités qui dépassent à la fois ses capacités et les limites que lui imposent ses parents. Il est important de proposer aux enfants des situations où ils peuvent prendre des initiatives.

Exemple: la psychomotricité Aucouturier. En résumé, cette approche permet de développer des compétences motrices et sur le plan de l'affectivité (expression des émotions...) et sur des notions d'apprentissage telles le temps et l'espace. Les activités relatives à cette approche nécessitent du matériel varié . Les enfants se déplacent et manipulent le matériel comme ils le souhaitent. L'entraîneur-animateur assure la sécurité physique des enfants. Il observe les enfants pour mieux les comprendre. Ensuite, une phase d'expression des émotions est proposée aux enfants.

Entre 3 et 6 ans, les enfants ont un concept de soi plutôt positif. Ils pensent que leurs qualités sont immuables et que leurs défauts finiront par disparaître.

Selon les résultats de la nouvelle action (atteinte ou non de l'objectif) et selon les réactions de leurs parents ou des adultes de leur entourage (félicitations, punitions...), les enfants ressentiront soit un sentiment de fierté (fondement de l'entraînement à la maîtrise des habiletés) ou soit un sentiment de culpabilité (qui leur fera craindre de tenter de nouvelles actions). La culpabilité est parfois manifestée par de l'agressivité. Ils doivent donc intégrer ces deux opposés, c'est à dire un sens de l'initiative tempéré par une certaine culpabilité. Cette culpabilité ne paralyse pas les enfants; ils prennent plutôt l'initiative d'explorer tout en développant un sens de la responsabilité et de la moralité.

L'entraîneur-animateur

L'entraîneur-animateur compétent

Un entraîneur définit un entraîneur-animateur compétent comme une personne possédant les connaissances, les habiletés et l'attitude nécessaires pour faire son travail de façon efficace.

Plusieurs *techniques* utilisées par les bons entraîneurs-animateurs peuvent être apprises ou mises au point, notamment les techniques de leadership, d'enseignement et de gestion.

Pour chaque type technique, nous avons tenté de vous apporter des conseils, des trucs et astuces. Cependant, nous avons conscience que ces conseils, trucs et astuces peuvent correspondre à plusieurs types de techniques. En effet, les trois types se chevauchent et sont en interrelation. L'entraîneur-animateur compétent intègre les trois types de techniques.

1. Techniques de leadership

Cela inclut, entre autres, des compétences en communication.

Conseils:

Comment améliorer la confiance en soi et l'estime de soi de l'enfant?

L'entraîneur-animateur doit mettre l'accent sur les forces des joueurs et non sur leurs faiblesses. Voici quelques conseils :

- Accueillez chacun des enfants chaleureusement et individuellement à leur arrivée et faites en sorte qu'ils soient heureux d'être là,
- Souriez,
- Félicitez sincèrement et souvent les enfants,
- Utilisez l'approche « sandwich » pour corriger les erreurs : pointer le positif, le féliciter puis offrir un conseil technique puis encourager, féliciter l'enfant.
- Ayez des attentes réalistes fondées sur les aptitudes de l'enfant et qui conviennent à leur niveau de développement,
- Créez des situations où le taux de succès est élevé,
- Récompensez l'atteinte d'un objectif et non seulement du résultat,
- Confiez aux enfants des responsabilités,

- Suscitez l'avis des enfants et encouragez-les à poser des questions.

2. Techniques d'enseignement

Il possède des connaissances et met en oeuvre des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être relatifs à son activité (sur l'enfant, sur son développement, sur la psychomotricité de l'enfant, sur comment apprendre à l'enfant...). Il facilite l'apprentissage à l'aide d'explications et de démonstrations. Cela doit se faire dans un environnement sécurisé.

