

## DEFINITIONS ET GENERALITES

### 1- DEFINITION DE LA MOTRICITE :

- Ensemble des fonctions qui assurent les mouvements autogénérés d'un organisme ;
- Étude des mouvements humains et de leurs caractéristiques (*comment nous agissons*) ;
- Étude de l'homme en mouvement et des comportements moteurs signifiants (*pourquoi nous agissons*).

On divise la motricité en deux parties :

- **Motricité somatique** : muscle squelettiques
- **Motricité végétative** : viscères, organe...

La motricité somatique revêt deux formes : *forme tonique* et *forme phasique*.

- **LA FORME TONIQUE** : forme nerveuse permanente, qui permet une activité musculaire permanente mais pas forcément constante. Cette activité tonique va s'occuper du tonus musculaire (selon les muscles). Il y a une répartition inégale de l'activité selon les muscles, c'est ce qui permet de contrôler la posture.

- **LA FORME PHASIQUE** : est une activité transitoire qui va s'ajouter à la phase tonique. La forme phasique va donner des contractions plus importantes permettant le déplacement des pièces articulaires, donc de créer le mouvement.

**Forme tonique => Tonus musculaire => Ajustement posturaux.**

**Forme phasique => Déplacement des pièces articulaires => Mouvements.**

### 2- LES GRANDES CATEGORIES D'ACTIVITE MOTRICE SOMATIQUE :

- Activité réflexe
- Activité volontaire
- Activité automatique

## 2-1- Activité reflexe :

L'activité motrice résulte toujours de la **stimulation d'un récepteur sensitif**. La réponse motrice commence au moment de la stimulation. L'amplitude du réflexe dépend de l'intensité du stimulus. Il y a aussi une **relation** entre la **durée** et l'**intensité**. Ces **reflexes** sont **stéréotypés**, et surtout **non contrôlés** par la volonté.

Pour récapituler :

- **Stimulation : récepteur sensitif,**
- **Relation entre durée et intensité,**
- **Stéréotypé,**
- **Non contrôlé par la volonté.**

## 2-2- Activité motrice volontaire :

Elle résulte toujours d'un **programme central**, et même plus précisément d'un **programme cortical**. L'acte volontaire n'est pas stéréotypé. Il est contrôlé par la volonté (***force, vitesse, durée...***)

Pour récapituler :

- **Programme cortical,**
- **Non stéréotypé,**
- **Contrôlé par la pensée (volonté).**

## 2-3- Activité automatique :

C'est un **acte moteur** qui peut être déclenché par la **stimulation d'un récepteur**. Certains actes comme la **locomotion** ne sont pas dû à une stimulation motrice.

Pour récapituler :

- **Stimulation récepteur (facteur déclenchant) ou programme central,**
- **Stéréotypé,**
- **Non exécutable sur le contrôle de la volonté, mais la volonté peut intervenir (vitesse, force, arrêt).**

### 3- FONCTIONS ESSENTIELLES DE LA MOTRICITE :

Le mouvement et la posture sont des facteurs spécifiques à la motricité ⇒ permettent les *relations sujet / environnement*.

Le mouvement est une caractéristique commune au langage, à l'écriture, au dessin, aux perceptions, aux activités ludiques, sportives...

PIAGET situe le mouvement au niveau de l'intelligence sensori-motrice.

Les fonctions de la motricité :

- **L'orientation et le déplacement** : ce font à partir des ajustements posturaux qui vont permettent l'orientation du corps (ou de certaines parties du corps) vers des sources de stimulations réelles ou virtuelles, ces ajustements vont aussi permettent le déplacement. Ces fonctions semblent reposer sur des bases innées.
- **La fonction d'évitement et de protection** : la motricité est une des conditions nécessaires au déplacement et aux ajustements posturaux qui ont pour but d'éviter des stimuli désagréable, douloureux ou dangereux.
- **La fonction d'expression** : attitudes corporelles, mimiques, l'écriture, la danse, le dessin, la gestualité. Ce sont des motricités expressives dont la finalité essentielle est d'entrer en communication.
- **La fonction de construction** : c'est par le mouvement que l'on est capable d'agir sur les objets qui nous entourent. On est capable de les construire, détruire, combiner, modifier...
- **La fonction de prise d'informations** : le sujet va s'informer des stimuli de l'environnement à partir de ses capacités perceptives. Ces prises d'informations s'effectuent si le sujet est actif, si la motricité est engagée.
- **La fonction de développement** : la conduite motrice assure le développement de l'enfant. ce développement résulte de 3 facteurs essentiels :
  - Le patrimoine génétique et le programme de maturation biologique
  - Le programme de croissance
  - Les facteurs extrinsèques : l'ensemble des expériences d'un individu confronté à son environnement

## 4- QUELQUES CONCEPTS DE LA MOTRICITE :

### Mouvement :

- Changement de position ou de place imprimé à un corps ou à l'une de ses parties ;
- Déplacement de pièces osseuses suite à la mobilisation d'une articulation par contraction musculaire ;
- Possède des caractéristiques cinétiques (force) et cinématiques (vitesse, accélération, direction, amplitude).

