

UNIVERSITE ABDERRAHMANE MIRA BEJAIA
FACULTE DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES
DEPARTEMENT DES SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITES
PHYSIQUES ET SPORTIVES (S.T.A.P.S)

MÉMOIRE DE FIN DE CYCLE

Pour l'obtention du Diplôme de master 2 en:
Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives :
Option : Activités Physiques et Sportives Educatives scolaires

THÈME

**Etude de l'efficacité d'un programme d'apprentissage
moteur sur le développement de quelques habilités
motrices chez les enfants de préscolaire (5-6 ans)**

Cas : Ecole primaire OUBELAID Lahlou-Arodha-Tazmalt - Bejaia

Sous la direction :

M. A.K CHERCHAR

Présenté par :

CHERIFI Malika

GALOU Lahlou

Années universitaire 2016/2017

Remerciements

REMERCIEMENTS

Nous remercions ALLAH tous puissant de nous avoir aidés à réaliser ce modeste travail.

Aussi, nous exprimons toute notre gratitude et notre sincère

Reconnaissance à notre encadreur Mr A. EL KADER CHERCHAR

Ainsi qu'à nos enseignants qui par leur compréhension et leur aide, on a pu accomplir notre travail de recherche.

A nos familles et nos Amis qui par leurs prières et leurs encouragements, on a pu surmonter tous les obstacles.

Nous tenons à remercier également tous ceux qui nous ont aidés et ont collaborés de près ou de loin à la réalisation de ce modeste travail à leurs têtes Mr BOUKHEZZAR Zahir, BENHIMI Fariel, MESSOUDI Djegdjiga.

Dédicace

DEDICACE

Je dédie ce modeste travail à :

Celle qui ma donné la vie, le symbole de tendresse qui sacrifie sa vie Pour mon bonheur et ma réussite, ma mère adorée « Djerrada Nadia » et mon père G. Messaoud, que son âme repose en paix.

A mon cher ami « kidjia Faiz », que son âme repose en paix.

A ma famille : Slimane, Tahar, Douada, Nouara, ouardia, messaoud et mon petit frère Kiki.

A mes amis : Amar, Tarik, Kamal, Arezki, Sadji, Yanis, Nabil, Hachemi, Nadjib, Didou, DJiji, Lynda, Nadir, yougou, bouksassa et la Boule.

GALOU Lahlou

Dédicace

Je tiens à dédier ce modeste travail ...

Tout particulièrement à ma très chère mère, celle qui sans son soutien et son dévouement je ne serai jamais arrivée là où j'en suis actuellement.

A mon père qui a toujours sut m'orienter et me conseiller.

A mes frères et sœurs et toute la famille CHERIFI qui m'ont toujours soutenus.

A tous mes proches et amis, et particulièrement à ma meilleure amie SOUHILA, ainsi que les autres.

Merci à tous, je suis vraiment chanceuse de tous vous avoir dans ma vie.

CHERIFI Malika

LISTE DES TABLEAUX
ET DES
FIGURES

Liste des tableaux :

Tableau N°	Intitulé
1	représente les cinq étapes de développement de l'enfant page 9.
2	représente la relation entre les fins, buts et objectifs selon D'HAINAUT, page 40.
3	représente la comparaison des Moyennes de pré-test et post-test groupe témoin page 82.
4	représente la comparaison des moyennes des tests de pré-test et post-test du groupe expérimental page 83.
5	représente la comparaison des Moyennes de pré-test de groupe témoin et groupe expérimental page 85.
6	représente la comparaison des Moyennes de post-test du groupe expérimental et groupe témoin page 86.

Liste des figures :

Figure N°	Intitulé
1	représente la structure simplifiée des différentes formes de la souplesse selon WEINECK page 31.
2	représente la définition de l'apprentissage moteur selon Chevalier, page 37.
3	représente les formes d'apprentissage selon Chevalier, page 38
4	représente les facteurs agissant sur l'apprentissage selon Chevalier ,page 38.
5	représente Le modèle de traitement de l'information de Fitts et Posner, page 39.
6	représente le modèle de l'observation ou modelage de Bandura, page 39.
7	représente le modèle écologique Gibson page 39.
8	représente comment mesure le poids, page 42.
9	représentent comment mesurer la taille, page 43.
10	représente le test de vitesse des membres supérieurs, page 44.
11	représente le test de vitesse des membres inférieurs, page 44.
12	représente le test de test d'agilité course navette, page 45.
13	représente le test de test d'agilité Course latérale, page 45.
14	représente le test de le test d'équilibre œil-main page 46.
15	représente le test de le test d'équilibre poutre instable page 47
16	représente le test du test de la coordination œil-main (précision) page 47.
17	représente le test de la coordination œil-main (vitesse) page 48.
18	représente les résultats du groupe témoin pré-test et post-test page 80
19	représente les résultats de groupe expérimental du pré-test et post-test page 81
20	Présentation et interprétation des résultats du groupe expérimental et groupe témoin pré-test page 82
21	Présentation et interprétation du post-test du groupe témoin et groupe expérimental page 83

Liste des abréviations :

Dans notre recherche, nous avons utilisé certains termes, et certaines abréviations, qui peuvent avoir des significations différentes dans d'autres domaines, et dans le but d'éviter d'ouvrir le champ des interprétations, on a essayé d'étaler toutes les abréviations avec leurs significations.

ABRIVIATION	SIGNIFICATION
Mbr supérieure	membre supérieure
Mbr inférieure	membre inférieure
Coord œil-mn (prcs)	coordination œil-main (précision)
Coord œil-mn (vtss)	coordination œil-main (vitesse)
Coor-précs (O-M)	coordination précision (œil-main)
E.P.S	Education Physique et Sportive
A.P.S	Activité Physique et Sportive
VO₂Max	Volume Maximale Aérobie
D.S	Différence Significative
D.N.S	Différence Non Significative
	Les élèves
	Le chasseur ou bien groupe 2
	L'enseignant
	Le ballon
	Aller
	Aller-retour
	Les panneaux
	Les cerceaux
	Des haies
	Assiettes

Sommaire

Sommaire :

1. Introduction.....	1
1.1.Problématique et hypothèse.....	3
1.2.Définition des concepts.....	4

Partie théorique

Chapitre 1 : L'enfant

1. Préface	9
2. Les stades scolaires.....	10
3. Le développement moteur et intellectuel.....	12
4. Croissance et maturation.....	12
5. Les systèmes de la croissance.....	13
6. Le développement postural et moteur du jeune enfant.....	15
7. Le développement de l'intelligence.....	16
8. Conclusion	20

Chapitre 2 : Les habilités motrices

1. Définition des habilités motrices.....	22
2. La capacité motrice.....	22
3. Réaction visuelle.....	22
4. Types des habilités motrices.....	24
4.1 L'agilité.....	24
4.2 La coordination.....	26
4.3 La souplesse.....	30
4.4 Conclusion.....	35

Chapitre 3 : Programmation et apprentissage moteur

1. Préface	37
2. Les programmes.....	37
3. La programmation.....	39

3.1.	Faire une programmation.....	39
3.2.	Programmer.....	39
3.3.	Niveaux de programmation.....	39
3.4.	Éléments à prendre en compte.....	39
4.	Les différentes relations entre fins, buts et objectifs peuvent se résumer dans le tableau suivant.....	40
5.	Apprentissage moteur.....	41
6.	Caractéristiques de l'apprentissage.....	42
7.	Les facteurs agissant sur l'apprentissage.....	43
8.	Les modèles d'apprentissage moteur.....	43
8.1	Le modèle de traitement de l'information (Fitts et posner,1969).....	43
8.2	Le modèle de l'observation ou modelage (Bundura,1986).....	44
8.3	Le modèle écologique (Gibson,1979).....	44
9	Les théories d'apprentissage.....	44
9.1	Théorie associationnistes.....	44
9.2	Théorie cognitivistes.....	44

Partie Pratique

Chapitre 01 :

1	Méthode et Moyens.....	48
2	Description de la batterie de testes	50
3	Protocole d'évaluation des habilités motrices.....	51
4	Outil statistique.....	55
5	Les équipements nécessaires pour les séances.....	56
6	Unité d'apprentissage.....	57
7	Les fiches de séances.....	58

Chapitre 02 :

1	Interprétation et discussion des résultats.....	82
---	---	----

2 Discussion et conclusion.....	88
3 Conclusion générale.....	91
4 Recommandation.....	92

PARTIE 01

ANALYSE

BIBLIOGRAPHIQUE

INTRODUCTION GENERALE

Introduction :

Le mouvement est généralement perçu comme le signe manifeste de la vie ; par opposition à l'inerte et à l'immobile, il représente l'animation, le dynamisme et l'énergie. En tant que comportement, le mouvement évoque la capacité de l'être humain de bouger, de se déplacer et d'exercer des actions sur les objets. (Paoletti, 2003)

Le sport est l'ensemble des activités physiques qu'un être humain peut entreprendre au cours de sa vie. Il permet d'établir un développement physique assez avantageux, mais aussi un état psychologique équilibré. En raison de ces nombreux avantages qu'il procure le sport est conseillé d'être pratiqué dès le jeune âge car cela permet à l'enfant d'améliorer ses habiletés motrices, garder un équilibre psychologique et physique et assurer une croissance saine.

Le développement moteur correspond à l'apparition et l'évolution continue des fonctions motrices de l'espèce (Rigal, 1996). Il porte essentiellement sur l'évolution interactive de la motricité et de la perception (Lauzon, 1990). Cette expérience se développe à travers les activités corporelles vécues par l'enfant. L'enrichissement des expériences motrices peut permettre à l'enfant de se développer normalement et d'améliorer ses performances jusqu'à un niveau optimal (Rigal, 1996). C'est grâce à sa motricité, qui se caractérise par l'automatisation des acquisitions motrices essentielles aux futurs apprentissages que l'enfant découvre son environnement (Durivage, 1987)

Une orientation précoce vers les habiletés motrices de base est essentielle car elles forment les premières composantes du savoir-faire physique. Il est crucial de donner aux enfants un départ actif grâce au jeu et à une variété d'activités. L'enfant apprend plus efficacement lorsqu'il peut expérimenter, vivre et manipuler (De Lièvre & Staes, 2000)

Le corps d'un jeune enfant n'est pas aussi endurant et résistant qu'un corps d'un adulte par conséquent, les exercices physiques que peut pratiquer un petit enfant doivent être légers et en principe, il ne s'agit pas d'activités sportives mais il s'agit plutôt de jeux sportifs permettant de développer les différents aspects physiques, psychologiques, social.... Etc.

Introduction

La souplesse, la coordination, l'équilibre, l'adresse et la vitesse sont des habilités que l'enfant doit améliorer dès son enfance car elles l'accompagnent durant toute sa vie, influençant d'une manière directe sur le comportement de cet être.

Afin d'assurer un bon développement des habilités, il est primordial de mettre en œuvre un programme bien déterminé, adressé spécifiquement aux enfants. La programmation est nécessaire pour la réussite de chaque travail car une planification des étapes qui se succèdent et qui mènent à un but précis se conclut incontestablement par un succès.

C'est pour cela, l'objectif principal de cette étude vise à la mise en place d'une batterie de tests pour mesurer quelques habilités motrices des enfants de préscolaire (5-6 ans), Par le fait même, on propose également d'évaluer l'efficacité d'un programme d'apprentissage moteur, dans l'objectif d'améliorer ces habilités motrices basiques chez les enfants en général et spécifiquement chez les enfants de préscolaire (5-6 ans), on a choisi l'établissement primaire de CHAHID "Ou-belaid Lahlou" à Tazmalt pour appliquer. Ce programme qui est divisé en tout en 19 séances ; les deux 1^{ères} séances déterminent à effectuer un test diagnostique, 15 séances consistent à développer certaines habilités, les deux dernières pour évaluer l'amélioration de ces habilités par rapport au premier test « test sommatif ».

Avant, nous allons définir ce qu'est l'enfant et son développement moteur et les principaux objectifs. Deuxièmement, nous présenterons les habilités motrices de base et leur importance dans le développement au préscolaire. Troisièmement, nous allons parler de la programmation de l'apprentissage moteur de l'enfant de préscolaire afin de bien situer le lecteur sur les possibilités motrices de ce groupe d'âge. Enfin, nous exposerons la problématique de même que l'objectif et l'hypothèse de cette recherche.

On a essayé de toucher au maximum à notre objectif malgré les différents obstacles et empêchements qu'on a pu rencontrer (absentéisme, absence totale de matériels, difficultés dans l'obtention de l'accorde au niveau de la direction de l'éducation, etc.).

En dépit de toutes ces difficultés que nous avons rencontrées nous avons pu atteindre notre objectif et obtenir le résultat auquel nous espérons arriver.

1. Problématique :

Dans notre travail, nous nous intéressons aux enfants entre l'âge de 5 à 6 ans pratiquant différentes activités physiques et sportives. En effet, cette période est très importante pour le développement intellectuel et moteur. Dans cette période, certains enfants rejoignent l'école (le préscolaire). Il passe de longues heures (de 8 h jusqu'à 14 h 30 m) ce qui pourrait les empêcher de bouger librement et pourrait nuire par la suite à leur développement physique car, à cet âge ci, les enfants sont très actifs et bougent énormément. Face à cette situation, nous estimons qu'il est très important que les spécialistes en motricité prennent en considération le développement moteur des enfants entre 5 à 6 ans en proposant des programmes qui développent la coordination motrice chez ces derniers dans la période préscolaire à travers les activités motrices.

Vers 5 à 6 ans, la plupart des enfants ont des acquis "une première acquise" des connaissances et des habilités motrices qui les permettent de construire leurs schéma corporel et pour renforcer cette apprentissage et ses habilités motrices correctement en doit mettre un programme bien déterminé et adapter à cette catégorie d'âge, mais la majorité des établissements Algériennes ne donnent pas l'importance au programme moteur à cette tranche d'âge, cela il nous pousse à poser la question suivante :

1-quel est le niveau de quelques habilités motrices chez les enfants de près-scolaires (5-6ans) ?

2- Est-ce qu'un programme d'apprentissage moteur peut influencer positivement sur le développement des habilités motrices chez les enfants de préscolaire (5 à 6 ans) ?

Les hypothèses :

Selon M. GRAWITZ ; l'hypothèse se définit comme étant une proposition de réponse à la question posée, ou une réponse dont la recherche a pour but de vérifier le bien ou le mal fondé de la question que l'on a posé. (M.GRAWITZ, 1996)

- 1- Le niveau des habilités motrices chez les élèves de préscolaires est faible.
- 2- Le programme d'apprentissage moteur influe positivement sur le développement des habilités motrices chez les enfants de près scolaires (5-6 ans), chez le groupe expérimental par rapport au groupe témoin.

2. Définition des concepts :

L'enfant :

Étymologiquement, le terme « enfant » vient du latin *infan* qui signifie « celui qui ne parle pas ». Chez les romains, ce terme désignait l'enfant dès sa naissance, jusqu'à l'âge de 7 ans.

Cette notion a beaucoup évolué à travers les siècles et les cultures pour finalement désigner l'être humain de sa naissance jusqu'à l'âge adulte. Mais cette conception de l'enfant était large et l'âge de la majorité variait d'une culture à une autre.

La Convention Internationale relative aux Droits de l'Enfant de 1989 définit de manière plus précise le terme « enfant » :

« [...] tout être humain âgé de moins de dix-huit ans, sauf si la majorité est atteinte plus tôt en vertu de la législation qui lui est applicable ».(Bennouna, 1989)

L'idée transmise, à travers cette définition et l'ensemble des textes de protection de l'enfance, est que l'enfant est un être humain avec des droits et une dignité.

Ce qui caractérise l'enfant, c'est sa jeunesse et sa vulnérabilité. En effet, l'enfant est un être en pleine croissance, un adulte en devenir, qui n'a pas les moyens de se protéger seul.

Aussi, l'enfant doit faire l'objet d'un intérêt particulier et d'une protection spécifique. C'est dans cette optique que des textes proclamant la protection de l'enfant et de ses droits ont été adoptés.

Les habilités motrices :

Pour M. Durand « **L'enfant et le sport** », PUF, Paris, 1987, « Il s'agit d'une capacité à résoudre "un problème moteur spécifique", à élaborer une réponse efficace et économique pour atteindre un objectif précis. Cette capacité est acquise. »

+Les habilités motrices :

C'est la capacité d'acquérir, de retenir des savoirs et de les utiliser dans le but de réaliser une activité qui intègre des connaissances, elles comprennent des habilités intellectuelles, stratégiques, socio-affectives et motrices. Nous constatons des habilités ouvertes qui correspondent à des tâches caractérisées par des conditions environnementales instables (sport de plein air) et des habilités fermes qui

correspondent à des tâches caractérisées par des conditions environnementales stables (sport de salle), (d'après C Touzin,1994).

L'apprentissage moteur

L'apprentissage : est un processus ou un ensemble de processus qui sous-tend des modifications de comportements, à la suite de l'expérience ou du contact avec l'environnement (Malcuit, Pomerleau et Maurice, 1995).

L'apprentissage moteur : est un processus d'adaptation cognitivo-moteur, relié à la pratique et à l'expérience, favorisé par des conditions d'apprentissage qui mènent à des changements permanents de la performance et de l'habileté motrice (Chevalier, 2004).

PARTIE I

**ANALYSE
BIBLIOGRAPHIQUE**

Chapitre I :L'enfant

1.1. Préface :

Selon Claparède, « L'enfant n'est pas un adulte en miniature et sa mentalité n'est pas seulement différente quantitativement, mais aussi qualitativement de celle de l'adulte, de sorte qu'un enfant n'est pas seulement plus petit, mais aussi différent » (Piaget, 1967)

L'entraînement, en termes de gestion et d'organisation, est le même pour tous, tous facteurs de performance confondus. Néanmoins l'entraînement des enfants ne doit en aucun cas être le même que celui de l'adulte. Mieux, il doit être adapté à l'âge physiologique de l'individu et donc répondre efficacement aux capacités et aux besoins de ce corps en plein développement. La maturation de l'organisme et l'apprentissage déterminent le développement des diverses qualités biologiques ainsi que les coordinations motrices. Aussi, nous devons développer de façon optimale les habiletés et les techniques motrices diverses et élargir le répertoire moteur ou l'expérience motrice. La maturation est un processus physiologique, génétiquement programmé, spécifique à chaque espèce, par lequel une cellule ou un organe atteint son développement complet dans un milieu normal. Elle permet alors l'expression efficace de la fonction de l'organe. Elle n'est pas directement liée à l'âge calendaire (chronologique) mais détermine l'âge biologique. Il y a alors des différences entre enfants du même âge chronologique. On repérera des enfants « en avance » ou « en retard » d'une ou plusieurs années sur leur âge calendaire en termes d'âge biologique. Néanmoins nous pouvons regrouper des âges par tranches. (F.APTEI, 2005)

Séparons en cinq stades les étapes du développement :

		Premier cycle scolaire	Second cycle scolaire	Première phase de la puberté	Deuxième phase de la puberté
Garçons	3 à 7 ans	7 à 10 ans	10 à 13 ans	13 à 14/15 ans	14/15 à 18/19 ans
Filles	3 à 7 ans	7 à 10 ans	10 à 11/12 ans	11/12 à 13/14 ans	13/14 à 17/18 ans

Tableau N°1 : représente les cinq étapes de développement de l'enfant.

(M.Repschlger, 2011)

1.2. Les stades scolaires :

1.2.1.L'âge préscolaire :

L'enfant a un besoin énorme de mouvements et de jeux. Ainsi avec beaucoup d'animations et de découvertes du jeu, nous allons tâcher de lui faire acquérir tout un répertoire d'habiletés motrices au moyen d'obstacles, de ballons, de rythmes... Il doit toujours être en situation d'apprentissage. Les enfants d'âge préscolaire ont un besoin de possibilités motrices variées qui sollicitent leur imagination, les incitent à courir, sauter, ramper, grimper, pratiquer des exercices d'équilibre, se suspendre, tourner sur eux-mêmes, se balancer, tirer, pousser, porter, Les capacités motrices contribueront au développement des rapports sociaux et au sentiment de sa propre valeur. Le temps de l'activité sera court (M.Repschlger, 2011)

1.2.2. Le premier âge scolaire :

L'enfant est fougueux, plein d'envie pour le sport, psychologiquement équilibré, optimiste, petit, léger, mince et élancé. Il y a une amélioration sensible de la capacité de combinaison de différentes habiletés dans des mouvements rapides et il y a une amélioration de la diversification du rythme des actions motrices. Les dispositions psychophysiques sont donc favorables à l'acquisition d'habiletés motrices et à l'apprentissage d'un grand nombre de techniques de base. L'entraînement poly sportif doit être une préoccupation primordiale. Nous chercherons à le faire évoluer en plein air avec des exercices de conditionnement physique et de coordination. A noter que les disciplines qui demandent une formation précoce (patinage, gymnastique, ...) affineront déjà la technique. La passion des enfants pour le sport devrait être utilisée pour les pousser à continuer l'activité sportive à long terme en le motivant par des succès fréquents (M.Repschlger, 2011).

1.2.3. Le second âge scolaire :

C'est la tranche d'âge qui est la meilleure pour apprendre. Une carrure augmentée, une harmonie des proportions physiques, un accroissement de la force assez marqué par rapport au faible accroissement de la taille et du poids permettent à l'enfant de parvenir à une maîtrise physique assez importante. Nous devons de plus le faire travailler afin qu'il acquiert et maîtrise des mouvements complexes demandant un important effort

d'orientation spatio-temporelle. Cette tranche d'âge est une phase clé pour les capacités motrices ultérieures, il faut lui faire faire des mouvements précis et corrects pour ne pas être contraint par la suite à un réapprentissage. On améliorera de plus les exercices de force, de vitesse (la vitesse de réaction peut déjà atteindre, à la fin de ce stade, les valeurs obtenues par les adultes) et d'endurance. L'amélioration des facteurs cardio-pulmonaires des enfants est significative. La VO2 max et le volume cardiaque par kilogramme de poids corporel atteignent des valeurs proches de celles des adultes. (F.APTEL, 2005).

