

# En route vers la maternelle



De façon générale, il n'est pas nécessaire de « préparer » les enfants à la maternelle. Durant sa petite enfance, l'enfant développe plutôt naturellement les compétences qui lui seront utiles pour bien fonctionner au préscolaire (maternelle).

Par exemple :

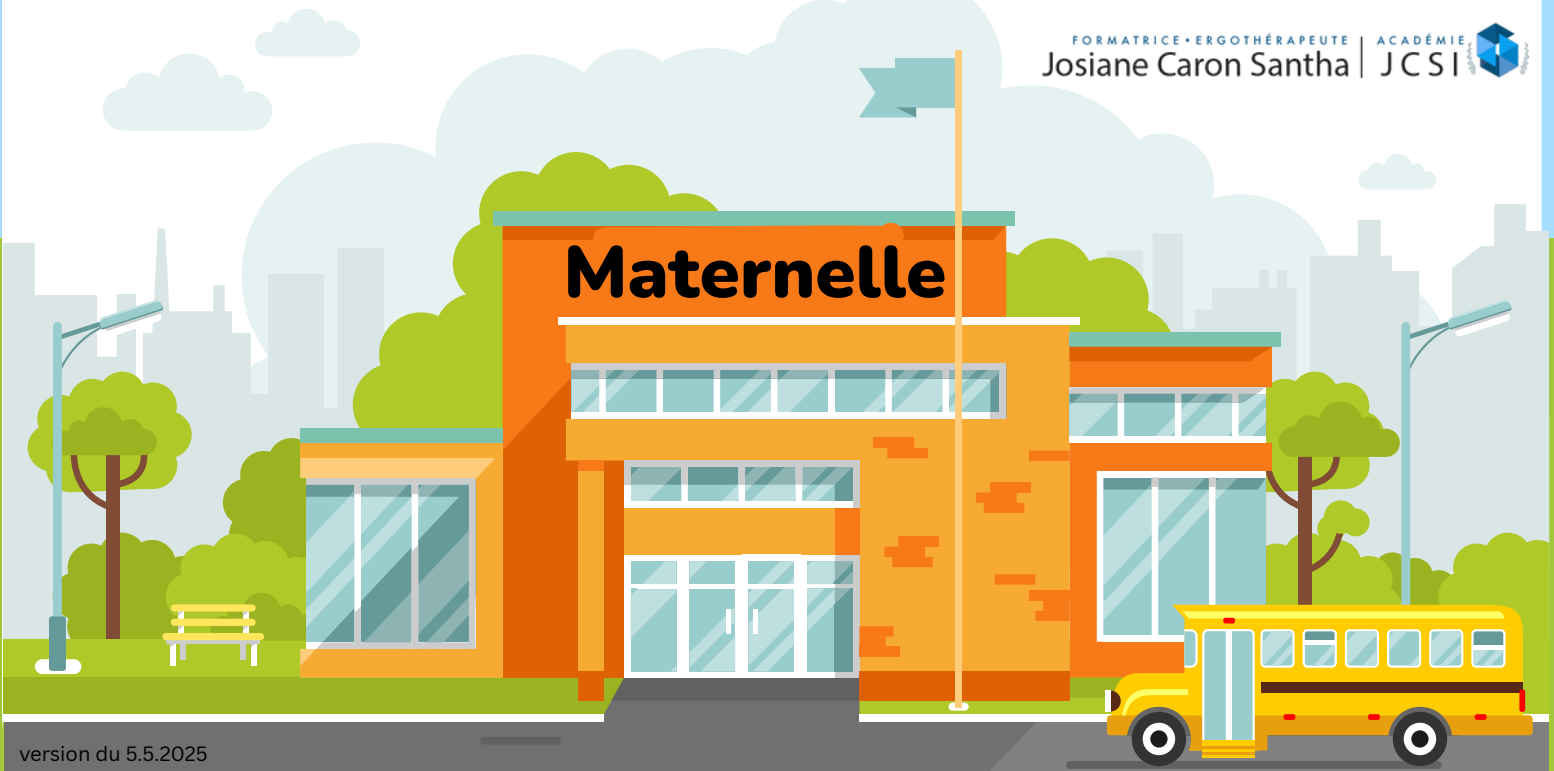
- Il aura démontré de l'intérêt pour différents concepts (ex. formes, couleurs, nombres...)
- Il se sera intéressé à des outils tels que les crayons et les ciseaux.
- Il aura observé son environnement et développé l'intérêt de le représenter avec des dessins.
- Il aura demandé qu'on le laisse prendre de l'autonomie, par exemple avec son habillage.

