

## AGIR ET S'EXPRIMER à 4 ans, c'est ...

L'enfant a besoin de bouger, c'est un besoin physiologique.

Vous pouvez sortir avec lui, marcher, courir, faire du vélo, jouer au ballon, danser avec lui, aller à la piscine...

Ces situations qui développent l'habileté lui permettront d'assurer son équilibre et de se propulser en maîtrisant sa trajectoire et sa vitesse.

## SE DÉPLACER

Se déplacer de différentes manières (ramper, sauter, courir, marcher) ou avec différents objets ou véhicules inhabituels: échasses, planche à roulettes, patins à roulettes, patinette, vélo..., dans des environnements variés.



## LANCER

Lancer un ballon, une balle. Lui proposer de viser une cible (panier, quilles, cage de football, seau...) ou de l'envoyer à quelqu'un placé plus ou moins loin.

Ces actions lui permettent aussi de coordonner et d'ajuster ses gestes.



### L'enfant commence à :

- expérimenter plusieurs manières de lancer (à une main, à deux mains, au pied...) en tenant son équilibre (en se déplaçant...);
- avoir un geste de plus en plus précis, maîtriser sa force selon le résultat souhaité;
- expérimenter différentes façons de se déplacer : sauter, courir, ramper...;
- trouver son équilibre pour faire du vélo sans roulettes.

## S'ÉQUILIBRER

S'équilibrer dans des activités mettant en jeu équilibre et déséquilibre :

- marcher à reculons ;
- se suspendre par les bras ;
- tourner, se balancer.

