



Conseils pédagogiques accompagnant le film «Bébé aime bouger !»

Pour encourager une discussion avec les parents sur le thème du mouvement chez le tout-petit

A l'intention des professionnel-le-s de la petite enfance

SOMMAIRE

.....	
Eléments introductifs	pages 2-5
.....	
Organiser et animer une rencontre avec les parents + Fiche «Résumé pour vous, parents»	pages 5-11
.....	
Argumentaire pour se préparer à la discussion avec les parents + Bibliographie	pages 12-23
.....	
Une production du SSEJ, contacts et remerciements	page 24
.....	

Eléments introductifs



.....
**Ensemble avec les parents,
favorisons le mouvement chez le bébé !** *page 3*
.....

Les raisons d'être de «Bébé aime bouger !» *page 4*
.....

Les propositions de «Bébé aime bouger !» *page 5*
.....



Ensemble avec les parents, favorisons le mouvement chez les bébés !

Les psychomotriciennes du service de santé de la jeunesse ont élaboré cet outil pédagogique à l'attention des professionnel-le-s de l'éducation et de la santé, pour faciliter le dialogue avec les parents sur l'importance du mouvement chez le tout-petit de 0 à 18 mois.

Le DVD «Bébé aime bouger!» comprend deux éléments complémentaires :

- * un film de 6 minutes à visionner avec les parents, qui rappelle quelques informations de base sur le développement du bébé et ses besoins.
- * un dossier pédagogique pour les professionnel-le-s avec des propositions pour l'animation et un argumentaire pour répondre aux parents.

Le film et le dossier pédagogique forment un tout et, idéalement, devraient être utilisés ensemble. Pour se préparer, il faut :

1. visionner le film sur lecteur DVD ou ordinateur
2. consulter le dossier pédagogique

Sur cette base, il est possible d'organiser le moment de visionnement du film et de dialogue avec les parents en petit groupe ou même en individuel, selon les circonstances et le temps à disposition.



Les raisons d'être de «Bébé aime bouger !»

Dans le cadre de leur mandat, les psychomotriciennes et infirmières du service de santé de la jeunesse observent une augmentation du nombre de bébés en difficulté dans leur conquête du mouvement et une diminution de la richesse de leurs compétences motrices.

Constats

Certains bébés rencontrent l'une ou l'autre difficulté suivante :

- * le passage d'une position à l'autre (de plat dos à plat ventre, de couché à assis, d'assis à debout, etc.).
- * un moins bon équilibre général une fois la station debout acquise et parfois des difficultés majeures à revenir au sol une fois debout.
- * des compétences moindres dans le domaine de la manipulation, une faible appétence pour les découvertes et une mobilité réduite dans l'espace qui peut provoquer une relative passivité dans les jeux.
- * une plus grande dépendance à l'adulte à long terme et un accès plus lent à l'autonomie.

Des courbes de croissance moins harmonieuses et une augmentation des cas d'obésité dès la toute petite enfance sont aussi observées.

De plus, les difficultés remarquées sur le plan du mouvement ne touchent pas seulement les acquisitions posturales et motrices. Elles peuvent aussi avoir des conséquences à moyen terme sur les capacités intellectuelles et sociales, sur la façon d'appréhender le monde et de vivre les émotions et plus tard, sur les apprentissages scolaires.

Alors que le bébé a, naturellement et hors pathologie, un mouvement spontané, celui-ci est de plus en plus limité par les contraintes de notre mode de vie actuel. Ainsi, le rythme de vie des familles laisse peu de temps et de disponibilité aux parents pour aménager des temps de jeux avec le jeune enfant. L'augmentation de propositions commerciales d'objets entravant le mouvement naturel (par exemple le youpala) joue également un rôle important.

Propositions

Le film et le dossier pédagogique «Bébé aime bouger !» permettent de prendre conscience du rôle du mouvement dans le développement psychomoteur du tout-petit et de voir comment les parents peuvent aider celui-ci à mieux bouger.



Les propositions de «Bébé aime bouger !»

Ce que l'on peut faire pour favoriser le mouvement du bébé et son plaisir à bouger :

Entourer le bébé

Le porter, jouer avec lui et le regarder jouer.

Le bébé a besoin de se sentir en sécurité pour acquérir de la confiance en lui et pour avoir envie d'explorer le monde !

Aménager l'espace de jeu du bébé

Le déposer sur un sol ferme, dans une position et une tenue confortables pour bouger. Lui proposer des objets de la vie quotidienne, adaptés et variés.