**COMMENT UTILISER LA GRILLE ?** La grille de la page suivante est une grille de repères développementaux. Les habiletés décrites sont celles généralement développées à l'âge de l'enfant indiqué en haut de la liste. Donc, pour la maternelle 4 ans, les habiletés dans le document sont celles acquises entre 3-4 ans. **Ainsi, on s'attend que ces habiletés seront démontrées pour l'enfant qui débute la maternelle 4 ans** (qui aura entre 4-5 ans au moment de son entrée à la maternelle selon sa date de naissance). Les habiletés 4 ans, ne sont pas répétées dans la grille 5 ans. Il faut donc considérer que celles-ci sont aussi comprises dans la grille 5 ans.

La grille n'est pas une liste d'exigences pour la maternelle. Elle ne peut pas prédire comment l'enfant fonctionnera au préscolaire. Chaque enfant se développe à son propre rythme.

La grille est partagée dans une optique éducative pour vous aider à créer des contextes stimulants pour votre enfant d'ici son entrée à la maternelle. Elle n'a aucune valeur diagnostique. En cas de préoccupation au sujet du développement d'un enfant, toujours consulter un médecin / professionnel du développement de l'enfant comme l'ergothérapeute.

FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE | ACADEMIE  
Josiane Caron Santha | JCSI 



# En route vers la maternelle 4 ans



## Motricité

- Court habilement (ex. contourne des obstacles)
- Utilise la majorité des équipements au parc
- Se tient debout sur un pied quelques secondes
- Lance, attrape et botte un ballon
- Tient les crayons avec ses doigts (pas toute la main)
- A une main dominante (favorise toujours la même main avec les outils (crayon, ciseaux, ustensiles))
- Découpe sur une ligne droite
- Construit une tour de 10 blocs
- Colorie à l'intérieur d'une forme (peut dévier encore un peu mais essaie de rester à l'intérieur)
- Enfile des petites billes

## Langage et communication

- Dit son nom complet (prénom et nom de famille)
- Est compris par la majorité des étrangers quand il parle
- Invente / raconte des histoires simples
- S'exprime avec des phrases complètes (au moins 4 mots)
- Attend son tour pour parler
- Comprend le langage courant de tous les jours
- Récite des comptines et des chansons pour enfants
- Demande de l'aide quand il en a besoin

## Attention- concentration

- Écoute une histoire jusqu'au bout
- Prend des initiatives (ex. sortir un jeu, enlever sa veste s'il a chaud)
- Joue à un même jeu pendant au moins 5 min
- Exécute des consignes qui ont au moins 3 étapes (ex. range ton jouet, va laver tes mains puis mets tes souliers)
- Participe à des jeux qui ont des règles

## Autonomie

- S'habille et se déshabille seul (sauf pour les attaches)
- Ouvre et ferme des contenants
- Mange proprement
- Lave bien ses mains
- Se mouche en s'essuyant avec le mouchoir
- S'essuie seul à la selle\* (p.4)