1.2.4. Première phase de la puberté :

Les modifications brutales de l'existence physique (apparition de la sexualité, augmentation de taille et de poids qui engendrent parfois une détérioration du rapport force/poids) occasionnent une perturbation psychique, liée de plus à une instabilité hormonale. Le désir d'autonomie et le besoin d'être responsable de soi-même jouent un rôle essentiel. On assiste de plus à une diminution des coordinations spécialisées. Néanmoins cette première phase pubertaire est celle de l'entraînable maximale des facteurs de la condition physique. On augmentera la charge afin d'améliorer les capacités de la condition physique et 2/4 Frédéric APTEL – L'enfant : croissance et développement physique – avril 2005 on stabilisera la technique et les capacités de coordination. Attention cependant aux erreurs de programmation de l'entraînement (trop dur, trop monotone, sans interaction avec l'adolescent,...), car l'irrégularité de la motivation est l'une des causes d'abandon de l'activité sportive (M.Repschlger, 2011).

1.2.5. Deuxième phase de la puberté :

Cette phase se caractérise par un ralentissement de tous les paramètres de croissance et de développement. La rapide augmentation de la taille est remplacée par une augmentation de la carrure. Les proportions s'harmonisent et permettent d'améliorer les capacités de coordination. La stabilisation du psychisme, l'harmonie des proportions physiques, l'intellectualité croissante et l'amélioration de la faculté d'observation font que l'adolescence est le second âge d'or de l'apprentissage. Les mouvements les plus difficiles s'apprennent plus rapidement et se retiennent mieux. L'entraînement sera volumineux et intense (F.APTEL, 2005).

1.3. Le développement moteur et intellectuel :

1.3.1. Le développement moteur :

Le développement de l'enfant s'appuie sur l'intervention de l'adulte qui sert alors de médiation (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

La médiation donne accès à des formes de représentation plus élaborées mais aussi à des processus de pensée plus raffinés. L'apprentissage accélère le développement (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Les processus mentaux de l'enfant vont être transformés grâce au langage. Ces processus sont, au début, involontaires et c'est le langage qui permet le passage de processus involontaires à des processus volontaires. Au début, les actions de l'enfant sont contrôlées par le discours des adultes. Puis, au fur et à mesure, l'enfant intériorise le langage. Ce langage intérieur, c'est la pensée. Jusqu'à deux ans, la pensée et le langage évoluent. C'est la période pré linguistique de la pensée. Puis, à deux ans, pensée et langage convergent, ce qui permet à la pensée de devenir verbale et le langage devient intellectuel. Cette convergence implique qu'à travers le langage, l'enfant accède les progrès moteurs de l'enfant de 6-12 ans se manifestent de plusieurs façons complémentaires :

La coordination : Des mouvements augmente (maîtrise des mouvements de l'écriture, manipulation de certains outils, exécution de certains mouvements gymniques, pratiques de la danse...)

La force : S'accroît pendant cette phase de façon considérable (le goût pour les jeux violents en est la preuve)

La rapidité, la précision, l'endurance : se développent d'une manière très marquée (jusqu'à 13-15 ans) et se manifestent dans les jeux de compétition (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

1.4. Croissance et maturation :

La croissance peut se définir soit par l'augmentation de la taille de corps dans son ensemble ou seulement de certaines parties spécifiques. Ces changements de taille résultent de trois mécanismes cellulaires sous-jacents :

- Une augmentation du nombre des cellules ou hyperplasie.
- Une augmentation de dimensions cellulaires individuelles ou hypertrophie.

- Une augmentation des substances intercellulaires (accrétion)
(M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998)

1.5. Les systèmes de la croissance :

1.5.1. Le système nerveux :

La courbe neurale décrit la croissance du cerveau, du système cerveau périphérique des structures associées comme les yeux, le font et certaines parties du crâne. Tous les tissus présentent une croissance rapide et précoce, de sorte qu'à l'Age de 7 ans, le système nerveux centrale a déjà atteint 95% des démentions et de l'organisation qu'il présentera à l'âge adulte (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998)

Système génital :

La courbe décrivant la croissance du système générale concerne l'évolution des caractères sexuels primaires et secondaires .les premiers comprennent les ovaires ,les trompes utérines, l'utérus et le vagin chez les filles ,les testicules, les vésicules séminales ,la prostate et le pénis chez les garçons .les caractères sexuels secondaires sont le développement des seins chez les filles ,le développement des pilosités pubienne et axillaire dans les deux sexes , l'apparition de la barbe et l'allongement du larynx chez les garçons (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998)

Poids et taille :

- De la naissance à l'âge adulte, le poids et la taille présentent une évolution en quatre phases.
- Croissance rapide pendant la petite enfance et au début de lé enfance.
- Croissance régulière durant l'enfance.
- Nouvelle accélération de croissance pendant l'adolescence.
- Diminution progressive du taux de croissance jusqu'à la taille adulte.

Le poids du corps continue généralement a augmenté pendant la vie adulte .avant la pointe de croissance de l'adolescence, il existe des différences sexuelles mais elles sont relativement peu marquées.les garçons tendent a entre en moyenne légèrement plus grands et plus lourds que les filles, mais les courbes de croissance des deux sexes se superposent souvent (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Composition du corps :

En fonction de l'âge et du sexe les variations de la masse maigre, de la masse grasseuse et du rapport entre graisse et contenue en eau du corps.

-la masse maigre suit une évolution similaire à celle du poids et de la taille. Les différences sexuelles apparaissent nettement au pic de croissance de l'adolescence.

-la masse grasseuse totale augmente durant les deux ou trois premières années de la vie et ne marque ensuite que peu de changement jusqu'à 5 ou 6 ans. Les différences sexuelles sont négligeables à cet âge. Par la suite, la masse augmente plus rapidement chez les filles que chez les garçons. elle continue à augmenter pendant l'adolescence chez les filles, alors qu'elle atteint un plateau ou ne varie que peu chez les garçons adolescents (de 13 à 15 ans). les filles présentent en moyenne 1,5 à 2 fois plus de masse grasseuse que les garçons en fin d'adolescence ou jeunes adultes (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998) .

Dans la partie inférieure de la masse grasseuse relative augmente rapidement dans les deux sexes pendant l'enfance. les filles tendent à présenter en moyenne une masse grasseuse relative plus faible que les garçons pendant la petite enfance et le début de l'enfance, mais la différence s'inverse aux environs de 5-6 ans jusqu'à l'adolescence, les filles présentant toujours une masse grasseuse plus importante que les garçons (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Constituants inorganiques de l'os :

Le contenu inorganique et la densité minérale de l'os ont été mesurés par technique d'imagerie médicale pour la totalité du corps et pour différentes régions du squelette. les deux paramètres augmentent durant l'enfance, avec des différences sexuelles minimales jusqu'à la moitié de l'adolescence (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Muscle squelettique :

Le muscle squelettique constitue la masse tissulaire la plus importante du corps. c'est le plus grand consommateur d'énergie de l'organisme. il fournit la force mécanique nécessaire pour assurer les activités physiques. il y a plus de 500 muscles squelettiques dans le corps ; chacun d'entre eux se compose d'unités plus petites, les fibres musculaires elle-même subdivisées en myofibrilles (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

1.6. Le développement postural et moteur du jeune enfant :

1.6.1. Le développement affectif :

Selon Bowlby (1969) l'enfant pour grandir harmonieusement à besoin de relation affective stable et satisfaisante, son développement affectif se crée en contact étroit avec sa relation à sa mère. Le nouveau-né a un besoin vital de sa mère pour satisfaire à ses besoins primaires (nourriture, soin), mais il a aussi besoin d'affection.

Les concepts de dépendance et d'attachement :

- La dépendance : lien mère - enfant basé sur la satisfaction des besoins physiologiques.
- Spitz (1946) découvre le « syndrome de l'hospitalisme » : en observant des enfants dans les orphelinats après la 2e guerre mondiale il s'est rendu compte que les bébés recevant les soins vitaux nécessaires, mais privés de tout contact affectif, montrent rapidement de sérieux signes de régression provoquant de graves lésions physiques pouvant aller jusqu'à la mort du bébé.

L'attachement :

- Selon la définition de Bowlby (1969), est tout comportement qui favorise le contact ou la proximité d'un jeune enfant avec sa mère, afin de répondre à un besoin premier de l'enfant, le besoin de sécurité.
- Bowlby distingue les enfants selon leur type d'attachement : sécurise, insécurise ou ambivalent.

1.7. Le développement de la relation d'attachement (Bowlby, 1969) :

L'enfant passe par diverses phases d'attachement :

Phase initiale de pré attachement :

Dès la naissance à quelques semaines, l'enfant est **attiré par les stimuli humains** plutôt que par les objets.

L'attachement en cours de réalisation :

Le bébé, l'enfant fait la différence entre les diverses **personnes connues** et les inconnues avec qui il interagit de façon différente.

Attachement établi :

Le bébé devient **actif dans la recherche de proximité** (locomotion, étreinte, etc.). Cette phase peut commencer à 6 mois, mais survient généralement entre 9 et 12 mois. On assiste dans cette même période à la peur de l'étranger (l'enfant pleure quand il se trouve dans les bras d'une personne inconnue).

Goal-correcte Partner hip :

Vers 3 ou 4 ans, l'enfant perd son égocentrisme et arrive à inférer le comportement de sa mère et agir en conséquence.

1.8. Le développement de l'intelligence :**1.8.1. Lev Vygotsky :**

- Selon Vysotsk, **l'intelligence émane de la pensée** qui permet la manipulation de symbole abstrait (les concepts). Et **la pensée a sa source dans la parole** qui va être progressivement maîtrisé jusqu'au devenir un langage intériorisé (L.Vygotsky, 1934).
- Dans sa *théorie des « fonctions psychiques supérieures »* : l'intelligence se développerait grâce à des «*outils psychologiques* » que l'enfant trouve dans son environnement, **le langage étant l'outil privilégié**. L'activité pratique (la parole) est intériorisée en activité mentale de plus en plus complexe grâce aux mots, source de la formation des concepts (L.Vygotsky, 1934).
- Pour Vygotsky les représentations mentales sont socialement transmises par le langage. Il aura une réflexion sociale du développement de l'intelligence, comprendre : comment la communauté par le langage influence la pensée de l'individu, et, comment l'individu utilisant le langage agit en retour sur sa communauté (L.Vygotsky, 1934).

1.8.2. Henri Wallon :

- Pour Wallon, **les activités mentales sont présentes dès la naissance**, elles sont observables dans toutes les stratégies que l'enfant met en place pour interagir avec le monde réel (H.Wallon, 1946).

1.8.3. Jean Piaget :

- Jean Piaget (1896-1980) psychologue genevois, s'intéresse à comprendre comment la connaissance humaine se forme (l'épistémologie) ? Comment est-il possible d'acquérir une pensée logique ? Comment des individus passent de formes peu évoluées de

compréhension à des formes de connaissances plus complexes. Un tel passage peut s'observer au cours du développement intellectuel des enfants.

• Pour Piaget, **l'intelligence de l'enfant est fondamentalement différente de celle de l'adulte**. Il a établi que le nourrisson part d'un niveau de conscience « primitif » et que son développement intellectuel évolue au cours de stades distincts, motivé par un désir inné de connaissance du monde.

Les concepts clés de la théorie Piagétienne :

- Le schème : est un comportement observable et une organisation mentale qui intervient dans l'acquisition ou l'organisation de la connaissance.
- Ces schèmes s'accroissent, se développent et se modifient dans le temps par l'action de 2 processus
 - L'assimilation : si la nouvelle situation rencontrée par l'enfant lui est familière, alors il peut l'intégrer (l'assimiler) aux schèmes déjà existants. Elle consiste à réagir à un nouveau stimulus à partir des connaissances existantes : le bébé essaie de mettre un nouvel objet dans sa bouche pour le sucer ou le sentir.
 - L'accommodation : si les nouvelles informations sont incompatibles avec les anciennes représentations alors il y aura un réajustement (une accommodation) des schèmes.

Le bébé qui veut prendre un nouvel objet dans sa main devra accommoder le mouvement de sa main en fonction de la forme ou du diamètre de l'objet convoité.

- Grâce aux processus d'assimilation et d'accommodation et aux modifications des schèmes que ceux-ci entraînent, les capacités cognitives d'un enfant subissent une série de changements. Lorsqu'une quantité suffisante de changement a eu lieu, l'individu connaît une transformation globale de ses points de vue et perspectives. Piaget a appelé ces grandes étapes du développement « stades de développement cognitif ».

Le stade sensorimoteur : naissance à 2 ans :

Utilisation des sens et des capacités motrices pour explorer l'environnement et se développer cognitivement.

- Des réflexes à l'intentionnalité : naissance à 9 mois :

Durant les neuf premiers mois de sa vie, le bébé va **exercer les réflexes innés** dont il dispose (ex : la succion, la préhension). Il va tenter de prendre contrôle sur ses

activités réflexes, notamment grâce à des activités stéréotypées et répétitives (ex : ouvrir - fermer la main).

Il va **observer qu'une même action provoque une même conséquence.**

- De l'intentionnalité à la représentation : 9 mois à 24 mois :

Les mouvements deviennent **coordonnés** et de plus en plus **complexes**. Les actions prennent un caractère "intentionnel" (Ex : soulever le drap qui cache le jouet). L'enfant découvre de nouvelles façons pour atteindre ses buts (ex : tirer la nappe pour avoir son jouet).

À la fin de ce stade l'enfant dispose d'un système de représentation, il arrive à **se souvenir mentalement des séquences d'action** ou de résolution de problèmes et il arrive à reproduire un comportement observé auparavant (**imitation** reportée).

Parmi les principales limites qu'un enfant de ce stade doit faire face est l'absence de la permanence de l'objet. C'est-à-dire que l'enfant n'a pas la compréhension que les objets continuent d'exister même lorsqu'on ne peut plus les voir, les entendre ou les sentir.

Le stade préopératoire : 2 à 7 ans

- Maîtrise du langage et acquisition de la pensée symbolique

La pensée symbolique : 2 à 4 ans :

- Les débuts de la communication verbale permettent la venue des raisonnements symboliques : c'est-à-dire pouvoir se représenter un objet ou une action sans que celui-ci soit présent, grâce au langage.

Apparition du jeu symbolique (« faire semblant », jeu imaginaire), du dessin et de l'imagerie mentale.

La pensée préopératoire : 4 à 7 ans

La parole devient plus sociale. L'enfant acquiert intuitivement certains des concepts logiques. Cependant, il y a toujours une tendance à concentrer l'attention sur **un aspect** d'un objet tout en ignorant les autres. Les concepts formes sont bruts et irréversibles.

Parmi les limites de ce stade, on peut citer : l'incapacité de l'enfant à effectuer des :

- Opérations réversibles ou de conservation ; existence d'une pensée égocentrique
- Incapacité de tenir compte du point de vue de l'autre ; pensée animiste (croyance que tous les objets sont vivants).

Le temps :

- L'enfant de deux ans n'a conscience que du temps immédiat, les longues durées ne lui disent rien. Quand la mère part à l'école avec son enfant à la crèche et que ce dernier pleure, c'est que pour lui toute séparation avec sa mère est une séparation définitive. Si on lui dit « *tuverras ta maman ce soir* », cette affirmation ne le rassure guère, car ce soir est pour lui une échéance indéfinie.
- L'enfant de trois ans sait ce que veut dire « avant » et « après » mais pas ce que signifie « hier » ou « demain ».
- Vers l'âge de 5 ans, l'enfant comprend que le temps s'écoule en phases successives qui aboutissent à des changements d'état : le jour, la nuit, la semaine, le mois, l'année.
- Ainsi l'enfant a une perception du temps différente de celle de l'adulte. Sa perception du temps n'est pas linéaire, elle est plutôt organisée autour de points de référence significatifs associés à l'événement, par exemple : congé d'école, Noël, Pâques, anniversaire, visite d'une personne.

L'espace :

- Il y a une prise de conscience progressive du temps, acquisition qui se fait en parallèle à la notion de « temps ».
- L'enfant de quatre ans a conscience de l'espace immédiat : il est capable depuis longtemps de mémoriser les itinéraires dans un espace familier, comme la maison, l'école. Mais il ne sait pas les distances.

A cinq ans l'enfant peut situer : gauche droite, devant derrière, en haut en bas.

1.9. Conclusion :

L'enfant est la pièce principale de la société, donc une évolution simple et bien équilibrée de ce petit être induit au fondement d'un environnement plus fort dans tous les domaines.

Par conséquent, un enfant de quatre ou cinq ans est sensé grandir et s'épanouir dans son milieu convenable et dans des conditions qui permettront et favorisent d'avantage la réalisation de soi dans tous ses aspects.

A cet âge, l'enfant essaie de se dresser, ses mouvements se décomposent, il parvient tout de même à se mettre debout et quelque chose à quoi se retenir ; dans son aspect psychologique, ce petit être qui tente d'éclore à besoin d'aide, a besoin qu'on lui prouve qu'on sera toujours à ses côtés, le réconforter, le rassurer et lui faire savoir que même s'il marche dans le vide et qu'il tombe il retrouvera toujours une main tendue vers lui qui l'aidera à se relever.

Chapitre 2

Les habilités motrices

2.1. Les habilités motrices :

Les habilités motrices sont à la base des mouvements humains.

Elles nous permettent d'explorer les divers aspects de notre environnement, de nous y adapter et d'interagir avec notre entourage. Une habileté motrice est une séquence de mouvements coordonnés afin de produire un mouvement efficace lors de l'accomplissement d'une tâche (marcher, courir, prendre un objet, déplacer une table, ...etc.) (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

2.2. La capacité motrice spécifique :

Pour évaluer une qualité motrice présentant un rapport plus étroit avec une discipline particulière, il est nécessaire d'adapter ou de créer des situations de mesure ou des épreuves proches de celles rencontrées dans la discipline envisagée. Dans cette perspective, un test moteur général adapté permettrait d'évaluer une qualité motrice générale, sans intervention d'un apprentissage ou d'une technique spécialisée, dans des conditions rencontrées dans la discipline (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Les tests réalisés sur le terrain sont le plus souvent inspirés des schémas d'entraînement (drills) déplacements, enchaînement, cibles, répétitions dont standardisation et l'adaptation permettent une évaluation chiffrée des aspects quantitatifs ou qualitatifs de l'activité spécifique. Des tests spécifiques sont décrits dans la littérature pour de très nombreux sports. Lors de l'élaboration de tels tests, la difficulté est de parvenir à une ou quelques qualités dans un geste ou une séquence spécifique de manière à permettre l'interprétation des qualités quant à la performance globale. Du fait de leur sensibilité à l'apprentissage, l'objectif principal de l'observateur peut également être l'estimation de la vitesse technique. Le test est alors centré, de manière prépondérante, sur des critères de coordination, de rythme et d'aspects spécifiques de la technique sportive (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

2.3. Réaction visuelle :

Le test de bâton lesté et étalonné dont la chute doit être arrêté par la fermeture de la main du sujet dès que celui-ci voit le mouvement du bâton. Le temps de réaction du sujet est estimé à partir de la longueur de la chute du bâton (M.THEBAULD & P.SPRUMON, 1998).

Pour la **vitesse de mouvement de bras**, on trouve dans la batterie « euro fit » le test de frappes de plaques qui consiste à chronométrer la durée de 25 déplacements du bras, en aller et retour, sur deux plaques, distantes de 60 cm (ou au nombre de mouvement, réalisés en 30 secondes).

Pour la **vitesse de mouvement des membres inférieurs**, le nombre de changement antéro-postérieur des pieds au-delà des 2 lignes parallèles distantes de 50 cm, pendant 10 secondes, a été proposé.

Pour la **coordination générale et l'agilité**, il existe des épreuves assez diverses :

- Le squat trust ou Burlée test qui consiste dans le plus grand nombre de répétitions du mouvement suivant depuis la station debout, un accroupissement, les mains au sol, l'extension des jambes en arrière en chute faciale et le retour de la même manière à la station debout pendant 10 secondes
- Dans le test de l'hexagone, depuis le centre d'un hexagone tracé sur le sol avec des dimensions standardisées, **le sujet** effectue des sauts avec les pieds joints vers les 6 cotés successivement ; le temps de 3 tours complets de l'hexagone est chronométré ; (3) les courses « navettes » (aller et retour) de 2×10 m, 5×10m ou 10×5m en ligne droite ou en croix ou en étoile, avec changements de direction et plus rarement avec ramassage ou dépôt d'objet sont assez fréquentes dans les batteries « générales ».

Les tests d'équilibre retenus sont rares et le plus souvent statiques, comme le test Fläming dans la batterie Eurofit. Dans ce test, on compte le nombre d'essais nécessaire au sujet pour garder l'équilibre pendant 1 minute, avec un pied sur une planchette de 3 cm sur 4 cm, tout en tenant dans la main correspondante l'autre pied avec la jambe fléchie en arrière.

Plus rares encore dans une batterie générale, des **tests d'adresse** utilisent les points recueillis dans une cible verticale ou horizontale à attendre par un lancer d'une balle avec la main ou le pied.

L'équilibre peut être évalué par la posturographie réalisé sur une plate-forme de force munie de jauges de contrainte, par la goniocorgraphie, obtenue par photographie du déplacement de repères lumineux fixés sur différentes parties du corps. Le système

Elite, par exemple, couplé à une électromyographie télémétrique à partir d'électrodes superficielles peut aussi être envisagé.

Sur le terrain, certains tests de performance neuro-motrice apparaissent dans des batteries de capacité motrice générale.

A l'exception du temps de réaction simple, mesuré par le temps de réponse à un stimulus visuel ou auditif, les qualités, telles que l'équilibre, la coordination, la précision, l'agilité le rythme etc., sont très difficiles à apprécier, notamment en raison du caractère très spécifique de leur de leur acquisition et de leur adaptation progressive aux situations qui les sollicitent. Il est hasardeux d'extrapoler le résultat obtenue dans une autre situation ou en d'autre circonstances. Peu de tests généraux visant l'évaluation de ces qualités sont donc présents dans les nombreuses batteries proposées dans la littérature. Ces qualités seront davantage approchées dans des épreuves spécifiques.

