

Le développement psychologique des enfants et adolescents

Aspects	Petite enfance : 4 à 7 ans	Grande enfance : 7 à 12 ans
MORPHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Ralentissement de la croissance - Ralentissement de la prise de poids, amaigrissement - L'enveloppe grasseuse diminue - Nouveaux points d'ossification en liaison avec la locomotion 	<ul style="list-style-type: none"> - La taille augmente sensiblement, le poids aussi - La graisse disparaît - Des points d'ossification en liaison avec la locomotion apparaissent - Pour la première fois, le thorax prédomine sur l'abdomen
FONCTIONNEL	<ul style="list-style-type: none"> - Appareil cardio-pulmonaire encore faible - Articulations simples et laxes - Musculature peu développée - Tonus de soutien assez faible 	<ul style="list-style-type: none"> - Le volume du coeur augmente - L'appareil musculaire devient plus élastique et contractile - Le tonus d'attitude est encore faible (des déviations vertébrales peuvent apparaître)
MOTEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Acquisitions motrices rapides - Bonne coordination globale du mouvement spontané - Age de la « bougeotte », grand besoin d'activité - Imitation des adultes 	<ul style="list-style-type: none"> - Période d'épanouissement de tous les gestes naturels, acquisition rapide d'automatismes - Les mouvements deviennent précis - L'équilibre s'affermi (patinage, ski, etc..) - Acquisition du premier schème (à une meilleure image corporelle)
PSYCHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Comportement d'identification aux parents - Phases d'opposition avec refus de coopérer - Bouffées de turbulence, d'agitation, d'espiègleries - Attention fragile : âge du merveilleux 	<ul style="list-style-type: none"> - Gros progrès de développement psychologique - Essais de formulation critique (pensée logique) - Devient plus disponible face à l'adulte - Besoin d'initiative et d'indépendance - Découverte de la règle du jeu
SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Compétition avec parents, détachement du monde des adultes - Association avec enfants du même âge - Alternance entre activité solitaire et associée - Peu de différence de comportement entre garçons et filles 	<ul style="list-style-type: none"> - Equilibre entre intérêts intérieurs et extérieurs à la famille - Stade de l'association, de l'organisation, en groupe de jeu - Revendique une certaine auto - liberté - Apparition du désir de compétition - Début de ségrégation entre garçons et filles
INDICATIONS ET CONTRE INDICATIONS	<ul style="list-style-type: none"> - Nécessité d'une ambiance hygiénique, d'un climat calme et compréhensif - Faciliter le libre apprentissage - Proposer de nombreux jeux - Eviter les mouvements de force et immobilisation prolongée - Varier les activités, éviter les répétitions trop nombreuses 	<ul style="list-style-type: none"> - Dépense son énergie d'une façon peu économique et peut se fatiguer au cours d'un effort soutenu - L'exercice physique doit rester attrayante - Avoir des groupes homogènes - Les démonstrations sont ici importantes - Soigner les attitudes, pas d'exercice de force - Ménager un temps de repos à l'entraînement

Aspects	Puberté 13-17 ans chez les garçons 13-15 ans chez les filles	Adolescence 17-19 ans chez les garçons 15-18 ans chez les filles
MORPHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Pousée importante de croissance - Retard du développement des viscères, disgrâce physique (échassier) - Inégalités des membres quelquefois, d'où déséquilibre et compensation du rachis - Développement progressif des organes génitaux 	<ul style="list-style-type: none"> - Le poids augmente, la taille diminue (harmonisation progressive) - Maturation des organes génitaux - Le développement musculaire s'accroît chez les garçons - Légère phase grasseuse chez les filles
FONCTIONNEL	<ul style="list-style-type: none"> - Dysharmonie fonctionnelle des glandes endocrines - Troubles de l'appétit, insomnie, variation de l'humeur - Grande fragilité aux variations climatiques - Grande fatigabilité 	<ul style="list-style-type: none"> Thorax élargie vers une aisance du jeu cardio – respiratoire - Le rythme cardiaque se ralentit - Sur le plan nerveux, une plus grande stabilité - Meilleure adaptation aux conditions climatiques
MOTEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Modification du schéma corporel - Instabilité motrice vers : hyper-impulsivité, hypo ralentissement - Mouvements parasites - Incoordination passagère 	<ul style="list-style-type: none"> - Différenciation nette entre motricité des garçons et des filles - Impression de puissance chez les garçons - Chez les filles, activité plus instinctive vers l'expression corporelle - Meilleur contrôle, faculté d'analyse
PSYCHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Toutes ces transformations inquiètent - Réactions de prestance (fou - rire) - Jeu verbal (ne veut pas avoir tort) - Esprit très critique, jugement de valeur souvent outrancier - Négativisme et obstruction - Va de l'enthousiasme à la dépression 	<ul style="list-style-type: none"> - Volonté de puissance : garçons - Volonté de séduction : filles - Socialisation de l'agressivité - Disponibilité pour présent et perspectives d'avenir - Besoin de modèles sociaux, d'activités culturelles, de coopération
SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> Recherche de l'ami, du confident - Options sur vie professionnelle, vie politique, religieuse (idéaux sociaux) - Oppositions aux structures familiales, scolaires, sportives 	<ul style="list-style-type: none"> - Association vers un but - Recherche de l'adulte pour son expérience technique - Recherche d'une vie sentimentale - Autonomie
INDICATIONS ET CONTRE INDICATIONS	<ul style="list-style-type: none"> - Grande fatigabilité qui va vers explosions pathologiques - Ne pas forcer, heurter, car c'est l'âge de l'anxiété, de l'irritation, de l'impatience - Danger de la compétition qui peut aboutir à l'échec au lieu de l'affirmation de soi - Donner des responsabilités - Etre toujours prudent, attentif et être le confident 	<ul style="list-style-type: none"> - Eviter le surmenage - Favoriser les acquisitions techniques

