

Rythmes de vie et activité physique chez le jeune enfant

UTM LLSHS

UNIVERSITÉ PARIS 13

PETITE ENFANCE
SOCIALISATION ET TRANSITIONS

EARLY CHILDHOOD, SOCIALIZATION & TRANSITIONS



COLLOQUE INTERNATIONAL ORGANISÉ PAR LE LABORATOIRE EXPERICE ET LE CNAM

VENDREDI 13 ET SAMEDI 14 NOVEMBRE 2015
CNAM, PARIS



BRIGITTE MAINGUET

PERRINE GOREZ

brigitte.mainguet@univ-lille2.fr

perrine.gorez@univ-lille2.fr

PROJET CRÈCHE : MONTRER LES EFFETS DE L'AP POUR L'ENFANT, LES PARENTS ET LES PROFESSIONNELS



PARTIE 1 CONTEXTE DE L'ÉTUDE : les constats

L'EDT DES PARENTS
LA SÉDENTARITÉ
LA QUALITÉ DU SOMMEIL

CONSTAT 1 : Les parents et leur EDT, TEMPS DES LOISIRS ?

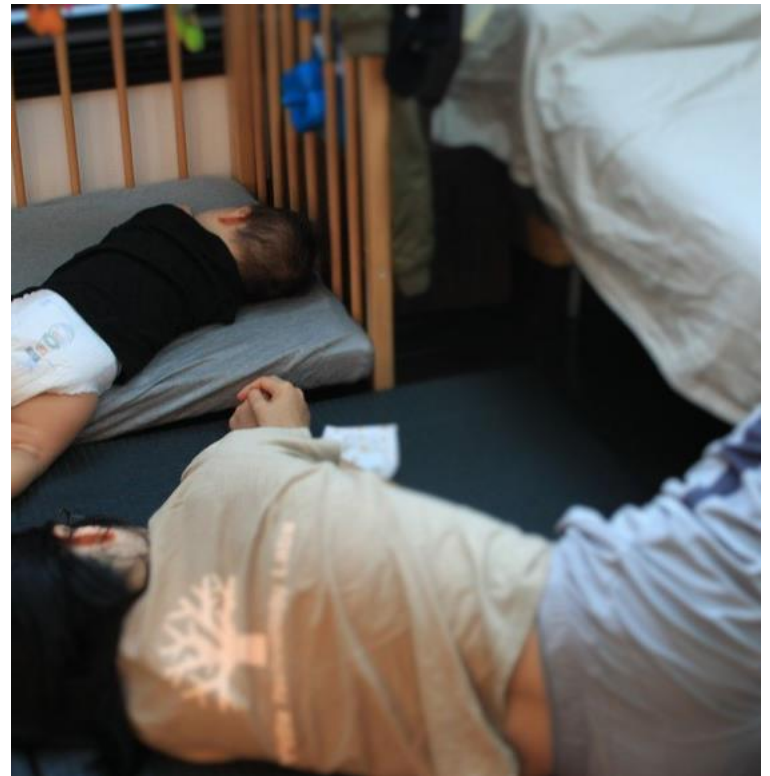
- L'emploi du temps des parents bi-actifs (Le Flo'ch, 2009): la famille vit à contre-temps, difficultés à anticiper
- Difficile conciliation entre rôle professionnel et rôle familial: l'un au détriment de l'autre (Grennhaus et Beutell, 1985)
- Les horaires très tardifs ou très matinaux modifient le sommeil, les humeurs, les interactions sociales au sein de la famille (Gadbois et al.,2000)
- LA PRESSION AU TRAVAIL (VEZINA ET AL., 2000)

CONSTAT 2 : LA SÉDENTARITÉ

- Pb de l'obésité infantile: 4,8 % chez les maternelles 4-5 ans en 2015 : manque d'activité physique, le niveau de sédentarité (PIELES et AL.; 2014) CONSÉQUENCES PSYCHO-SOCIALES
- Cliff et Janssen (2011) Les activités sédentaires sont souvent introduites très tôt dans la routine quotidienne des nourrissons et leur prévalence augmente régulièrement jusqu'à l'âge préscolaire, tandis que les taux d'activité physique ont tendance à être faibles à la maison et dans les garderies
- LA place de l'AP EN CRÈCHE : Enquête menée en 2011 MME MAINGUET , MME LASALLE MCF LILLE 3 : PEU D'AP ...