Le bébé a besoin d'être actif, de jouer dans un contexte stimulant qui lui donne envie de découvrir son environnement immédiat !



Laisser du temps au bébé

Aller à son rythme; le laisser répéter ses gestes. L'encourager et le laisser découvrir par lui-même.

Le bébé a besoin d'être valorisé par le regard et les mots et reconnu dans ce qu'il sait faire pour pouvoir poursuivre ses explorations !

Eviter l'usage de 5 objets déconseillés

<ul style="list-style-type: none">• Le youpala (ou trotteur)• La télévision	A proscrire
<ul style="list-style-type: none">• Le siège balancelle• Le harnais élastique	A éviter
<ul style="list-style-type: none">• Le siège auto	A ne pas utiliser hors de la voiture

Le bébé a besoin de bouger librement. Or ces objets entravent et limitent ses explorations !

Organiser et animer la rencontre avec les parents



.....
Organiser la rencontre avec les parents

page 7

.....
Animer la rencontre avec les parents

.....
Etape 1 - Avant le visionnement du film

page 8

.....
Etape 2 - Avant d'ouvrir la discussion

page 8

.....
Etape 3 - Pendant la discussion

page 9

- *Créer une ambiance propice*
- *Proposition de questions pour mener la discussion*

.....
Etape 4 - Pour conclure la rencontre

page 10

.....
«Résumé pour vous, parents»

page 11



Organiser la rencontre avec les parents

Le visionnement du film «Bébé aime bouger !» suivi d'une discussion avec les parents, permet de réfléchir à ce qui entrave ou à ce qui favorise le mouvement chez le bébé et permet d'aider les parents à accompagner leur tout-petit dans sa découverte du mouvement. Cet échange peut se dérouler dans les contextes que vous souhaitez (colloque à thème, réunion de parents, entretien avec un couple de parents, etc.).

Durée estimée de l'activité :

- * Film : 6 minutes
- * Discussion : de 30 minutes en très petit groupe à env. 1h 30 selon le nombre de participant-e-s

Objectifs de la rencontre :

Pour les animateur-trice-s et les institutions organisatrices :

- * Soutenir les compétences et les ressources des parents
- * Renforcer le dialogue et le partenariat avec les parents

Pour les parents :

- * Leur donner des informations sur ce dont le bébé a besoin pour bien bouger
- * Leur permettre d'échanger sur leur manière d'être et de faire avec leur bébé
- * Les encourager à observer leur bébé

Matériel à préparer :

- * Une salle qui permette un visionnement confortable du film et une discussion en groupe
- * Un lecteur DVD
- * De grandes feuilles de papier sur lesquelles inscrire les remarques ou questions (suivi de la discussion et valorisation des parents qui interviendront)
- * Photocopie de la page 11 «Résumé pour vous, parents» rappelant des messages importants. A donner en fin de rencontre

Se préparer à rencontrer les parents :

- * Voir le film
- * Réfléchir à qui sera présent (nombre de parents, langues, etc.)
- * Anticiper les questions
- * Consulter l'argumentaire et se préparer à répondre aux questions de la page 9

Le plus important dans la discussion est d'amener les parents à poser un regard sur leur façon d'agir avec leur tout-petit et de les aider à mieux l'accompagner dans son exploration du mouvement.



Animer la rencontre avec les parents

Etape 1 - Avant le visionnement du film

- * Expliquez les raisons de la rencontre et son déroulement :
- * Précisez la durée du film et du moment d'échange.
- * Il s'agit de visionner un film qui traite de l'importance du mouvement chez le bébé dès sa naissance puis d'échanger avec les parents autour de leurs expériences et questions.
- * Ce moment est une occasion de mettre en lien les perceptions ou représentations parentales et les connaissances actuelles en terme de développement psychomoteur.
- * Le film peut amener les parents à se poser des questions quant à leur pratique. Encouragez-les à retenir leurs questions ou leurs remarques afin de les partager lors de la discussion.
- * Il est important de mentionner que ce film se base sur notre culture et sur les notions utilisées par des spécialistes du mouvement (psychomotriciennes). En fonction de variations culturelles existantes de par le monde, certains parents ne s'y reconnaîtront peut-être pas. Encouragez-les à partager les différences et les ressemblances avec leur manière de faire.