En laboratoire, le temps de réaction simple peut être mesuré avec un appareil émettant des stimuli auditifs ou visuel selon un programme défini suivant des délais variables entre 2 stimuli consécutif et chronométrant le temps de réponse musculaire avec la main ou avec le pied du sujet. L'enregistrement simultané de l'activité électromyographie permet d'identifier le temps de contraction musculaire dans le temps total de réponse.

2.4. Types des habilités motrices :

2.4.1. L'agilité :

Définition :

MAINEL : C'est la capacité de la bonne coordination motrice avec l'utilisation de toutes les parties du corps ou une partie par mes les autres (pieds - bras – tête,...etc. (T.Edgar, p. 197)

CRITEN : C'est la capacité d'un réflexe très vif à une action motrice orientée avec une bonne précision, c'est une capacité individuelle de faire changer la position du corps et ça ne demande pas une force maximale ou une puissance. (A.Kamel & H.Sabhi, p. 84)

L'importance d'agilité :

Elle joue un rôle important dans la réalisation des exercices complexes et difficiles.

Le sujet qui a une capacité de changer les positions de son corps à une grande vitesse et une bonne coordination motrice complexe c'est un indice d'une haute performance et donc il est capable de réaliser un très grand nombre d'habilités. (J.Weineck, 1997, p. 230)

L'agilité par ses composants les plus importants de la performance grâce au changement de la position du corps dans l'air et sur le sol, dans le départ vif et décélération rapide pour marquer un arrêt. (I.Moufti, 2001, p. 200)

Elle joue un rôle important dans les jeux qui demandent beaucoup d'habileté et de coordination et la détermination d'un angle correct pour les actions complexes et le maintien d'équilibre à chaque perte d'équilibre physique, et l'athlète peut éviter une blessure et économiser ces efforts, puis il améliore sa technique d'une compétition à l'autre (I.Moufti, 2001).

Les types d'agilité :

- **Agilité générale :**

C'est le résultat d'apprentissage moteur multiple, qui se trouve dans plusieurs activités (K.Ladislav & Horsky, 1986, p. 24)

C'est la capacité de réaliser un devoir moteur qui caractérise d'une variété et différenciée avec précision dans un temps très court. (I.Moufti, 2001, p. 200)

- **Agilité spéciale :**

C'est la capacité d'un apprentissage moteur différenciée, selon une technicité spéciale d'une activité pratiquée, c'est la base de toute une réalisation efficace des habilités spécifiques dans le jeu. (K.Ladislav & Horsky, 1986, p. 24)

Elle reflète la capacité d'un athlète dans chaque réalisation d'une action motrice choisie, limitée par une courte durée et un moindre coût énergétique et sans erreur, grâce à la haute précision, cette qualité est liée avec les caractéristiques des habilités motrices essentielles à l'aide d'une répétition maximale. (DJ.Aouis, 2001, p. 485)

Pour améliorer l'agilité l'athlète doit apprendre beaucoup d'habilités motrice.

Les jeux sportifs jouent un rôle important dans l'apprentissage moteur, grâce au différent positionnement sur le terrain, la variété des conditions inconnues par l'athlète.

Le respect du principe graduel du partiel vers le tout (complet) dans chaque entraînement d'agilité.

Harra et Matveiv proposent les méthodes suivantes :

- **L'application inverse des exercices :** la réalisation d'exercice à l'aide des membres qu'ils ont un manque d'efficacité dans la précision.
- **Le changement de vitesse et le temps de réalisation :** pendant l'exercice.
- **Le changement des facteurs de réalisation :** la réalisation des habilités de course sans utilisation des haies et avec des haies.
- **Rendre l'exercice difficile avec quelques actions motrices de plus.**
- **La réalisation des exercices complexes sans marquer de passage sur les exercices partiels :** l'application d'une nouvelle habilité reliée avec une habilité déjà faite.
- **La création des positions, lieux et climats inhabituels pour réaliser l'exercice :** le sable, le gazon artificiel et naturel...etc.

La coordination :

2.4.2. Définition :

De façon générale, on définit la coordination comme étant la coopération entre le système nerveux central et les squelettiques durant le déroulement d'un mouvement. La capacité de coordination est déterminée en premier lieu par les processus de contrôle et de régulation du mouvement (Hirtz 1989).

La coordination se fait par l'action simultanée du système nerveux central et des muscles squelettiques, afin d'exécuter un mouvement volontaire de telle sorte qu'il y ait un enchaînement harmonieux entre les différentes composantes de ce mouvement (HAHN, 1991).

(CHRISTIAN, 1984), considère que la coordination peut être définie comme l'action conjuguée du système nerveux central et de la musculature squelettique en vue d'un geste sportif bien défini et précis, il coiffe les concepts d'habileté d'adresse et de technique.

Modalités de la coordination :

On distingue la capacité de coordination générale et la capacité de coordination spécifique.

- **La capacité de coordination générale :** est le résultat d'un apprentissage moteur polyvalent, c'est-à-dire que l'on retrouve dans différentes disciplines sportives. Elle se manifeste aussi dans divers domaines de la vie quotidienne et du sport et permet d'accomplir de façon rationnelle et inventive des tâches motrices de tout ordre (READER, 1970 ; WEINECK, 1997).
- **La capacité de coordination spécifique :** En revanche, se développe davantage dans le cadre de la discipline sportive considérée, elle est caractérisée par la faculté de varier les combinaisons gestuelles des techniques de la discipline pratiquée, selon les disciplines sportives, diverses combinaisons infrastructurelles sont privilégiées et occupent une place prépondérante dans le mouvement (WEINECK, 1997).

Importance de la coordination :

D'après (WEINECK, 1997), la capacité de coordination est une condition préalable de la maîtrise de situations motrices nécessitant une action rapide et ciblée, l'adresse est une qualité de grande importance pour la prévention des accidents.

La capacité de coordination est à la base des facultés d'apprentissages sensori-moteurs. Plus son niveau est élevé, plus l'apprentissage de mouvements nouveaux, ou difficiles, sera rapide et précis (HIRTZ, 1976 ; WEINECK, 1997).

L'économie réalisée par la coordination motrice est inhérente à la grande précision du contrôle moteur et se traduit par la possibilité de répéter des mouvements identiques avec une moindre dépense de force et d'énergie. Ainsi l'adresse détermine-t-elle le degré d'exploitation maximal des capacités de la condition physique que détermine à leur tour la performance (HIRTZ, 1976 ; WEINECK, 1997).

Un bon développement des capacités de coordination assure la poursuite de l'amélioration de la performance dans les années d'entraînement suivantes (**HIRTZ, 1976 ; WEINECK, 1997**).

Enfin, la capacité de coordination n'existerait pas sans les facteurs physiques qui déterminent la performance à savoir : la force, la vitesse, l'endurance et les liens d'interaction complexe entre ces composantes qui produisent le mouvement, la capacité de coordination ne joue un rôle efficace qu'en relation avec ces déterminants de la condition physique (**HIRTZ, 1976 ; WEINECK, 1997**).

Inversement, la capacité de coordination est indispensable pour le développement de la capacité physique, car elle permet l'acquisition des habiletés nécessaires au développement et à l'amélioration de la qualité des performances sportives (**GROUPLER ; THICSS, 1973 ; WEINECK, 1997**).

Les composantes de la capacité de coordination :

La connaissance exacte des composantes partielles est d'une grande importance, car elle permet d'éliminer les faiblesses partielles, la capacité de coordination ne peut donc être améliorée qu'à la condition que chacune des composantes individuelles soit développée systématiquement et efficacement. Comme c'est le cas pour les différents facteurs de la condition physique (**WEINECK, 1997**).

Les capacités de coordination sont les suivantes : capacité d'adaptation et de réadaptation (réajustement), capacité d'analyse et de contrôle, capacité d'orientation, capacité d'équilibre, rythmicité, capacité de combinaison et de couplage (**HIRTZ, 1972, FREY, 1977 ; WEINECK, 1997**).

Les sept composantes de la capacité de coordination jouent un rôle capital dans la détermination de la capacité de performance sportive.

Entraînement de la capacité de coordination chez l'enfant :

Dans l'entraînement de la capacité de coordination l'objectif réside dans la coïncidence la plus efficace et fidèle que possible des exécutions du modèle proposé.

L'entraînement de la capacité de coordination permet l'apprentissage des nouveaux mouvements d'une manière rapide et précise, de réaliser des actions motrices avec une grande capacité physique, avec économie d'énergie, d'élargir son répertoire

moteur qui permettra de choisir les éléments gestuels nécessaires à la technique de sa discipline (HAHN, 1991).

D'après (HIRTZ, 1979) la qualité de performance des coordinations est la base principale du développement de la performance sportive à long terme, la qualité des fonctions de coordination influence la rapidité et la qualité de l'apprentissage des techniques sportives.

A cet effet, nous pouvons affirmer que le développement des différentes capacités de coordination est très important dans l'entraînement des jeunes athlètes et s'inscrit en effet à la base de toutes les capacités d'apprentissage moteur dans la suite de l'évolution sportive de l'enfant (WEINECK, 1997).

(MANNO, 1989) affirme que les capacités de coordination connaissent leur développement le plus marqué entre 6 et 13 ans. C'est pourquoi, il faut les travailler dès le jeune âge.

Mais ce développement optimal ne peut être atteint que suivant le principe de la variation et de la combinaison permanente des méthodes et des différents contenus d'entraînement.

Selon (WEINECK, 1997) toujours les méthodes et moyens d'apprentissage pour l'amélioration de la capacité de coordination se résument en deux catégories :

- Méthodes et moyens permettant la représentation gestuelle se divisent en :
- Méthode d'information visuelle : convient parfaitement au sportif débutant ;
- Méthode d'information verbale : peut précéder la méthode visuelle, être employée parallèlement ou à la suite. Dans tous les cas elle précise et décrit le geste à exécuter.
- Méthodes et moyens de la variation et la combinaison d'exercices pour améliorer la capacité de coordination :
 - Variation de la position initiale : départ en position couchée sur le ventre ou sur le dos ... etc. ;
 - Variation du mode d'exécution de l'exercice ;
 - Variation de la dynamique du mouvement : exécution plus rapide ou plus lente (lance un javelot, ou un disque de poids différent) ;
 - Variation des conditions extérieures : variation de la hauteur des haies...etc. ;

- Variation de la réception d'une formation : départ visuel, auditif, ...etc. ;
- Exercice en accélération forcée : changement de rythme dans une course pour suivre l'adversaire.

Les facteurs qui influencent sur la coordination :

- Le volume, l'intensité et la vitesse de stimulus qui active les unités motrices.
- La contraction et le relâchement intra et extra musculaire.
- La capacité du système cerveau à ordonner les signaux sensoriels dans le temps demandé.
- La capacité du système cerveau à maintenir l'équilibre du corps dans chaque situation. (Abd el feteh, p. 237).

Méthodes et moyens pour améliorer la coordination :

La coordination c'est une qualité physique complexe qui reliée avec d'autres de la même famille (agilité, la vitesse de réaction, équilibre, la précision et la concentration).

Les méthodes modernes qui servent à améliorer la coordination reposent sur la contraction des muscles agonistes et le relâchement des muscles antagonistes ou l'inverse au dans un laps du temps le plus court possibles sinon il sera un blocage entre les deux muscles et la coordination automatiquement va diminuée.

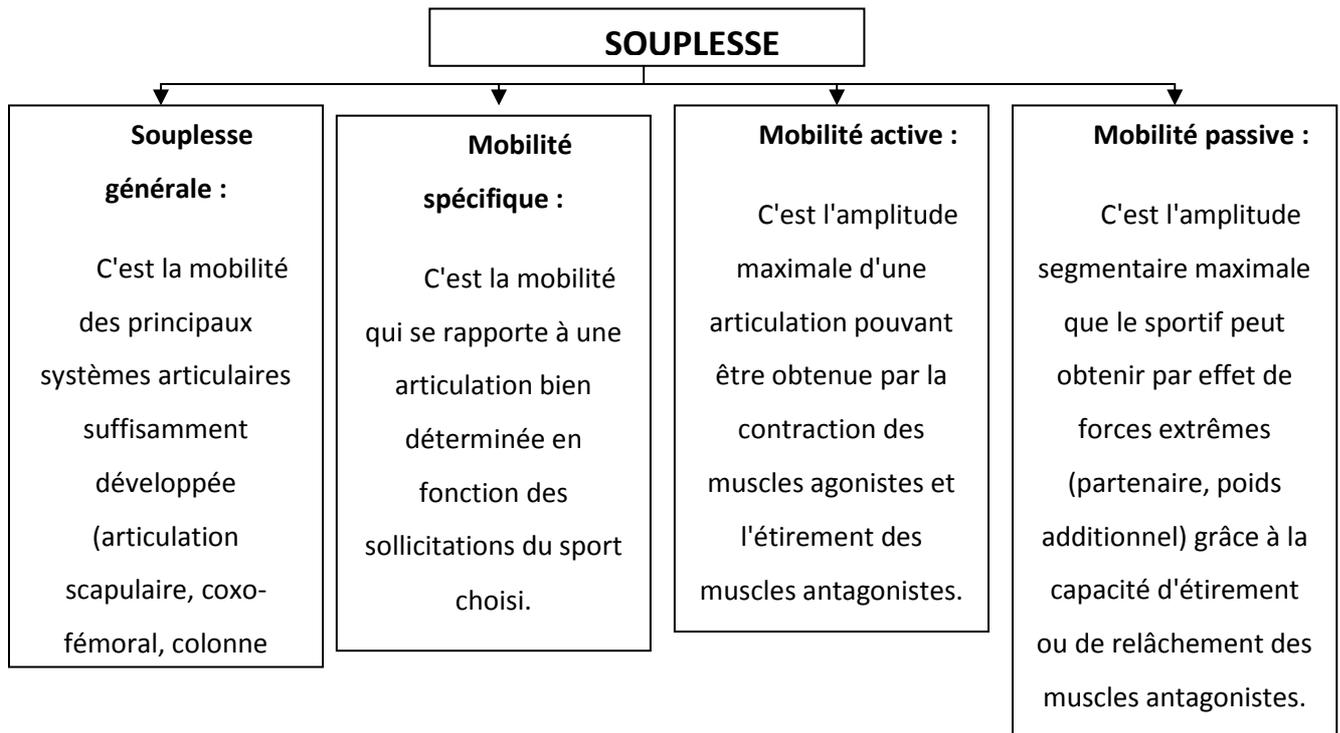
2.4.3. La souplesse :

Définition :

La mobilité est la capacité et la propriété qu'a le sportif d'exécuter, par lui-même ou avec l'aide de forces extérieures, des mouvements de grande amplitude faisant jouer une ou plusieurs articulations (WEINECK, 1997).

La souplesse qui est synonyme de mobilité articulaire, est la capacité d'accomplir des gestes avec la plus grande amplitude possible que ce soit de façon active ou passive (MANNO, 1989).

Modalités de la souplesse :



(WEINECK, 1997)

Figure N°1 : la structure simplifiée des différentes Formes de la souplesse selon

Autre classification de la souplesse peut être proposée, d'après (DEKKAR et col, 1990), en milieu sportif, on préfère distinguer la souplesse statique de la souplesse dynamique, la première correspond à l'amplitude d'un exercice réalisé en position statique, la souplesse dynamique est déterminée par l'ongle articulaire formé au cours d'un exercice effectué par un sujet en mouvement.

Importance et avantage de la souplesse :

La mobilité est une des conditions élémentaires qui permet l'exécution de mouvement qualitativement et quantitativement correct. Son perfectionnement optimal, c'est-à-dire adapté aux exigences du sport considéré, produit une action positive sur le développement des facteurs physiques qui déterminent la performance (par exemple la force, la force vitesse, etc.) et sur les habiletés sportives (ex : technique) (WEINECK, 1997).

L'amélioration des capacités de mobilité permet d'exécuter les exercices avec plus d'amplitude, de force, de vitesse, de légèreté, le travail est plus harmonieux et plus expressif (BULL, 1980 ; WEINECK, 1997).

L'apprentissage de la mobilité est donc un élément irremplaçable du processus d'entraînement.

D'après (WEINECK, 1997) les divers avantages d'un développement optimal (et non pas maximal) de la mobilité sont les suivants :

⇒ Amélioration quantitative et qualitative optimale de l'exécution du mouvement : L'amélioration de la mobilité perfectionne la fluidité du mouvement, son harmonie et son interprétation expressive.

⇒ Amélioration optimale de la capacité de performance technique et de coordination ainsi que du processus d'apprentissage moteur : le développement optimal de la mobilité élargit l'éventail des techniques motrices sportives spécifiques praticables et accélère le processus d'apprentissage moteur. Par contre, le développement insuffisant de la mobilité et de la souplesse empêche souvent aussi la poursuite de l'amélioration des capacités techniques et coordinations et provoque la stagnation de la performance.

⇒ Amélioration optimale des principales formes de sollicitation des facteurs de la condition physique :

- **Pour la force** : les muscles raccourcis ou insuffisamment étirables ont une force réduite.

- **Pour la vitesse** : en sprint, la souplesse joue un rôle non négligeable dans la qualité de la technique de course.

- **Pour l'endurance** : même le sportif d'endurance aujourd'hui, suit un entraînement d'extension des muscles de la course, car ils se sont aperçus qu'une plus grande souplesse permettait une plus grande économie de mouvement et réduisait par conséquent la consommation d'énergie.

⇒ Prophylaxie des lésions : une souplesse optimale permet une plus grande élasticité, une plus grande capacité d'étirement et de relâchement des muscles, tendons et ligaments qui participent au mouvement, elle contribue donc notablement à augmenter la tolérance de charge et améliore la prophylaxie des lésions.

⇒ Prophylaxie de l'attitude (déséquilibres musculaires) : l'extension des muscles sollicités par les exercices de force ou de vitesse, risque de produire à long terme un raccourcissement musculaire, avec tous les effets négatifs qui en résultent. Ils peuvent être compensés par des exercices réguliers d'extension.

⇒ Récupération optimale : la musculature présente après la charge d'activité sportive une tension plus élevée nuit au déroulement des processus de récupération. Il faut encore qu'elle soit étirée après la course pour abaisser le tonus et permettre le déroulement optimal des processus de récupération.

⇒ Psycho régulation : une musculature contractée va de pair le plus souvent avec une certaine tension psychique, l'étirement de la musculature ne provoque donc pas uniquement en abaissement du tonus musculaire, mais aussi une détente psychique qui accélère la récupération après la charge.

⇒ Disposition optimale par rapport à l'entraînement : exploitation à plein du potentiel de performance.

L'entraînement de la souplesse chez l'enfant :

D'après (**HAHN, 1991**), les jeunes enfants possèdent un très haut degré de souplesse articule-musculaire, en raison du fait que les articulations et les ligaments ne sont pas encore à maturité, la mobilité de la colonne vertébrale est à son plus haut niveau vers 8 – 9, par la suite, elle diminue progressivement. L'écartement des jambes et la mobilité des épaules atteignent aussi leur apogée durant cette période.

A cet effet, le moment le plus favorable pour le développement de la souplesse, se situe vers 12 – 14 ans.

Selon (**SERMEÏEV, 1964 ; WEINECK, 1997**), l'âge optimal pour l'entraînement de la mobilité se situe entre 11 et 14 ans.

D'après (**WEINECK, 1997**), l'entraînement de la mobilité fait partie intégrante de tout entraînement, il assure une protection importante contre les risques de lésion. Mais vu que la mobilité est la seule forme de sollicitation motrice, qui atteint son sommet dès l'enfance et se détériore par la suite si elle n'est pas spécifiquement entraînée, son entraînement doit être quotidien et s'effectue de façon continue, sans interruption prolongée.

Aussi pour atteindre un niveau maximal de mobilité, les exercices dans plusieurs dimensions et non une seule (**MARTIN, 1977 ; WEINECK, 1997**).

Reste à noter, que lorsqu'une très grande mobilité est observée en parallèle avec une faiblesse de maintien et de l'attitude. Il faut entreprendre un renforcement musculaire et non pas un étirement de cet appareil moteur déjà faible, afin d'éviter la poursuite de la détérioration de l'attitude. L'entraînement de la mobilité doit toujours être associé à un entraînement systématique de la force, plus un groupe musculaire est renforcé, plus les muscles ont besoin de relaxation et d'étirement après l'effort.

Pour le développement de la souplesse on utilise les méthodes suivantes :

- La méthode par répétition. (**WEINECK, 1997**) considère que, la méthode la plus efficace pour l'entraînement de la mobilité est la méthode par répétition
 - Aussi il y a la méthode d'étirement actif qui consiste en exercice de gymnastique.
 - La méthode d'étirement passif comporte des exercices d'étirement où la force externe joue un rôle important.
 - La méthode d'étirement statique (stretching) :(stretch=étirer) consiste à produire lentement un étirement des muscles (jusqu'à environ 5s) et à maintenir la position (partie statique) au moins 10 à 60s.

En ce qui concerne les moyens utilisés pour développer la souplesse, on aura des exercices d'étirement et de relâchement .il s'agit de mouvements simples de la gymnastique utilitaire ou de base, qui selon leur application agissent sur des groupes musculaires déterminés (**HAHN, 1991**).

Au début de l'entraînement de la souplesse, il faut placer des mouvements simples par ex (flexion-extension) puis des mouvements avec temps de ressort suffisant.

2.5. Conclusion :

La vitesse, la souplesse, l'équilibre, et la coordination sont des éléments de base qui devra être maîtrisés et développés dès le plus jeune âge. Car ces habilités influent énormément sur l'enfant et son développement dans tous ces aspects.