Voici quelques conseils pour prévenir les blessures:

- Offrez un environnement sûr en utilisant de l'équipement bien entretenu,
- N'invitez pas les enfants à porter un poids trop lourd,
- Évitez de faire exécuter des mouvements nuisibles,
- Ne demandez jamais à un enfant d'aller au-delà de ses capacités,
- Insistez pour que les enfants ne s'assoient pas les genoux et les cuisses fléchis et les pieds tournés vers l'extérieur, car cette position permet aux pieds de rouler plus facilement vers l'intérieur, ce qui rend la course difficile. Les enfants commencent à adopter cette position dès l'âge de un ou deux ans. Encouragez plutôt l'enfant à s'asseoir les jambes croisées.
- Commencez la séance d'entraînement (par un échauffement, pas spécialement nécessaire pour les enfants de cet âge-là), des exercices et terminez-la par une période de retour au calme grâce à la relaxation. La relaxation est une technique psychomotrice qui vise à améliorer la connaissance que l'on a de son corps et donc, à améliorer la connaissance que l'on a de soi-même. Elle joue aussi un rôle essentiel sur la régulation émotionnelle de l'enfant. Les exercices de relaxation permettent un retour au calme après chaque séance. Cependant, ceux-ci ne doivent pas être trop longs pour les jeunes enfants (+- 2 minutes). Par exemple, vous pouvez inviter les enfants à se coucher, mettre une musique calme, les inviter à toucher avec une de leurs mains, la main opposée (cela leur permet également d'apprendre à connaître leur schéma corporel).
- Amenez l'enfant à boire régulièrement. En moyenne, l'enfant doit boire toutes les vingt minutes pendant qu'il fait de l'exercice ou lorsqu'il joue. La quantité varie selon la taille, la température, le taux d'humidité et l'intensité de l'exercice.

3. Techniques de gestion

Un bon entraîneur ne fera pas participer deux enfants pendant que les autres ne font rien. L'entraîneur se déplacera efficacement d'un groupe à l'autre en sachant ce que chaque groupe doit faire. L'entraîneur travaille-t-il de façon structurée ? Les séances

d'entraînement sont-elles bien organisées ? Les enfants ont-ils plusieurs chances de participer ? Cela relève aussi de la gestion des comportements des enfants

Voici quelques trucs et astuces:

Comment permettre à un enfant de se plonger à nouveau dans l'activité lorsque celui-ci est distrait ou s'éloigne de l'espace où se déroule l'activité?

L'utilisation du corps est essentielle quand on anime. Par exemple, lorsqu'un enfant s'éloigne du groupe, il est davantage pertinent de lui permettre de revenir en se déplaçant vers lui plutôt que de l'appeler au loin.

Comment réagir face à des comportements antisociaux vis-à-vis des pairs et des entraîneurs animateurs?

La qualité de l'attachement entre l'enfant et ses parents est un prédicteur du comportement de l'enfant pendant les années préscolaires. Les parents servent de modèles comportementaux pour leurs enfants.

Il est tout d'abord primordial de différencier le comportement de l'enfant de sa personnalité. En effet, l'enfant est bon par nature et ce sont ses comportements qui peuvent poser problème.

Selon nous, la punition ne devrait pas être mise en application. Dans la mesure du possible, il vaut mieux expliquer à l'enfant les raisons de sa punition. Et mieux encore, il est important de lui demander d'expliquer pourquoi il est réprimandé.

Comment connaître l'enfant?

L'entraîneur-animateur doit prendre le temps d'observer l'enfant. En effet, grâce à l'observation, l'entraîneur-animateur peut émettre des hypothèses sur qui il est, sur ses besoins... Il est important de communiquer avec les parents au sujet de l'enfant. Ceux-ci détiennent des informations cruciales sur leur enfant, sur qui il est mais aussi dans quel état physique et psychologique vient l'enfant aux séances de Baby'Hand. Par exemple, si l'enfant a passé une mauvaise nuit, cela peut avoir de l'influence sur ses humeurs et sur ses capacités.