Etape 2 - Avant d'ouvrir la discussion

- * Nommez les règles de la discussion :
 1. Ecoute bienveillante.
 2. Parler en «je» de son expérience et de son opinion.
 3. Possibilité par l'animateur-trice d'interrompre un propos pour garantir un certain équilibre dans la prise de parole et garder le cap de la discussion.
- * Annoncez que la discussion ne va pas donner des recettes ou des réponses toutes faites. Elle n'a pas pour but de «faire la morale» ni de culpabiliser les parents mais d'amener une réflexion et de proposer des pistes pour chacun.



Animer la rencontre avec les parents

Etape 3 - Pendant la discussion

- **Créer une ambiance propice**

1. Ecouter des parents décrire brièvement comment cela se passe avec leur bébé dans leur réalité quotidienne.
2. Faire interagir les parents pour qu'ils puissent échanger des idées.
3. Ecouter les propositions du groupe et les compléter avec d'autres conseils et alternatives tirés de l'argumentaire (pages 12 à 22).
4. Respecter le rythme des parents par rapport au changement : il s'agit de provoquer une réflexion et d'apporter des éléments de débats théoriques et pratiques.

- **Proposition de questions pour mener la discussion**

1. Deux questions générales pour lancer la discussion :
 - * *Que pensez-vous de ce qui a été dit et montré dans le film ?*
 - * *Les propositions faites sont-elles envisageables dans votre quotidien ?*
2. Discussion organisée selon la structure du film «Bébé aime bouger !» :

		argumentaire
Eviter l'usage des 5 objets : Youpala - télévision siège balancelle harnais élastique - siège auto	<ul style="list-style-type: none">• Pourquoi sont-ils déconseillés ?• Comment faire autrement ?	p. 14-16
Entourer le bébé	<ul style="list-style-type: none">• Pourquoi est-ce important de le porter ?• Pourquoi jouer avec lui ?• Comment le faire ?	p. 17-18
Laisser du temps au bébé	<ul style="list-style-type: none">• Pourquoi ?• Comment procéder ?	p. 19-20
Aménager l'espace de jeu du bébé	<ul style="list-style-type: none">• Comment le faire ?• Qu'est-ce qui est plus confortable ?	p. 21-22



Animer la rencontre avec les parents

Etape 4 - Pour conclure la rencontre

- * Reprenez les points essentiels qui auront été soulevés par les parents lors de la discussion.
- * Distribuez des photocopies de la page 11 «Résumé pour vous, parents» et revenez sur les points importants de l'accompagnement optimal du mouvement chez le bébé en vous référant à la page 5 «Les propositions de «Bébé aime bouger !».
- * Si vous avez le temps, proposez aux parents qui le souhaitent de dire ce qu'ils ont découvert ou apprécié pendant cet échange et ce qui leur sera utile pour accompagner leur bébé.
- * Terminez la séance par un message sur le mouvement, comme par exemple : «Bouger n'est pas seulement nécessaire au bébé pour apprendre à marcher. Cela lui permet d'être en bonne santé, d'exprimer ses émotions et de développer sa relation au monde !».



Résumé pour vous, parents



Ce que l'on peut faire pour favoriser le mouvement du bébé :

Entourer le bébé

Le porter, jouer avec lui et le regarder jouer



Laisser du temps au bébé

Aller à son rythme; le laisser répéter ses gestes. L'encourager et le laisser découvrir par lui-même

Aménager l'espace de jeu du bébé

Le déposer sur un sol ferme, dans une position et une tenue confortables pour bouger. Lui proposer des objets de la vie quotidienne, adaptés et variés

Bouger n'est pas seulement nécessaire au bébé pour apprendre à marcher. Cela lui permet d'être en bonne santé, d'exprimer ses émotions et de développer sa relation au monde !

Résumé pour vous, parents



Ce que l'on peut faire pour favoriser le mouvement du bébé :

Entourer le bébé

Le porter, jouer avec lui et le regarder jouer



Laisser du temps au bébé

Aller à son rythme; le laisser répéter ses gestes. L'encourager et le laisser découvrir par lui-même

Aménager l'espace de jeu du bébé

Le déposer sur un sol ferme, dans une position et une tenue confortables pour bouger. Lui proposer des objets de la vie quotidienne, adaptés et variés

Bouger n'est pas seulement nécessaire au bébé pour apprendre à marcher. Cela lui permet d'être en bonne santé, d'exprimer ses émotions et de développer sa relation au monde !

