




## Guide méthodologique de l'utilisation de ce carnet de psychomotricité

Dans chaque fiche, vous retrouvez les indications suivantes :


 **L'âge** : Le repère d'âge est indicatif. Il tient compte des repères d'âge du développement psychomoteur standards. Nous avons précisé l'âge à partir duquel une activité peut être accessible à l'enfant. Il se peut qu'un enfant beaucoup plus âgé puisse l'apprécier aussi.

 **La durée de l'activité** : La durée n'est qu'indicative pour vous permettre d'organiser le temps du rendez-vous d'activités psychomotrices. C'est la durée minimum estimée pour l'activité. Elle pourra être allongée.

 **Le nombre de participants** : Le nombre de participants est indicatif, si vous avez plusieurs enfants dont vous vous occupez, ils peuvent prendre part tous ensemble à ces rendez-vous.

Afin de structurer le bon déroulement de ces activités et leur possible régularité aux fils des jours, voici quelques conseils :

 Instaurez entre l'enfant et vous, un « rendez-vous » dédié à ce temps d'activité psychomotrice.

 Il est important que le temps de jeu soit identifié le plus clairement possible par l'enfant, afin que ces mouvements, leurs consignes, l'utilisation des objets inhérents ne débordent pas sur d'autres moments de la journée. Proposez-lui un signe qui marque le rendez-vous d'activités psychomotrices. Par exemple : vêtez-vous chacun d'un t-shirt spécifique dédié pour ce temps... ou tout autre signe distinctif qui fasse consensus entre vous. Choisissez avec lui un t-shirt ou tout autre vêtement ou signe (un bandeau...) qui ne gêne pas les mouvements et qui sera personnalisé : dessin, peinture sur tissu. Dans la mesure du possible, les déguisements ne sont pas recommandés.