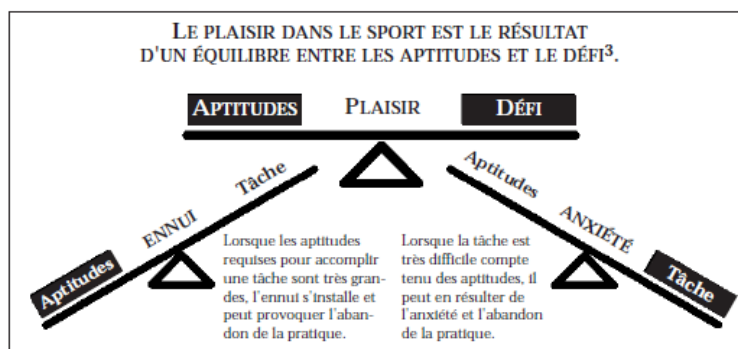
Concevoir une séance Baby'Hand

Lors de la formation-réunion du 28 mai 2016, nous avons conçu un canevas commun permettant de réfléchir et concevoir une séance Baby'Hand afin que son déroulement se passe pour le mieux. Cela permet notamment d'éviter les incidents critiques.

Aspects pédagogiques à prendre en compte avant pendant et après la séance Baby'Hand

Pédagogies	Commentaires
de la réussite	concerne l'organisation et la programmation des activités. ⑩ donner des exercices que l'enfant est capable de faire, ⑩ valoriser toutes ses réussites, ⑩ lui donner confiance.
par objectifs	concerne la préparation des activités et leur planification. ⑩ tenir compte du niveau d'avancement de chaque enfant : fixer des objectifs intermédiaires et terminaux. En fonction des objectifs, on conçoit les activités, ⑩ pas de compétition entre les enfants ni de comparaison (sauf des acquis de l'enfant lui-même), ⑩ séances actives.
centrées sur l'enfant	concerne la motivation donnée à la leçon, la joie que l'enfant en retire, et l'aspect formel que prennent les séances. ⑩ motiver les enfants, la séance doit avoir une motivation (ex : un thème...), ⑩ attrayante gaie, ludique.
de la communication	permettre aux enfants de s'exprimer (verbalement et non-verbalement). ⑩ laisser l'enfant exprimer ses joies et ses peines, lui permettre de se sentir compris, rassuré. Lui permettre de contrôler davantage ses sentiments. ⑩ assurer un climat de compréhension pour le passage du vécu affectif (qui arrive avant) au cognitif.

4. Comment rendre le sport plus attrayant?



Le plaisir est l'équilibre entre le défi et les aptitudes.

Les enfants doivent relever un défi, mais ils peuvent devenir angoissés et avoir envie d'abandonner si le défi est trop grand. D'autre part, l'ennui s'installe rapidement lorsque les jeunes doivent répéter de façon incessante des exercices qui ne posent plus aucun défi.

Avant la séance: comment organiser ma séance?

Assurez-vous préalablement que la salle est disponible.

Posez-vous les questions suivantes:

- Comment organiser ma séance?
- Pour qui? De quoi les enfants ont-ils besoin?
- Quelles sont les activités qui pourraient répondre à leurs besoins?

5. Définir les objectifs

Au terme de la séance, quelles sont les habiletés que vous souhaitez que l'enfant développe?

Les objectifs doivent être définis en fonction du niveau de développement de l'enfant et en fonction de ses besoins. Pour permettre à l'enfant de rencontrer les objectifs définis, les entraîneurs-animateurs vont lui proposer de vivre des activités.

6. Estimer le nombre d'enfants

Cela est essentiel pour créer les activités. Leur conception et leur organisation dépend du nombre d'enfants qui seront présents.