Argumentaire pour se préparer à la discussion avec les parents



.....
**Comprendre le développement
psychomoteur du bébé**

page 13

.....
**Ce qui gêne le mouvement du bébé :
5 objets déconseillés**

Le siège auto

page 14

Le youpala

page 15

Les nacelles et sièges balancelles

page 15

La télévision

page 16

.....
Ce qui favorise le mouvement du bébé

Entourer le bébé

pages 17-18

Laisser du temps au bébé

pages 19-20

Aménager l'espace de jeu du bébé

pages 21-22

.....
Bibliographie

page 23



Comprendre le développement psychomoteur du bébé

Ce résumé du développement psychomoteur du bébé est un prélude à l'argumentaire car il fonde tout l'ensemble du propos qui va suivre, sur ce qui gêne et ce qui favorise le mouvement du bébé.

* Les logiques qui sous-tendent les acquisitions motrices du bébé

Le développement des acquisitions motrices chez le bébé se fait selon une logique «céphalo-caudale» (de la tête au bassin) et «proximo-distale» (du centre du corps vers les extrémités). Le bébé va progressivement maîtriser les mouvements de la tête, puis les épaules s'engageront, le tronc, et enfin le bassin. Il pourra au début s'organiser dans ses mouvements s'il a des appuis suffisants au niveau de tout son tronc, de tout son dos et progressivement ces «points d'appuis» se répartiront sur des surfaces plus distales de son corps (les avant-bras, les mains, etc.).

Pour développer cette motricité, le bébé passe successivement par des étapes de rotation, de flexion (de la tête, des épaules, du buste, du bassin) puis de redressement. Chaque étape de redressement est a priori précédée par une étape de rotation et de flexion.

* Un bon alignement tête - tronc - bassin

La position «neutre» la plus adéquate pour un bébé est celle qui lui permet d'être dans un bon alignement tête - tronc - bassin. Qu'il soit dans les bras d'une personne ou non. C'est lorsqu'il est dans cet alignement que, dès sa naissance, il a la possibilité de s'orienter vers des sources de stimulation (voix, bruits, lumière, toucher, etc.) et peut expérimenter les premières rotations (par exemple, tourner la tête). S'il n'est pas dans cet alignement, c'est plus compliqué pour lui de s'organiser dans le mouvement et cela peut entraîner un excès de tensions ou a contrario une certaine passivité.

Pour aider le bébé à s'organiser dans ses mouvements, il est donc important de savoir quels sont les gestes et les situations qui favorisent les bons points d'appui et lui donnent la possibilité d'exercer les rotations. L'argumentaire qui suit fait un certain nombre de propositions qui vont dans ce sens¹.

¹ Pour aller plus loin, une bibliographie est à disposition en page 23



Ce qui gêne le mouvement du bébé : 5 objets déconseillés

Les éléments qui gênent le mouvement spontané et naturel du bébé sont liés principalement aux contraintes du mode de vie actuelle (rythme très soutenu de la vie quotidienne) et à certains objets utilisés avec le bébé. Ces objets sont souvent présentés comme indispensables au bien-être du tout-petit. Or leur usage ne tient souvent pas compte de ses besoins en terme de développement.

Le siège auto



* Pourquoi limiter l'usage du siège auto ?

Dans le siège auto, le bébé est engoncé. Cela lui donne un appui-dos, certes, mais trop redressé et trop serré. Du coup, son corps s'affaisse et il n'arrive ni à tourner sa tête pour l'orienter en direction des stimuli ni à utiliser ses bras pour jouer. Cela renforce le risque de plagio-céphalie (tête plate) et accentue le désinvestissement des mouvements de rotation et de rassemblement qui sont importants pour acquérir la station verticale.

Cet objet utilisé trop longtemps place le bébé dans une position figée et l'empêche d'organiser ses mouvements.

Conseils

Le siège auto est obligatoire lorsqu'on se déplace en voiture. Éviter de l'utiliser hors du véhicule, malgré la palette d'options proposée par les magasins pour promener le bébé avec le siège (possibilité de le fixer sur la structure poussette, mise à disposition de petites capes protectrices pour la pluie et le froid, etc.).

Pour faire les courses, préférer le porte-bébé ou prendre un petit couffin à placer dans le chariot de commission. Si le bébé est endormi au moment où l'on revient d'un trajet en voiture, le sortir du siège et le coucher à plat.



Ce qui gêne le mouvement du bébé : 5 objets déconseillés

Le youpala



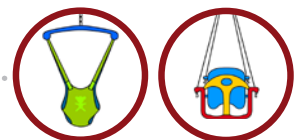
* Pourquoi proscrire le youpala ?

