



## FORMATION

# L'AVENTURE DE LA VERTICALISATION Conquête de soi, conquête de l'espace

L'espèce humaine a conquis la verticalité et réussi l'exploit de se déplacer, marcher, courir, sauter sur deux pieds. Cet extraordinaire aventure commence dès les premiers jours de la vie, alors que l'enfant est en position allongée et se met en mouvement, prenant ainsi peu à peu le contrôle de son corps pour aller conquérir l'espace.

Il s'étire, se replie, vrille, roule, se repousse, s'équilibre, se coordonne jusqu'à atteindre la verticalité et un jour la marche.

Les étapes que traverse le jeune enfant constituent la base de sa structuration motrice. Il est essentiel qu'il puisse cheminer à son rythme, sans être précédé ni empêché dans cette évolution déterminante tant dans l'acquisition d'une motricité souple et harmonieuse que dans la construction de sa confiance en lui, en l'autre, en la vie. En outre, ces schèmes moteurs fondamentaux comportent tous les ingrédients de notre motricité future et nous pouvons, tout au long de notre vie, les revisiter pour améliorer ou simplement entretenir le bon usage de soi.

Cette formation s'adresse tant au professionnels de la petite enfance dans le but de développer des compétences pour mieux soutenir et accompagner les tout-petits dans leur évolution motrice, qu'aux professionnels du mouvement qui, en revisitant les premiers mouvements de la vie, fondements de notre structuration motrice, exploreront des chemins simples pour guider l'ajustement du tonus, la fluidité du geste, l'équilibrer de la posture à tout âge.



### Objectifs :

- Connaitre les étapes de l'évolution motrice de la position allongée à la station debout, et leur impact sur la posture et la marche,
- Comprendre, par le vécu corporel et le mouvement senti, l'importance de l'évolution motrice de la première année en tant que base de la structuration motrice de l'être,
- Acquérir des outils pédagogiques (mouvements, exercices, jeux corporels) permettant de revisiter les étapes de la verticalisation,
- Savoir proposer des jeux favorisant les transferts d'appui, le flux tonique, l'ajustement du tonus et l'équilibre, et les adapter aux différents cas concrets des stagiaires.

### Contenu :

- Apports de connaissances sur le développement psychomoteur de l'enfant,
- Ateliers de pratique corporelle des étapes successives de l'évolution motrice vers la marche avec verbalisation et analyse de vécu,
- Expérimentation des activités ludiques associées et mise en perspective d'application.

### Méthode et moyens pédagogiques :

- Pédagogie participative avec mise en situation de pratique corporelle
- Échanges et réflexion autour de la pratique professionnelle des stagiaires
- Livret pédagogique

Durée : 2 jours

À l'issue de cette formation vous aurez revisité, par le mouvement conscient, les schèmes moteurs que traverse l'enfant de la naissance à la marche et senti leur impact sur la qualité des appuis et de l'équilibre dans la station debout et la marche. Vous aurez expérimenté différents jeux et exercices favorisant un meilleur usage de soi (ajustement tonique, fluidité des mouvements, équilibre...), adaptables au niveau de développement et besoins spécifiques des personnes dont vous prenez soin. Vous aurez fait des liens avec votre pratique professionnelle et envisagé une mise en application des acquis de la formation.

Une attestation de formation est remise aux stagiaires à l'issue de la formation



LE TEMPS DU MOUVEMENT

Ateliers enfants adultes • Formations

letempsdumouvement.com - 06 64 16 31 29 - 09 81 61 14 41 - letempsdumouvement@gmail.com

Cette formation s'adresse aux :

- psychomotriciens
- professionnels de la petite enfance (EJE, puéricultrices, auxiliaire de puériculture...)
- professionnels du mouvement (enseignants en danse, yoga ou autre pratique corporelle, kinésithérapeutes, ostéopathes, danseurs...)
- toute personne intéressée à titre personnel par cette thématique

Formatrice :

Françoise Fréard, psychomotricienne DE (Université Paris VII).

Intervenante et formatrice dans le domaine de la petite enfance depuis 15 ans et en pédagogie du mouvement depuis près de 30 ans.

Formée à différents arts et techniques du mouvement et de la voix et à la pédagogie piklérienne.

L'association Le Temps du Mouvement est un **organisme de formation** enregistré sous le numéro 73 31 06883 31 -  
Référencement **DataDock**