7. Caractéristiques générales des activités

Chaque activité doit posséder les caractéristiques suivantes:

- L'activité doit être ludique.
- La durée de l'activité dépend de l'attention des enfants. Si vous constatez que les enfants "s'évadent", cela signifie qu'ils ne sont plus attentifs et qu'il est nécessaire de changer d'activité. Remarque: elle ne doit cependant pas être trop longue.
- Il est conseillé à l'entraîneur-animateur de décrire l'activité sous forme d'histoire (sous forme de langage imagé). Cela permettra à l'enfant de développer son imagination.
- Il est nécessaire que l'activité réponde aux besoins de chaque enfant et qu'elle puisse être adaptée à chacun. Elle doit donc comprendre un N-1 (un niveau plus facile à proposer à un enfant qui éprouve trop de difficultés) et un niveau N+1 (un niveau plus élevé pour permettre à l'enfant pour qui l'activité est trop facile de progresser davantage et de ne pas s'ennuyer).
- Il faut permettre à l'enfant de participer durant toute la séance et lui éviter de "patienter" durant l'activité. Par exemple, il ne doit pas être inactif et regarder ses pairs réaliser l'activité tandis que lui attend dans la file.
- Il est essentiel que l'enfant puisse répéter plusieurs fois l'exercice.
- Les activités ne doivent pas être trop directives afin que l'enfant puisse aussi découvrir son environnement et faire preuve de créativité.
- Elles ne doivent pas mettre en danger l'enfant.

Activité particulière:

Il est conseillé de terminer la séance Baby'Hand par un retour au calme comme une activité de relaxation.

8. Penser l'organisation spatiale et choisir le matériel pour chaque activité

Les entraîneurs-animateurs réfléchiront préalablement à la disposition spatiale. Il est faut scinder l'espace dont vous disposez en plusieurs zones (si l'espace dont vous disposez le permet). Dans chaque zone auront lieu une ou plusieurs activités qui ne se dérouleront pas directement l'une à la suite de l'autre pour permettre le réaménagement de l'espace (si cela est nécessaire) durant une autre activité.

Le matériel utilisé pour chaque activité doit être varié et bien entretenu.

Pendant la séance

9. L'aménagement de l'espace

L'entraîneur-animateur aménage l'espace avant l'arrivée des enfants. Cela lui permet d'une part de vérifier le matériel (est-il en bon état?) et d'être disponible pour accueillir les enfants.

Cela lui permettra, durant la séance, d'être disponible pour chaque enfant et non de réfléchir à l'aménagement du matériel.

10. L'accueil des enfants

Remarque: Lorsque l'enfant débute l'activité Baby'Hand, il est intéressant que les parents participent aussi aux activités. C'est une situation inconnue, non-familière pour l'enfant. Il a besoin que quelqu'un de familier l'accompagne pour contenir ses angoisses et pour qu'il puisse petit à petit s'aventurer. Petit à petit, les entraîneurs-animateurs ne solliciteront plus le(s) parent(s) et l'enfant participera seul à l'activité. Cela lui permettra d'aller vers les autres enfants.

Après la séance

L'entraîneur-animateur se posera les questions suivantes:

- Les enfants se sont-ils dépensés?
- Les enfants se sont-ils amusés?
- Les enfants ont-ils appris?

Il faut s'assurer que chaque enfant s'est dépensé, amusé et a appris. Il ne faut pas comparer les enfants entre eux. Certains ont plus d'habiletés que d'autres. Il faut comparer l'enfant à lui-même, identifier ses difficultés et lui permettre de les surmonter.

Bibliographie

- Association canadienne des entraîneurs. (1997). *Parlons franchement des enfants et du sport: Conseils à l'intention des parents, des entraîneurs et des enseignants*. Montréal, Québec: Les Éditions de l'Homme.
- De Lièvre, B., & Staes, L. (2012). *La psychomotricité au service de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte: Notions et applications pédagogiques*. Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Éducation.
- Stassen Berger, K. (2012). *Psychologie du développement*. Bruxelles, Belgique: De Boeck.
- Stassart, M. (2015-2016). *Développement affectif et social*. Université de Liège, Belgique.