En imposant la station verticale au bébé, le youpala l'empêche d'explorer des rotations du buste qui lui sont indispensables pour trouver de lui-même la posture verticale stable. Dans cette position pour laquelle il n'est pas encore prêt, le tout-petit va augmenter ses tensions corporelles et se fatiguer. Il peut devenir dépendant d'une stimulation (être mis debout). **Cet objet ne favorise pas l'acquisition de la marche.** Par ailleurs, le youpala peut devenir nocif si on l'utilise sur de trop longues durées. Cet objet a été retiré de la vente aux USA et au Canada car il est en cause dans des accidents graves.

Conseil

Aménager l'espace à disposition du bébé pour qu'il puisse s'agripper et se redresser (petite table de salon, canapé, bassine à l'envers, tabouret, etc.). Les parcs en bois à barreaux verticaux sont une meilleure solution pour que le bébé soit en sécurité si on est occupé ailleurs et pour lui offrir de quoi se redresser.

Les nacelles et sièges balancelles



* Pourquoi éviter les nacelles et sièges balancelles ?

Actuellement, il existe une pléthore d'objets destinés à maintenir le bébé en position assise tout en lui offrant des stimulations variées. **Ces objets l'obligent à adopter une posture qu'il ne maîtrise pas encore.** Ils l'empêchent de bouger librement, de découvrir son environnement et de renforcer sa musculature. Ils entraînent une fatigue du tout-petit qui peut se manifester à travers une apparente passivité.

Conseil

Placer le bébé à plat dos au sol, avec des objets variés autour de lui. Quand il se déplace déjà, si on veut être plus sûr de sa sécurité, on peut le mettre dans un parc en bois à barreaux verticaux.



Ce qui gêne le mouvement du bébé : 5 objets déconseillés

La télévision



* Pourquoi proscrire la télévision ?

La télévision entraîne une grande passivité chez le bébé. Hypnotisé par l'image, le bébé est souvent prostré devant l'écran. Ceci est causé en grande partie du fait que la télévision ne s'ajuste pas à ses manifestations expressives, émotionnelles et relationnelles. **Cette source de stimulation est pour lui trop importante et ne respecte pas son rythme.** Le bébé n'ayant pas accès à la représentation, il ne peut pas intégrer les images et les sons que la télévision lui propose.

Conseils

- *La télévision est nocive. Elle est donc à proscrire jusqu'à 3 ans révolus, malgré le fait qu'il existe des émissions consacrées aux tout-petits (dès trois mois).*
- *Préférer la musique à la télévision. Pour les plus grands, il existe de petits livres comprenant des CD où l'histoire est lue et agrémentée de musique et bruitages.*



Ce qui favorise le mouvement du bébé

Trois aspects favorisent le mouvement du tout-petit : **l'entourer; lui laisser du temps et aménager son espace de jeu.** Au lieu de «stimulation» du bébé, pensons plutôt «accompagnement», «regard bienveillant», «encouragement».

Entourer le bébé



* Pourquoi porter le bébé ?

Il est important que le tout-petit se sente contenu et tenu. C'est en passant par une dépendance corporelle qu'il pourra ensuite construire son autonomie et son indépendance et développer son goût pour la découverte du mouvement. Les moments d'échanges corporels avec son entourage permettent au bébé de se nourrir affectivement, de s'ajuster à son environnement et de se sentir accueilli dans ses émotions. Le tout-petit a aussi besoin d'être entouré pour construire son architecture neuromotrice.

Conseil

Porter son bébé quand l'envie et la disponibilité sont là. Quand le parent se sent fatigué et peu disponible, le portage en écharpe peut être une bonne solution. Sinon, faire appel à des personnes de l'entourage proche.

* Comment porter son bébé ?

Il n'y a pas de juste ou de faux dans le domaine du portage. Le portage du bébé peut en effet s'avérer très différent suivant les habitudes culturelles, l'histoire personnelle et familiale et les caractéristiques physiologiques de chacun. Il s'agit dans le portage d'un dialogue à deux, fait d'ajustements toniques et émotionnels très subtils.

Conseils

- *Dans ses premiers mois de vie, le bébé a besoin qu'on le soutienne sous les fesses, dans le dos et au niveau de la tête car la position la plus rassurante et la plus «organisatrice du mouvement» est celle qui lui permet d'être rassemblé, en position enroulée (comme dans une petite bulle qui rappelle la position foetale), ses bras sur l'avant.*
- *Eviter de tenir le tout-petit sous les bras. Cela favorise une insécurité corporelle et le met dans une position d'extension.*



Ce qui favorise le mouvement du bébé

* Pourquoi jouer avec le bébé ?