La coordination par exemple est nécessaire pour chaque mouvement que l'enfant s'apprête à effectuer. Et c'est le cas pour toutes les autres habilités chacune sa spécificité et sa part de responsabilité dans la réalisation des mouvements physiques.

C'est pour cela qu'il est important de favoriser le milieu nécessaire pour le bon développement de ces habilités.

Chapitre III

L'apprentissage moteur

3.1. Préface :

Le terme « curriculum » n'est guère familier aux lecteurs francophones et celui de « programme » serait compris par les lecteurs anglophones dans une acception très différente de ce que nous entendons par là sur le continent européen. Il nous paraît donc indispensable de bien préciser dès le départ ces deux concepts(D'HAINAUT L. , 2000).

3.2. Les programmes :

Un programme est bien, en principe, une liste de matières à enseigner accompagnée « d'instructions méthodologiques » qui la justifient éventuellement et donnent des indications sur la méthode ou l'approche que ses auteurs jugent la meilleure ou la plus pertinente pour enseigner ces matières(D'HAINAUT L. , 2000).

Telle est la conception encore la plus répandue du « programme d'enseignement ». Elle est périmée, dépassée, insatisfaisante d'un point de vue rationnel et inadéquate sur le plan pédagogique de Il faut lui substituer la notion de programme pédagogique opérationnel qui comprend non plus une liste de matière ,mais une liste d'activités ,de savoir-faire , de compétences, de savoir-être que les élèves devraient manifester au terme de l'enseignement projeté .Cette liste est donc une spécification des résultats attendus de l'éducation par rapport à l'enseigné(D'HAINAUT L. , 2000).

Autant que possible, un programme pédagogique opérationnel devra préciser des objectifs évaluables et spécifier les critères d'évaluation ou plus exactement de maîtrise de ces objectifs, de telle manière qu'on puisse déterminer sans ambiguïté s'ils ont été atteints ou non. Nous ne reviendrons pas sur l'importance d'exprimer les objectifs de l'éducation en termes opérationnels. Popham(1968), dans un article célèbre, a réfuté de façon minutieuse et magistrale les arguments des opposants à ce progrès dans l'action pédagogique ; la contre-argumentation s'est révélée faible pour ne pas dire indigente. Le lecteur intéressé par cette question et par les problèmes généraux de l'élaboration des objectifs trouvera dans l'ouvrage de V. et G. De Landsheere(1975) une mise au point nuancée et fort bien documentée. Nous évoquerons seulement à ce propos l'aphorisme célèbre de Mager (1962) : « Si on ne sait pas où l'on va, on risque de se retrouver ailleurs » et nous rappellerons les quatre fonctions essentielles d'objectifs exprimées en termes de résultats attendues, à savoir :

- Servir de référence et de critère pour évaluer sans ambiguïté si le but est atteint.
- Servir de « phare » dans l'action pédagogique et en particulier aider le maître et l'élève à se situer par rapport au but à atteindre.
- Servir de critère dans le choix des méthodes, des moyens et des stratégies de l'action pédagogique
- Servir de moyen et de critère de remise en cause et d'amélioration de l'action.

Le principal obstacle à l'élaboration d'un programme opérationnel est sans doute la difficulté de découvrir, de circonscrire et d'exprimer en termes de résultats attendus les objectifs qui correspondent à une intention éducative. Cette difficulté est réelle mais ce ne peut être un prétexte pour renoncer et le but de cet ouvrage est précisément d'aider à le circonvenir.

Il n'empêche que beaucoup d'enseignants ressentent le besoin de disposer assez rapidement d'un guide plus opératoire qu'une liste de matières pour leur action pédagogique et son évaluation. Ce besoin a conduit à essayer de spécifier des buts éducatifs en termes d'activités, de savoir-faire et de savoir-être de l'élève qui énoncent des résultats attendus de l'action éducative mais à un niveau de généralité tel qu'ils ne définissent pas un critère de maîtrise dépourvu d'ambiguïté. Nous dirons qu'il s'agit alors d'un profil pédagogique ou d'un programme de buts pédagogiques. Ce passage par un niveau intermédiaire entre l'intention et l'objectif, qui s'est imposé de lui-même correspond d'ailleurs à une tendance générale des activités complexes à se diviser en trois niveaux que Parsons (1960) a révélée dans le mécanisme des organisations.

Notons encore que la focalisation vers l'élève et ses activités qu'implique la construction de profil et d'objectifs est beaucoup plus compatible avec une optique plus large de l'éducation et moins étroitement liée aux disciplines. Les programmes interdisciplinaires de matières sont rares sinon inexistantes car l'approche par la matière oriente presque forcément vers les disciplines alors que l'élaboration d'un profil, par nature, déborde du cadre étroit d'une discipline.(D'HAINAUT L. , 2000).

3.3. La programmation :

Est un outil qui permet de s'assurer que chaque élève acquiert des compétences à travers différents domaines d'activités physiques et artistiques.

3.3.1. Faire une programmation :

C'est planifier les activités et répartir leurs temps d'apprentissage dans le temps et l'espace en prenant en compte les contenus d'enseignement pour chaque classe, les durées d'apprentissage, les effets recherchés...

3.3.2. Programmer :

C'est rechercher :

- Cohérence (adéquation entre les activités programmées et les capacités des élèves)
- Équilibre (répartition pondérée des activités par famille)
- Complémentarité (répartition des familles d'activités par cycle)

3.3.3. Niveaux de programmation :(hiérarchisés du plus simple au plus élaboré)

- Planifier (recenser les installations et les répartir par classe, période, pour les utiliser rationnellement).
- Harmoniser (répartir les activités retenues dans l'école par période, par cycle et par classe).
- Programmer (planifier les activités à partir des compétences visées chez les élèves).

3.3.4. Éléments à prendre en compte

Le cadre institutionnel

- Les compétences attendues en fin de cycle
- Les activités physiques et artistiques et compétences spécifiques
- Les programmes de l'école 2008

Les contraintes et ressources locales

- Les lieux de pratique à disposition.
- Le matériel disponible dans l'école et dans les installations sportives.

- Les éventuelles Co-animations avec les intervenants extérieurs.
- Les dates de rencontre sportives organisées par la circonscription, l'USEP.
- Les saisons.

3.4. Les différentes relations entre fins, buts et objectifs peuvent se résumer dans le tableau suivant :

Niveau de décision	Politique Educative	Gestion de l'éducation	Réalisation de l'action éducative
Niveau de finalisation	Fins	Buts	Objectifs
Agents	Hommes politiques Citoyens et Groupes	Administrateurs Et fonctionnaires, inspecteurs	Enseignants
Produits Bruts	Déclarations D'intentions	Programmes	Sujets de leçons Ou thèmes d'animation
Produits Affinés	Priorités, options Fondamentales Et valeurs	Profils et Programmes fonctionnels	Objectifs Opérationnels

(D'HAINAUT L. , 2000)

Tableau N°2 : représente la relation entre les fins, buts et objectifs selon D'HAINAUT.

La **programmation** est l'élaboration des contenus d'entraînement, dans un plan détaillé et organisé dans le temps. Le but de cette programmation est de faire passer l'athlète dans une succession d'états :

- Découverte,
- Développement,
- Maintien,
- Récupération,

L'objectif final est un état optimal de forme sportive pour une période donnée. La programmation tient au fait qu'un élément de la structure d'entraînement (exercice, séance, microcycle ...etc.) doit être **répété plusieurs fois** pour faire progresser une qualité.

L'organisation, la modulation, la combinaison ou l'association des sollicitations

amèneront le sportif dans l'état optimal de forme sportive recherchée(D'HAINAUT L. , 2000).

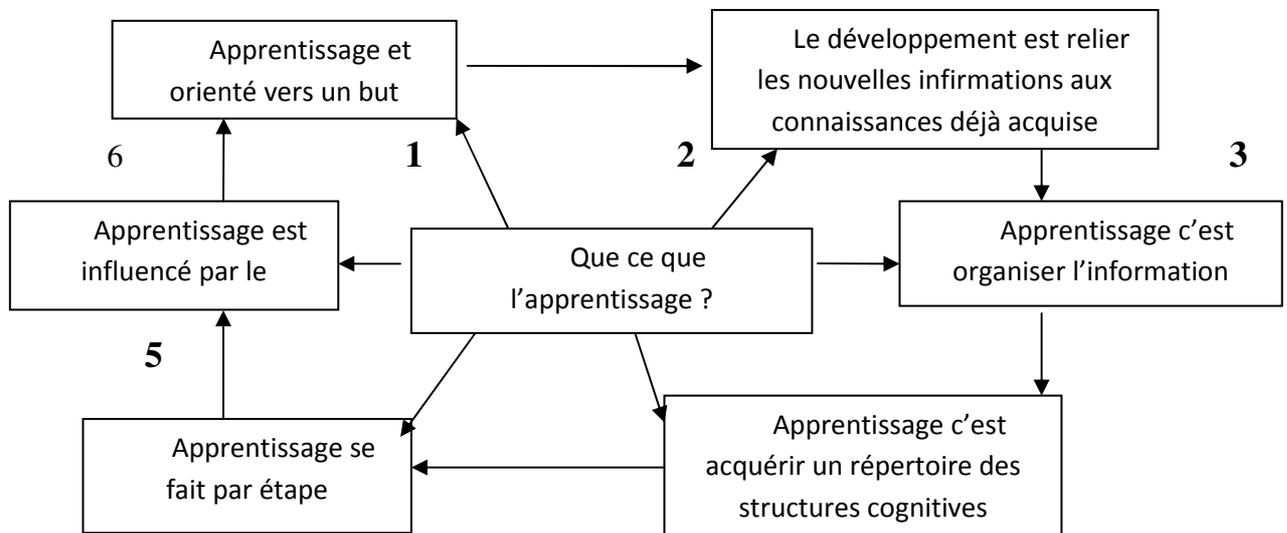
D'un point de vue structurel, la programmation est une succession de périodes de travail avec des objectifs. Ces périodes sont-elles mêmes déclinées en d'autres périodes plus courtes mais plus détaillées(D'HAINAUT L. , 2000).

3.4. Apprentissage moteur :

L'apprentissage : est un processus ou un ensemble de processus qui sous-tend des modifications de comportements, à la suite de l'expérience ou du contact avec l'environnement (Malcuit, Pomerleau et Maurice, 1995).

L'apprentissage moteur : est un processus d'adaptation cognitivo-moteur, relié à la pratique et à l'expérience, favorisé par des conditions d'apprentissage qui mènent à des changements permanents de la performance et de l'habileté motrice (Chevalier, 2004).

La définition de l'apprentissage moteur selon Chevalier :



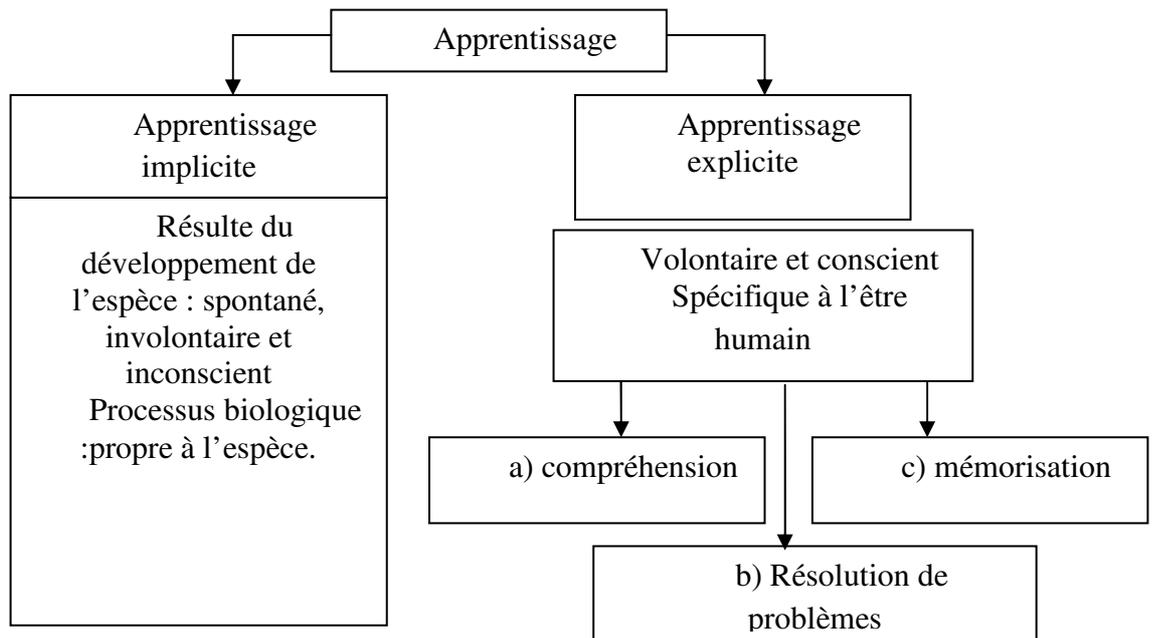
(Chevalier, 2004)

Figure N°2 : représente la définition de l'apprentissage moteur selon Chevalier.

3.5. Caractéristiques de l'apprentissage :

- Les processus et les effets sur les processus sont inférés par des modifications de comportements observables ;
- Les modifications de comportements sont des changements relativement permanents ;
- Les modifications peuvent résulter de l'expérience de la personne ou de changements dans l'environnement (Chevalier, 2004).

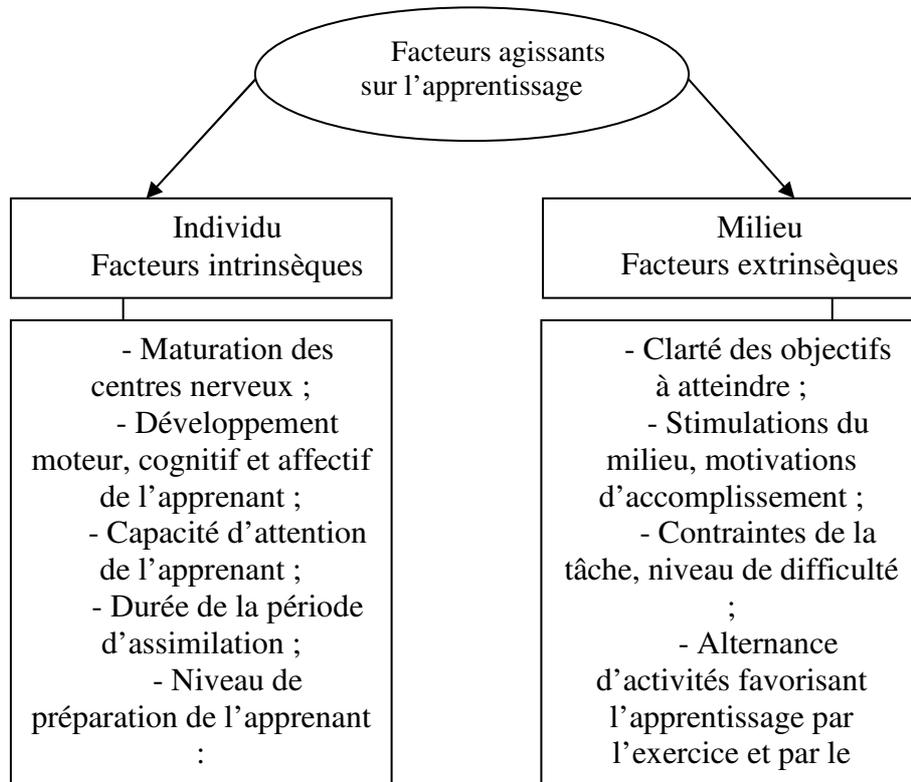
3.6. Les formes d'apprentissage :



(Chevalier, 2004)

Figure N°3 : représente les formes d'apprentissage selon Chevalier.

3.7. Les facteurs agissant sur l'apprentissage :

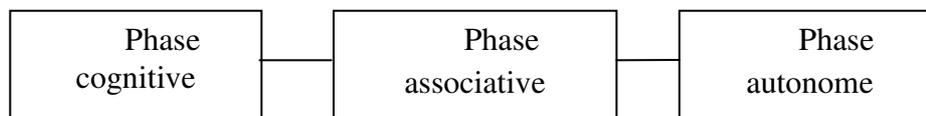


(Chevalier, 2004)

Figure N°4 : représente les facteurs agissant sur l'apprentissage selon Chevalier.

3.8. Les modèles d'apprentissage moteur :

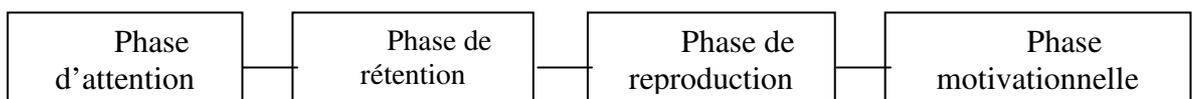
3.8.1. Le modèle de traitement de l'information (Fitts et Posner, 1969) :



(Chevalier, 2004)

Figure N°5 : représente Le modèle de traitement de l'information de Fitts et Posner.

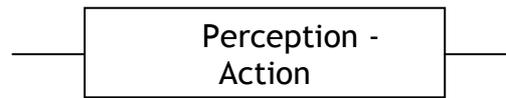
3.8.2. Le modèle de l'observation ou modelage (Bandura, 1986) :



(Chevalier, 2004)

Figure N°6 : représente le modèle de l'observation ou modelage Bandura.

3.8.3. Le modèle écologique (Gibson, 1979) :



(Chevalier, 2004)

Figure N° 7 : représente le modèle écologique Gibson.

3.9. Théories de l'apprentissage :

3.9.1. Théories associationnistes (S – R) :

Le Behaviorisme (étude des comportements)

- Conditionnement classique (S-R conditionnée)
- Pavlov – un stimulus inconditionnel jumelé à un stimulus conditionné peut produire une réponse conditionnée
- Watson – le nombre de répétitions renforce l'apprentissage conditionné
- Conditionnement opérant (instrumental ou actif– le renforcement augmente la fréquence d'apparition de la réponse)
 - Skinner – par essai et erreur lorsque la réponse attendue est produite par la personne, alors il reçoit une récompense (renforcement)
 - Connexionnisme (connexions, essais erreurs et renforcement)
 - Thorndike – loi de l'effet: une bonne réponse, récompensée, aura tendance à être reproduite dans une situation semblable; loi de l'exercice: cette répétition renforce la connexion entre la situation et la réponse (Chevalier, 2004).

3.9.2. Théories cognitivistes (observation –interprétation) :

Le fonctionnalisme :

W. James- comprendre comment l'individu adapte ses actions à son environnement et à son groupe social. La connaissance de l'objet résulte de nos actions et de nos expériences sur lui.

La théorie de la forme :

- Koffka – La Gestalt- perception : des éléments perceptifs (formes) s'imposent sans apprentissage, s'ils sont bien organisés, bien structurés. Les images mentales sont à la base de l'apprentissage actif.

Le constructivisme :

- Piaget- Apprentissage et développement. Nous construisons nos connaissances. La connaissance se transforme.

Mécanismes d'assimilation et accommodation. Conflit cognitif (Chevalier, 2004).

3.9.3. Théories cognitivistes (observation – interprétation) :

Le socioconstructivisme :

- ✓ L'apprentissage se fait en relation avec les autres.
- ✓ Il se produit dans un milieu socioculturel donné.

(Vygotsky- Zone proximale de développement : en collaboration et avec l'aide de quelqu'un, l'enfant peut toujours faire plus et résoudre des problèmes plus difficiles que lorsqu'il agit seul).

Le traitement de l'information :

Apprendre c'est recueillir, analyser, interpréter l'information. Il en résulte une représentation mentale de l'action. L'expérience modifie les structures cognitives comme la perception, l'attention, la mémoire (Chevalier, 2004).

3.10. Conclusion :

Puisque la plupart des structures nerveuses ont presque atteint le niveau adulte et que les schémas moteurs des mouvements combinés fondamentaux sont pratiquement acquêtent acquis vers 5 à 6 ans, on peut déduire que cet âge est idéale pour l'apprentissage et la pratique des principales activités motrices. Un programme d'entraînement bien conçu peut favoriser le développement des capacités motrices chez l'enfant en âge préscolaire. Une formation bien dirigée, avec des séquences de tâches adéquates et des périodes convenable d'entraînement, est essentielle au succès des programmes d'apprentissage pour les jeunes enfants. L'habileté motrice exigée par beaucoup de sports correspond exactement ou presque aux schémas des mouvements fondamentaux .on peut donc suggérer d'entamer dès l'âge scolaire l'apprentissage et la pratique de plusieurs formes d'activité physique pour favoriser la transition ultérieure vers les sports organisés.la performance motrice augmente de façon relativement linéaire pendant l'enfance.

PARTIE II

METHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

CHAPITRE I

METHODES ET MOYENS

1-Méthodes et moyens :

1-1 Population :

Notre échantillon provient un établissement scolaire algérien au niveau du primaire (préscolaire).

1-2 Caractéristiques de l'échantillon :

Notre échantillon est constitué de deux classes (expérimental et témoin) qui ont 42 enfants et ils inscrivent dans l'école primaire OUBELAID Lahlou à Arouda, Tazmalt, Bejaia, comme il a été procédé au préalable à l'uniformisation des critères de sélection de l'échantillon comme suit :

- Age : 5 à 6 ans
- Poids : 16 à 23 Kg
- Taille : de 0.80m à 1.10m.

Groupe expérimental :

- Les garçons : 11
- Les filles : 10

Groupe témoin :

- Les garçons : 09
- Les filles : 12

1-3 Condition et déroulement de l'expérimentation :

Quant aux conditions et le déroulement de la partie expérimentale de notre étude, tous les tests effectués sur des habilités motrices chez l'enfant préscolaire, ont été réalisés au primaire OUBELAIDE Lahlou à Tazmalt dans des conditions normales et à l'aide d'un matériel considéré fiable.

1-4 Organisation de la recherche :

Comme dans tout travail de recherche nous avons procédé à des démarches administratives auprès des bibliothèques universitaires et autres, ainsi que :

Premièrement : Batterie de tests d'évaluation de mouvements chez les enfants.