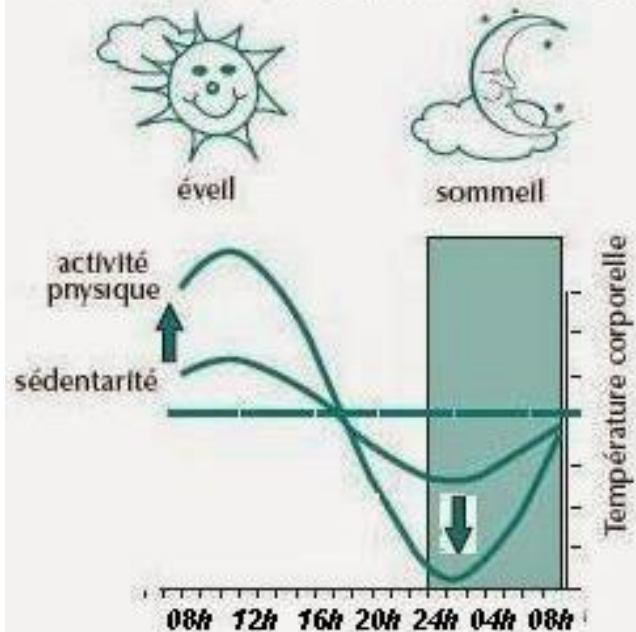
CONSTAT 3 : Mauvais sommeil: résultante sur le POIDS, la fatigue, l'humeur, attention, mémoire

- ▣ Le pb de l'endormissement à la maison
- ▣ Et en crèche :
aménagements nouveaux
dortoirs séparés ?








SOMMEIL ET AP, SYNCHRONISATEUR DE RYTHME

Représentation schématique des effets de l'activité physique sur le rythme circadien de la température centrale



- Facteurs susceptibles de modifier un rythme biologique chez l'être humain :

Lumière Obscurité	Température	Saisons	Exercice physique	Rythmes sociaux
				

PARTIE 2 LA REVUE DE LITTÉRATURE

-ACCUEIL DE QUALITÉ

**-LES EFFETS DE
L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
SUR LE
DÉVELOPPEMENT DE
L'ENFANT ET LA
MAMAN**



2.1 LES CRITÈRES D'UN ACCUEIL DE QUALITÉ

Accueil favorable
(BIGRAS, 2007)



Diminuer le stress



Améliorer le
développement
général de l'enfant

ACCUEIL DÉFAVORABLE (BIGRAS 2007):
une relation négative entre la fréquence
des jeux en présence d'un adulte à 10
mois et le score moteur à 12 mois :
mauvaise qualité de l'aménagement du
milieu

Étude de Vandell
(2004)

les indicateurs globaux de qualité :
rapport éducatrice/enfant ; la
taille du groupe, la formation,
l'expérience, lié à la qualité du
développement de l'enfant

la qualité des processus internes
reliée au programme d'activités,
aux interactions entre personnel
de garde et les enfants, la
chaleur, la sensibilité du
personnel **et la capacité à**
organiser un environnement
physique et social répondant
aux besoins de l'enfant, selon
leur niveau de développement