Jouer avec le bébé est important pour son développement, pour ponctuer ses découvertes et leur donner du sens, pour l'encourager et le valoriser. De plus, c'est par le jeu et les interactions avec les personnes de son environnement que le bébé apprend réellement à «utiliser son corps». Il pourra passer d'une motricité faite de réactions à des stimulations sensorielles à une motricité faite d'intentions (par exemple, ouvrir la main pour se saisir d'un objet).

Conseils

- *Il est très important de partager des moments de jeux avec le bébé, au sol, à côté de lui, pour l'accompagner dans ses découvertes.*
- *De plus, rester quelques minutes à côté de lui quand on le dépose sur le sol, lui permet ensuite de jouer plus longtemps seul. Si l'on répète ces petits moments quelques fois dans la journée, c'est déjà beaucoup. Par ailleurs, si la «quantité» de temps compte, c'est surtout la qualité de l'interaction qui favorise le développement du bébé.*

* Comment jouer avec le bébé ?

Il est difficile de dire «comment» jouer avec le bébé. Les jeux du tout-petit s'organisent surtout autour de stimulations sensorielles, telles que des «papouilles», regarder des doigts qui bougent, sentir un souffle sur le visage, entendre des sons, etc. Par ailleurs, le bébé a besoin de temps pour entrer dans le jeu.

Conseils

- *On se trouve parfois gauche avec un bébé. Pourtant, les choses simples sont déjà du jeu. Par exemple, lui parler, l'encourager, lui tendre un objet, nommer ce qu'il fait, chanter, le bercer, faire des jeux de «coucou».*
- *Regarder, observer le tout-petit, afin de peu à peu percevoir quels sont les types de jeux qui le motivent et lui font plaisir.*

Voir aussi plus loin, pages 16-17 : «Quels objets stimulent les mouvements du bébé ?»



Ce qui favorise le mouvement du bébé

Laisser du temps au bébé



* Pourquoi laisser du temps au bébé ?

Chaque bébé a une façon de bouger et un rythme qui est le sien. Plus il est jeune, plus il est lent. Ainsi pour chacun, l'accompagnement de l'adulte dans la conquête du mouvement est différent. Le tout-petit a besoin de temps pour explorer, s'exercer et répéter ses gestes. C'est d'abord un peu par hasard qu'il fait de nouvelles découvertes, qu'il se les approprie et qu'il les intègre par la répétition. Il s'appuie sur ses précédentes acquisitions pour en découvrir de nouvelles.

Conseil

Laisser au bébé le temps de s'exercer à son rythme, de répéter des gestes et d'intégrer de nouvelles découvertes. C'est à l'adulte de s'ajuster au bébé et non le contraire. Ceci est une clef pour que le bébé conserve son goût de bouger et de découvrir.

* Quand faut-il s'inquiéter et stimuler plus activement son bébé ?

Le développement du tout-petit n'est pas linéaire, il peut être rythmé de progrès rapides et de périodes d'intégration qui peuvent apparaître comme une stagnation. Un bébé qui répète une activité ne stagne pas car quand on l'observe de près, on peut voir qu'il trouve des variations, même infimes.

On va s'inquiéter lorsqu'il ne progresse plus. C'est-à-dire lorsqu'il ne bouge plus, ne fait plus aucune nouvelle découverte, ne s'intéresse plus à rien, évite le contact. Quand on remarque aussi un trop grand écart dans le développement avec les enfants du même âge.

Conseil

En cas de doutes sur le développement psychomoteur du bébé, ne pas hésiter à en parler avec le pédiatre ou d'autres professionnel-le-s (équipe éducative, sage-femme, infirmière, psychomotricienne, etc.).



Ce qui favorise le mouvement du bébé

* Comment aider le bébé ?

Nous avons tendance à aller trop vite en proposant au bébé des positions qu'il ne maîtrise pas encore. Par exemple, lorsqu'on le cale assis avec des coussins autour de lui, on le précède dans ses acquisitions et on lui propose un redressement trop précoce. Pour tenir cette position, le bébé doit utiliser toute sa musculature. Il ne pourra ainsi plus exercer ses propres rotations et flexions si importantes pour consolider sa verticalité, et si utiles pour se détendre. Si l'adulte ne laisse pas le bébé découvrir par lui-même, le tout-petit peut perdre courage et devenir passif.

