

PRÉALABLES À L'APPRENTISSAGE DE L'ÉCRITURE ET DE LA LECTURE PAR LE JEU ACTIF

TONUS

Tonus postural

- Travail coordonné des muscles du tronc qui favorise une meilleure posture assise: être assis droit à la table, pieds en appui sur le sol et les genoux à angle droit.
- L'enfant a besoin d'un bon tonus du tronc pour demeurer concentré sur les apprentissages.

Tonus du bras

- Force au niveau de l'épaule, du bras, du poignet, des mains et des doigts.
- La force musculaire du bras et de l'épaule est nécessaire du côté qui écrit.

Activités permettant de travailler le tonus:

- Déplacement des animaux et posture de yoga
- Faire le pont, la planche, la brouette, des pompes, un avion sur chaise, etc.
- Grimper dans les modules de jeux, des trapèzes
- Soulever des objets et les transporter



COORDINATION-DISSOCIATION

- Capacité de mettre en action une ou plusieurs parties du corps tandis que les autres demeurent immobiles ou qu'elles exécutent un mouvement différent.
- Lors de l'écriture, les doigts réalisent des mouvements complexes et précis pendant que le coude s'étend lentement et que le bras s'écarte du corps.

Activités permettant de travailler la coordination-dissociation:

- Faire du vélo, du ski de fond
- Jeu du parachute avec un drap
- Ramper, grimper, sauter

COORDINATION OEIL-MAIN

- Action de coordonner le mouvement de la main avec les yeux.
- Lors de la lecture, la coordination correcte des yeux évite de sauter des parties du mot.
- Dans l'action d'écrire, le mouvement des yeux doit être coordonné au travail des doigts et de la main.

Activités permettant de travailler la coordination œil-main:

- Lancer, attraper et frapper des objets
- Jongler
- Râcler, pelleter, jardiner



PRÉALABLES À L'APPRENTISSAGE DE L'ÉCRITURE ET DE LA LECTURE PAR LE JEU ACTIF

NOTION D'ESPACE

- Capacité de se situer, s'orienter et se déplacer dans son environnement: dessus/dessous, haut/bas, dedans/dehors, droite/gauche, à côté/entre, devant/derrière, loin/près, etc.
- Écrire sur la ligne, entre les lignes, sous la ligne, espace entre les lettres et les mots etc.

Activités permettant de travailler la structuration spatiale:

- Se placer en-dessous, sur, à gauche, à droite, devant et derrière une chaise.
- Sauter d'une hauteur: chaise, marches, tabouret
- Jouer dans un espace délimiter (cônes, lignes, chaises) sans en sortir
- Parcours à obstacles



NOTION DE TEMPS

- Capacité de percevoir, d'utiliser et d'ajuster son action au temps: avant/maintenant/après, début/milieu/fin, premier/deuxième, lent/modéré/vite, ralentir/accélérer/pause, etc.
- Écrire un mot ensuite l'autre, début ou fin de la phrase, ordre alphabétique et numérique.
- Vitesse de lecture et d'écriture.

Activités permettant de travailler la structuration temporelle:

- Lancer le foulard dans les airs: s'asseoir en même temps, avant, après, s'asseoir et se relever avant qu'il tombe au sol, etc.
- Frapper des mains ou sur un tambour pour suivre le rythme de la musique.
- Jeu de circulation: vert-rapide, jaune-lentement, rouge-arrêt.
- Réaliser une tâche avant la fin du sablier.



INHIBITION

- Capacité de contrôler un ou des groupes musculaires pour bloquer, arrêter ou ralentir un processus.
- Écrire un mot est un enchaînement d'accélération et de décélération.
- Écrire d'un mot à l'autre est l'interruption du mouvement des doigts et de la main.

Activités d'inhibition:

- Jeux de tague, de poursuite, de statut.
- Jouer à la chaise musicale, jouer à « Jean dit ».
- Attendre le signal avant de partir, freiner sa course, etc.

