

La polyvalence motrice pour les enfants de 4 à 8 ans

Par :

Dany Bernard

Chef du Service des sports et du plein air
Direction de la vie communautaire

Novembre 2024



**Polyvalence
motrice**



Lévis

Qu'est-ce que la polyvalence motrice?

Capacité de coordonner, d'équilibrer et de contrôler ses mouvements à travers une diversité d'habiletés motrices fondamentales transférables pendant la pratique de différents sports ou lors d'activités physiques de tous les jours.

(adapté de Stodden et al., 2009)



« *Bouger, s'exprimer et communiquer adéquatement avec son corps tout au long de sa vie* »

Pourquoi développer des habiletés motrices fondamentales

Période critique

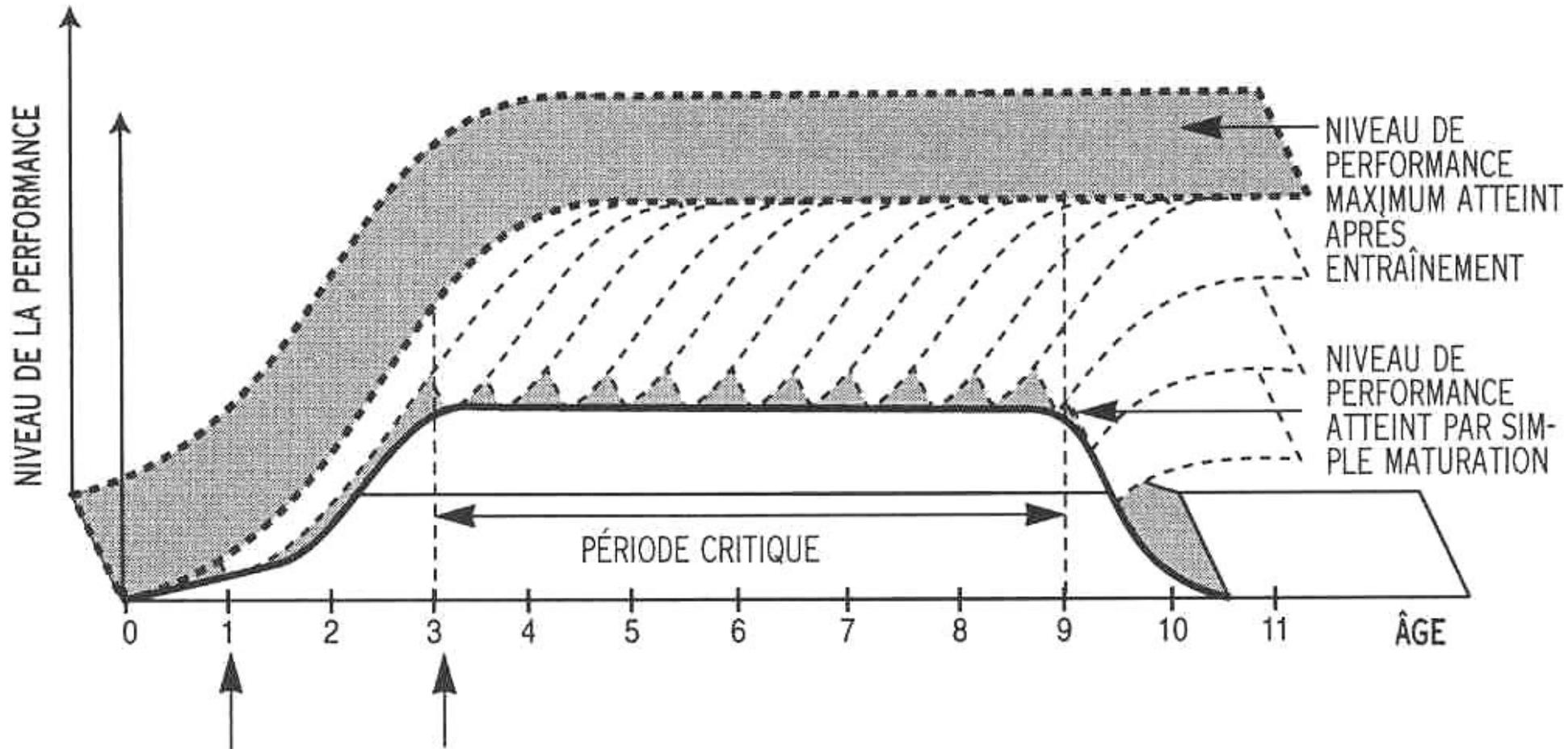


Figure 1. Effets de l'âge et de l'entraînement sur la performance motrice (Rigal, 1996).

Exercices modifiés

Tonus, équilibre, tirer, ramper, se pencher, esquiver, courir, lancer, manipuler, coordonner ses mouvements, jeux de pieds, etc.



