

Catégories d'habiletés motrices

Comment choisir le bon niveau ?

Niveau 1

Le niveau 1 est opportun pour les enfants de 12 à environ 36 mois.

Habiletés	Description
Courir	<input type="checkbox"/> Entame plusieurs pas de suite rapidement (début de course) [sur surface dure]
Lancer	<input type="checkbox"/> Capable de tenir un ballon ou une balle à 2 mains et de le donner à quelqu'un <input type="checkbox"/> Lancer par-dessus la tête <input type="checkbox"/> Commence à faire des passes hautes (effet de balloune)
Botter	<input type="checkbox"/> Marche vers le ballon pour le botter (réussi à faire avancer le ballon en marchant et non en le bottant)
Frapper	<input type="checkbox"/> Tient un bâton appuyé par terre à une main et le bouge pour frapper une balle, avec difficulté [ex : bâton hockey] <input type="checkbox"/> Utilise sa main pour frapper des balles
Vélo/pédaler	<input type="checkbox"/> Commence à faire du tricycle
Sauter / sautiller / gambader	<input type="checkbox"/> Commence à sauter sur place (pas encore les deux pieds en même temps)

*Si votre enfant coche **TOUS** les critères du niveau 1, il peut passer au Niveau 2.*

*Si votre enfant coche **PARTIELLEMENT** les critères du niveau 1, c'est le bon pour lui.*

Niveau 2

Le niveau 2 est opportun pour les enfants d'environ 36 mois à 4 ans. Le préalable est de réussir tous les critères du niveau 1.

Habiletés	Description
Courir	<input type="checkbox"/> Capable de courir aisément [sur surface dure] <input type="checkbox"/> Commence à courir sur différente surface [gazon, tapis, butte, roche et autre] <input type="checkbox"/> Commence à courir de reculons
Lancer	<input type="checkbox"/> Lancer par-dessus la tête, par-dessous les jambes <input type="checkbox"/> Fait rouler le ballon au sol <input type="checkbox"/> Capable de tenir un ballon ou une balle à 2 mains et marcher en même temps <input type="checkbox"/> Commence à viser une cible <input type="checkbox"/> Capable de faire des passes hautes (effet de balloune)

	<input type="checkbox"/> Capable de faire des passes rebond
Botter	<input type="checkbox"/> Commence à se tenir à 1 pied pour botter le ballon lorsqu'il est immobile <input type="checkbox"/> Commence à viser une cible <input type="checkbox"/> Commence à arrêter le ballon avec le pied
Frapper	<input type="checkbox"/> Tient un bâton à 1 ou 2 mains par terre et frappe aisément une balle [ex : bâton hockey, golf et autres] <input type="checkbox"/> Tient un bâton à 2 mains dans les airs [ex : bâton de baseball, raquette de badminton et autres] <input type="checkbox"/> Commence à viser une cible
Vélo/pédaler	<input type="checkbox"/> Capable de faire du vélo avec petites roues <input type="checkbox"/> Capable d'arrêter seul (freiner) <input type="checkbox"/> Commence à repartir seul lorsqu'il est arrêté
Sauter / sautiller / gambader	<input type="checkbox"/> Commence à sauter les deux pieds en même temps <input type="checkbox"/> Commence à sauter en avançant à 1 ou 2 pieds <input type="checkbox"/> Commence à sauter par-dessus objet [ex : petite haie]
Attraper / bloquer	<input type="checkbox"/> Commence à attraper un ballon ou une balle à 2 mains <input type="checkbox"/> Se lance à plat ventre pour bloquer un ballon
Patiner	<input type="checkbox"/> Se tient debout avec appui <input type="checkbox"/> Capable de se relever seul <input type="checkbox"/> Commence à patiner avec un appui <input type="checkbox"/> Commence à arrêter sans tomber
Skier (ski alpin)	<input type="checkbox"/> Capable de se tenir debout en chasse-neige (pointe de pizza) <input type="checkbox"/> Descend seul une butte <input type="checkbox"/> Commence à faire des gros virages en chasse-neige

Si votre enfant coche TOUS les critères du niveau 2, il peut passer au Niveau 3.

Si votre enfant coche PARTIELLEMENT les critères du niveau 2, c'est le bon pour lui.

Niveau 3

Le niveau 3 est opportun pour les enfants d'environ 5 et 6 ans. Le préalable est de réussir tous les critères du niveau 2.