2.2 Les Effets de l' AP

- ▣ l'activité physique a des impacts bénéfiques sur la santé et le développement (Okely, 2008) estime de soi +++
- ▣ contribue à la prévention de l'obésité (Morre et al., 2003) et des facteurs de risque de maladies cardiovasculaires (Sääkslahti et al., 1999)
- ▣ effet positif sur le développement osseux (Litmanovitz, 2007) et moteur (Williams 2008) ainsi que sur le développement cognitif et social. (Burdette, 2008)
- ▣ Les habitudes quant à l'activité physique semblent se maintenir pendant l'enfance (Sääkslahti 2004) de même qu'entre l'enfance, l'adolescence et l'âge adulte, ce qui suggère que l'activité physique au cours des premières années de vie pourrait avoir une influence ultérieure sur le comportement et la santé

CHEZ LE BÉBÉ

- La motricité améliore l'intégration des données sensorielles et neuromusculaires (Centelle, Assaiante, 2011)
- La place des stimulations précoces (expérience de Mellier, 1999) = ++ interactions sociales
- diminuer le stress, (Sallagoity, 1999) en milieu précaire

Partie 3 : Les hypothèses le protocole

LES HYPOTHÈSES

- H1 L'intervention en AP PEUT améliorer la qualité du sommeil (durée, endormissement, comportements émotionnels)= activité énergétique et activité douce YOGA
- H2 L'intervention en AP de qualité peut favoriser la motricité du tout petit, si elle est pratiquée régulièrement et de préférence le matin.

LE PROTOCOLE

- Nous avons choisi les enfants présents au moins 4 jours par semaine. **L'échantillon est composé de 14 enfants (6 filles et 8 garçons), âgés entre 20 mois et 31 mois PENDANT 3 MOIS.**
- **3 GROUPES CONSTITUÉS :**
 - le groupe 1 (G1) le matin (n=5) vers 10h ;
 - le groupe 2 (G2) l'après-midi (n=5) vers 16H30
 - le groupe 3 (G3) groupe variable (4 enfants).

Méthodes et Les outils

- Observation en crèche en utilisant le travail de A.FONTAINE (2011): les interactions, les comportements des enfants et parents et la communication
- Agenda du sommeil en février et en avril
- Création des tests moteurs en nous appuyant sur des travaux reconnus, comme ceux de Gesell (1941) et Brunet-Lézine (1951). **Quatre tests ont été construits.**
- **Création du livret AP**

