



La motricité libre

Qu'est-ce que c'est ?

"La liberté motrice consiste à laisser libre cours à tous les mouvements spontanés de l'enfant, sans lui enseigner quelque mouvement que ce soit (Emmi Pikler)".

La motricité libre spontanée consiste alors à laisser l'enfant bouger comme bon lui semble dans un environnement sécurisé et sécurisant et à lui offrir des occasions de mouvements où il pourra dépasser ses limites sous l'œil attentif et bienveillant de l'adulte.



Pourquoi ?

Le corps humain est programmé pour se retourner, attraper, s'asseoir, se lever, marcher... sans que l'adulte n'intervienne lui-même ou par l'intermédiaire d'un quelconque objet.

Par exemple : l'enfant découvre, par hasard, que ses mains attrapent. Ensuite, il va tenter de reproduire ce mouvement inlassablement jusqu'à acquisition complète. Le chemin emprunté par l'enfant pour mémoriser une position est tout aussi important que la position elle-même. Chaque étape a son importance et son rôle à jouer dans la maîtrise corporelle et dans l'estime de soi.

En expérimentant et en découvrant leurs possibilités motrices, les enfants développent un esprit d'initiative, une curiosité et un intérêt pour la découverte du monde, ils font preuve d'attention et de persévérance dans leurs tentatives.

La motricité libre permet au bébé d'accéder à de réels moments de réussite et de bonheur, en favorisant l'estime de soi.

Il a conscience de ses capacités et peut s'engager dans de nouvelles expériences en assurant sa propre sécurité.

Les amplitudes d'âge selon les enfants peuvent être très grandes. Les comparaisons ou les inquiétudes n'ont pas lieu d'être si l'enfant va bien (pas de pathologies supposées ou réelles).

Il est important que nous les laissions faire ! Brûler les étapes revient à empêcher la consolidation d'une pierre à l'édifice de la motricité globale du bébé.

Les grandes étapes motrices de la naissance à la marche



allongé au sol



se mettre sur le côté



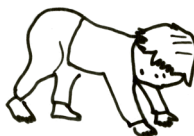
se soulever



se mettre à quatre pattes



se mettre à genoux



se redresser



se tenir debout

Comment ?

La motricité libre s'accompagne, c'est-à-dire qu'on ne laisse pas l'enfant "se débrouiller", ou "se développer tout seul". L'adulte, par sa présence attentive et attentionnée à l'égard de l'enfant, par le regard qu'il va poser sur les efforts de ce dernier, va porter et soutenir l'enfant dans ses progressions, sans pour autant intervenir dans les différentes étapes.

Seul un regard bienveillant et empreint de confiance, une parole encourageante sont nécessaires à l'enfant. **L'adulte n'a pas à faire à la place de l'enfant mais à l'accompagner. Il veillera à porter une attention toute particulière à la manière de le soulever, de le tenir, de le porter et de lui donner des soins afin d'éviter toutes crispations.**

L'adulte propose souvent à l'enfant un transat, parc, youpala, coussin cale bébé... pensant aider l'enfant à se développer. Cependant, **tout ce matériel empêche l'enfant d'expérimenter son corps tel qu'il est et tel qu'il en a les capacités.**

Un simple tapis ferme, posé au sol, ainsi que des vêtements adéquats, n'entravant pas les mouvements de l'enfant suffisent.

Le nourrisson sera toujours posé sur le dos tant qu'il ne sait pas, de lui-même, se tourner sur le ventre. Cette position sur le dos est celle qui permet le plus de détente (absence de tension pour soutenir sa tête) et le plus de possibilités d'activités propres à son stade de développement (tourner sa tête, mouvoir ses jambes, ses pieds, ses bras et ses mains, bouger son tronc). **Un enfant ne sera jamais mis dans une position qu'il ne sait déjà prendre de lui-même** (on ne le mettra pas assis, ni debout avant qu'il ne le fasse de lui-même). On ne lui apprend pas à acquérir ces postures : il les découvre de lui-même, à partir de sa maturation neurologique et au gré de ses intérêts et de son désir d'expérimenter un nouveau mouvement. L'enfant essaie de nouveaux exercices, non pas poussé par un adulte qui attendrait de lui performance et précocité, mais parce qu'il se sent prêt à explorer une nouvelle possibilité, il en a envie et s'en perçoit capable.



Pour permettre une motricité réellement libre de l'enfant, il est nécessaire que l'adulte prenne une position d'observateur attentif et bienveillant, en répondant aux sollicitations de l'enfant, en le valorisant, sans TROP intervenir.

Bibliographie :

- *Se mouvoir en toute liberté dès le 1er âge* - Emmi Pikler - Éditions PUF ;
- Miriam Rasse article paru dans la revue "Éducation nouvelle" n° 406 ;
- *De la naissance aux premiers pas, accompagner l'enfant dans ses découvertes motrices* - Michèle Forestier - Éditions Érès ;
- *La motricité du bébé* - Clémence Matéos - Éditions Duval ;
- *La chaise bleue* - Claude Bojon - Editions École des loisirs ;
- eje-et-maman.overblog.com ; am-issoirecommunaute63.overblog.com