Conseils

- *Il n'est pas nécessaire de stimuler le bébé pour qu'il soit motivé à bouger. Il a surtout besoin d'être valorisé par le regard et les mots.*
- *Il est important de mettre le tout-petit dans des positions qu'il maîtrise par lui-même. Pour ce faire, observer ses caractéristiques et ses compétences. Quand il sait se retourner par lui-même, on peut le mettre sur le ventre; quand il sait s'asseoir seul et redescendre, on peut le mettre assis, etc.*
- *Il est important de laisser le bébé découvrir par lui-même. Ceci est une autre clef pour qu'il développe une belle variété de mouvements !*
- *Pour qu'un tout-petit ressente et expérimente le succès dans ses découvertes, il est important de lui proposer des objectifs réalistes tout en ayant la certitude qu'il est capable de les atteindre. Par exemple, en plaçant des objets légèrement plus loin que son espace de préhension, on l'invite à passer à une première étape de déplacement.*



Ce qui favorise le mouvement du bébé

Aménager l'espace de jeu du bébé



* Qu'est-ce qu'une position confortable pour un bébé ?

Le tout-petit est confortable pour jouer quand on l'installe dans une position qu'il maîtrise sans soutien extérieur. Elle correspond à un stade que le bébé a déjà bien acquis. Au début de sa vie, par exemple, la position couchée. Par ailleurs, dans une position bien intégrée, le tout-petit a l'occasion de découvrir des objets et des jeux mais aussi de construire de nouvelles compétences. Au contraire, s'il est installé dans une position qu'il maîtrise mal, il a de la peine à manipuler les objets et à bouger car tous ses efforts sont portés sur la position à tenir.

Conseils

- *Observer le développement du bébé pour mieux connaître ce qu'il a besoin pour être confortable dans le jeu et le mouvement. Par exemple, sait-il se retourner ? S'asseoir ? Se mettre debout ?*
- *L'habiller avec des vêtements souples et confortables, tels que des trainings ou pyjamas, en coton souple. Ils doivent lui permettre de bouger facilement ses membres. Éviter les jeans et les longues robes.*

* Pourquoi le bébé est mieux posé au sol pour bouger ?

Sur une surface ferme, il perçoit mieux ses points d'appui et peut mieux se repousser du sol, s'organiser dans les rotations et le redressement, ce qui lui est beaucoup plus difficile sur une surface souple. De plus, sur un sol ferme, un bébé a un meilleur équilibre postural global et donc il chute moins.

Conseil

Le déposer sur le sol pour jouer. Si le sol est un peu froid, glisser sous le bébé une petite peau de mouton, une couverture ou un tapis de sol mince.



Ce qui favorise le mouvement du bébé

* Quels objets stimulent les mouvements du bébé ?

Les objets aident le tout-petit à effectuer les actions nécessaires à la découverte de son environnement, telles que construire-détruire, remplir-vider, cacher-découvrir, lancer-aller chercher. Les objets choisis sont intéressants s'ils lui permettent des explorations en toute sécurité (mettre en bouche, secouer, taper, lancer) et s'ils sont variés dans leurs caractéristiques (dur-mou, sonore-silencieux, léger-compact, doux-rugueux, etc.).

Conseils

- *Il n'y a pas besoin d'une pléthore de jouets de toutes sortes et du dernier cri pour stimuler le développement du bébé. Lui proposer des objets du quotidien, comme des cuillères en bois, des petits carrés de tissu, des bols en plastiques, des brosses, des boîtes, des pots de yoghourt vides, des bouteilles en pet et du papier, etc. Tout cela constitue des objets passionnants à découvrir pour le bébé.*
- *Proposer au tout-petit des objets variés dans leurs caractéristiques : dur-mou, grands-petits, légers-lourds.*
- *Répartir des objets autour de lui, au sol. Cela va également l'amener à découvrir l'espace qui l'entoure et favoriser ses déplacements.*
- *Eviter les portiques placés au-dessus de sa tête, qui le mettent dans une position où il attrape les objets uniquement devant lui. Cela favorise la tête plate (plagio-céphalie) puisque le bébé reste sur le dos, la tête orientée au plafond.*



Bibliographie

- * **De la naissance à la marche:** les étapes du développement psychomoteur de l'enfant, A. Coeman, M. Raulier, H. de Frahan, ASBL Etoile d'herbe, 2004

Accompagné d'un DVD : Un bébé comment ça marche?