Exemple d'outil : les tests moteurs

▣ La poutre TEST 1



▣ Le petit sac TEST 2



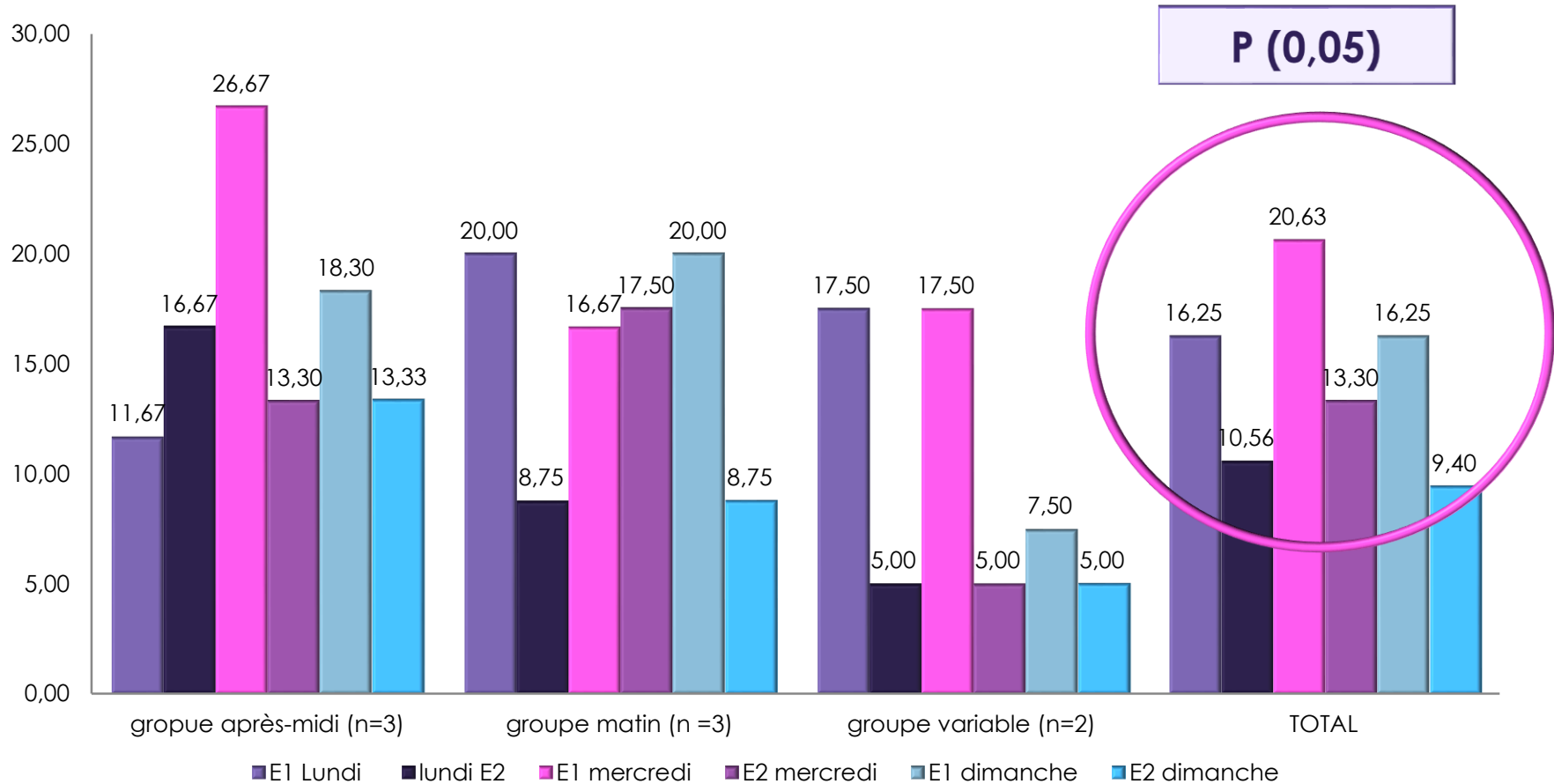


PARTIE 4 LES RÉSULTATS principaux

AGENDA,
TESTS MOTEURS

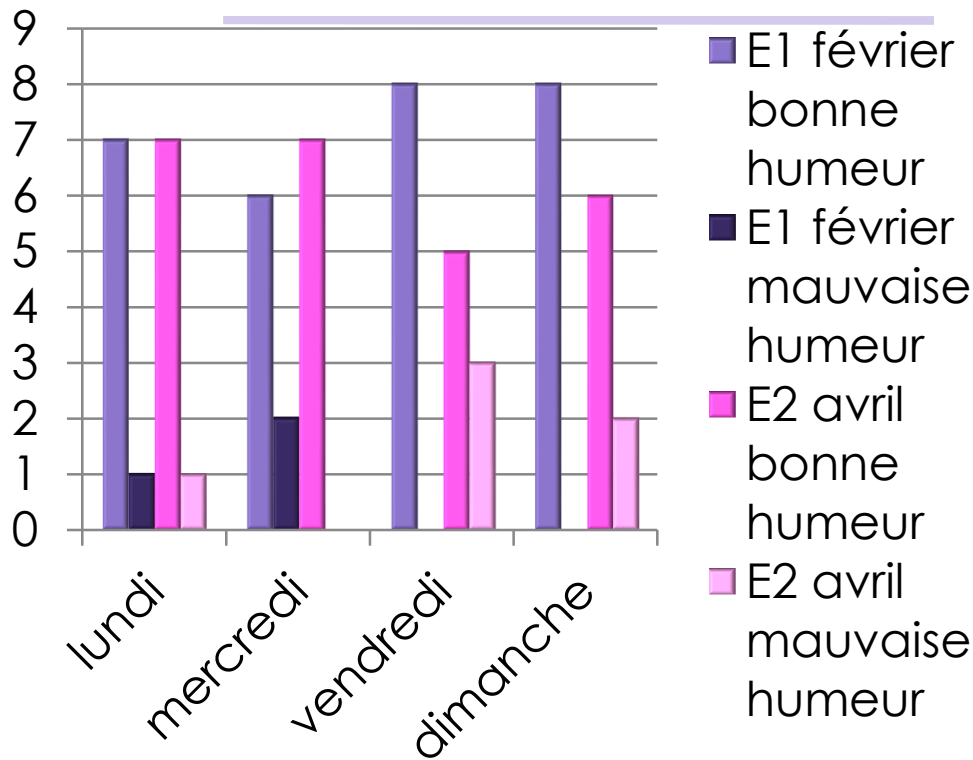
H1 : amélioration du sommeil ?