Caractéristiques des différents publics

Les différents publics :

- *enfants de 4 à 7 ans
- *enfants de 7 à 12 ans
- *adolescents de 13 à 18 ans
- *adultes de 18 à 60 ans
- *3ème et 4ème âge
- *habitants en milieu urbain
- *habitants en milieu rural
- *handicapés physiques
- *handicapés mentaux
- *publics difficiles
- *public du milieu carcéral
- *public du milieu du travail
- *femmes enceintes
- *athlètes de haut niveau
- *etc...

Construction de la séance de travail

Faire réfléchir le groupe sur les éléments constitutifs des caractéristiques des différents publics

1-quelles rubriques pourraient être retenues pour la recherche (30mn)

2-identification des éléments caractéristiques pour chaque rubriques (2h)

- *adultes
- *enfants
- *adolescents
- *

3-demander aux stagiaires de compléter les tableaux lors des différentes interventions de l'UF2 pour :

- *handicapés mentaux
- *handicapés physiques
- *publics difficiles

4- les stagiaires sont invités à compléter les autres tableaux individuellement ou en groupe à leur convenance.

Les caractéristiques des différents publics

Public adulte

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
capacité à : - La représentation (traitement de l'information et analyse) - S'appuyer sur l'expérience - Apprécier ses capacités et son potentiel - S'auto contrôler (mental) - Réaliser un effort de volonté - Théoriser - Retenir ce qui a été fait	- implication au projet - Démarche personnelle libre : *entretien *narcissisme *performance *activité à caractère social *sensation (musculaire, générale) *effet de mode *confrontation du milieu : dépassement de soi (escalade) - Besoin d'une activité réelle et non virtuelle	- Ménager l'égo - Si reprise d'activité > progressif - Tenir compte de l'avancée en âge (20/30, 40/60...)	- Entretien musculaire, G.V., fitness... - Sensation : rafting, saut à l'élastique, - Mode : VTT, golf - Social : foot - Performance : activités de compétition - Confrontation : judo, karaté... - Rencontre d'autres milieux	-écouter pour connaître, connaître pour répondre aux différents besoins -évaluation de départ d'activité et de suivi d'activité -proposer du concret et l'expliquer -mettre en place et répéter l'action -analyser les causes de l'échec éventuel
difficultés à : - Modifier ses repères (limitation de la spontanéité et de l'imagination)				

Public du milieu du travail

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
-Idem adulte	- Culture d'établissement liée à la prévention des accidents du travail - Amélioration de la rentabilité - Améliorer l'image de marque de l'entreprise ou simplement contribuer à cette image -loisir/détente	-idem adulte	- Sports collectifs - Tourisme - Sports de pleine nature - Sports à risques - Sports sensation -EPUP - Yoga, relaxation	-récompenser, encourager -permettre l'évasion -convivialité -réduction des tensions internes au groupe -attentif au climat de l'entreprise -attentif aux rapports hiérarchiques

Les caractéristiques des différents publics

Public 3ème / 4ème âge

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
<ul style="list-style-type: none"> - Diminution des capacités cardiaque et musculaire - Diminution de l'élasticité et de la souplesse liée à la déshydratation - Augmentation de la fragilité osseuse - Augmentation du risque d'accident - Altération de l'équilibre - Réutilisation des acquis (mémoire et intellect.) - Appréhension pour certaines activités (peur du risque) - Augmentation de l'opiniâtreté car > capacité de volonté et d'endurance 	<ul style="list-style-type: none"> - Convivialité - Investissement dans vie associative - Besoin social augmente - Besoin d'utilité - Hygiène vitale, corporelle - Santé - Augmentation de l'espérance de vie (plus longtemps et mieux) 	<ul style="list-style-type: none"> - Inventaire du potentiel physique disponible - Contrôle de l'intensité des séances (modérée) - Augmentation de la mise en train et des temps de repos - Prendre un maximum de mesure de sécurité 	<ul style="list-style-type: none"> -G.V. - Randonnée pédestre - Natation - Golf -VTC - Danses de salon - Ski de fond - Yoga, relaxation 	<ul style="list-style-type: none"> -être calme, patient -être à l'écoute des problèmes -adaptation de chaque exercice et séance -prudence permanente -être attentif à la dynamique du groupe -rigoureux sur les consignes >prudence -d'avantage de tolérance sur l'exécution des tâches : les performances sont en baisse