Deuxièmement : L'application du programme proposé pour l'éducation motrice chez les enfants dans le préscolaire a duré environ deux mois, à savoir : 03 séances par semaine. Nous avons, donc, effectué 15 séances, au total. Nous avons commencé notre programme le 08/02/2017 et nous l'avons appliqué jusqu'au 30/03/2017. La durée de chaque séance est de 45 minutes.

En peut résumer les démarches en :

- ✓ Sélectionner l'échantillon de notre expérimentation.
- ✓ Définir des tests valides, et mesures adaptés à notre recherche.

On a divisé l'échantillon en deux groupes : groupe expérimental et groupe témoin.

Maitrise des variables :

- ✓ Variables dépendantes : l'apprentissage moteur.
- ✓ Variables indépendantes : le programme (les fiches de séances).
- ✓ Variables parasites : absence.

1-5 Méthodes d'investigation :

1-5-1 Les tests et les épreuves :

Dans un premier temps, tous les enfants seront pesés et mesurés individuellement et à l'abri des regards des autres participants. Les données staturales et pondérales permettront de décrire l'échantillon d'un point de vue morphologique. En second lieu, 4 catégories de déterminants bio-moteurs seront évaluées :

- ✓ La vitesse de segments (2 épreuves).
- ✓ L'agilité (2 épreuves).
- ✓ L'équilibre statique et dynamique (2 épreuves).
- ✓ La coordination (2 épreuves).

2- Descriptions de la batterie de tests Habiletés motrices globales :

2-1 Mesure anthropométriques :

2-1-1 Mesure du poids :

Le poids doit être mesuré alors que la personne porte un minimum de vêtements. L'enfant se tient debout bien droit en regardant devant lui (figure N°8).

Les pieds sont légèrement écartés de manière à ce que le poids soit distribué également. La lecture est prise à une précision de 0.5 kg. (Guy, 2014)

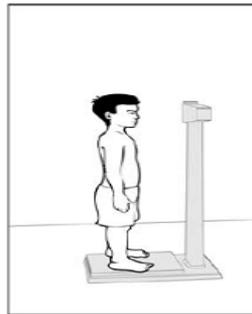


Figure N° 8 : représente comment mesure le poids.

2-2 Mesure de la taille :

L'enfant se tient debout face à l'évaluateur. La mesure doit être prise sans souliers. À l'aide d'un anthropomètre portable, l'enfant est mesuré debout, le dos et la tête bien centrés directement sur l'appareil (**figures 9**). Une fois le sujet bien en place, demander à l'enfant de prendre une inspiration maximale tout en étirant le cou vers le haut. La tête est droite et le menton dressé, pointant vers l'avant et parallèle au sol. Alors que la personne retient sa respiration, appliquer doucement le triangle sur le sommet de la tête (vertex). Une fois le triangle bien en place, demander à l'enfant de se retirer. Prenez la lecture de la taille directement sous la base du triangle. La précision désirée est de 0.1 cm (Guy, 2014)

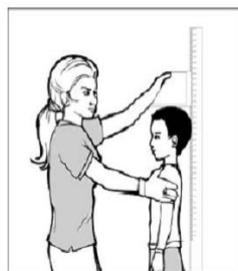


Figure N° 9 : représentent comment mesurer la taille

3- Protocole d'évaluation des habiletés motrices :

3-1 Vitesse des segments :

3-1-1 Vitesse de bras :

Ce test mesure la vitesse à laquelle l'enfant peut horizontalement faire des mouvements d'abduction et d'adduction avec le bras dominant. Le participant est assis à une table sur laquelle sont dessinés deux cercles de 20 cm de diamètre qui sont séparés de 60 cm (**figure 11**).

La main non dominante est placée entre les deux cercles et est immobile. Au signal, les doigts de la main dominante doivent frapper le centre du cercle de droite puis immédiatement après, celui de gauche. Le but du test est de réaliser le maximum de touche en 20 secondes. Pour faciliter le décompte, calculer 1 cycle = 2 touches d'où le nombre de cycles X 2 = résultat final. (Guy., 2014)



Figure N°10 : représente le test de vitesse des membres supérieurs.

3-1-2 Vitesse de jambes :

Cette épreuve propose de mesurer l'habileté de l'enfant à fléchir et d'étirer l'articulation de la hanche, le plus rapidement possible. Le participant se tient debout face à un mur sur lequel est dessiné un carré de 30 cm². Au signal, l'enfant doit fléchir la hanche droite de manière à ce que l'angle cuisse-mollet soit d'environ 90° (**figure 12**). De cette position, il s'agit alors de frapper du bout du pied, le centre du carré deux fois consécutivement pour ensuite répéter le même geste avec la jambe gauche. Le but du test est de réaliser un maximum de doubles touches en 20 secondes. Encore ici, il est possible de procéder par cycles (1 cycle = une double touche du pied droit et une double touche du pied gauche) et de multiplier par 2. (Guy, 2014)

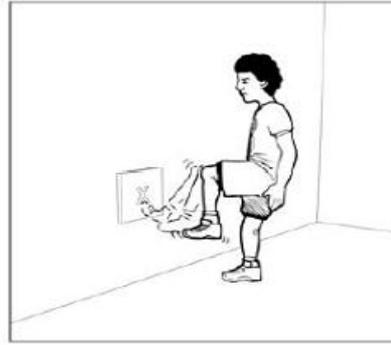


Figure N° 11 représente : le test de vitesse des membres inférieurs.

3-2 Epreuves d'agilité :

3-2.1 Course navette de 5 mètres :

Ce test consiste à mesurer l'habileté de l'enfant à changer abruptement et complètement la direction de son corps en mouvement, le plus rapidement possible. Deux lignes parallèles séparées de 5 mètres sont tracées au sol. Au signal, le sujet doit couvrir le plus rapidement possible la distance de 5 mètres, traverser complètement la ligne (les deux pieds), exécuter un virage abrupt de 180° et revenir à la ligne de départ (**figure 13**). L'enfant doit franchir ainsi une distance de 25 mètres (5 X 5 mètres). Le parcours est chronométré et le temps noté avec une précision de 0.1 seconde (Guy, 2014).

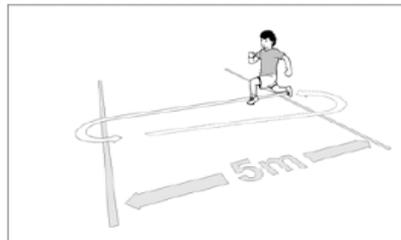


Figure N° 12 représente : le test d'agilité course navette de 5 mètres.

3-2-2 Course en pas chassés :

Ce test consiste à mesurer l'habileté de l'enfant à déplacer son corps en mouvement latéralement, le plus rapidement possible. Il s'agit d'abord de tracer 2 lignes parallèles séparées par 4 mètres de distance. Le sujet prend position les deux pieds derrière une des 2 lignes. Au signal, l'enfant doit se déplacer d'une ligne à l'autre en pas chassés et franchir les 4 mètres 5 fois consécutivement pour une distance totale de 20 mètres (**figure 14**). Aux extrémités, le sujet doit toucher la ligne avec le pied le plus rapproché avant de redémarrer en direction opposée. De plus, les croisements de jambes ne sont pas permis

et le corps de l'enfant doit toujours être orienté face à l'évaluateur (placé directement devant le sujet). Le temps est chronométré et inscrit avec une précision de 0.1 seconde (Guy, 2014).

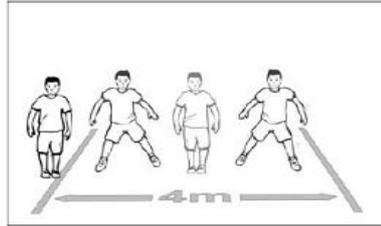


Figure N° 13 représente : le test du test d'agilité Course latérale.

3-3 Epreuves d'équilibre :

3-3-1 Équilibre statique sur une jambe :

Le but de cette épreuve est de mesurer l'habileté de l'enfant à maintenir son équilibre en appui sur sa jambe dominante. Le sujet est placé debout sur un rail de bois de 9 cm de hauteur, 4 cm de largeur et 75 cm de longueur.

L'évaluateur aide le sujet à maintenir son équilibre en le tenant sous le bras jusqu'au début du test. La tâche consiste à se maintenir en équilibre sur la jambe dominante le plus longtemps possible. Les mains sont placées sur les hanches (**figure 15**). Le test prend fin lorsque l'enfant touche le sol, la poutre ou la jambe fixe avec la jambe libre ou si les mains quittent les hanches. Ce test doit être également réalisé les yeux fermés mais le pied d'appui directement sur le sol (sans la poutre d'équilibre). Le résultat consiste à chronométrer le temps total durant lequel l'enfant a maintenu son équilibre (maximum 60 secondes). La précision désirée est de 0.1 seconde (Guy., 2014).

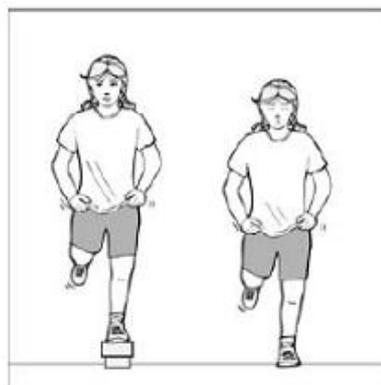


Figure N° 14 représente : le test du test d'équilibre sur poutre

3-3-2 Équilibre statique sur surface instable :

Ce test permet de mesurer l'habileté de l'enfant de maintenir son équilibre sur une surface instable. La plateforme mesure 46 cm de largeur par 46 cm de longueur et 3 cm d'épaisseur. Au centre et sous la plate-forme est fixé deux rails de bois en forme de demi-lune de 21 cm de longueur par 3 cm de largeur et 10 cm de hauteur. Les deux rails sont placés parallèlement à 35 cm de distance. Avec l'aide de l'évaluateur, le sujet doit trouver son point d'équilibre. Une fois le point d'équilibre atteint, l'évaluateur démarre le chronomètre et l'enfant doit maintenir son équilibre le plus longtemps possible (**figure 16**). Le test prend fin lorsque le sujet ou une des extrémités de la plateforme touchent le sol. La durée maximale du test est de 60 (Guy, 2014).



Figure N° 15 représente : le test d'équilibre poutre instable.

3-4 Epreuve de coordination :

3-4-1 Coordination œil-main (précision) :

Ce test propose de mesurer l'habileté de l'enfant à réaliser un mouvement balistique à partir du bras dominant dans un geste nécessitant une coordination œil-main lors d'un lancer de précision. Le sujet se place debout derrière une ligne située à **5 mètres** d'une cible de **60 cm de diamètre** (centre 20 cm de diamètre) et placée à **120 cm** du sol.

L'enfant doit lancer une balle de tennis vers la cible par un mouvement au-dessus de l'épaule (figure 17). L'enfant a droit à 10 essais. Un point est accordé si la cible est atteinte. Un point boni supplémentaire est alloué si le lancer atteint le centre de la cible. Lors du lancer, il est interdit de franchir la ligne avec les pieds. Le résultat est le nombre de points accumulés (maximum de 20 points). Ce test est réalisé une fois (10 balles) (Guy, 2014).

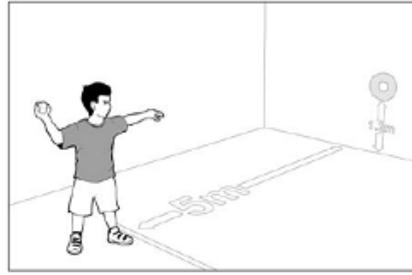


Figure N° 16 représente : le test de la coordination œil-main (précision).

3-4-2 Coordination œil-main (vitesse) :

Ce test consiste à mesurer l'habileté de l'enfant à dribbler un ballon avec sa main dominante. Le participant est debout les jambes légèrement fléchies et écartées à la largeur des épaules. Il s'agit alors de dribbler le ballon à l'aide de la main dominante. Le but du test est de réaliser le maximum de dribbles en 20 secondes (**figure 18**). Le ballon doit être dribblé de manière à être maintenu en avant et dans l'espace délimité par les deux pieds du participant. De plus, lors du rebond, le ballon doit remonter au minimum, jusqu'à la hauteur des hanches. Chaque enfant a droit à 2 essais. Le résultat (nombre de dribbles réussis en 20 secondes) est alors noté (meilleur des 2 essais) (Guy, 2014).



Figure N° 17 représente : le test de la coordination œil-main (vitesse).

4. Outil statistique :

Dans le but de réaliser une analyse approfondie et plus précise de nos résultats, nous avons opté de traduire les résultats à l'aide moyennes, écart-types, et test de t-student des échantillons appariés et pour cela on a utilisé l'outil d'analyse statistique XLSTAT.

5. Les équipements nécessaires pour les séances :

- ✓ Les cerceaux PM/GM.
- ✓ Les plots.
- ✓ Les délimiteurs.
- ✓ Les petites haies.
- ✓ Balle lestées.
- ✓ Plâtre.
- ✓ Scotch.
- ✓ Balle de tennis.
- ✓ Ballon de hand balle.
- ✓ Les cordes.
- ✓ Les madriers.
- ✓ Les corbeilles.

6. Unité d'apprentissage

APS : les jeux pré sportifs

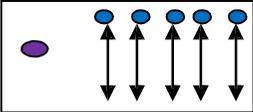
Compétence intermédiaire : affirmer des mouvements dans le cadre de l'entraide au sein du l'individu, en adoptant les comportements appropriés

Compétence de base : participer activement pour réaliser ou améliorer une tache motrice individuelle.

N°	Indicateurs de compétences	Nature de séance	Objectifs opérationnels	Caractéristiques du comportement
1	Evaluation des potentialités des élèves	Test diagnostique	Etre capable de faire des exercices seuls et réaliser une performance.	Critères de réalisation : test navette, test d'équilibre, la coordination et vitesse des segments Indicateurs de réussite : réaliser tous les tests.
2	Réguler les difficultés que les élèves mettent	E 1	Apprendre aux élèves de manipuler le ballon avec les mains,	CR : respecter les règles du jeu IR : ne pas se détacher du groupe
3	S'adapter à l'allure exigée	E2	Apprendre aux élèves à avoir un réflexe vite au signal,	CR : augmenter légèrement son rythme IR : garder sa place dans le groupe, ne pas ralentir et ne pas accélérer au l'exécution des exercices
4	Pouvoir augmenter et suivre un rythme des exercices.	E3	Aider les élèves à réaliser des exercices correctement.	CR : augmenter le rythme des exercices IR : respecter les lieux du jeu
5	Evaluation des acquis	Evaluation sommative	Être capable de réaliser des exercices entraînant une grande amplitude.	CR : test organisé par les élèves IR : réaliser la plus grande performance.

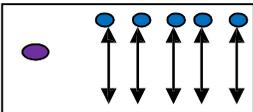
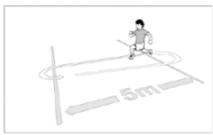
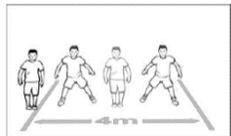
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 31 .01.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : (teste de début agilité) mesure la vitesse des segments.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-Surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : une table tracée de 3 cercles de 20cm espacées de 60cm. Assis, horizontalement, la main non dominante est placée entre les deux cercles et est immobile. Au signal, les doigts de la main dominante frappe le centre du cercle de droite puis gauche. Situation 2 : face à un mur en dessiné un carré de 30 cm et 20cm de hauteur. Tient debout. Au signal, frapper du bout du pied, le centre du carré deux fois répéter le même geste avec la jambe gauche. En compte le nombre de répétition.	 (S1)  (S2)	-Réaliser le maximum de touche en 20 secondes. -Réaliser un maximum de doubles touches en 20 secondes.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 02 .02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : (test de début vitesse) mesure la vitesse des segments.

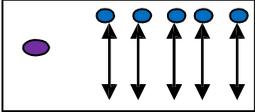
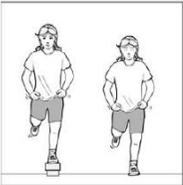
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : Deux lignes parallèles séparées de 5 mètres, tracées au sol. Au signal, le sujet court rapidement possible, traverser complètement la ligne, exécuter un virage abrupt de 180°, (5 X 5 mètres). Le parcours est chronométré et le temps noté avec une précision de 0,1 s. Situation 2 : tracer 2 lignes parallèles espacées de 4 m. Au signal, l'élève déplace d'une ligne à l'autre en pas chassés et franchir les 4 mètres 5 fois (20m). Le temps est chronométré et inscrit avec une précision de 0,1s.	 (S1)  (S2)	-Courir plus rapidement possible -Déplacer latéralement, le plus rapidement possible	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 02 .02.2017

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : (test de début) mesurer l'habileté de l'enfant à maintenir son équilibre en appui sur sa jambe dominante.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : Un rail de bois de 9 cm de hauteur, 4 cm de largeur et 75 cm de longueur. Un part un, sur le rail, maintenir l'équilibre sur le pied dominant, les mains placées sur les hanches. Le test prend fin lorsque l'enfant touche le sol. Le résultat consiste à chronométrer le maximum 60s. (S1) Situation 2 : une plateforme mesure 46 cm de largeur par 46 cm de longueur et 3 cm d'épaisseur. Au centre et sous la plateforme est fixé deux rails de bois en forme de demi-lune de 21 cm de longueur par 3 cm de largeur et 10 cm de hauteur. Les deux rails sont placés parallèlement à 35 cm de distance. Avec l'aide de l'évaluateur, l'élève doit trouver son point d'équilibre l'évaluateur démarre le chronomètre et l'enfant doit maintenir son équilibre le plus longtemps possible. La durée maximale du test est de 60. (S2)	 (S1)  (S2)	-Se maintenir en équilibre sur la jambe dominante le plus Longtemps possible. -Maintenir son équilibre sur une surface instable.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves. - Cérémonial.			5 min

Niveau : préscolaire

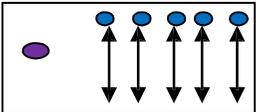
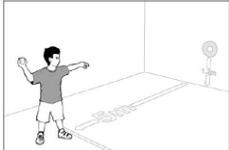
Date : du 02 .02.2017

Lieu : terrain d'école

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

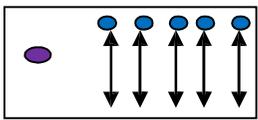
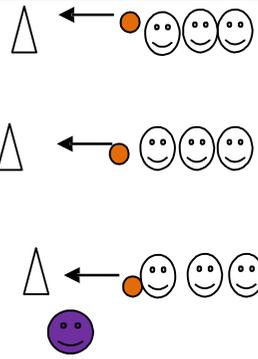
APS : jeux sportifs

Objectif opérationnel : (test de début coordination œil mains), mesurer l'habileté de L'enfant afin de réaliser un mouvement balistique à partir du bras dominant.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : face au mure un carrée de 60 cm de diamètre (centre 20 cm de diamètre) et placée à 120 cm du sol. Debout derrière une ligne située à 5m . Lancer une balle de tennis vers la cible par un mouvement au-dessus de l'épaule. 10 essais pour chaque un, lors du lancer, il est interdit de franchir la ligne avec les pieds. Le résultat est le nombre de points accumulé. (S1) Situation 2 : un carrée de 10m. Un part un, dribbler le ballon à l'aide de la main dominant dans l'espace délimité par les deux pieds du participant. Le nombre de dribbles réussis en 20s est alors noté. (S2)	 (S1)  (S2)	-Viser le centre du carrée. -Réaliser le maximum de dribbles en 20 secondes	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 05.02.2017
Matériel : 03 Ballons d'handball / sifflet/ chronomètre/ 3 plots
Objectif opérationnel : Apprendre aux élèves de manipuler le ballon avec les mains.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : 1 carré de 10m. - 3 groupes en file indienne face à 3 plots espacés de 5 m. - Position statique et il jette le ballon au haut avec deux mains puis il le rattrape avec déplacement, et passer le ballon au suivant. La variante : -Même exercice avec la main gauche. -Même exercice avec la main droite. Situation2 : même exercice en met 5 plots pour passer en zigzag.		-faire le maximum de répétitions au haut	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

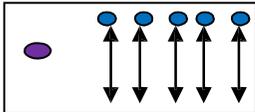
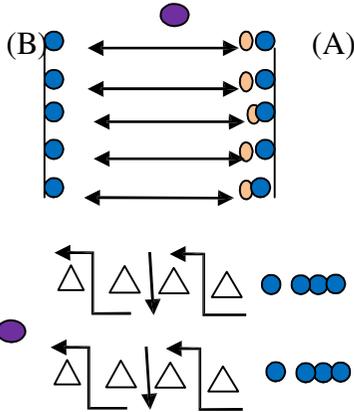
Niveau: préscolaire
Lieu: terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 07 .02.2017
Matériel: 01 ballon de volley balle / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : Apprendre aux élèves à avoir un réflexe vite au signal.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none"> -Alignement des élèves, appel, échauffements. - Jeu de numéro : un carré 20m <p>Les élèves courent, au signal l'enseignant lance un numéro de 1 à 5, les élèves se regroupent para port au numéro lancé, celui qui n'a pas trouvé son groupe est éliminé.</p>		- surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation1 : jeu chasse à l'homme.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terrain de 15m/20m. - Les élèves courent dans la surface - En désigne un chasseur qui va les rattraper. A chaque fois qu'il attrape un élève, il aide à chasser les autre en tien les mains sans les lâcher jusqu'au dernier qui est le vainqueur. <p>Situation2 : terrain vague.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Deux équipes A et B face à face espacé de 14m, numéroté de 1 à 10 suivant leurs nombres. -Disposition : un ballon au milieu. -L'enseignant lance un numéro, les deux joueurs courent vert le ballon essayant de le voler. -Un point pour le groupe qui prend la ballon sans être touché par son adversaire. 	A B	<ul style="list-style-type: none"> - Courir pour que sauver de chasseur. -Aider à attraper les autres camarades. 	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> -Organisation des élèves -Seri monial 			5 min