### Action motrice :

Série d'opérations ou d'actions enchaînées lors d'un mouvement volontaire et sollicitant la participation totale de la personne (facettes physique, cognitive et affective) dans une tâche donnée, pour atteindre un but. Inclut plusieurs mouvements mais dépasse leur simple somme.

### Coordination motrice :

Ajustement spatio-temporel des contractions musculaires pour générer une action adaptée au but poursuivi.

### Neuromotricité :

- Analyse des aspects neurologiques du mouvement. Réfère au contrôle moteur. Quelles sont les relations entre les centres nerveux et les muscles ?
- Programmation, contrôle et acquisition de modèles de mouvements. Facteurs qui les influencent (maturation) et troubles neuromoteurs (ex. : Hémiplegie « Paralyse d'une moitié latérale du corps. »)
- Comment contrôlons-nous nos mouvements ?

### Éducation motrice :

- Partie de l'éducation physique visant en particulier, au préscolaire et au primaire, l'amélioration :
  - De la coordination motrice globale et la formation du schéma corporel ;
  - De la motricité fine et de la calligraphie (Art de former de beaux caractères d'écriture).

### Psychomotricité :

Étude des interactions entre les fonctions psychiques et les fonctions motrices :

- Normales : Comment l'action motrice et la manipulation favorisent-elles le développement et l'acquisition de concepts : les fonctions cognitives, abstraites, dérivent de l'action motrice, concrète.
- Anormales :
  - Troubles psychomoteurs (tonus musculaire, dyspraxies dyspraxie « Mauvaise coordination dans l'exécution des mouvements volontaires », désorganisation spatiale, latéralité « Dominance fonctionnelle d'un côté du corps sur l'autre »),
  - Et psychosomatiques (asthme, énurésie « difficulté d'uriner », migraines).

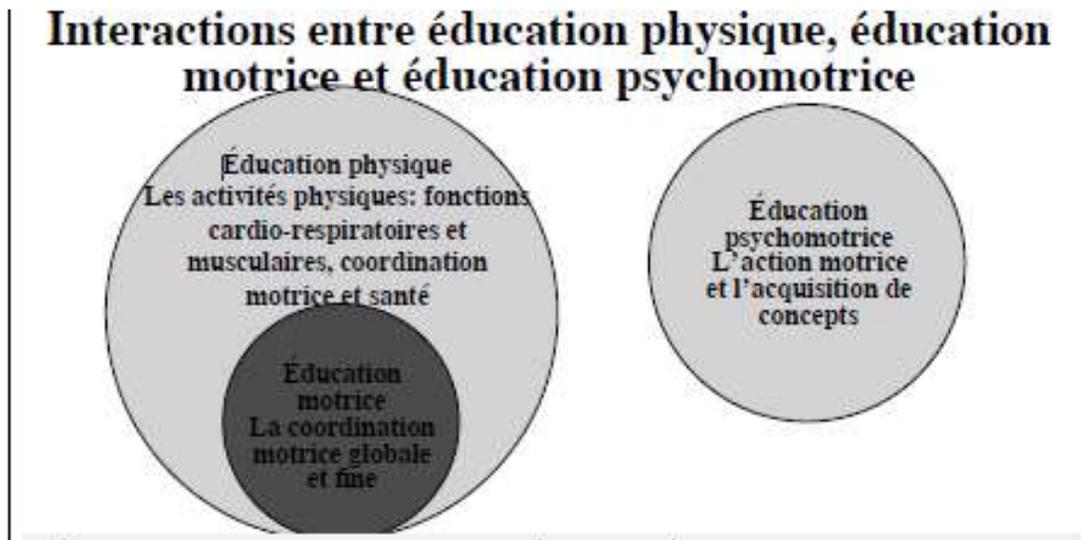
### Éducation psychomotrice :

Approche pédagogique utilisant les actions motrices et la manipulation en combinant le développement du système nerveux et les actions éducatives pour favoriser l'acquisition de concepts, en particulier ceux d'espace, de temps, d'énergie et de contrastes.

### Apprentissage moteur :

Étude des facteurs internes et externes qui influencent l'acquisition de mouvements coordonnés (attention, mémoire, organisation des répétitions, temps de réaction, transfert, etc.).

## Interactions entre éducation physique, éducation motrice et éducation psychomotrice



L'**éducation physique** a deux objectifs disciplinaires spécifiques : l'amélioration des fonctions cardio-respiratoires et musculaires et l'acquisition de la coordination motrice. Elle partage, avec d'autres disciplines, l'acquisition de compétences transversales : l'éducation à la santé et à la sécurité, le développement de règles d'éthique, la coopération avec les autres.

L'**éducation motrice** est incluse dans l'éducation physique. Elle en représente la branche au primaire, époque où les grands patterns moteurs se mettent en place et où des activités appropriées adaptées aux possibilités motrices des élèves permettent d'en affiner la maîtrise en développant la **coordination motrice**. L'évolution naturelle des fonctions neuromusculaires favorise un meilleur contrôle des mouvements que l'on retrouve en **motricités globale et fine**.

L'**éducation psychomotrice** utilise les actions motrices, dans la manipulation en particulier, pour favoriser l'acquisition de concepts : elle favorise le passage du concret à l'abstrait. Son importance éducative diminue parallèlement au développement de l'intelligence opératoire.