



BIEN BOUGER POUR BIEN APPRENDRE À L'ÉCOLE!

À la petite enfance, il est primordial pour votre enfant de bouger le plus souvent possible. Par des jeux actifs, il développe le tonus de son tronc et de ses bras, la connaissance de son corps, sa coordination et sa compréhension des notions de temps et d'espace. S'il ne bouge pas suffisamment, il est susceptible de vivre des difficultés d'apprentissage dès ses premières années du primaire. Il aura de la difficulté à accomplir des tâches faisant appel à sa motricité fine, à faire ses devoirs, à se concentrer ou même à écouter.



COMPARONS LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE ENFANT À UN ARBRE.

- Le tronc d'un arbre est la partie la plus solide. Plus il est fort, plus les branches pourront bien se développer et produire de belles feuilles.
- Pour votre enfant, c'est le tonus du tronc qui permettra un meilleur tonus des bras pour en arriver à une meilleure motricité fine, nécessaire à l'apprentissage de l'écriture.

POUR DÉVELOPPER LE TONUS DU TRONC, VOTRE ENFANT DOIT:

- Pratiquer des postures de yoga et des déplacements d'animaux pour lui permettre de s'asseoir confortablement à son pupitre et à se concentrer sur ses apprentissages.



TRÈS TÔT, ON INCITE L'ENFANT À ÉCRIRE DES LETTRES, DES CHIFFRES OU SON NOM, ALORS QU'IL DEVRAIT:

- Ramper et grimper pour faire fonctionner les deux côtés du corps de façon indépendante afin de **tenir la feuille d'une main pendant que l'autre écrit**, ou encore pour **distinguer les lettres asymétriques qui se ressemblent comme b et d, p et q**.
- Sauter d'une hauteur pour apprendre les notions d'espace et **reconnaître l'espace entre deux mots** et **faire la différence entre les lettres majuscules et les lettres minuscules**.
- Marcher sur une ligne pour éventuellement **écrire, tracer ou découper sur une ligne**.
- Lancer un objet pour **développer une série de mouvements complexes et précis de l'épaule, du bras, du poignet, de la main et des doigts** nécessaire à l'action d'écrire et pour coordonner le mouvement des yeux avec le travail de la main et des doigts.
- Jouer à des jeux de poursuite pour **contrôler l'interruption du mouvement des doigts et de la main dans l'action d'écrire**.

