



Marie-Armelle SUEL
psychomotricienne

L'axe corporel

PILIER DU DEVELOPPEMENT
SOCLE DES APPRENTISSAGES

C'est quoi?

"L'axe corporel est la ligne imaginaire verticale sur laquelle s'aligne la posture du corps et autour de laquelle s'organisent les mouvements" *Définition tirée du livre Bougeotte psychomot'*

En quoi intervient-il dans les apprentissages?

L'axe corporel, parce qu'il permet le redressement, le contrôle postural, l'ancrage, la latéralité et l'orientation spatiale joue un rôle majeur dans les apprentissages scolaires.

Contrôle postural

Pour développer une posture de travail confortable

L'axe corporel, dans sa dimension posturale, permet le redressement et l'équilibre nécessaire à une position verticale stable.

Pour que la position assise à son bureau soit confortable pour le petit écolier, il faut qu'il ait un bon contrôle postural.

Le renforcement du contrôle postural à travers des jeux d'équilibre va donc favoriser une meilleure intégration de l'axe corporel et donc une position assise plus stable et confortable pour tenir sur la durée en classe.

Ancrage

Pour améliorer les capacités d'attention

L'intégration de l'axe corporel permet à l'enfant d'être plus stable au niveau postural mais aussi au niveau attentionnel. En effet, s'il est bien ancré au sol, il sera en mesure de se poser et donc de porter une attention de meilleure qualité sur ce qui l'entoure.

Pour renforcer la confiance en soi

Être solide sur ses appuis permet aussi d'avoir plus confiance en soi, dans les relations aussi bien que dans les expérimentations. Et l'école, c'est avant tout un lieu d'interaction et de découverte pour l'enfant. S'il a confiance en lui, il pourra se lancer sereinement dans les apprentissages, par plaisir plus que par souci de performance.

Organisation corporelle

Pour une latéralité bien établie

C'est en ayant une bonne conscience de son axe corporel que l'enfant va pouvoir dissocier son côté droit et son côté gauche, les mettre en action indépendamment l'un de l'autre, et expérimenter sa latéralité. De ces expériences découlera souvent une préférence/dominance (main d'écriture, pied d'appui, etc).

Pour une organisation corporelle harmonieuse

L'axe corporel est le point de repère autour duquel s'organisent les mouvements, le pilier sur lequel s'appuient les coordinations. Si ce pilier est solide, l'enfant va pouvoir coordonner ses bras et jambes, dissocier son côté droit et gauche, s'organiser dans l'espace naturellement.

Orientation spatiale

De l'espace salle

L'axe corporel, de par sa dimension de repère, va permettre à l'enfant de se représenter l'espace en termes de droite et de gauche, de devant et de derrière, de haut et de bas... d'abord par rapport à lui, puis par rapport aux autres, à l'environnement, et sur feuille.

A l'espace feuille

Pour s'orienter sur l'espace de la feuille, il faut avoir bien conscience des axes autour desquels s'articulent les différents éléments graphiques.

C'est cette représentation du sens et de la position des choses qui va lui permettre de dessiner, de tracer, d'écrire.



Des histoires en mouvement qui favorisent l'intégration de l'axe corporel!

Si la plupart des histoires du livre CD sollicitent l'axe corporel, certaines s'attachent tout particulièrement à le renforcer, chacune à sa manière: L'école des lapins, La chenille à lunette, Cache-souris, La marmotte à skis, Prêt feu partez, le cirque Monzémerville partie 2: Domi l'équilibriste, La grenouille et le parapluie.



**Pour commander votre exemplaire,
rendez-vous sur:**

<https://bougeotte-psychomot.fr>