Durée pour s'endormir : 5 à 45 minutes

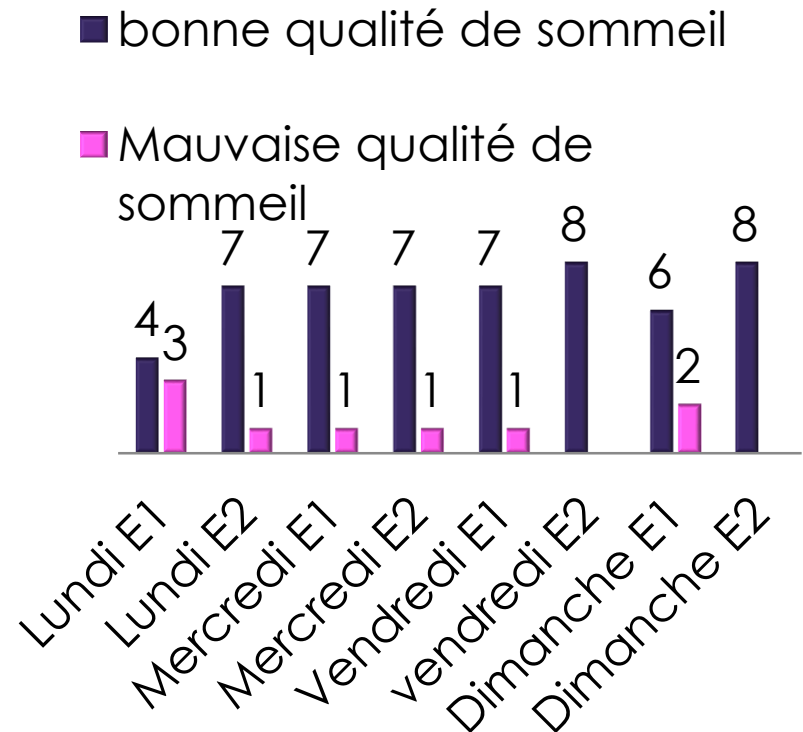


H1 amélioration du sommeil

Humeur (n= 8 enfants)