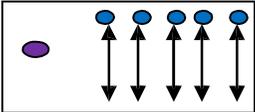
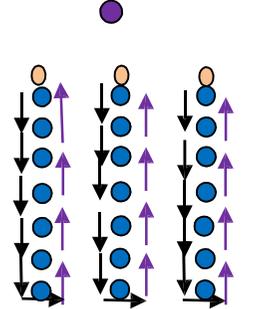
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 09.02.2017
Matériel : 10 Ballons de football /10 plots/ sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel: Apprendre aux élèves de manipuler le ballon avec les pieds

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie Préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		- surveiller le bon échauffement	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : terrain vague. -Deux groupes A, B face à face de 7m, groupe (A) porteur du ballon au signal, course en face jusqu'au groupe (B) laisse le ballon avec lui et revient en marche arrière jusqu'au point de départ, même chose pour le groupe (B). Situation2 : deux groupes (A), (B) en file indienne, face à 5 plots espace de 1m, au signal les élèves passent en zigzag avec le ballon au pied, et retourner au point de départ.		-courir avec le ballon dans l'axe. -passer dans les plots en zigzag sans tricher.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	-Retour au calme -cérémonial			5 min

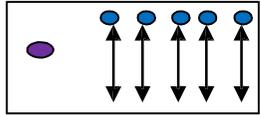
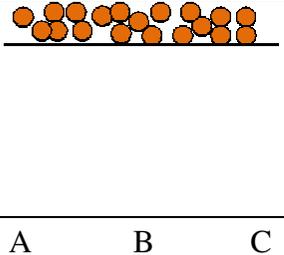
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 12.02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : être capable de réaliser des exercices entrainant une grande Amplitude.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		- surveiller le bon échauffement.	10min
Partie de réalisation	Situation1 : en forme 3 lignes de 7 (A), (B), (C), file indienne l'exercice consiste à passer le ballon du premier au dernier en deux phases, une sur le côté droite (phase aller), et l'autre sur le côté gauche (phase retour), le premier qui réussit à finir le premier gagne un point. Variante : même exercice, la phase aller en passe le ballon entre les jambes, la phase retour la balle doit passer au haut de la tête.		-Faire un tour sans faire tomber le ballon au sol. - Passer le ballon sans déplacer.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Seriel			5 min

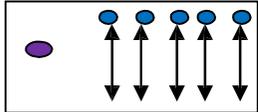
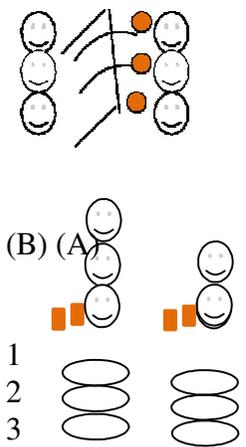
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 14.02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : amener l'élève à courir vite.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		- surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : en forme 3 groupes (A, B, C) de 7 élèves, au signal le groupe (A) doit déplacer sur une distance de 5m et ramener les 40 ballons de l'autre coute et revenir au point de départ, la règle de jeu c'est que à chaque déplacement, il doit ramener une seul assiette jusqu'à la dernière, même chose pour les autre groupes, le gagnant ce lui qui ramène tous les assiettes dans durée courte.		-Amener tous les assiettes dans une courte durée.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Bilan de la séance. - cérémonial			5 min

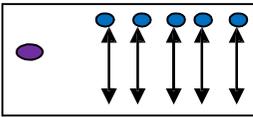
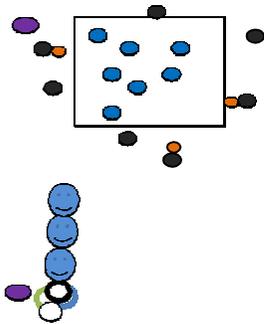
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 16.01.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : être capable de réaliser des exercices de précision.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		- surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : deux groupes (A) et (B) face à un filet d'une hauteur de 2m et 2m de longueur du filet, l'équipe (A) lance le ballon par-dessus de fil vert l'équipe (B). Situation2 : mettre les élèves en file indiens face à trois cerceaux plus en plus éloigné numéroté de 1 à 3, lancer les balles de tennis dans des cerceaux et comptabiliser les points le groupe qui marque plus de points est le gagnons.		-le ballon doit dépasser le fil. -mettre les balles dans les cerceaux. -1 ^{er} cerceau à 1m du 1 ^{er} élève. -le lanceur doit récupérer la balle et il passe au suivant.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Retour au calme. - Cérémonial			5 min

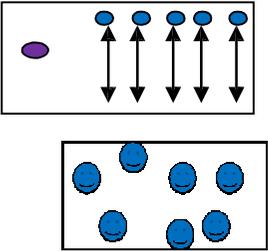
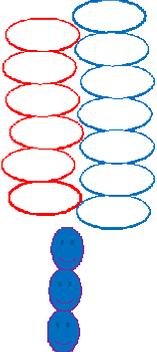
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : le 19.02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots.
Objectif opérationnel : être capable de viser correctement.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none"> -Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements. 		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation1 : chasseur/lièvre ; un carré de 7m.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deux groupes A et B. - Groupe A à l'extérieur du carré groupe B à l'intérieur. - groupe A tiré avec un ballon d'handball. <p>Situation2 : terrain vague.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Disposition : 4 groupes en vague face à 4 plots espacés de 3m et 3 cerceaux à mains pour un élève. -Au signal les 4 premiers lancent les cerceaux au-dessus des plots. -Trois essais pour chaque un. 		<ul style="list-style-type: none"> -Viser les élèves. -Eviter les balles. -Viser les plots. 	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Cérémonial 			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 21.02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : être capable de réaliser des exercices entrainant une grande amplitude De mouvement.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<p>-Alignement des élèves, appel, échauffements.</p> <p>-jeu de numéro ; les élèves dispersent dans une surface limité 20m sur 20m au signal l'enseignant lance un numéro de 1 à 10, les élèves se regroupent para port au numéro lancé, celui qui n'a pas trouvé son groupe sera éliminé.</p>		- Surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>En file indienne, face aux cerceaux.</p> <p>-1^{er} passage : course normale dans les cerceaux de droite, retour dans les cerceaux gauches (un pied dans chaque cerceau).</p> <p>-2 passage : le pied droit se pose dans les cerceaux droits, le pied gauche se pose dans les cerceaux gauches.</p> <p>-3 passage : le pied droit se pose dans les cerceaux de gauche et le pied gauche se pose dans les cerceaux droits.</p> <p>-4 passage : comme le 2 passage mais très rapide.</p> <p>-5^m passage : pieds joints dans le cerceau droit, sauté au cerceau gauche pieds joints.</p>		<p>- Courir dans l'axe.</p> <p>-Courir en zigzag dans les cerceaux.</p> <p>-Sauter en équilibre.</p>	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Seri monial 			5 min

Niveau : préscolaire

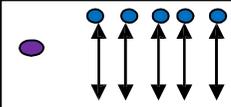
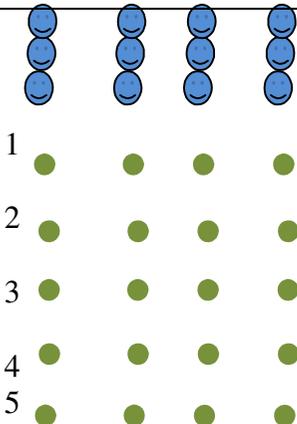
Lieu : terrain d'école

APS : jeux sportif

Date : du 23.02.2017

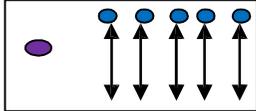
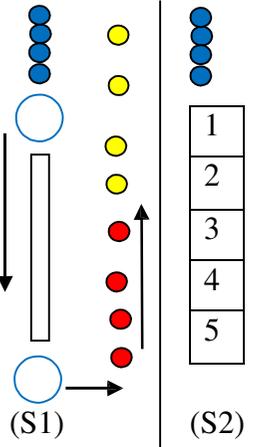
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : être capable de courir vite

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none">-Alignement des élèves.-Appel.-Echauffements.		<ul style="list-style-type: none">-Surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation1 : terrain vague.</p> <ul style="list-style-type: none">-4 groupes en file indienne, les 4 premières avec le ballon.- Disposition : 5 assiettes éloignées de 4m numéroté de 1 à 5.- Au signal les 1^{er} courent vite et laissent le ballon à la 1^{ère} assiette, il revient et il touche la main du suivant et lui-même coure, et prend le ballon et il continue jusqu'à la 2^e assiettes, et il revienne et ainsi de suite jusqu'au dernière.- Le groupe qui termine le 1^{er} est gagné.-Le suivant part juste à l'arrivé du 1^{er}		<ul style="list-style-type: none">- Courir vite et laisser le ballon dans l'assiette.-Le suivant doit être prêt à courir.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none">- Organisation des élèves- Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 26.02.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : être capable de garder l'équilibre en se servant de ses segments.

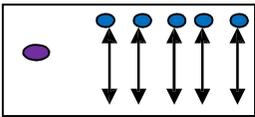
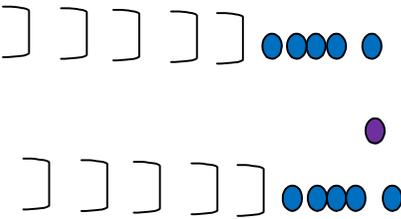
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : terrain vague. -Disposition : deux cerceaux bleus séparé avec un madrier de 6 m, et à cote 4 assiettes gougent et 4 jaunes. - 2 groupes, chaque un procède un circuit. - 1 ^{er} cerceau, planche faciale avec pied gauche puis il passe sur le madrier et 2 cerceau planche facial avec pied droit. - Revenir avec 4 cloches pied gauche et 4 cloches pied droit. Situation2 : jeu de marelle terrain de 10m tracée d'une suit de carrées de 60cm numéroté de 1 à 5. -Deux en file indienne chaque groupe procède son terrain. Pousser une prière avec cloche pied, une fois gauche puis droit		-La prière doit passer d'un carré à un autre. -Un cout pour passer d'un carré à un autre.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 28.02.2017

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : être capable de réaliser des exercices de coordination et de Souplesse.

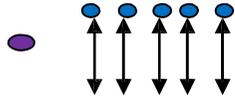
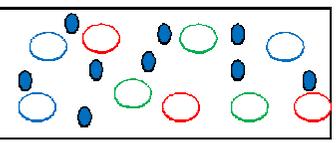
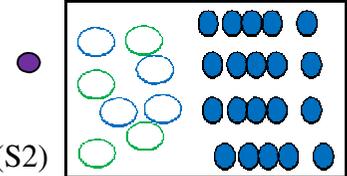
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation1 : un carré de 10m. 5 haies très basses espacées de 30 cm. Deux groupes de la même installation des ateliers. Chaque groupe doit faire 3 exercices : 1 ^{er} exercice : cloche pied (jambe droit puis jambe gauche). 2 exercice : sauter pieds joints de face. 3 exercice : sauter pieds joints latérale une fois de cote gauche une fois de cote droit.		-Sauter plus haut possible sous la haie.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du 02.03.2017

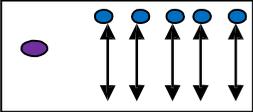
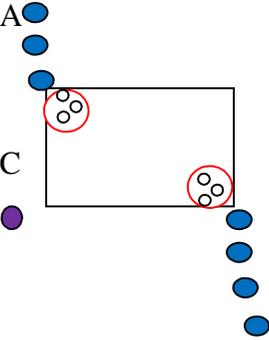
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : Etre capable de réagir et se déplacer rapidement à un signal.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : un carré de 20m. -Disposition : 20 cerceaux. - Tout les élèves en course. -Au signal chaque élève entre dans un cerceau, ce lui qui n'es pas dans le cerceau est éliminé à chaque fois. -On met un cerceau de moins que les élèves. Situation 2 : 1 carré de 10m. 4 groupes de 5 élèves. Disposition : 4 cerceaux rouge et 4 bleus. 1 ^{er} groupe en course, à chaque fois que l'enseignant lance une couleur les élèves entre dans le cerceau, les cerceaux raté l'élève sera illuminé	(S1)  (S2) 	-Réagir vite. -Occuper rationnellement le terrain	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportif

Date : du .04.03.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : être capable de courir vite

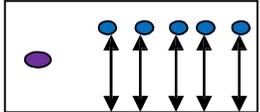
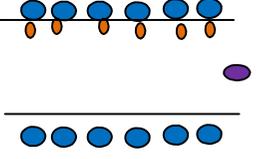
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none"> -Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements. 		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation1 : 1 carré de 10m.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 cerceaux A et C contenant 5 assiettes. - 2 groupes A et C en file indienne. -Au signal les deux groupes vident leurs cerceaux en course et il les met dans le cerceau adverse en passant au tour de D et B. -Le groupe qui à moins d'assiettes est gagné. 		<ul style="list-style-type: none"> -Une assiette par personne. -Le suivant parte à l'arrivé du 1^{er} 	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Cérémonial 			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 06.02.2017

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : Etre capable d'effectuer des exercices de souplesse avec le ballon.

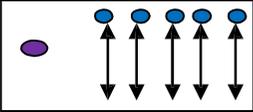
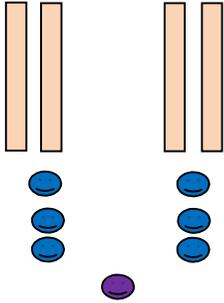
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none"> -Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements. 		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation1 : terrain vague. Disposition : 2 vagues face à face espacé de 1m. Debout jambe écarté et tendus fait passer le ballon entre les jambes pour faire un huit. La variante :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rouler la balle entre les jambes. -Assise jambes écartés et tendus faire passer le ballon. -Drible avec le ballon de l'extérieur de la jambe à l'intérieure. 		-Faire un huit complet.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Cérémonial 			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 08.03.2017

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : être capable d'effectuer des exercices d'équilibre.

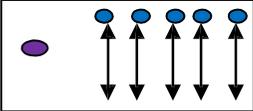
Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	<ul style="list-style-type: none"> -Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements. 		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	<p>Situation 1 : sur 1 carré de 10m. Deux groupes en file indienne, face à deux madriers de 6m espacé de 30cm. Un part un, marcher sur le madrier gauche jusqu'à la fin, et retourner sur le madrier de droite.</p> <p>Situation2 : sur 1 carré de 10m. Deux groupes en file indienne, face à deux madriers de 6m espacé de 30cm. Pieds joints saute vert l'avant sur les deux madriers jambes écartés puis vers l'avant pieds joints jusqu'à la fin du madrier. La variante : - même exercice avec cloche pieds du madrier à un autre. - même exercice avec les pieds joints.</p>		-Garder l'équilibre	25 à 30 min
Partie d'évaluation	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Cérémonial 			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 10.03.2017

Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : (posttest vitesse) mesure la vitesse des segments.

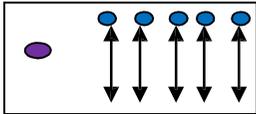
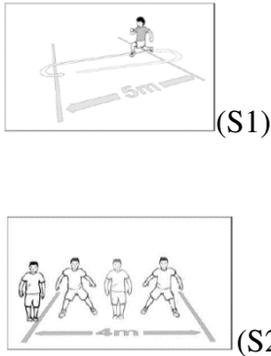
Conditions de réalisations	Critères de réussite	Durée	
<p>-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.</p>		<p>-surveiller le bon échauffement.</p>	<p>10 min</p>
<p>Situation 1 : une table tracée de 3 cercles de 20cm espacés de 60cm. Assis, horizontalement, la main non dominante est placée entre les deux cercles et est immobile. Au signal, les doigts de la main dominante frappe le centre du cercle de droite puis gauche.</p> <p>Situation 2 : face à un mur en dessiné un carré de 30 cm et 20cm de hauteur. Tient debout. Au signal, frapper du bout du pied, le centre du carré deux fois répéter le même geste avec la jambe gauche.</p> <p>En compte le nombre de répétition.</p>	 (S1)  (S2)	<p>-Réaliser le maximum de touche en 20 secondes.</p> <p>-Réaliser un maximum de doubles touches en 20 secondes.</p>	<p>25 à 30 min</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Organisation des élèves - Cérémonial 			<p>5 min</p>

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 13 .03.2017

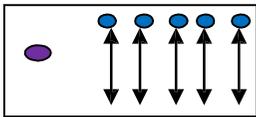
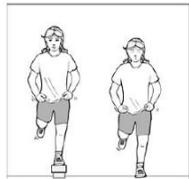
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots

Objectif opérationnel : (posttest d'agilité) mesure la vitesse des segments.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : Deux lignes parallèles séparées de 5 mètres, tracées au sol. Au signal, le sujet coure rapidement possible, traverser complètement la ligne, exécuter un virage abrupt de 180°, (5 X 5 mètres). Le parcours est chronométré et le temps noté avec une précision de 0,1 s. Situation 2 : tracer 2 lignes parallèles espacées de 4 m. Au signal, l'élève déplace d'une ligne à l'autre en pas chassés et franchir les 4 mètres 5 fois (20m). Le temps est chronométré et inscrit avec une précision de 0,1s.		-Courir plus rapidement possible -Déplacer latéralement, le plus rapidement possible	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

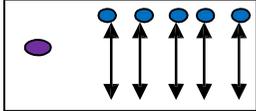
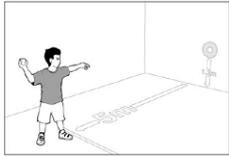
Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 15 .03.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : (posttest d'équilibre) mesure la vitesse des segments.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : Un rail de bois de 9 cm de hauteur, 4 cm de largeur et 75 cm de longueur. Un part un, sur le rail, maintenir l'équilibre sur le pied dominant, les mains placées sur les hanches. Le test prend fin lorsque l'enfant touche le sol. Le résultat consiste à chronométrer le maximum 60s. (S1) Situation 2 : une plateforme mesure 46 cm de largeur par 46 cm de longueur et 3 cm d'épaisseur. Au centre et sous la plate-forme est fixé deux rails de bois en forme de demi-lune de 21 cm de longueur par 3 cm de largeur et 10 cm de hauteur. Les deux rails sont placés parallèlement à 35 cm de distance. Avec l'aide de l'évaluateur, l'élève doit trouver son point d'équilibre l'évaluateur démarre le chronomètre et l'enfant doit maintenir son équilibre le plus longtemps possible. La durée maximale du test est de 60. (S2)	 (S1)  (S2)	-Se maintenir en équilibre sur la jambe dominante le plus Longtemps possible. -Maintenir son équilibre sur une surface instable.	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves. - Cérémonial.			5 min

Niveau : préscolaire
Lieu : terrain d'école
APS : jeux sportifs

Date : du 17 .03.2017
Matériel : 07 Ballons de football / sifflet/ chronomètre/plots
Objectif opérationnel : (posttest coordination œil mains) mesurer l'habileté de l'enfant à Réaliser un mouvement.

Parties	Conditions de réalisations		Critères de réussite	Durée
Partie préparatoire	-Alignement des élèves. -Appel. -Echauffements.		-surveiller le bon échauffement.	10 min
Partie de réalisation	Situation 1 : face au mure un carrée de 60 cm de diamètre (centre 20 cm de diamètre) et placée à 120 cm du sol. Debout derrière une ligne située à 5m . Lancer une balle de tennis vers la cible par un mouvement au-dessus de l'épaule. 10 essais pour chaque un, lors du lancer, il est interdit de franchir la ligne avec les pieds. Le résultat est le nombre de points accumulé. (S1) Situation 2 : un carrée de 10m. Un part un, dribbler le ballon à l'aide de la main dominant dans l'espace délimité par les deux pieds du participant. Le nombre de dribbles réussis en 20s est alors noté. (S2)	 (S1)  (S2)	-Viser le centre du carrée. -Réaliser le maximum de dribbles en 20 secondes	25 à 30 min
Partie d'évaluation	- Organisation des élèves - Cérémonial			5 min

CHAPITRE II

***INTERPRITATION ET DISCUSSION DES
RESULTATS***

2. Présentation, analyse et discussion des résultats :

Dans cette partie de notre étude, nous procéderons à la présentation des résultats sous forme de tableaux, histogrammes, pour analyse et interprétation.

Sur ce et en tenant compte de certaines données théoriques rapportées dans certains ouvrages scientifiques utilisés dans l'analyse bibliographique, nous nous attèlerons sur la discussion et l'interprétation des résultats de notre échantillon. Ce qui, nous éclaircira sans doute, sur la base et l'orientation de la rédaction des conclusions et recommandations de la présente étude.

2.1. Présentation et analyse des résultats :

2.1.1. Présentation et analyse des résultats de Groupe témoin (pré-tests post-test) :

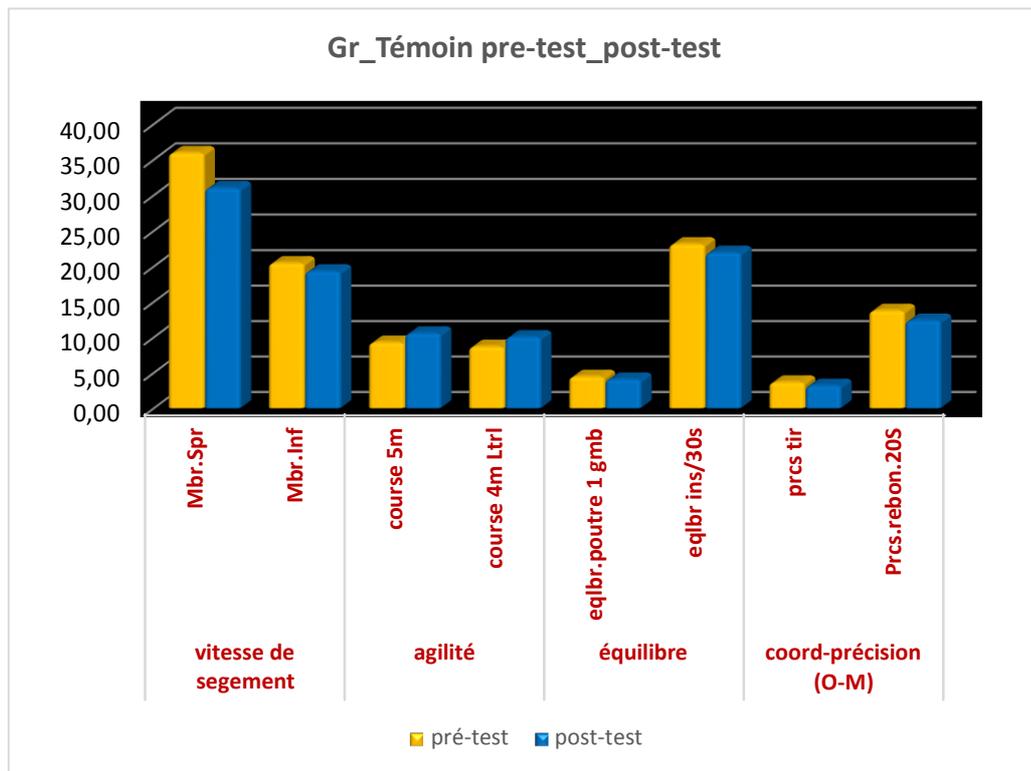
Tableau N° 3 : représente la comparaison des Moyennes de pré-test et post-test groupe témoin.