## Perception et cognition

- Imité quelque chose qu'on lui démontre (ex. jeu)
- Copie des lignes verticales, horizontales et des cercles
- Réalise des casse-tête d'au moins 12 morceaux
- Dessine avec intention de représenter quelque chose (même si les autres ne peuvent l'identifier)
- Dessiner une ébauche de bonhomme (têtard)
- Nomme les formes et les couleurs
- Compte jusqu'à 10
- Nomme les parties du corps principales
- Est curieux, pose des questions
- Comprend les liens logiques (ex. on met un imperméable pour se protéger de la pluie)
- Il perçoit et trouve les incongruités visuelles (ex. un soleil carré, une pomme bleue) amusantes
- Commence à trouver des solutions à ses problèmes

## Social et affectif

- Se sépare facilement de ses parents
- Exprime plus ses besoins physiques avec des mots (ex. J'ai faim, je suis fatigué, j'ai chaud)
- Exprime plus ses émotions avec des mots ou des postures ou des gestes (ex. croiser les bras) que des comportements (ex. lancer ou taper)
- Aime jouer avec d'autres enfants
- Est curieux / excité de faire une nouvelle activité
- Initie et apprécie les jeux imaginaires/ symboliques
- Peut attendre son tour (ex. pour glisser au parc)
- Peut aider un copain qui lui demande de l'aide
- Accepte de partager même s'il n'aime pas ça
- Tolère des délais, refus et des frustrations
- Se calme rapidement après de grandes émotions avec l'aide de l'adulte
- Connaît et utilise les règles de politesse (svp, merci, bonjour)

*Ce document peut être partagé sans restriction, cependant, ne pas séparer cette page de la page précédente avec les paramètres d'utilisation.*



# En route vers la maternelle 5 ans



## Motricité

- S'installe et se propulse aux balançoires du parc
- Utilise l'escalier en plaçant un pied sur chaque marche sans avoir besoin de tenir la rampe
- Se tient debout sur un pied plusieurs secondes
- Lance et attrape une balle lancée doucement
- Peut sauter de plusieurs façons
- Se déplace à vélo avec des roues d'appoint (peut-être sans) sans heurter les obstacles
- Sa dominance manuelle est bien établie (dessine, découpe et mange avec la même main)
- Colorie avec peu de déviations
- Découpe des formes simples (carré, cercle)  
Fait un noeud

## Social et affectif

- Comprend les règles et s'y conforme généralement
- Reconnaît les émotions de base (joie, colère, tristesse, peur) sur des images ou le visage des autres
- Exprime sa colère la plupart du temps avec des mots
- Va vers l'adulte pour obtenir de l'aide ou du réconfort et accepte les stratégies qu'on lui propose lorsqu'il a de grandes émotions ou vit un conflit
- S'intéresse à son rendement, fait des efforts et démontre de la fierté / déception selon le résultat
- Joue à des jeux coopératifs, de rôles ou qui ont des règles simples avec d'autres enfants
- Accepte de faire des compromis
- Commence à établir des liens d'amitié (sont cependant superficiels et changeants)
- Agit différemment avec les personnes en situation d'autorité
- Comprend que l'autre peut avoir une perspective différente de la sienne
- Partage ses choses

## Attention- concentration

- Écoute une histoire ou une autre personne avec intérêt
- Reste assis au moins 20 min pour faire une activité à la table.
- Réalise un bricolage simple en 3 étapes (ex. colorie, découpe, colle) sans rappel
- Persévère quelques minutes avant de laisser tomber une activité
- Peut se concentrer sur une activité malgré des bruits et des personnes qui bougent autour de lui.

## Perception - cognition

- Copie une croix (+) et un carré
- Ses dessins sont identifiables par les autres
- S'amuse à compter des choses (jusqu'à 10)
- Chante la chanson de l'alphabet, s'intéresse aux lettres et reconnaît certaines (ex. celles de son nom)
- Peut créer une suite d'objets en fonction d'une règle (ex. alterner les billes rouges et les bleues)
- Est créatif dans ses jeux de rôles et symboliques avec des figurines (varie les scénarios)
- Aime faire semblant d'écrire son nom
- Peut trier des objets en fonction d'une catégorie (ex. animaux, jouets, nourriture)

