

Renforcer la représentation du corps en maternelle

Camille Blondet, Alice Gomez

DANS **CAHIERS PÉDAGOGIQUES** 2025/1 n° 597, PAGES 24 À 25

ÉDITIONS **CRAP - CAHIERS PÉDAGOGIQUES**

ISSN 0008-042X

DOI 10.3917/cape.597.0024

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/revue-cahiers-pedagogiques-2025-1-page-24?lang=fr>



CAIRN . INFO

Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour CRAP - Cahiers pédagogiques.

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur cairn.info/copyright.

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.

Renforcer la représentation du corps en maternelle

Se représenter son corps de manière fine dans l'espace et dans le groupe peut renforcer les compétences plus « académiques » des enfants. Le programme Encor (ENfant et CORps) se propose d'outiller les enseignants de maternelle pour renforcer cette représentation chez leurs élèves.

► LE POINT DE DÉPART

La représentation du corps est une construction mentale de ses parties, de leur position dans l'espace et de l'image de soi. Consciente ou non, elle permet de bouger, de se situer et d'interagir. Dès la naissance, cette représentation du corps se construit à partir des informations sensorielles issues de nos expériences comme l'équilibre, l'audition, la vision, la perception et l'intégration de la position et des mouvements du corps dans l'espace, des sensations de la peau, des tendons, des articulations, etc. L'intégration de nos sens permet donc la formation de plusieurs représentations cohérentes de notre corps qui communiquent entre elles.

Le schéma corporel permet de bouger avec précision, en tenant compte de chaque partie du corps représentée dans le cerveau. En classe, il est utilisé pour manipuler un stylo ou courir. L'image du corps permet de reconnaître visuellement les autres, par exemple un personnage dans un livre. La description de la structure spatiale du corps aide à évaluer notre taille dans l'environnement, utile pour éviter de se cogner en classe. Enfin, la représentation sémantique-lexicale du corps, via le langage, permet de nommer les parties, par exemple « main » ou « bras », et de les catégoriser.

► LES APPRENTISSAGES

Les aires cérébrales utilisées pour la représentation corporelle seraient recyclées pour former un concept abstrait du nombre. Les doigts, par exemple, aident à passer du concept symbolique au concept non symbolique du nombre. De plus, les aires motrices et langagières sont

liées: entendre un mot d'action active les zones du cerveau responsables du mouvement, ce qui soutient la compréhension du discours.

La représentation du corps apparaît d'ailleurs dans les programmes scolaires de maternelle de 2021 dans divers domaines d'apprentissage. Il s'agit de développer la latéralité, la socialisation et une meilleure connaissance de son corps, des compétences essentielles dans l'apprentissage et la coopération.

Diverses pratiques d'enseignement ont récemment émergé. Le programme Encor, développé par des chercheurs, psychomotriciens et enseignants, est justement conçu pour promouvoir ces habiletés en classe (moyenne et grande sections), offrant une approche structurée et fondée sur des preuves testées sur le terrain.

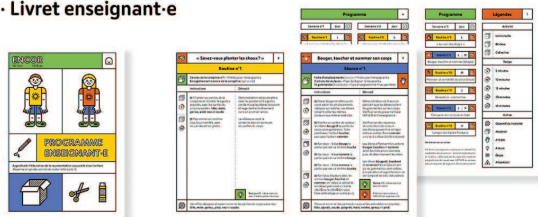
► LES PRINCIPES

La ritualisation est essentielle à l'apprentissage et à la mémorisation. Le programme dure trois semaines, avec des ateliers de quarante-cinq minutes une fois tous les deux jours et des routines quotidiennes de quinze minutes, pour stimuler la représentation du corps par la sollicitation sensorimotrice et la dénomination.

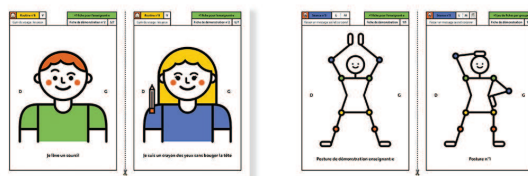
L'enfant est acteur de son apprentissage grâce à un livret métacognitif personnel. En prenant conscience de ses réussites, il apprend à autoréguler son activité. Chaque jour, l'élève renseigne avec son enseignant ses progrès dans le livret, qui renforce aussi le lien école-famille en expliquant aux parents les notions travaillées. Des activités optionnelles sont proposées aux familles pour renforcer ce lien.

Le programme ENCOR – Entraîner la représentation du corps

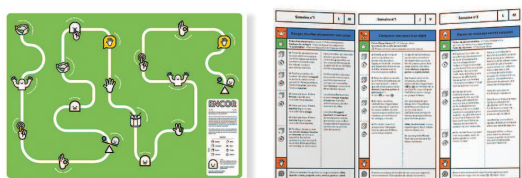
• Livret enseignant-e



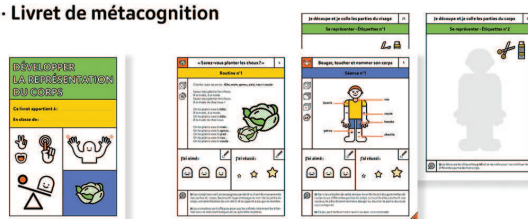
• Fiches d'activités



• Poster – dépliant



• Livret de métacognition



Crédit Marine Monseux

► UN EXEMPLE DE SÉANCE : PASSER UN MESSAGE CORPOREL SECRET

Dans cette séance de fin de séquence, les élèves travaillent sur la proprioception en formant une colonne. Chaque enfant modifie la posture de son voisin ayant les yeux fermés, en déplaçant différentes parties du corps. Ce dernier mémorise sa posture et la reproduit sur le suivant. À la fin, on constate la déformation progressive de la posture initiale.

Ce jeu aide les élèves à mieux percevoir leur corps dans l'espace, à prendre conscience de leur proprioception, compétences essentielles pour la motricité et les apprentissages. Affiner la proprioception est indispensable pour développer le schéma corporel, permettant une représentation du corps pour l'action.

► UN EXEMPLE DE ROUTINE : LA GYM DU VISAGE

L'enseignant distribue des images de bonhommes qui font des grimaces. Les élèves doivent imiter ces expressions: tirer la langue, gonfler les joues, etc.

Ces exercices, comme une gymnastique pour la bouche et les yeux, aident à mieux contrôler ces zones essentielles pour articuler et lire. Les élèves utilisent des miroirs pour corriger leurs mouvements, ce qui affine la précision et

renforce l'apprentissage. Cette routine lie plusieurs sens, favorisant une représentation cohérente et précise du corps.

► RÉSULTATS

Le programme Encor accompagne les enseignants dans l'exploitation des activités corporelles, au-delà de la simple motricité.

Après une première expérimentation auprès de plus de 100 élèves, il est actuellement déployé et testé auprès de 600 enfants dans la région Auvergne-Rhône-Alpes. Les premiers résultats suggèrent des améliorations en termes de motricité, représentation corporelle et compétences mathématiques. ■

Camille Blondet

Doctorante au Centre de recherche en neurosciences de Lyon

Alice Gomez

Enseignante chercheuse en psychologie cognitive et directrice adjointe à la recherche de l'Inspé de Lyon

POUR EN SAVOIR PLUS

Une fiche de séquence Encor est proposée sur Edumooov:

<https://miniurl.be/r-5tpw>.

SUR NOTRE LIBRAIRIE