Public femmes enceintes

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
<ul style="list-style-type: none"> - Idem adultes - Travail sur le schéma corporel - Changement du centre de gravité - Distension de la paroi abdominale 	<ul style="list-style-type: none"> - Bien être / loisir - Préparer le retour de couche - Convivialité - Lever les appréhensions de l'accouchement 	<ul style="list-style-type: none"> - Réduire la cambrure lombaire - Bascule du bassin > rétroversion / antéversion - Eviter pression sur le ventre et position ventrale - Peu ou pas d'impulsion et réception - Eviter la station debout et immobile, les flexions accroupies prolongées (phlébite) 	<ul style="list-style-type: none"> - Yoga - Relaxation - Natation - Marche - Gym douce 	<ul style="list-style-type: none"> -être attentif aux précautions à prendre -ne pas focaliser sur l'état de la personne qui est tout à fait normal

Les caractéristiques des différents publics

Public enfants 4 à 7 ans

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
<ul style="list-style-type: none"> - Peu de volume musculaire - Système cardio - pulmonaire faible - Tonus de soutien faible - Articulations souples et laxes - Psycho : obéissance/opposition - Instabilité psychomotrice parfois agitation 	<ul style="list-style-type: none"> - Etre sollicité physiquement - Vivre des expériences motrices et intellectuelles - Etre félicité et encouragé (image de soi) - Jouer avec d'autres (relations) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pas d'entraînement excessif pendant et avant la puberté - Pas d'exercice de force - Pas de travail musculaire prolongé 	<ul style="list-style-type: none"> - Maîtrise de l'équilibre - Coordination globale - Structuration temporo spatiale - Contrôle de la respiration - Jeux sportifs et de loisirs *équilibre *coordination *orientation *adresse *latéralité 	<ul style="list-style-type: none"> -pas d'exclus du groupe -progrès si équilibre entre vouloir et pouvoir <p>effort = joie = réussite</p>

Public enfants 7 à 12 ans

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
<ul style="list-style-type: none"> -développement du système cardio respiratoire -développement du squelette (taille) -tonus faible = fatigue -analyse psychologique -besoin de justice -apprentissage des règles -esprit de compétition apparait -courses et sauts -uniquement fonction aérobie et anaérobie alactique 	<ul style="list-style-type: none"> -beaucoup de mouvement -respect des règles -socialisation -travail de souplesse et de coordination <p>jouer et bien</p>	<ul style="list-style-type: none"> -se fatigue vite -suivi médical *rôle préventif *rôle de surveillance *rôle de contrôle *rôle d'éducation 	<ul style="list-style-type: none"> -vitesse et endurance -développer les automatismes et pas trop de spécialisation -gestes simples et justes -courses, sauts, lancers -passages d'obstacles -grimper -jeux de rapidité, d'adresse, d'esquive, -natation, ski, danse -exercices de rythme -exercices respiratoires et de contrôle des attitudes 	<ul style="list-style-type: none"> -séances de 45mn maxi + récupération suivi de relaxation -épanouissement harmonieux entre organes internes végétatifs et organes de la vie de relation -activités physiques et intellectuelles en réponse aux besoins

Les caractéristiques des différents publics

Public adolescents

Aptitudes physiques et mentales	Motivations et besoins	Précautions à prendre	Activités proposées	Observation du comportement et rôle de l'éducateur
<ul style="list-style-type: none"> - Développement et modifications physiques et psychologiques - Différences se creusent entre garçons et filles - Force augmente jusqu'à 3 fois entre 12 et 18 ans - Age des défis (notion de risque) - Structuration de la personnalité - Besoin du groupe (vie associative) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pratique sportive pour un développement complet et harmonieux du corps - Narcissisme - Compétition = motivation 	<ul style="list-style-type: none"> - Très fatigable (contrôle de l'effort) - Hygiène alimentaire, vitamines, croissance 	<ul style="list-style-type: none"> - Commencer par une pratique variée puis spécialiser peu à peu - Activités d'expression corporelle 	<ul style="list-style-type: none"> - Fixer un cadre clair de fonctionnement --tenir compte de la fatigabilité