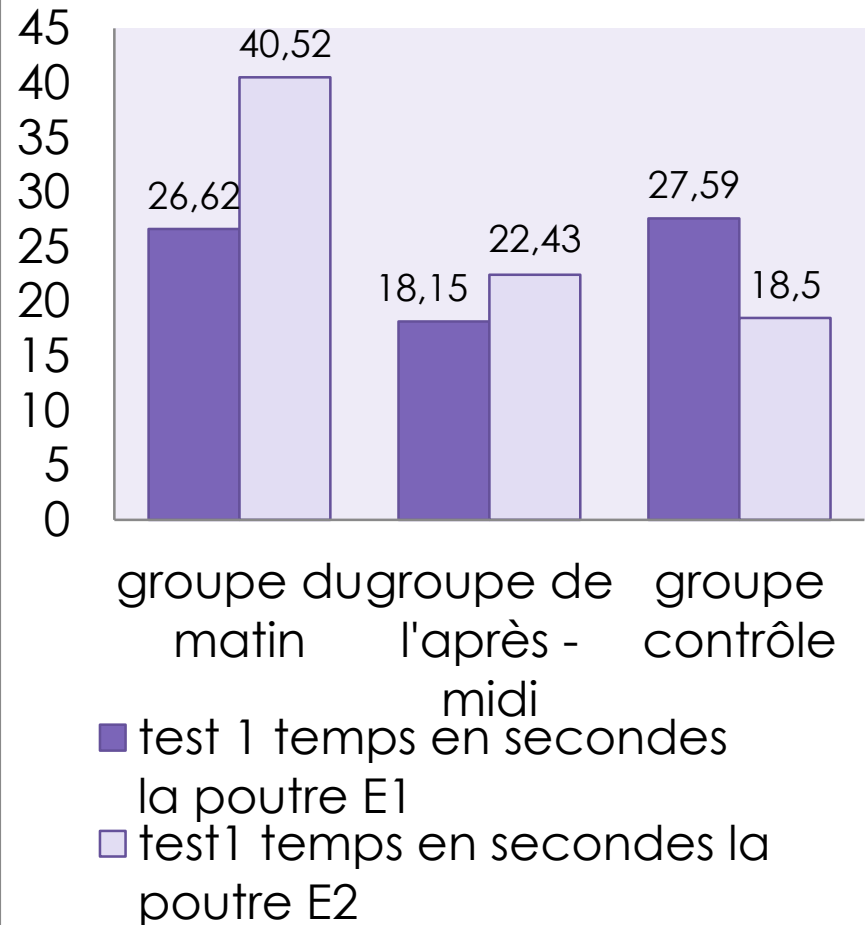
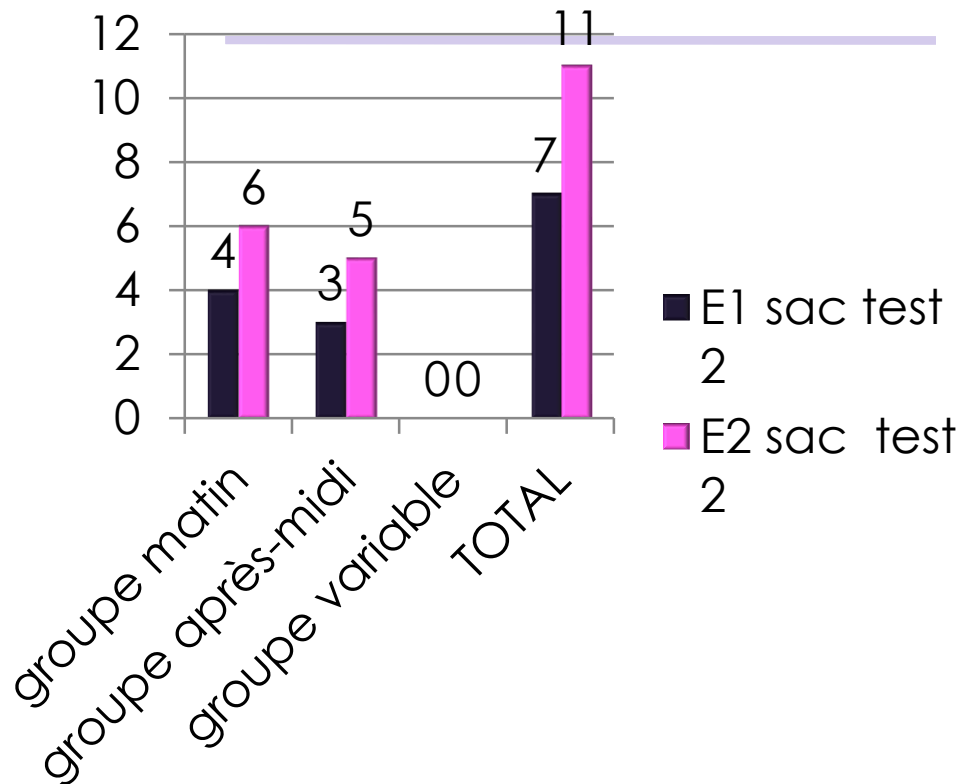
Qualité du sommeil



H2 amélioration de la motricité?

