



ÉCOLE FLOREFFE  
FRANÇOIS 1<sup>er</sup>



# VIVRE la psychomotricité à l'école maternelle

**En mouvement vers la réalité : utiliser son corps dans le temps et dans l'espace pour mieux vivre et apprendre**

À l'école maternelle, nous considérons la psychomotricité comme une composante essentielle du développement harmonieux de chaque enfant. C'est pourquoi des séances de psychomotricité sont intégrées dans l'emploi du temps des classes maternelles. Ces moments sont pensés comme des temps de plaisir, de découverte, d'expérimentation, mais aussi de structuration et d'évolution. Ils sont adaptés à l'âge, au rythme et aux besoins de chaque enfant. Le cours de psychomotricité est dispensé deux périodes par semaine par un professeur spécialisé. Par ailleurs, la psychomotricité occupe une place essentielle dans la vie quotidienne de la classe, à travers des activités variées intégrées aux apprentissages.

À travers des parcours moteurs, des jeux de ballons, des danses et rondes, des jeux de coopération, des exercices d'équilibre, des activités de motricité fine, des activités de structuration spatiale, des activités autour du schéma corporel, des jeux symboliques, des rituels corporels ou des moments de relaxation, les activités psychomotrices permettent à chaque enfant de vivre des expériences sensorielles et motrices riches de sens. Elles favorisent l'estime de soi, la capacité à se concentrer, à collaborer avec les autres, à s'exprimer autrement que par les mots. C'est un chemin vers l'apprentissage serein, un ancrage dans le réel qui donne confiance et élan.

## Les trois axes de la psychomotricité

La psychomotricité de la relation globale  
→ Se connaître, interagir, s'ouvrir au monde.

La psychomotricité de l'action vécue  
→ Agir, essayer, s'engager corporellement.

La psychomotricité perceptivo-motrice  
→ Percevoir, ajuster, affiner ses gestes.



*"Rien n'est dans l'esprit qui ne soit entré par les sens."*