Résumé : Ces documents contiennent des pistes pour offrir les conditions nécessaires au bébé afin qu'il puisse franchir à son rythme les grandes étapes du développement psychomoteur, depuis son premier cri à ses premiers pas.
- * **Eveil psychomoteur du tout-petit,** V. Solioz de Pourtalès, Service Ressources et Développement, DIP Genève, 2009

Résumé : Cet ouvrage est à l'intention des professionnel-le-s. Il traite de la relation éducative avec le tout-petit : un savoir-faire et un savoir-être qui relève de l'éducation psychomotrice. Une psychopédagogie qui s'adresse à l'enfant dans sa globalité (ressenti, expérimentation et vie en collectivité dans un cadre sécurisant).
- * **Le bébé en garderie,** J. Martin, C. Poulin, I. Falardeau, Presses de l'Université du Québec, 2006

Résumé : Cet ouvrage permet aux professionnel-le-s d'acquérir des compétences et des connaissances pour accompagner le jeune enfant, tout en respectant son rythme et ses besoins.
- * **Porter le bébé vers son autonomie,** A. Pinelli, Editions Erès, 2006

Résumé : Cet ouvrage donne des outils pour accompagner l'enfant dans la construction de son individualité au sein de la société. Le focus est mis sur la création d'une relation sécurisante avec l'enfant qui va l'aider à grandir et à devenir une personnalité autonome.
- * **Prendre plaisir à découvrir:** Guide d'intervention éducative auprès des poupons et des trottineurs, J. Post, M. Hohmann, L. Bourgon, S. Léger, Editions Gaëtan Morin, 2004

Résumé : Ce guide propose au personnel des services de garde d'enfants, des outils pour encourager l'apprentissage actif des très jeunes enfants. Il détaille les attitudes, les stratégies et les interventions à privilégier.
- * **Les dangers de la télé pour les bébés,** S. Tisseron, Editions Erès, 2009

Résumé : L'ouvrage attire l'attention de toutes les personnes qui côtoient de jeunes enfants sur l'aspect très nocif de la télévision dans les trois premières années de la vie. Ceci malgré les nouveaux programmes destinés aux bébés.
- * **Intégration motrice et développement psychique:** Une théorie de la psychomotricité, S. B. Robert Ouvray, Editions Desclée de Brouwer, 2002

Résumé : L'ouvrage met au premier plan l'organisation tonique et motrice du nouveau-né. Il propose une théorie de la psychomotricité et ouvre des perspectives au niveau de la psychopathologie.



«Bébé aime bouger !» : une production du SSEJ

Le Service de santé de l'enfance et de la jeunesse (SSEJ) a pour mission la prévention et la promotion de la santé chez les enfants et les jeunes du canton de Genève. Les infirmières, psy-chomotriciennes et pédiatre-répondante du SSEJ interviennent dans les institutions de la petite enfance en appui aux professionnel-le-s, avec pour objectifs la création d'un environnement favorable à la santé, le repérage des atteintes à la santé et l'intégration des enfants ayant des besoins particuliers.

Les psychomotriciennes du SSEJ ont saisi l'opportunité du projet «Bébé aime bouger !» pour contribuer à attirer l'attention des professionnel-le-s de l'éducation et de la san-té sur l'importance du mouvement chez le tout-petit. Le contenu du DVD est tiré des connaissances les plus récentes et des expériences de terrain dans le domaine de la psychomotricité du bébé. Il est destiné à être utilisé par des professionnel-e-s pour dia-loguer avec les parents.

Conception du dossier de conseils pédagogiques :

Marjorie Cardaci, Sylvie Chabloz, psychomotriciennes

Sophie Lagana, conseillère pédagogique en éducation et promotion de la santé

Mary-Josée Burnier, référente des pratiques en éducation et promotion de la santé

Graphisme : Pascal Vaucher de la Croix, www.lecolporteur.com

Contact :

isabelle.mathieu@etat.ge.ch

022/ 546.41.88

«Bébé aime bouger!» (film et conseils pédagogiques) accessible :
www.ge.ch • Publications de l'OJ

Remerciements:

Au Dr. Nicole Pellaud du SSEJ pour l'élaboration du projet «Bébé aime bouger !» et aux professionnelles de la petite enfance qui ont fait une relecture attentive de ce document: Emmanuelle Pszola, Luljeta Ramushi, Alexandra Suffredini, Fabienne Chardon et Sylvie Berthaud-Millot

Réalisé dans le cadre de Marchez et mangez malin ! un programme du plan cantonal de promotion de la santé et de prévention, coordonné par le Département de l'emploi et de la santé du canton de Genève (DES) et soutenu par Promotion Santé Suisse



Promotion Santé
Suisse