		Moyenne ± Ecart-type		t-calcul	signification
		Prè-test	Post-test		
Vitesse des segments	Mbr supérieure	35,95±4,34	34,43±3,92	2,37	S
	Mbr inférieure	20,48±6,63	19,33±6,18	1,92	N.S
Agilité	Course navette 5x5m	9,27±1,44	10,58±2,15	3,60	S
	Course laterale 4m	8,69±0,76	10,04±1,09	5,28	S
Equilibre	Equilibre sur poutre	4,46±0,88	4,07±1,13	2,37	S
	Equilibre instable	23,14±3,41	21,95±3,35	2,81	S
Coor-précs (O-M)	Coord œil-mn (prcs)	3,67±1,32	3,19±1,75	1,45	N.S
	Coord œil-mn (vtss)	13,76±3,22	12,38±3,25	3,04	S

$DDL = (n-1) = 20$, seuil de signification = 0.05, $t-tab=2,09$, S= significatif, NS= non significatif :

Il est bien clair dans le tableau N° 3 et la figure N° 19 que, la majorité des résultats se confirme par l'existence d'une différence significative entre les valeurs de test et pré-test du groupe témoin, avec une DDL 20, et une tolérance d'erreur de 0,05, et cette signification ne se résume pas la supériorité de t calculé par rapport au t tabulé, parmi ces valeurs *significatives* ;

Selon le t-calculé des tests de vitesse des membres supérieures (2,37), la course navette 5m (3,60), l'équilibre d'une jambe sur poutre (2.37). Cette signification touche aussi au test de l'équilibre instable (2.81), comme le test de dribble avec ballon révèle les valeurs (3,04). En dernier lieu on trouve aussi dans le test de la course latéral de 4x4m (5,28) et un t tabulé qui est égale à 2.09.

Figure N° 18 : Présente les résultats du groupe **témoin** pré-test et post-test :

Nous constatons aussi, dans ce tableau l'existence des valeurs *non significatif* qui se résume à l'infériorité de t calculé par rapport au t tabulé avec un degré d'erreur de 5%, et un degré de liberté de 20, parmi eux ;

La vitesse des membres inférieur (1,92), et le test coor-précision œil (1,45) et le t tabulé qui est d'une valeur de 2.09.

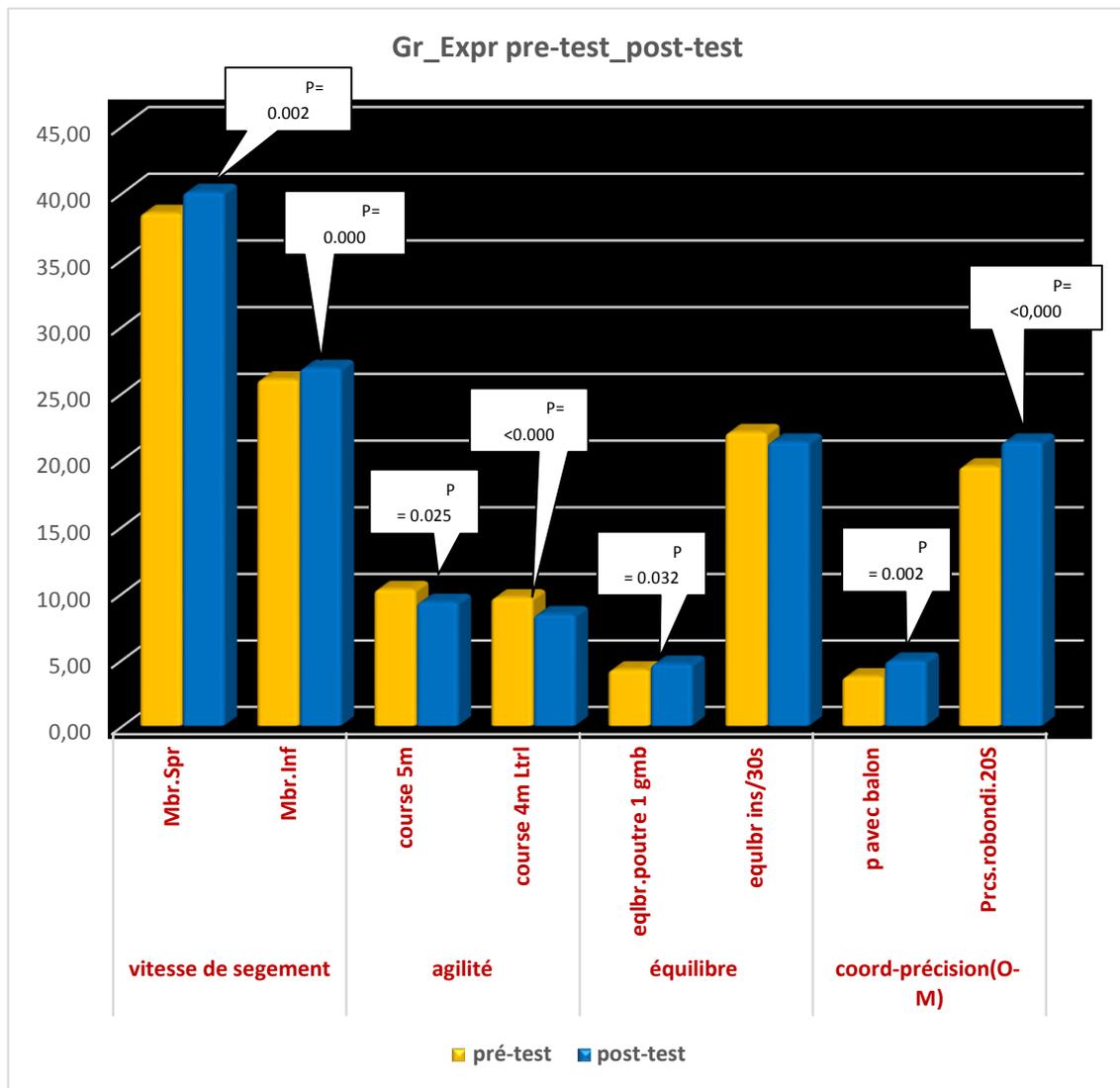
2.1.2. Présentation et analyse des résultats de groupe expérimental (pré-test post-test)

Tableau N° 4 : représente la comparaison des moyennes des tests de pré-test et post-test du groupe expérimental

		Moyenne ± Ecart-type		t-calcul	signification
		Prè-test	Post-test		
Vitesse des segments	Mb supérieure	38,48±7,97	40,05±6,54	2,43	S
	MB inferieure	26,00±10,10	26,86±6,18	0,58	N.S
Agilité	Course navette5x5m	10,28±1,69	9,32±1,28	5,12	S
	Course latérale 4m	9,66±1,02	8,39±0,98	7,58	S
Equilibre	Equilibre sur poutre	4,23±0,67	4,66±0,50	3,85	S
	Equilibre instable	22,05±3,31	21,33±3,55	1,65	N.S
Coor-précis (O-M)	Coord œil-mn (prcs)	3,71±1,01	4,90±1,61	4,00	S
	Coord œil-mn (vtss)	19,48±2,18	21,33±2,73	3,76	S

DDL = (n-1) = 20, seuil de signification = 0.05, t -tab = 2,09, S= significatif, NS= non significatif :

Figure 20 : Présente les résultats de groupe *expérimental* du pré-test et posttest :



Dans le tableau N° 4 et la figure N° 20 si dessus on remarque que la majorité des résultats se confirment par l'inexistence d'une différence significative entre les moyennes des valeurs de test et pré-test du groupe expérimental, avec une DDL=20, et une tolérance d'erreur de 0,05, et cette signification se résume par la supériorité de t calculé par rapport au t tabulé, parmi ces valeurs significatives.

D'abord, la vitesse des membres supérieures qui a un t calculé d'une valeur de (2,43), puis, la course navette 5m (5,12), en troisième lieu la course latérale de 4m que mesure (7,58), la poutre d'équilibre (3,58), l'adresse œil et main (4,00), le test de dribble (3,76), tous ces valeurs sont supérieures aux t tabulé qui est égale à 2,09.

D'autre part, le reste des résultats auxquels nous sommes parvenu sont non significatifs d'après le t calculé que n'a trouvé, la vitesse des membres inférieure (0,58) et la poutre instable (1,65), qui sont inférieure au t tabulé qui est de 2,09.

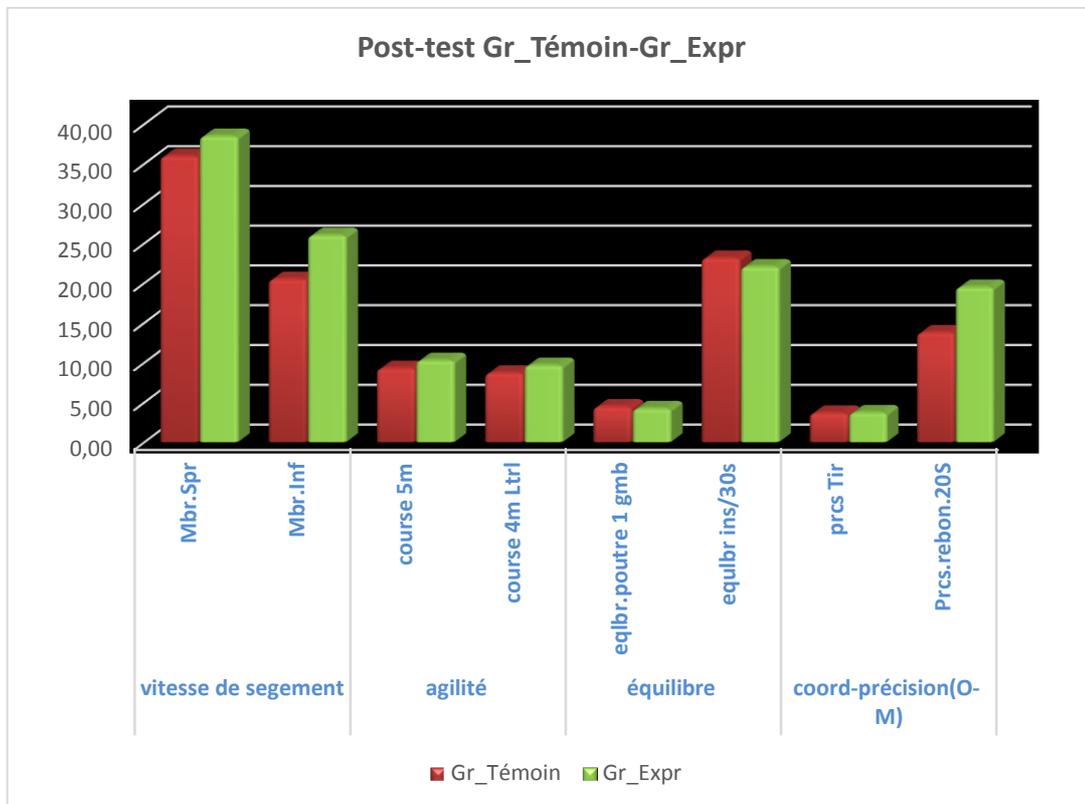
2.1.3. Présentation et analyse des résultats de pré-test du groupe témoin et groupe expérimental

Tableau N° 5 : représente la comparaison des Moyennes de pré-test de groupe témoin et groupe expérimental.

		Moyenne \pm Ecart-type		t-cal	Signification
		Témoin	Expér		
Vitesse des seg	Mbr supérieure	35,95 \pm 4,34	38,48 \pm 7,97	1,27	N.S
	Mbr inférieure	20,48 \pm 6,63	26,00 \pm 10,10	2,10	S
Agilité	Course navette 5x5m	9,27 \pm 1,44	10,28 \pm 1,69	2,09	S
	Course laterale 4m	8,69 \pm 0,76	9,66 \pm 1,02	3,48	S
Equilibre	Equilibre sur poutre	4,46 \pm 0,88	4,23 \pm 0,67	0,95	N.S
	Equilibre instable	23,14 \pm 3,41	22,05 \pm 3,31	1,06	N.S
Coor-précs (O-M)	Coord œil-mn (prcs)	3,67 \pm 1,32	3,71 \pm 1,01	0,13	N.S
	Coord œil-mn (vtss)	13,76 \pm 3,22	19,48 \pm 2,18	6,73	S

DDL $(n1-1) + (n2-1) = 40$, seuil de signification = 0.05, t -tab = 2,02, S = significatif, NS = non significatif :

Figure N° 21 : Présentation et interprétation des résultats du groupe expérimental et groupe témoin pré-test :



Dans le tableau N° 5 et la figure N° 21 on remarque que les résultats sont équitables du point de vue de la signification et la non signification, avec une DDL 40, et une tolérance d'erreur de 0,05, et cette signification ou non signification se résume par la supériorité ou l'infériorité du t calculé par rapport au t tabulé, parmi ces valeurs non significatives :

La vitesse des membres supérieurs (1,27), poutre d'équilibre (0,95) Poutre instable (1,06), et test d'adresse œil et main (0,13) sont inférieurs au t tabulé qui est d'une valeur de 2,02.

Les valeurs significatives qui ont un t calculé :

La vitesse des membres inférieur (2,10), course navette 5m (2,09), course latéral de 4m (3,48), Test de dribble (6,73) supérieurs au t tabulé qui est d'une valeur de 2,02.

2.1.4. Présentation et analyse des résultats de *post-test* du groupe *témoin* et groupe *expérimental*

Tableau N° 6 représente la comparaison des Moyennes de post-test du groupe expérimental et groupe témoin.

		Moyenne ± Ecart-type		t-cal	signification
		Témoin	Exper		
Vitesse des seg	Mbr supérieure	34,43±3,92	40,05±6,54	3,38	S
	Mbr inférieure	19,33±6,17	26,86±6,18	3,95	S
Agilité	Course navette 5x5m	10,58±2,15	9,3176±1,27	2,32	S
	Course laterale 4m	10,04±1,09	8,39±0,98	5,18	S
Equilibre	Equilibre sur poutre	4,07±1,13	4,66±0,50	2,22	S
	Equilibre instable	21,95±3,35	21,33±3,55	0,58	N.S
Coor-précs (O-M)	Coord œil-mn (prcs)	3,19±1,75	4,90±1,61	3,30	S
	Coord œil-mn (vtss)	12,38±3,25	21,33±2,73	9,67	S

DDL (n1-1) +(n2-1) =40, seuil de signification=0.05, t-tab=2,02, S= significatif, NS= non significatif :

Il est évident des résultats présenté dans le tableau N° 6 au-dessus et la figure N° 22 au-dessous que presque tous des résultats se confirment par l'existence d'une différence significative entre les moyennes des valeurs de test sommatif du groupe expérimental et groupe témoin, avec une DDL 40, et une tolérance d'erreur de 0,05, et cette signification se résume par la supériorité du t calculé par rapport au t tabulé.

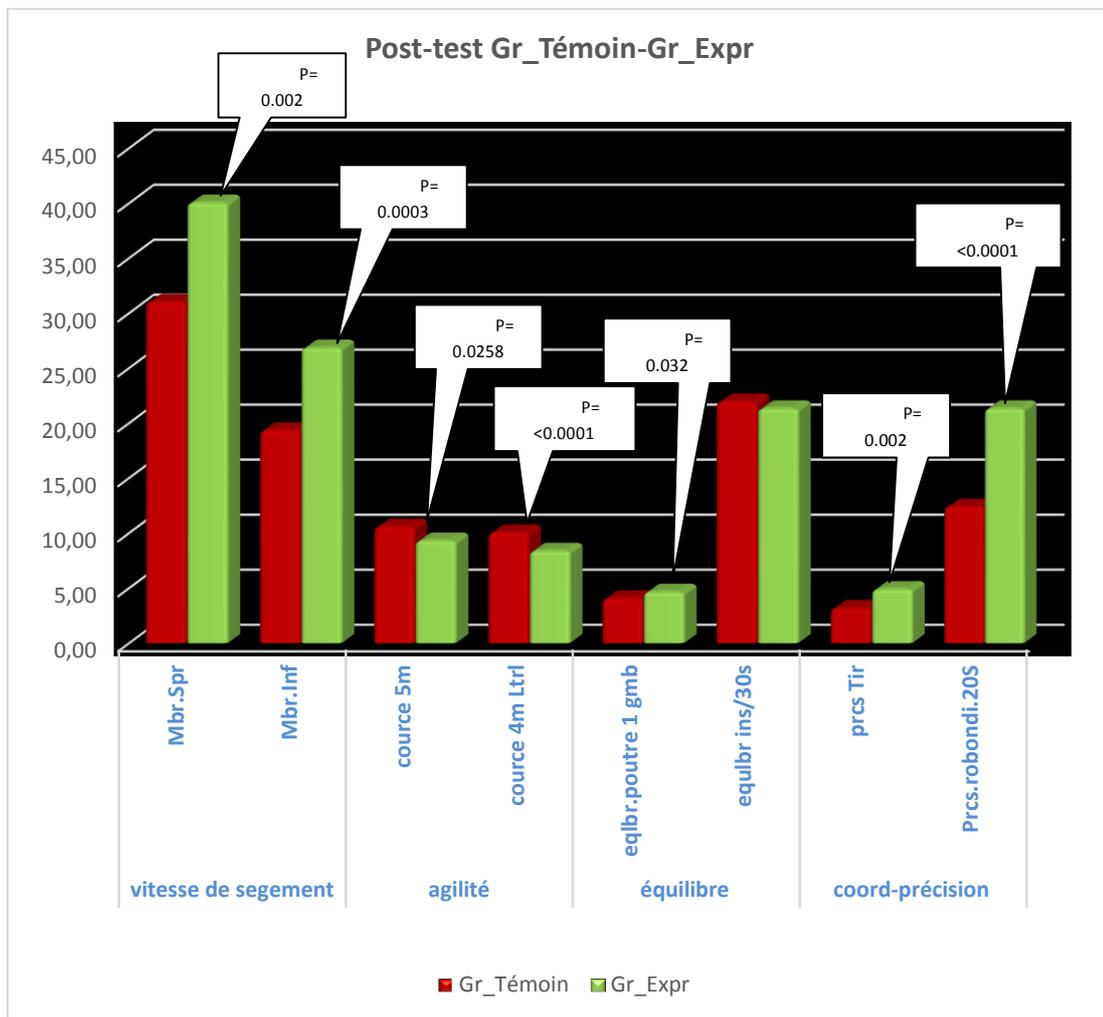
Les valeurs significatives sont :

En 1^{er} lieu, la vitesse des membres supérieure (3,38), deuxièmement, la vitesse des membres inférieur (3,95), en troisième lieu, la course navette 5m (2,32), puis, la course

latérale de 4m (5,18), en suite, la poutre d'équilibre (2,22), et en dernier lieu le test la coordination(œil-main) (3,30), et aussi pour le test de dribble (9,67) et cette signification revienne à la supériorité de t calculé mentionné ces dessus para port au t tabulé qui est de 2,02.

A côté de ces valeurs significatif on trouve aussi des valeurs non significatives qui se présentent par l'infériorité de t calculé l'équilibre instable (0,58) par apport au t tabulé qui est de 2,02.

Figure N° 22 : Présentation et interprétation du **posttest** du groupe témoin et groupe expérimental :



2.2. Discussion et conclusion

Introduction

Le but de cette étude était d'observer si un programme moteur pouvait provoquer des améliorations sur quelques habilités motrices basiques chez les enfants de préscolaire, les résultats tendent à prouver qu'un programme intense de six semaines arrive à les améliorer, ces améliorations significatives ont été observées pour la majorité des habilités motrice tester réalisés en particulier l'agilité (navette 5x5m, course latérale 5x4), la Coordination-précision(œil-main), en ce qui concerne l'équilibre et la vitesse segmentaire ont également montré des améliorations de performance, non seulement pour la vitesse des membres inférieurs et l'équilibre sur poutre instable et n'étaient pas significatives.

2.2.1. La vitesse segmentaire :

Après le test diagnostique qu'on a effectué, on a découvert que le niveau des deux groupes était presque similaire, mais après avoir effectué le posttest, on a découvert que le groupe expérimental a largement évolué par rapport au groupe témoin. et sa qui confirme notre première hypothèse que le niveau de quelques habilités moteurs chez les enfants de près scolaire est faible.

Les améliorations prouvées par cette étude quant aux vitesses des segments rejoignent celles trouvés dans d'autres recherches. Les résultats de la présente étude concordent en partie avec ceux de (Köhler, 1977) qui a observé que la vitesse segmentaire s'améliore graduellement jusqu'aux alentours de 10 ans et qu'il se produit une importante amélioration de la vitesse segmentaire entre 7 et 9 ans. Plusieurs études s'étaient en effet déjà penchées sur l'amélioration de la vitesse segmentaire et la majorité d'entre elles trouvaient des résultats similaires.

