



## Compte rendu de la Soirée Causette

### **La Motricité Libre**

Le 18 mars à Sauzet

Animée par Sophie Berthelemy,  
Psychomotricienne

#### **Qu'est- ce que la Motricité Libre ?**

C'est laisser bébé être libre de ses gestes et le laisser découvrir et acquérir les mouvements dont il a besoin.

L'idée est bien de ne pas faire à sa place mais être présent.e pour l'accompagner afin de le sécurisé d'un point de vue affectif.

En effet, lorsqu'on aide un bébé on lui fait comprendre que sans nous il n'est pas capable alors que s'il finit par y arriver seul cela permet d'avoir un impact positif sur l'estime de soi et la confiance en soi.

Aussi notre rôle d'accompagnateur et de lui aménager l'espace et d'assurer une sécurité affective à l'enfant.

#### **Les grandes étapes du développement moteur :**

Comprendre le développement psychomoteur est important car cela nous permet de saisir et d'appliquer les principes de la motricité libre.

Un enfant passe par l'ensemble des étapes. Bien souvent lorsque qu'une étape est sautée, c'est que l'adulte l'a amené à faire l'impasse sur une étape

La motricité du bébé nous dépasse car on n'apprend pas au bébé à marcher, ramper, tenir assis. Il est programmé neurologiquement pour réaliser ses acquisitions seul.

#### **A la naissance**

A la naissance, le bébé n'a pas beaucoup de contrôle sur son corps mais, il fait des micro-expérimentations où il cherche à retrouver les mouvements, des sensations qu'il expérimentait in-utéro :

Soirée Causette dans le cadre de la semaine de la petite enfance 2024  
Le lundi 18 mars à Sauzet

- Petites ondulations d'avant en arrière, micromouvements lui permettant de découvrir ses appuis,
- Prend conscience de ses appuis avec la pesanteur qui entre en jeu d'où l'importance du portage.

## **Le roulé-boulé**

L'être humain est caractérisé par le fait que l'on marche debout sur nos 2 pieds. Il est normal qu'on ait envi que l'enfant atteigne cette acquisition. Mais l'étape la plus importante est le roulé boulé puis le retournement complet.

C'est cette étape qui est fondatrice de sa conscience corporelle et qui va permettre à l'enfant de s'organiser. La motricité d'un bébé n'est pas de quitter le sol le plus vite possible mais au contraire, la motricité sur les deux pieds se construit au sol.

Le bébé passe des micromouvements, à essayer de porter ses mains à sa bouche et de remonter ses jambes contre son ventre. Il va regarder ses mains, ses pieds, vouloir les attraper, les regarder, les regrouper. C'est ainsi qu'il va acquérir petit à petit la conscience de son corps.

A partir du regroupement, moment où il va se rapprocher de ses jambes, le bébé va développer son sentiment d'unicité. C'est ainsi qu'il va basculer sur le côté, première étape initiant le retournement sur le côté.

En effet, plus le bébé regroupera ses jambes et plus il pourra prendre de l'élan et se retrouver sur le ventre.

Cette étape intervient vers 5mois. (Âges indicatifs). C'est également le moment où procède l'ouverture du regard et le transfert de l'appui pour libérer un bras.

Plus il va être à l'aise pour libérer ses bras plus il va avoir de la liberté d'action. Le bébé va progressivement comprendre qu'il peut se tracter sur ses bras et s'apercevoir qu'il peut repousser sur ses pieds.

Petit à petit il va découvrir de nouveaux appuis.

## **Reculer**

Lorsqu'il recule et qu'il va buter dans quelque chose comme un mur, l'enfant va prendre conscience de ses orteils. C'est à ce moment-là qu'il intègre des schémas moteurs qui vont lui permettre plus tard de descendre du canapé ou descendre les marches à reculons. Pour cela il va pousser sur ses bras et chercher des appuis avec ses orteils.

Cette étape permet à l'enfant d'intégrer la conscience corporelle et sa sécurité.

## **Ramper**

A partir du moment où il rampe, le bébé va essayer de se redresser, de décrocher le ventre du sol pour aller chercher des objets qui sont en hauteurs.

## **Le quatre pattes**

Suite au rampé, marche arrière, l'enfant va se retrouver en position assis. Cela tient à un travail de dissociation de la ceinture du bassin et des épaules. L'étape du 4 pattes et de la position assise sont associées.

C'est le moment où il explore, prend conscience de l'espace, escalade, grimpe, enjambe etc. L'ensemble de ces mouvements vont lui permettre de se créer une réelle représentation de l'espace.

## **Debout**

Petit à petit, le bébé pousse sur ses jambes et ses bras pour chercher à se verticaliser et finalement se retrouve debout. A partir de là de nombreuses choses se mettent en places comme la découverte de transferts d'appui ou encore l'intégration de la proprioception.

Pour compléter l'ensemble de ce compte rendu, nous vous invitons à lire le dossier joint « Le petit manuel de la motricité libre » réalisé par l'organisme Go Elan.