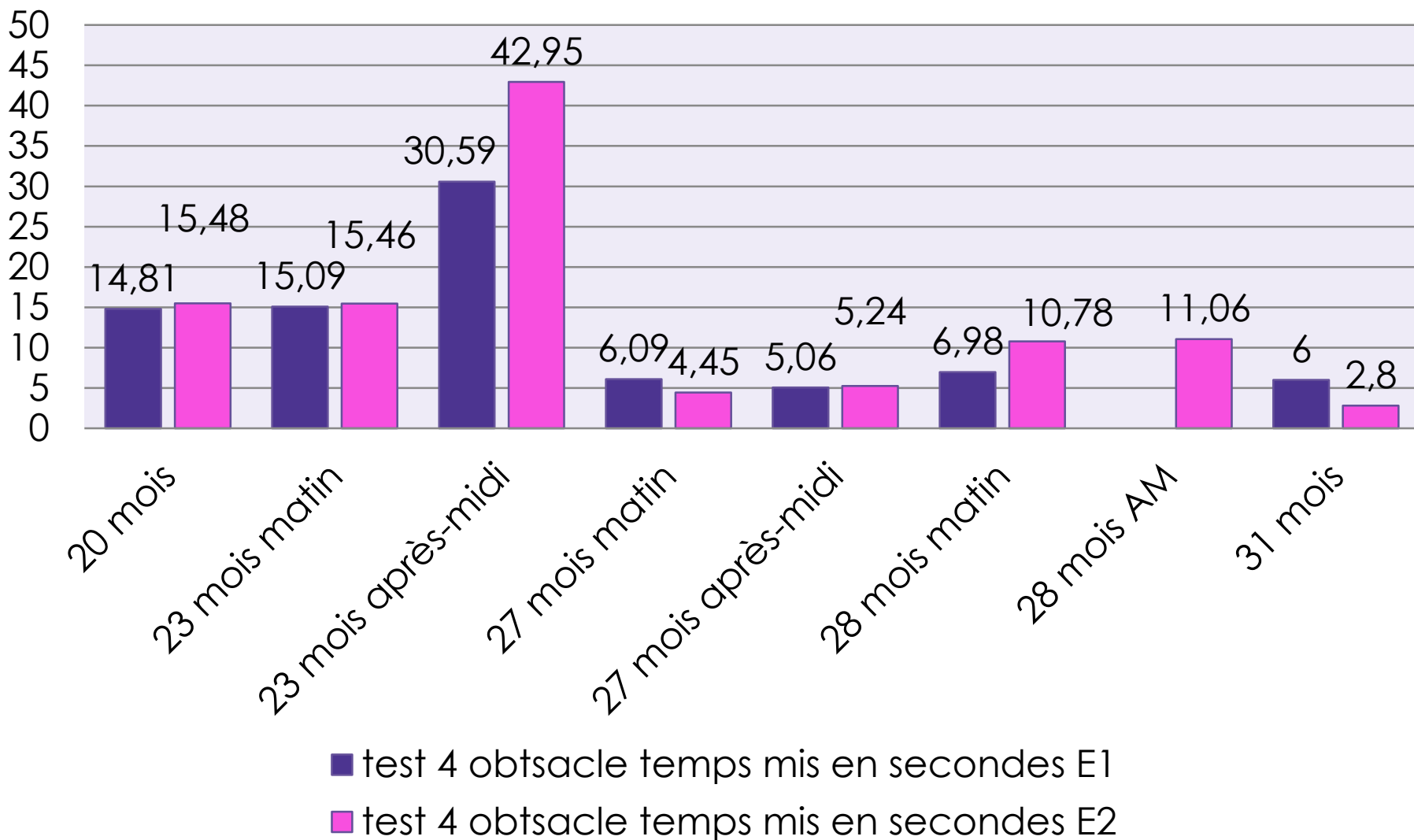
Pour le test 3 lancer le sac essais réussis et le groupe du matin +

