

La motricité en IMAGES

De sa naissance à 8 ans, votre enfant apprend à tenir sa tête droite, à s'asseoir, à marcher, à courir, à monter les escaliers, à sauter, à faire du vélo... Voici les grandes étapes de son développement moteur.

0 - 2 mois



Bébé est sur le dos... ou dans les bras! Ses mouvements ne sont pas encore contrôlés.

3 mois



Bébé réussit mieux à soutenir sa tête et il peut la garder droite lorsqu'il est tenu assis.

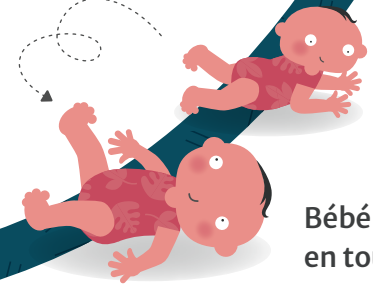
4 mois



Sur le ventre, bébé arrive à soulever sa tête et sa poitrine.

5 - 6 mois

Bébé se retourne! Du ventre au dos, puis du dos au ventre.



Bébé se déplace en tournant.

7 - 9 mois



Bébé s'assoit seul. De plus en plus stable, il peut jouer sans se tenir pendant quelques minutes.



Il se tient à 4 pattes et se balance d'avant en arrière.



Il se déplace en rampant.

10 - 12 mois

Il marche à 4 pattes.



Bébé se déplace debout en s'agrippant à tout.

Ça y est! Bébé fait ses premiers pas les pieds écartés et les bras ouverts.



13 - 18 mois



Il monte les escaliers en mettant les 2 pieds sur chaque marche et il les descend à 4 pattes, à reculons.



Bébé marche avec assurance. Il grimpe seul sur les fauteuils et les sofas et il descend seul de sa chaise haute et de sa poussette.

3 ans



Il tient sur une jambe... plus ou moins longtemps.



Il arrive à sauter sur place sur ses 2 pieds.

2 ans



Il court avec plus de contrôle. Il est capable de frapper un ballon avec le pied sans se tenir.

8 ans



Il arrive à suivre un rythme et à coordonner des mouvements plus complexes, comme ceux d'une chorégraphie. Il peut maintenant pratiquer des activités sportives structurées, comme la gymnastique, l'escalade et la danse, selon ses intérêts.



Il peut attraper une balle d'une main avec une plus grande facilité et il réussit à la lancer sur une cible.

7 ans



Il est capable de sauter à la corde (petite corde qu'il fait tourner lui-même ou grande corde tournée par deux personnes).

Il a de bonnes habiletés pour les sports d'équipe tels que le soccer ou le hockey.

6 ans



Il a plus d'équilibre et une plus grande endurance dans les activités physiques.

Il peut pédaler sur une bicyclette avec ou sans roues stabilisatrices.



5 ans



Il peut sauter de plusieurs façons (pieds écartés, pieds rapprochés, sur un seul pied) en alternance, comme dans un jeu de marelle.

Il fait du tricycle et de la trottinette à 3 roues.

4 ans



Il attrape plus facilement une balle lancée doucement et il lance avec plus de précision vers une cible.

Il peut faire rebondir un ballon au sol et le rattraper.