## Langage et communication

- A un vocabulaire varié et prononce la plupart des sons correctement
- Comprend des concepts relatifs (petit vs gros ou avant vs après ou plus vs moins ou hier vs aujourd'hui vs demain)
- Pose et répond à des questions qui comportent les mots (qui, quand, où, comment, pourquoi et combien)
- Participe à des conversations avec plusieurs aller-retour sur un même sujet
- Peut raconter son vécu de manière cohérente
- Perçoit l'humour dans une blague ou un jeu de mots (ou avec aide selon la subtilité)

## Autonomie

- S'occupe seul de façon créative
- Mange proprement
- Peut ouvrir et fermer des contenants
- Attache une fermeture éclair
- Met ses souliers aux bons pieds
- Se mouche seul (et pense à le faire de lui-même)
- Utilise la salle de bain seul (gestion des vêtements, essuyage et lavage des mains).

***Ce document peut être partagé sans restriction, cependant, ne pas séparer cette page de la page précédente avec les paramètres d'utilisation.***



# En route vers la maternelle



## Des idées pour l'enfant qui débute bientôt la maternelle... !

- Donnez à l'enfant des **responsabilités** valorisantes, par exemple être le responsable de l'arrosage d'une plante, rapporter son assiette sur le comptoir après le repas...
- Encouragez l'**autonomie** dans les activités d'alimentation (ouvrir / fermer une boîte à lunch et les contenants), d'habillage, d'hygiène.
- Exercez l'utilisation d'une **toilette** publique (loquet, essuyage, chasse d'eau, laver les mains, distributeur de papier brun). \*C'est normal d'avoir encore de la difficulté avec l'essuyage à 4 ans mais l'enfant ne pourra pas toujours être aidé selon milieu scolaire.
- Jouez dehors. Allez courir, sauter, grimper, faire du vélo, à la piscine, jouez au ballon pour développer la **motricité globale**... Allez souvent au parc et visitez différents parcs pour varier les défis.
- Il pleut ? sauter dans les flaques d'eau, prenez une marche avec un parapluie. C'est l'hiver ? Jouez dans la neige, construisez un bonhomme de neige, glissez, marchez sur des bancs de neige.
- **Conversez** avec votre enfant. Demandez-lui de raconter sa journée et incitez-le à écouter le récit de votre journée et à poser des questions.
- Sollicitez son **opinion** (Que préfères tu entre les pommes et les raisins ? Pourquoi ? Incitez-le à prendre des décisions (Quel pantalon aujourd'hui ? Pourquoi ?).
- Lisez des livres **et discutez... Pourquoi il fait ça selon toi ? Que penses-tu qu'il devrait faire ?**
- **Dessinez !** Variez les positions (à une table, couché sur le ventre, debout face au mur, assis au sol, à genoux), les outils (crayons de cire, de bois, feutres, craies).
- Réalisez des activités stimulant la **créativité** et la **motricité fine** (bricolages, construction avec des matériaux recyclés, des blocs, de la pâte à modeler, dessiner avec des craies sur l'asphalte...).
- Parlez **émotions** ! Comment les reconnaître sur soi et les autres ? Comment les exprimer ? Explorez des stratégies pour gérer les peurs et les colères. Exercez-les dans des jeux de rôles ou de figurines.
- Jouez à des **jeux de société** simples qui ont des règles, des petits objets et un dé à manipuler).
- Créez des opportunités de jouer avec d'autres **enfants** (connus et nouveaux).
- Considérez la participation à des activités de **groupe** avec des règles et des moments d'attentes (ex. cours de danse, natation, soccer, arts martiaux, camps de jour).