Le test de la poutre : le groupe de l'après midi +



Âge facteur à prendre en compte dans l'évolution de la motricité du jeune enfant

test 4 avec obstacle



Discussion

- ▣ Limites des outils et fiabilité et petit effectif de l'échantillon
- ▣ Apprentissage moteur: durée et répétition pour la stabilisation de la réponse motrice. L'âge est une donnée importante à prendre en compte (étude d'ASSAIANTE 2011) |
- ▣ L'enfant effectue déjà des stratégies motrices dans la résolution du conflit vitesse-précision = EST CAPABLE DE FAIRE DES CHOIX
- ▣ ++ Qualité du sommeil
- ▣ ++ Communication avec les parents et l'animatrice: sur le livret AP
- ▣ +++ Exploration plus importante de l'enfant, investissement, nombre d'essais, par le concept d'affordance: **accentuer le travail sur les interactions**

Assaiante & Centelle. Action et représentation de l'action au cours de l'enfance et de l'adolescence : une approche fonctionnelle. *Movement & Sport Sciences* 2011/3 (n° 74), pp 65-79

de l'environnement impliquées dans le développement de nourrissons fréquentant un service de garde au cours de leurs premières années de vie, *Revue de l'Université de Moncton*, 35 (2), pages 7-40

Brunet, O.; Lézine, I. 1951. *Le développement psychologique de la première enfance*, Paris, puf, révisé, 1997

Burdette HL, Whitaker RC. Resurrecting free play in young children: looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation, and affect. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 2005;159(1):46

Le floch, N., Clarisse, R. et Testu, F., (2009). Ajustement rôle parental et rôle professionnel, un synchroniseur externe des rythmes attentionnels de l'enfant. *Pratiques psychologiques* 15 (2009) 173-189

Gadbois, C., Gaudart, C., Guyot-Delacroix, S., Laville, A ; Prunier-Poulmaire, S, Pueyo, V., Weill-Fassin, A., 2000. Les temporalités dans le travail : effets et régulations. *Psychologie du travail et des organisations* 6, 45-67

Litmanovitz I, Dolfin T, Arnon S, Regev RH, Nemet D, Eliakim A. Assisted exercise and bone strength in preterm infants. *Calcified Tissue International* 2007;80(1):39-43

Mellier D. (1999), L'appareil psychique d'équipe ou le travail intersubjectif des liens entre accueillants et accueillis en institution, *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, Erès, Toulouse, 32, 51-61. [Ref. INIST]

OMS, 2005 Rapport sur la santé dans le monde 2005 Donnons sa chance à chaque mère et à chaque enfant.

Okely AD, Trost SG, Steele JR, Cliff DP, Mickle K. Adherence to physical activity and electronic media guidelines in Australian pre-school children. *Journal of Paediatrics and Child Health* 2009;45(1-2):5-8.

Queinnec, Y., Gadbois, G., Prêteur, V., 1995. Souffrir de ses horaires de travail : poids de l'âge et histoire de vie. In : Christo, J., de Tersac, G. (Eds), *Le travail au fil d'âge*. Octarès, Paris, pp. 227-304

Sääkslahti A, Numminen P, Niinikoski H, Rask-Nissila L, Viikari J, Tuominen J, Valimäki I. Is physical activity related to body size, fundamental motor skills, and CHD risk factors in early childhood? *Pediatric Exercise Science* 1999;11:327-340

Vézina, M., Derriennic, F., Monfort, C., 2000. L'impact de l'organisation du travail sur l'isolement social. *Travailler* 5, 101-107