

pédagogie

Motricité libre : quelles conditions vestimentaires ?

Les principes de la motricité libre font largement consensus dans le monde de la petite enfance. Ils sont intégrés dans les formations initiales des professionnels et sont à la base de pratiques pédagogiques de plus en plus répandues, axées sur le jeu libre et la circulation des enfants dans les espaces ludiques des lieux d'accueil. Si les projets pédagogiques mentionnent l'importance de la liberté motrice, sa mise en œuvre sur le terrain n'est pas toujours évidente.

© 2021 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés – établissement d'accueil de jeunes enfants ; motricité libre ; projet pédagogique ; tenue vestimentaire

Jean-François

ROBINEAU

Psychomotricien, formateur
petite enfance

c/o Métiers de la petite
enfance, Elsevier Masson,
65 rue Camille-Desmoulins,
92442 Issy-les-Moulineaux
cedex, France

La motricité libre prend une place de plus en plus importante au sein des établissements d'accueil de jeunes enfants, qui sont nombreux à favoriser l'autonomie des petits dans leurs pratiques pédagogiques, aussi bien au niveau de leurs déplacements que des jeux choisis. Mais parfois tout n'est pas au rendez-vous pour que la liberté de mouvement soit assurée. Le premier élément concerne la tenue vestimentaire des enfants, et en particulier des bébés. Depuis une quinzaine d'années, le modèle des vêtements d'adulte s'est invité dans le monde des tout-petits. Les jeans ont ainsi fait leur apparition, avec la restriction de mobilité induite que l'on peut aisément imaginer. Alors on a fait des pantalons en tissu élastique, stretch, etc., toujours en suivant la mode adulte, des pantalons de plus en plus slim, moulants. Et il en va de même pour ceux couvrant le haut du corps.

Freins à la liberté de mouvement

Les deux situations suivantes illustrent bien ces moments où les vêtements gênent la motricité.

♦ **Nora, 8 mois, "ne fait rien", "n'aime pas le tapis" et pleure.** Allongée sur le dos, bras et jambes raides, visage et regard figés, elle a l'air pétrifiée, on dirait qu'elle ne

respire pas, dégageant une impression étrange. En fait, elle est gênée au niveau de l'estomac par un short en jean porté par-dessus un collant, le tout très serré à la taille. Avec l'accord des auxiliaires, nous enlevons short et collant. Le ventre n'est plus comprimé, la respiration est facilitée. Il faudra plusieurs minutes à ce bébé pour commencer à s'animer, à replier ses membres puis à se regrouper, basculer sur le côté, saisir des jouets et bientôt se retourner sur le ventre. Son visage s'anime enfin, puis viennent les vocalises accompagnant ses explorations et le plaisir de bouger. Ouf, ce n'était "que" les vêtements !

♦ **Lors de notre première venue dans un autre service accueillant des bébés,** une professionnelle berce dans son lit Norbert, 6 mois, qui a souvent du mal à s'endormir. Nous devisons justement avec l'équipe de motricité libre et des moyens de sa mise en œuvre. Comme Norbert ne trouve pas le sommeil, l'auxiliaire de puériculture qui s'occupe de lui décide de le poser sur le tapis afin qu'il "profite" de la séance de psychomotricité. Visiblement bien éveillé, vêtu d'un pantalon en velours côtelé, Norbert tape répétitivement, jambes et bras tendus, poings serrés, sur le tapis. Sur notre proposition, pantalon et chaussettes lui sont enlevés. Réaction immédiate : il replie ses

jambes, puis se regroupe, attrape ses pieds, bascule sur le côté, saisit un jouet... Nous assisterons pendant vingt minutes à un véritable festival de mouvements effectués avec un plaisir manifeste. Puis, d'un coup, Norbert se relâche, ses paupières s'alourdissent. Il est remis au lit. Quelques minutes plus tard, surprise : les professionnels constateront qu'il s'est endormi tout seul.

♦ **Le carcan créé par le vêtement empêchant de bouger le tout-petit** est une réalité quotidienne. Nombre de bébés "n'aiment pas le tapis" car ils sont entravés. Ils sollicitent donc beaucoup plus les adultes, leurs pleurs sont plus fréquents et toute l'ambiance d'une unité peut en être affectée, sans parler du déficit d'expérimentation motrice que cela engendre à des moments clés du développement [1]. Remplacer les pantalons par des joggings ou des leggings ne change pas grand-chose : la ceinture serre le ventre quand on regroupe le bébé, l'amplitude du tissu est souvent insuffisante pour amener les pieds à la bouche, compte tenu des cuisses bien potelées des bébés vers 5-7 mois. Le regroupement actif, qui culmine vers 2-4 mois, est aussi nécessaire pour le rassemblement des mains entre elles et à la bouche. Attention donc à l'amplitude et à la superposition de vêtements pour le haut du corps.

Adresse e-mail :
jean-francois.robineau@orange.fr
(J.-F. Robineau).

Note

¹ Ensemble des processus qui caractérisent le passage du primate à l'homme. Référence à la piste fossile de pas d'australopithèques découverte à Laetoli (Tanzanie) en 1976, témoignant de l'accès à la bipédie de nos ancêtres il y a plusieurs millions d'années.