Exercices modifiés

Variation des positions de départ, sauter sur un pied, croiser les pieds, courir avec un ballon sur la tête



Exercices modifiés

Variation des positions de départ, lancer l'anneau avec un pied, tenir l'anneau sous le menton, ramper, rouler



Les objectifs

*« Développer les habiletés motrices fondamentales;
Développer le sentiment de compétence;
Développer la qualité d'intervention;
Assurer la continuité. »*



Pour y arriver

L'adaptation des contenus et l'accompagnement

Avec qui travailler ?	Quoi travailler ?	En priorisant 4 grandes habiletés pédagogiques
<ul style="list-style-type: none">1- Directeurs techniques2- Entraîneurs responsables3- Entraîneurs expérimentés4- Jeunes entraîneurs5- Parents entraîneurs6- Parents	La qualité des interventions (pédagogie sportive)	<ul style="list-style-type: none">1- Le dynamisme2- Les explications et les démonstrations3- L'organisation4- La supervision active

Les retombées souhaitées chez les jeunes

- Augmenter le sentiment de compétence;
- Augmenter les habiletés des jeunes dans leur sport respectif;
- Faciliter le transfert des habiletés d'un sport à l'autre;
- Motiver les jeunes à poursuivre la pratique de leur **sport préféré** ;
- Développer la dimension corporelle, sociale, affective, mentale et morale;
- Contribuer à la réussite éducative;
- Favoriser la concentration, l'attention, l'auto-contrôle et la détente;
- Contribuer à un mode de vie physiquement actif à l'âge adulte.

Les retombées souhaitées chez les intervenants

- Comprendre l'impact de la polyvalence motrice en bas âge;
- Développer leurs habiletés d'intervention auprès des jeunes;
 - ✓ Pédagogie sportive chez les 4- 8 ans
 - ✓ Valoriser les intervenants de ce groupe d'âge
- S'approprier les contenus pédagogiques;
- Augmenter leur sentiment de compétence comme intervenant;
- Favoriser la rétention des entraîneurs auprès des clubs;
- Assurer la prise en charge des formations et de la supervision en polyvalence motrice par les clubs.

Déploiement de la polyvalence motrice

2024	Documenter 8 sports à Lévis Projets pilotes Hockey/Soccer phase 2 Handball/Patinage de vitesse Ringuette/Natation phase 2 Baseball/Gymnastique		Fédérations sportives Arrimage et contact	Évaluation
2025	Ajouter d' autres sports à la Ville de Lévis	Coordonnateur en polyvalence motrice à la Ville de Lévis	Fédérations sportives Consolider les collaborations	Déploiement régional en collaboration avec l'URLS-CA
2026	Poursuivre le déploiement des différents sports de la Ville de Lévis	Coordonnateur régional en polyvalence motrice	Fédérations sportives Poursuivre les collaborations	Déploiement provincial en collaboration avec le réseau des URLS

Merci de votre attention

Pour information

sportsetpleinair@ville.levis.qc.ca

418 835-8270



Références

Bordeleau, C. et Morency, L. (1999). *L'art d'enseigner. Principes, conseils et pratiques pédagogiques*. Montréal : Gaëtan Morin éditeur.

De Lièvre, B. et Staes, L. (2011, 5^e éd.). *La psychomotricité au service de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte*. Bruxelles : Groupe De Boeck.

Dugas, C., & Point, M. (2012). *Portrait du développement moteur et de l'activité physique au Québec chez les enfants de 0 à 9 ans*. Québec en Forme.

Éducation physique et santé Canada, (2008). *Habilités motrices fondamentales, les fondements du mouvement*. Gouvernement du Canada.

Hockey Québec (2023). *Programme initiation MAGH*. Montréal.

Robinson, L. E. (2010). *The relationship between perceived physical competence and fundamental motor skills in preschool children*. Child: care, health and development, 37, 4, 589–596. Blackwell Publishing Ltd.

Le sport c'est pour la vie (2019). *Développement à long terme par le sport et l'activité physique. Édition 3.0*. Gouvernement du Canada.

Le sport c'est pour la vie (2019). *Développer la littératie physique*. Gouvernement du Canada.

Paoletti, R. (1999). *Éducation et motricité de l'enfant de 2 à 8 ans*. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.

Rigal, R. Nader, L.A., Bolduc, G., et Chevalier, N. (2009). *L'éducation motrice et l'éducation psychomotrice au préscolaire et au primaire*. Québec : Les Presses de l'Université du Québec.

Siedentop, D. (1994). *Apprendre à enseigner l'éducation physique*. Traduction et adaptation de M. Tousignant, P. Boudreau et A. Fortier. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.

Soccer Québec (2023). *Cadre de référence de soccer de base U4-U12*. Montréal.

Stodden et al. (2015). *Motor Competence and its Effect on Positive Developmental Trajectories of Health*. Sports Medicine DOI 10.1007/s40279-015-0351-6

Whitehead, M. E. (2010). *Physical Literacy : Throughout the Lifecourse*. London. Routledge.

Jidovtseff Boris, Mornard Manhattan, Delvaux Anne, (2013) Accoutumance à l'eau, CEReki, Département des sciences de la Motricité, Université de Liège, Belgique.

CEReKI = Centre d'Étude et de Recherche en Kinanthropologie, de l'Université de Liège ,

Édition EP&S (2015) L'accoutumance à l'eau; un préalable au savoir nager

Quinn Patton, Michael. The Principles- Focused Approach. Being Human Podcast