**L'enfant apprend en jouant. Le rôle de l'adulte est de créer des opportunités qui vont naturellement stimuler son développement (pas de lui enseigner des capacités).**



# Idées d'activités de motricité globale



## Posture

- Aller au parc pour courir, grimper, glisser, se balancer...
- Créer des parcours moteurs (ex. sauter par dessus des coussins et ramper sous les tables)
- Inventer comment marcher comme des animaux (ex. un crabe, un ours ou une grenouille)
- Pousser une grosse boîte ou un bac
- Danser au sol comme si on était un vers de terre, une chenille qui se dandine.
- Jouer à un jeu de société allongé sur le ventre ou à genoux devant une petite table
- Faire du yoga
- Rouler au sol, dans l'herbe ou sur la neige

## Coordination

- Danser librement au son de la musique
- Faire du limbo dans le couloir ou un cadre de porte sous une ligne avec du ruban de peintre
- Sauter de différentes façons (en longueur, en hauteur, en étoile, dans un cerceau, par dessus les lignes du trottoir, à cloche-pied en gambadant, dans un jeu de marelle, dans un jeu d'élastique, pour attraper des bulles...)
- Faire des mouvements croisés (la main gauche touche le genou droit et vice versa)
- Lancer des peluches ou des chaussettes roulées dans un panier à linge

## Équilibre

- Se tenir debout sur un pied comme un flamant rose (de plus en plus longtemps)
- Marcher sur une ligne en ruban de peintre dans le couloir de la maison
- Se tenir debout les yeux fermés (si c'est facile on le fait sur un coussin)
- Marcher avec quelque chose (de mou) sur la tête (ex. une peluche) sans l'échapper

**Vous voulez voir certaines de ces idées en action ?**

**Jetez un coup d'oeil à mes marches d'animaux et à mon corridor moteur**



VIDÉO



VIDÉO



# Idées d'activités de motricité fine



- Faire des bijoux en enfilant des pâtes alimentaires, des céréales, des boutons ou des perles
- Peindre avec des coton-tige, un pinceau ou un compte-goutte avec de l'eau sur du papier construction
- Faire une guirlande de trombones ou les installer sur des cartes à jouer (selon le chiffre sur la carte)
- Faire des confettis en déchirant une feuille de papier en tout petits morceaux, avec un poinçon ou en découpant une mince languette de papier avec des ciseaux.
- Insérer des tiges de spaghetti dans une boule de pâte à modeler sans les briser
- Tous les jeux de cartes qui demandent de retourner, distribuer, tenir en mains (en éventail)
- Habiller et déshabiller une poupée ou installer ses vêtements sur une corde à linge
- Installer (et retirer) des élastiques autour de différents objets
- Coller des autocollants sur quelque chose pour décorer
- Chiffonner des papiers et publicités prêts à être recyclés
- Construire avec des petits blocs
- Dessiner à l'intérieur de pochoirs
- Colorier avec des crayons de cire (4 ans) et de bois (5 ans)
- Faire un serpent de pâte à modeler ou des formes avec des accessoires
- Transvaser de l'eau au compte goutte
- Faire des casse-tête
- Plier du papier pour faire des petites maisons ou des avions
- Jouer au magasin et ramasser des sous avec une seule main.



## **Vous cherchez des activités structurées ?**

**Jetez un coup d'oeil à la série 10 activités pour stimuler la musculature d'écriture (les muscles de la prise et du contrôle du crayon)**



VIDÉO



# Ressources vers la maternelle



## L'apprentissage du découpage chez l'enfant

**Livre numérique :** Programme de stratégies et 50 projets pour initier ou aider l'enfant à progresser au découpage.



## Webinaire : Vers la maternelle avec 4 les pros

**(en direct le 4 juin 2025)** ou en rediffusion (jusqu'au 4 octobre) :

*Pour préparer la rentrée*

- Josiane Caron Santha, ergothérapeute
- Sarah Hamel, psychoéducatrice
- Marie-Eve Pageau, orthophoniste
- Cosette Gergès : nutritionniste



LES 4 PROS  
ABC

Vers  
**LA MATERNELLE**  
pour préparer la rentrée

WEBINAIRE et OUTILS NUMÉRIQUES

En REDIFFUSION ✓

4 JUIN 2025