Références

- [1] Delion P, Vasseur R. Périodes sensibles dans le développement psychomoteur de l'enfant de 0 à 3 ans. Toulouse: Érès; 2012.
- [2] Fontaine AM. Faciliter les jeux durables et les interactions amicales entre enfants. *Métiers de la petite enfance* 2014;20(208):21-3.
- [3] Speth B, Hellmich H. Le pied affaissé de l'enfant – un problème ? *Paediatrica* 2017;28(1):31-4.



Figure 1. Pied appui.



Figure 2. Pied explorateur de jambe.

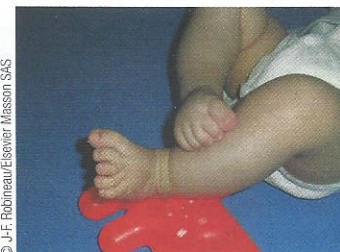


Figure 3. Pied préhenseur.

Comment faire ?

L'habillement idéal pour bouger reste le body ou le pyjama sans pieds s'il faut être couvert. La salopette ? Elle n'a pas de ceinture, mais l'amplitude au niveau des hanches reste limitée, à moins qu'elle ne soit XXL. La raideur ou la souplesse du tissu sont aussi à considérer. Le sarouel ? Oui, à la condition d'une ceinture très lâche. Il est nécessaire de sensibiliser les parents à cette question car si le pyjama est le vêtement de la maison, la crèche est un lieu social, pour lequel on s'habille. Les recommandations données aux parents à ce sujet, parfois abordé dès l'inscription, ne sont pas toujours suivies. Rien ne vaut une démonstration comme cela peut être fait lors des ateliers parents-enfants en protection maternelle et infantile. Prenons le temps d'accueillir les parents et, avec eux, d'observer les actions de leur bébé sur le tapis, avec et sans pantalon. Cela se passe de commentaires, ou plutôt cela suscite beaucoup de commentaires éclairant la compréhension du processus de développement psychomoteur et le besoin d'aisance du bébé.

Les grands aussi

Tout cela vaut bien sûr pour les enfants plus grands afin de permettre tous les mouvements de hanche dans les passages assis-quatre pattes-à genoux-debout-accroupi, mais aussi pour grimper, courir, sauter, enjamber, pédaler, etc. Déployer de grands mouvements avec aisance libère l'expression corporelle de l'enfant, qui communique beaucoup par

imitation entre 15 et 30 mois, particulièrement lors des jeux moteurs mobilisant la motricité globale, aux mouvements plus visibles [2].

Les pieds nus

Bien avant d'être porteur, le pied développe la mobilité et la sensibilité par une activité incessante en lien avec les mouvements plus globaux.

♦ **Cette activité est plus importante si les perceptions tactiles sont favorisées, pieds nus.**

Le bébé couché sur le dos se rassemble, découvre ses jambes, ses pieds, explore la texture du tapis sur lequel il pourra ensuite prendre appui et accrocher les orteils pour repousser en position à plat ventre. Le pied se fait explorateur tactile, parfois organe de préhension, se préparant à transmettre les informations posturales nécessaires à l'équilibre debout quand il sera devenu ancrage au sol pour y marquer ses pas (figures 1 à 3), affirmant son inscription dans la grande histoire de l'homínisation¹.

♦ **Il est admis que l'apprentissage de la marche est plus facile pieds nus** qu'avec des chaussures, qui sont l'équivalent chez les petits des chaussures de ski des adultes. Il est également recommandé de ne pas chausser les enfants pendant les six premiers mois suivant l'acquisition de la marche. Celle-ci va évoluer, avec notamment l'anticipation des ajustements posturaux [1] permise par la prise d'informations sensorielles au niveau de la surface d'appui, intégrant les informations visuelles, vestibulaires, proprioceptives et tactiles au niveau du pied.

Examinons une situation qui éclaire ce propos. Manon, 14 mois, bute sur le rebord du tapis épais sur lequel elle veut monter en marchant. Elle tombe sur les mains, franchit l'obstacle à quatre pattes puis se relève. Délaissant l'objet qu'elle convoitait, elle fait demi-tour et chute encore. Avec obstination, elle va recommencer autant de fois que nécessaire pour parvenir à ses fins, franchir le dénivelé sans tomber en anticipant l'obstacle avec fierté, sous les yeux étonnés de sa maman.

♦ **Les pieds du jeune marcheur ne sont pas toujours bien positionnés.** Le pied plat *valgus* physiologique, avec parfois un léger affaissement des chevilles, est banal [3]. Masquée par un coussinet graisseux, la voûte plantaire n'apparaîtra que vers 3-6 ans. L'architecture du pied se développe jusqu'à 10 ans par la répétition des stimulations : sentir des textures différentes, marcher sur des reliefs, se dresser sur les pointes, courir, sauter, etc. Les plus grands ont donc aussi un bénéfice à évoluer pieds nus, la chaussure ayant plutôt un rôle de protection pour aller dehors.

Conclusion

La première condition de la motricité libre est de bien observer et adapter l'habillement de l'enfant afin de lui donner non seulement la possibilité de ses mouvements, mais aussi de lui permettre une plus grande exploration corporelle et sensorielle de son environnement. Les bébés doivent être à l'aise, mais sans baskets. ▶