2.2.2. L'agilité :

D'après le test de diagnostique d'agilité, le niveau des deux groupes était similaire mais après avoir exécuté notre programme sur le groupe expérimental, on a obtenu des résultats significatifs de développement d'agilité par rapport au groupe témoin. En effet, plusieurs études ont prouvé que l'application d'un programme moteur spécifique influe positivement sur l'agilité des enfants ; parmi eux Charles M. THIEBAULD qui a déclaré la pratique d'exercice de vélocité avant la puberté permet d'accroître la vitesse gestuelle ainsi que la vitesse de course. (M. Thiebault & SPRUMONT, 1998)

2.2.3. Coordination-précision (œil-main) :

Le test diagnostique de la Coordination-précision(œil-main) a éclaircie que le niveau des deux groupes était similaires mais après avoir exécuté notre programme sur le groupe expérimental, on a obtenu des résultats significatifs de développement de coordination par rapport au groupe témoin, et cela revienne à l'importance que on a accordé à cette habilité puisque elle est très importante car elle participe à l'exécution de tous les mouvements du corps, et cela a été déjà motionné de la part de «Charles M.THIEBAULD& Pierre SPRUMONT » que tous les mouvements, même les plus simple de la vie courante, sont composée de petit mouvement élémentaires qui sont ordonné entre eux (M.Thiebault & SPRUMONT, 1998)

2.2.4. Equilibre :

On a constaté que la performance des tests d'équilibres de groupe expérimental et groupe témoin ont été presque similaires durant le test diagnostique, et après 6 semaines de travail on a obtenue des résultats significatifs pour le test de poutre d'équilibre ou on a remarqué une amélioration importante chez le groupe expérimental, l'étude antérieure prouve que de 2 mois à 4 ans, le système visuel sur passe nettement les autres systèmes. Entre 4 et 6 ans, la posture est régulée grâce aux informations multi sensorielles proprioceptives et visuelles (Devos, 2012) et dans notre étude on peut dire que cela revienne au grand temps consacré durant notre programme d'apprentissage moteur. L'évolution du déterminant de l'équilibre démontre une progression linéaire particulièrement entre 6 et10 ans. Les travaux de (Débû, 1998)et de (Shumway-Cook & Woollacott, 1985)sont en accord pour considérer que le développement optimal se situe dans cette tranche d'âge.

Par contre le test de la poutre instable, les résultats ont été non significatifs car les élèves ont trouvé des difficultés à exécuter convenablement ce test.

Points forts et limitations :

Les points forts de ce travail auront été la conception et l'application du protocole, la supervision des séances d'apprentissages et la fiabilité des mesures. De plus, le planning établi a permis de pouvoir accorder un maximum de temps à chaque sujet dans le but de leur donner toutes les informations nécessaires au bon déroulement des tests, en gardant tout du moins des temps de passages courts. Cela a permis de tester de manière rapide mais efficace le plus de participants lors des horaires de travail

Il faut mettre en exergue également la volonté des sujets du groupe Test, qui se sont arrangés pour toujours être présents, même durant les vacances. Ils respectaient les consignes données et ont facilité le déroulement des séances par leur écoute.

Les mesures ont ainsi été effectuées avec rigueur et leur fiabilité est un point fort de ce travail. Tous les élèves ont donné leur maximum lors de chaque test.

La non-signification des résultats est peut-être également due à la durée du programme d'apprentissage. Les résultats ont démontré des améliorations presque dans tous les habilités testés pour le groupe expérimental. Le groupe témoin n'a pas pu améliorer ses performances durant tous les tests.

Afin de rendre tous les résultats obtenus significatifs, le programme aurait pu être rallongé de quelques semaines. Du temps de pratique supplémentaires aurait peut-être permis une plus grande progression, et aurait donc permis d'atteindre des résultats significatifs pour tous.

Les obstacles rencontrés :

Du point de vue matériel ; une absence totale du matériel au niveau de l'établissement (les ballons les cerceaux, les plots...etc.), et la difficulté d'obtenir et de le déplacé, ce qui nous a beaucoup abusé pendant notre travail.

L'absence de l'infrastructure sportive (salle, terrain adapté à la pratique sportif...etc.) qui pourrait nous faciliter la tâche.

2.3. Conclusion :

Il a donc été prouvé par cette étude intensive de 6 semaines d'apprentissage moteur effectuées sur les enfants de préscolaires qu'une amélioration sur le développement de quelques habilités motrices d'une manière significative, même si des améliorations ont été observées pour le groupe expérimental, le programme n'a pas eu les effets escomptés sur certains tests, ainsi que le test de la poutre instable et la vitesse des membres inférieurs, ce programme n'était pas suffisant pour prouver un bénéfice sur ces deux tests. La non-signification de ces tests ont sûrement été un facteur décisif dans l'échec d'amélioration de performance lors de cet apprentissage moteur. La mise en place d'un protocole plus adapté à l'équilibre instable et à la vitesse des membres inférieurs permettrait peut-être d'observer un meilleur résultat.

Par contre, le programme pratiqué a permis d'améliorer, la vitesse des membres supérieurs, agilité, équilibre sur poutre et les tests de la coordination, de groupe expérimental par rapport au groupe témoin pour un échantillon des élèves de préscolaire, ces résultats sont donc convaincants car, une amélioration a été constatée sur la majorité des tests.

Ce programme a donné un aperçu des gains possibles sur un développement moteur normal chez l'enfant de 5 à 6 ans, ce dernier, qu'on a effectué pendant l'année scolaire 2016-2017, peut améliorer quelques habilités motrices basiques, celui-ci pourrait donc être repris par des encadreurs dans le but d'améliorer les habilités motrices de l'enfant.

2.4. Recommandations :

Les résultats de cette recherche pourront être utiles afin de :

- L'intégration des enseignants spécialisé dans l'apprentissage moteur dans les écoles primaires.
- Préserver la santé des enfants.
- Améliorer les habilités motrices des enfants.
- Encourager le travail de groupe chez les enfants.
- Elaborer un programme plus adapté que le nôtre qui pourrait avoir de meilleurs résultats.
- Un programme d'apprentissage moteur est une nécessité dans le programme d'enseignement scolaire.
- Détecter les certains troubles moteurs à partir de la pratique sportive.
- Découvrir les jeunes talents et les orientés dès le plus jeune âge.
- Occuper le temps vide des enfants.
- Créer un esprit de compétition entre les enfants.

ANNEXE

Listes des élèves groupe expérimental :

				vitesse de segement		agilité		équilibre		précision	
noms et prenom		taille	poids	M/S/	M/I/20s	course 5m	course 4m L	poutre 1 gambe	equilibre ins/30s	p avec balon	robondi/20S
KEDOUR	Mouhamed	1,01m	20,6 kg	28	11*2	9,48s	9,88s	4,55 s	26	3I10	22R
BARKANE	M Tayeb	1,09m	20,6 kg	31	14*2	15,54s	10,80s	4,22s	25	3I10	20R
BAHLOUL	Maya	1,00m	19,2 kg	34	19*2	9,08s	9,81s	5,01s	19	2I10	21R
LAHBIB	Liza	0,95m	20,2 kg	40	11*2	10*51s	9,90s	4,33s	24	4I10	20R
BOUGERRA	Abdeslam	1,07m	18,4 kg	48	15*2	10,06s	8,83s	3,60s	28	5I10	20R
LAHBIB	Rahma	1,07m	15,6 kg	40	10*2	10,72s	10,12s	3,33s	18	4I10	21R
BOUGERRA	Islam	1,10m	22,6 kg	38	8*2	9,15s	9,46s	4,08s	20	5I10	19R
BARKANE	Toufik	1,02m	21,5 kg	53	10*2	8,03s	7,78s	4,4s	20	3I10	20R
MIRABTINE	Zouhir	1,11m	21,5 kg	40	20*2	8,44s	8,31s	4,60S	19	4I10	20R
BOUNEDJAR	Khaoula	1,13m	20,4 kg	48	9*2	11,04s	8,18s	5,19s	21	4I10	21R
BELDJUDI	Rahma	1,06m	17,7 kg	44	11*2	10,53s	8,55s	4,29s	24	3I10	18R
LAHBIB	Ilina	1,08m	20,6 kg	30	13*2	11,57s	9,67s	5,20s	19	3I10	20R
BARKANE	Hana	1,05m	19,7 kg	38	14*2	8,44s	9,68s	3,22s	18	4I10	20R
BELGASEM	Zahra	1,10m	23,1 kg	40	30*2	10,54s	10,26s	3,90s	18	3I10	14R
BAICHE	Adnane	1,07m	17 kg	26	14*2	13,01s	12	3,22s	19	4I10	19R
KARRAZ	Mouhamed	1,10m	21 kg	41	10*2	9,22s	9,20s	5,20s	23	2I10	20R
KARRAZ	A Khalak	1,03m	24 kg	54	13*2	9,22s	11,17s	4,20s	22	4I10	21R
BARKANE	Mahdi	1,11m	17,7 kg	37	13*2	10,01s	10,07s	4,13s	22	6I10	13R
belmihoub	Ouail	1,06m	22,3 kg	39	7*2	9,53s	8,83s	3,88s	28	4I10	21R
OUNASER	Celina	1,12m	22,3 kg	32	11*2	10,31s	10,07s	5,08s	24	5I10	20R
OUCHIHA	Tinhinane	1,12m	17,4 kg	27	10*2	11,51s	10,26s	3,22s	26	3I10	19R

Listes des élèves groupe témoin :

noms et prenom		taille		vitesse de segement		agilité		équilibre		précision	
				M/S/	M/I/20s	course 5m	course 4m L	poutre 1 gambe	equilibre ins/30s	p avec balon	robondi/20S
Aberbour	Rayan	1,11m	23,6 kg	40	9*2	13,13 s	10,72 s	3,88 s	23	4I10	16R
Mirabtine	Amel	1,07m	16,5 kg	40	8*2	10,22s	8s	4,83s	24	3I10	18R
Hamani	Ayoub	1,08m	24,9 kg	36	12*2	7,77s	7,70s	4,90s	20	0I10	6R
Bessaou	Amel	1,09m	18,4 kg	29	7*2	8,77s	9,08s	4,16s	25	5I10	10R
Heddad	Nouara	1,07m	21,9 kg	36	8*2	8,66s	9,45s	3,59s	26	4I10	12R
Aberbour	Adem	1,03m	22,4 kg	36	5*2	9,48s	8,40s	5,20s	19	5I10	16R
Bahloul	Raouan	1,03m	23,5 kg	30	8*2	7,45s	8,23s	4,20s	19	4I10	14R
Meziane	Celina	1,05m	21,4 kg	30	6*2	7,71s	8,37s	3,87s	26	3I10	19R
Belbachir	Chams Dine	1,00m	25,2 kg	36	15*2	7,26s	9,01s	3,66s	18	3I10	13R
Bouaboud	Feriel	1,07m	21,2 kg	38	18*2	8,88s	7,06s	3,66s	20	3I10	14R
amroune	Bilal	1,02m	19,8kg	29	10*2	9,19s	8,55s	4,55s	22	2I10	13R
Galou	messoud	1,11m	22,5 kg	40	15*2	7,53s	9,54s	6,85s	23	5I10	13R
Kedour	Milina	0,97m	17,8 kg	44	11*2	8,76s	8,63s	4,28s	24	5I10	12R
Fellahi	Eldjouhar	1,00m	17,8 kg	38	12*2	10,45s	9,02s	3,19s	22	5I10	13R
Belbachir	Meriem	1,07m	17,8 kg	34	11*2	10,64s	9,11s	4,22s	19	3I10	15R
B Messaoud	Milissa	1,05m	23,5 kg	37	12*2	10,45s	8,45s	5,15s	26	2I10	17R
Hamani	Rima	1,07m	21,1 kg	40	8*2	11,01s	8,97s	4,23s	20	4I10	20R
Boufala	Ilyas	0,99m	19,1 kg	37	13*2	8,45s	8,51s	4,13s	26	5I10	13R
Bezoui	Chiraz Assil	1,10m	21,9 kg	40	8*2	9,68s	7,83s	6,15s	29	3I10	13R
B Messaoud	Amel	1,10m	22 kg	29	10*2	10,13s	8,81s	5,06s	30	4I10	12R
Belbachir	Nour Dine	1,08m	17,5 kg	36	11*2	9,08s	9,08s	3,87s	25	5I10	10R

Notre programme à été validé par les spécialistes en éducation physique et sportifs parmes eux :

Mr A.Cherchar;

Mr Z.Boukhezzar;

Mr A.Cherifi;

Mr Sahel;

Mr N.Barrache;

Mr CH.Abaas.

BIBLIOGRAPHIE

Bibliographie :

❖ Ouvrage :

1. Frédéric APTEL – *L'enfant : Croissance et développement physique* – Russe, avril 2005.
2. Abou El Alla Ahmed Abd El Feteh: *Les bases physiologiques de l'entraînement sportif*, 1997
3. Aouis El Djebali : *L'entraînement –théorie et application*, maison, 2001.
4. Moufti Ibrahim Hemad : *L'entraînement sportif-planification-application*, 2001.
5. Ladislav Kacani & Ladislav Horsky : *Entraînement de footballeur*, 1986.
6. Edgar Thil : *Manuel de l'éducation sportive*, 1977.
7. Kamel Abd Al Hamid Mohamed & Sabhi hassanine: *La performance physique et ces composants principaux*, 1978.
8. Weineck J : *Manuel d'entraînement*, 1986.
9. Tupin Bernard : *Préparation en entraînement du footballeur*, 1990.
10. Dakkarnouridine : *Technique d'évaluation des athlètes*, 1990.
11. Mohamed Hassen allaoui & Mohamed Nacer Eddine Redouane: *Les tests de performance*, 1982.
12. Dakkar Nouridine : *Technique d'évaluation des athlètes*, imprimerie du pain sportif, 1990.
13. Carbeau Joej : *Foot Ball de l'école aux associations*, 1988.
14. Abou El Alla Ahmed Abd El Feteh: *Les bases physiologiques de l'entraînement sportif*, 1997.
15. Patrick Fargier : *EPS et apprentissage moteurs*, 2006.
16. Maxime Travert, Nicolas Mascret et Olivier Rey : *l'élève débutant en EPS*, 2012.
17. G. Dupont et L. Bosquet : *Méthodologie d'entraînement*, 2007.
18. Claparede : *la psychologie de l'intelligence*, 1937.
19. Frédéric, *L'enfant : croissance et développement physique*, 2005.
20. J. WEINECK, *manuel de l'entraînement sportif*, 1997.
21. Winter R., *Medizin und Sport*, 1981.
22. Mohamed Bennouna, « La convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant », *Annuaire français de droit international*, 1989.
23. Chevalier, « *Apprentissage moteur et processus d'apprentissage* », 2004

24. Lev Vygotsky (URSS) : «*Le langage et la pensée* » (1934)
25. Henri Wallon, «*L'évolution psychologique de l'enfant.* », 1946
- 26- Abd el feteih, A. e. (1997). Les bases physiologiques de l'entraînement sportif T1. Egypte: universitéhelouane. u-
27. APTEI, F. (2005). L'enfant: croissance et développement physique. Russie.
- 27-Bennouna, M. (1989). La convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant . (X. Annuaire français de droit international, Éd.) Paris: Éditions du CNRS.
- 28-Carbeau, j. (1988). foot Ball de l'école aux associations. Paris: édition Revue EPS.
- 29-Claparède. (1937). La psychologie de l'intelligence. Scientas .
- 30-De Lièvre, B., & Staes, L. (2000). La psychomotricité au service de l'enfant (éd. 3e éd). Bruxelles: De Boeck-Belin.
- 31-Débû, B. (1998). Contrôle postural chez l'enfant sain et handicapé mental développement et apprentissage. (R. i. sport, Éd.)
- 32-D'HAINAUT, L. (2000). DES FINS AUX OBJECTIFS. PARIS: LABOR, BROUXELLES.
- 33-Durivage, J. (1987). Éducation et psychomotricité. Québec: Gaëtan Morin. Québec.
- 34-Edgar, T. (1977). Manuel de l'éducation sportive. Paris: édition Vigot
- 35-GESELL, A., & ILG, F. L. (1999). l'enfant de 5 à 10 ans. paris: psychologie d'aujourd'hui.
- 36-GRAWTIZ, M. (1996). Lexique des sciences sociales. Paris: Edition Dalloz.
- 37-Guy, R.-C. (2014). Évaluation des habiletés motrices chez les enfants québécois âgés de 6 à 12 ans. Québec, Canada.
- 38-Hinton, P. R. (2005). Statistics Explained. New York: Routledge.
- 39-Kamel, a. a., & Sabhi, h. (1978). La performance physique et ces composants principaux. Caire, Egypte: dar alfikr al-arabi.
- 40-Köhler, E. (1977). pour l'éducabilité des enfants de 6 à 16 ans. (26) , 606-608. Körperkultur .
- 41-Ladislav, K., & Horsky, L. (1986). Entraînement de footballeur. Belgique: édition BC.
- 42-Lauzon. (1990). L 'éducation psychomotrice. Québec: Presses de l'Université du Québec.

- 43-M.THEBAULD, c., & SPRUMONT, P. (1998). l'enfant et le sport. Bruxelles: De Boeck.
- 44-Moufti, I. h. (2001). L'entraînement sportif-planification-application. Cairo: dareelkitabe al-arabi.
- 45-Paoletti, R. (2003). Éducation et motricité: L'enfant de deux à huit ans. Bruxelles: De Boeck.
- 46-Piaget, J. (1967). La psychologie de l'intelligence. paris: Presses universitaires de France.
- 47-Repschlger, M. (2011). Sport und Medizin .hamburg: Diplomicaverlag.
- 48-Rigal, R. (1996). Actions motrices et apprentissages scolaires, Tome 3 .Québec: Presses de l'Université du Québec.
- 49-RIGAL, R. (2012). MOTRICITE HUMAINE. QUIBEC: PRESS DE L UNIVERSITE DE QUIBEC.
- 50-Shumway-Cook, A., &Woollacott, M. (1985). The Growth of Stability: Postural control from a developmental perspective. (J. o. Behavior, Éd.)
- 51-Tourette, C. (2014). Evaluer les enfants avec déficiences ou troubles de développement. Paris: DUNOD
- 52-Vygotsky, L. (1934). Le langage et la pensée.
- 53-Wallon, H. (1946). L'évolution psychologique de l'enfant
- 54-Weineck, J. (1997). Manuel d'entraînement. Paris, France: édition vigot.
- 56-Wieneks, J. (1986). manuel d'entraînement. paris:vigot.

❖ **Etudes antérieures:**

1. Renée-Claude Guy : *Évaluation des habiletés motrices chez les enfants québécois âgés de 6 à 12 an* 2014.

❖ **Sites web :**

1. <http://www.e-s-c.fr/utilitaires>.
2. <https://carnets2psycho.net/dico/sens-de-referance.html>.
3. http://www.isseps.rnu.tn/fileadmin/user1/licence/APPRENTISSAGE_MOTEUR.pdf
4. Devos, C (2012). « Travail de l'adaptation posturale au travers d'un parcours de franchissement chez deux enfants porteurs d'autisme » <http://www.psychomot.upstlse.fr/Devos2012.pdf>, dernière consultation le 10 décembre 2013.
5. FR/Devos2012.pdf, dernière consultation le 10 décembre 2013.
6. Début, B. (1998). « Contrôle postural chez l'enfant sain et handicapé mental : développement et apprentissage » *Revue internationale des sciences du sport et de l'éducation physique* 46-47: 15-29
7. Shumway-Cook, A. et M.H. Woollacott. (1985). «The Growth of Stability: Postural Control From a Developmental Perspective» *Journal of Motor Behavior* 17: 131-147.
8. Köhler, E. (1977). « pour l'éducabilité des enfants de 6 à 16 ans. » *Théorie u. Praxis d. Körperkultur* 26: 606-608.
10. -Devos, C. (2012).<https://carnets2psycho.net/dico/sens-de-programme.html>(s.d.).www.psychomot.upstlse.fr/Devos2012.pdfRécupérésur<http://www.psychomot.upstlse.fr/Devos2012.pdf>

TABLE DES MATIERES

Résumé

Etude de l'efficacité d'un programme d'apprentissage moteur sur le développement de quelques habilités motrices chez les enfants de préscolaire (5-6 ans)

L'objectif de cette étude est de connaître l'impact d'un programme moteur adapté sur l'amélioration de quelques habilités motrice, notre travail consiste au début à évaluer les habilités motrices des enfants préscolaire et travailler à les améliorer grâce à notre programme proposé en éducation motrice.

On a eu recours à la méthode expérimentale dans ce travail à travers une batterie de testes suivie d'une série d'unités didactique de l'apprentissage moteur englobant quelques jeux sportif.

A la fin de l'étude, nous avons conclu qu'un programme d'apprentissage moteur est bénéfique pour les enfants préscolaire sur plusieurs domaine surtout le développement des habilités motrice.

D'après les résultats qu'on a constaté, on appel à ce que ce programme ou un autre plus adapté soit intégré dans le milieu scolaire vue son rôle dans le développement des habilités motrice.

Mots clé : apprentissage moteur, enfant, préscolaire, habilités motrice.

abstract

A study of the efficiency of an apprenticeship program designed for the development of some motor skills for the preschool children (5-6 years)

The purpose of this study is to learn the impact of an adapted program on the progress of some motor skills, our work consists at the beginning of evaluating the preschool children's motor skills and work to make them better through our program.

We got to the experimental method in this work through a battery of tests followed by a series of didactic tests of the motor apprenticeship involving some sports games.

At the end of the study, we have come to the conclusion that an apprenticeship motor program is beneficial for the preschool children on so many levels especially the development of motor skills

According to the results we got, we make the point that this program or another one that's more adapted has to be integrated into the scholar environment for its very important role in the development of physical fitness.

Key words: motor apprenticeship, children, preschool, motor skills.