Habilités	Description
Courir	<input type="checkbox"/> Capable de courir sur différentes surfaces [gazon, tapis, butte, roche et autres] <input type="checkbox"/> Commence à courir avec un ballon ou un objet dans les mains <input type="checkbox"/> Capable de courir à reculons
Lancer	<input type="checkbox"/> Lancer à une main et sur le côté de la tête <input type="checkbox"/> Capable de viser une cible <input type="checkbox"/> Commence à faire des passes directes
Botter	<input type="checkbox"/> Capable de viser une cible <input type="checkbox"/> Capable d'arrêter le ballon avec le pied <input type="checkbox"/> Botter le ballon lorsqu'il roule vers lui <input type="checkbox"/> Commence à contrôler la direction du ballon lorsqu'il faut faire plus d'un coup [ex : faire le tour d'un cône]
Frapper	<input type="checkbox"/> Capable de viser une cible <input type="checkbox"/> Tient facilement le bâton adéquatement selon le sport (à 1 ou 2 mains) <input type="checkbox"/> Commence à frapper une balle qui bouge
Vélo/pédaler	<input type="checkbox"/> Commence à faire du vélo sans petites roues <input type="checkbox"/> Capable de repartir seul lorsqu'il arrête <input type="checkbox"/> Commence à éviter des obstacles
Sauter / sautiller / gambader	<input type="checkbox"/> Capable de sauter en avançant à 1 ou 2 pieds <input type="checkbox"/> Commence à gambader sur de petite distance <input type="checkbox"/> Capable de sauter par-dessus objet plus haut [ex : grande haie, boîte et autres]
Attraper / bloquer	<input type="checkbox"/> Capable d'attraper un ballon ou une balle à 2 mains <input type="checkbox"/> Commence à attraper une balle à une main [ex : baseball] <input type="checkbox"/> Capable de bloquer un ballon les pieds au sol
Patiner	<input type="checkbox"/> Se tient debout sans appui <input type="checkbox"/> Commence à patiner sans appui <input type="checkbox"/> Capable de patiner avec un bâton dans les mains <input type="checkbox"/> Capable de passer par-dessus des obstacles <input type="checkbox"/> Capable d'arrêter sans tomber
Skier (ski alpin)	<input type="checkbox"/> Descend une piste (familiale) <input type="checkbox"/> Capable de faire des gros virages <input type="checkbox"/> Commence à skier en parallèle <input type="checkbox"/> Commence à freiner en parallèle

	<input type="checkbox"/> Commence à faire des plus petits virages <input type="checkbox"/> Descend plus rapidement une pente (chasse-neige moins présent)
--	--

Si votre enfant coche TOUS les critères du niveau 3, il peut passer au Niveau 4.

Si votre enfant coche PARTIELLEMENT les critères du niveau 3, c'est le bon pour lui.

Niveau 4

Le niveau 4 est opportun pour les enfants d'environ 7 et 8 ans. Le préalable est de réussir tous les critères du niveau 3.

Habilités	Description
Courir	<input type="checkbox"/> Capable de courir facilement avec un ballon dans les pieds ou un objet dans les mains
Lancer	<input type="checkbox"/> Capable de faire des passes directes <input type="checkbox"/> Lance avec force et précision
Botter	<input type="checkbox"/> Botte avec force et précision <input type="checkbox"/> Capable de botter dans les airs
Frapper	<input type="checkbox"/> Frappe avec force et précision <input type="checkbox"/> Capable de frapper pour envoyer la balle dans les airs avec un bâton au sol [ex : hockey] <input type="checkbox"/> Capable de frapper une balle en mouvement dans les airs [ex : baseball, tennis]
Vélo/pédaler	<input type="checkbox"/> Capable de faire du vélo sans roue <input type="checkbox"/> Commence à faire des parcours plus difficiles (bosse, roche, gazon) <input type="checkbox"/> Capable d'éviter des obstacles <input type="checkbox"/> Commence à pédaler à 1 main
Sauter / sautiller / gambader	<input type="checkbox"/> Capable de gambader aisément <input type="checkbox"/> Capable de sauter à l'aide d'objet [ex : perche] <input type="checkbox"/> Capable de compiler plusieurs sauts différents [ex : croiser, sur objet, écarter, de grenouille et autres] <input type="checkbox"/> Capable de sauter de côté et en croisé <input type="checkbox"/> Capable de faire un saut avec un tour de 180 degrés
Attraper / bloquer	<input type="checkbox"/> Capable d'attraper une balle à 1 main <input type="checkbox"/> Capable de bloquer un ballon en sautant
Patiner	<input type="checkbox"/> Capable de patiner de reculons <input type="checkbox"/> Capable d'enchaîner deux mouvements rapidement [ex : freiner-changer de direction]

	<input type="checkbox"/> Tourner en rond en croisant la jambe à l'avant
Skier (ski alpin)	<input type="checkbox"/> Commence à skier avec des bâtons <input type="checkbox"/> Tourne aisément <input type="checkbox"/> Commence à faire des sous-bois <input type="checkbox"/> Commence à faire des petits sauts <input type="checkbox"/> Capable de freiner en parallèle <input type="checkbox"/> Commence à skier de reculons

Si votre enfant coche TOUS les critères de ce niveau, il peut passer au Niveau 5.

Si votre enfant coche PARTIELLEMENT les critères du niveau 4, c'est le bon pour lui.

Niveau 5

Le niveau 5 est opportun pour les enfants d'environ 9-10 ans. Le préalable est de réussir tous les critères du niveau 4.