

L'éveil par le mouvement

Qui a dit que le sport n'était pas une activité intellectuelle ? Pas Daniel Wolpert en tout cas, neuroscientifique américain, qui affirme que si nous avons un cerveau, c'est pour bouger, assurer un mouvement complexe, tout signal cérébral étant destiné à l'un des 600 muscles qui composent le corps humain. Ainsi, sur le chemin de mens sana in corpore sano, il est sûrement bénéfique de faire pratiquer le plus tôt possible aux enfants des activités sportives adaptées, c'est-à-dire d'éveil psychomoteur par le jeu. Stimulation de la kinesthésie (appréhension du schéma corporel), gain en connaissance de soi, en bien-être et en confiance en soi, l'activité sportive précoce est toujours un apprentissage de l'autonomie. À Fontenay, le choix des activités est large, avec dès 2 ans la bébé-gym de l'Espérance, puis à partir de 3-4 ans, la danse, l'école de ballon, le hapkido, l'école de glace, le patin à roulettes, le baby ping, l'escrime, le judo, le karaté... Focus en trois temps de pause.

PAR CHRISTOPHE JOUAN



1 Bébé-gym pour les 2 à 6 ans : le parcours du combattant molletonné

Le petit Sacha, 2 ans, agrippe une barre fixe sous l'œil de sa maman Mélanie. Solen, animatrice sportive de l'Espérance est à la parade pour l'aider à la manœuvre : rouler par-dessus la barre en ne lâchant pas prise. L'atterrissage se fait en douceur sur un matelas moelleux. Maman récupère la main de son petit acrobate, qui gambade déjà vers l'obstacle suivant. Sacha, comme tous ses petits camarades du créneau bébé-gym pour les 2 à 4 ans, va ramper, rebondir, rouler-bouler, escalader, se suspendre dans le vide et... sauter. « *Le moindre temps mort dans le parcours, et l'enfant se distrait...* », d'expliquer Solen. « *Grâce aux agrès de gymnastique, nous testons les capacités motrices des enfants de différentes façons. Tout est présenté sous forme de jeu, mais chaque obstacle a sa raison d'être éducative.* » Mélanie : « *L'activité permet à Sacha de se découvrir mais aussi de sociabiliser avant d'entrer à l'école. Et c'est un temps privilégié entre nous...* » En attendant le créneau des 4 à 5 ans où les enfants lâchent la main de leurs parents sur le chemin de l'autonomie...

Tarifs : 204 € - 214 € pour les poussins (4-5 ans).

Tél. : 06 09 69 62 31.

Courriel : assesperance@aol.com - Site : www.esperancefsb.org

2 Jardin aquatique pour les 3 à 5 ans : par ici la poussée d'Archimède !

« *Quand ils comprennent l'effet de l'eau sur le corps, ça va tout seul...* » Océane, animatrice sportive à l'USF natation, vient de mettre à l'eau une quinzaine d'enfants âgés de 3 à 5 ans. « *Le jardin aquatique vise à familiariser l'enfant avec l'eau.* » Au milieu des bambins qui barbotent dans le petit bassin, Océane invite à l'aventure sous-marine : « *À trois, on va tous se cacher dans l'eau !* » De Nataël, 4 ans, à Titia, 5 ans, tout le monde est ok, si ce n'est deux petits garçons rétifs qui tentent de faire déborder la piscine Allende de leurs larmes de crocodiles. Océane dégage sa botte secrète : les jouets flottants. Les deux froussards à la peur bleue finissent par se mêler au groupe. « *On développe l'autonomie et la confiance des enfants par le jeu. Petit à petit, ils acquièrent le principe de flottaison et commencent à se déplacer dans l'eau avec plus d'aisance. À la fin de l'année, on peut éventuellement aborder la brasse.* » Véronique, maman d'Amandine, 4 ans : « *C'est plus facile d'apprendre à nager quand on est enfant. J'ai appris à 20 ans, alors je sais de quoi je parle...* »

À partir de 3 ans.

Tarif : 210 € l'année complète

(126 € pour une inscription en janvier).

Tél. : 01 49 74 74 97.

Courriel : usfnatation@gmail.com