En route vers la maternelle

De manière générale, il n'est pas nécessaire de « préparer » l'entrée à la maternelle. Durant sa petite enfance, l'enfant développe plutôt naturellement les compétences qui lui seront utiles pour bien fonctionner au préscolaire (maternelle), qu'il y entre à 4 ans ou à 5 ans.

Par exemple :

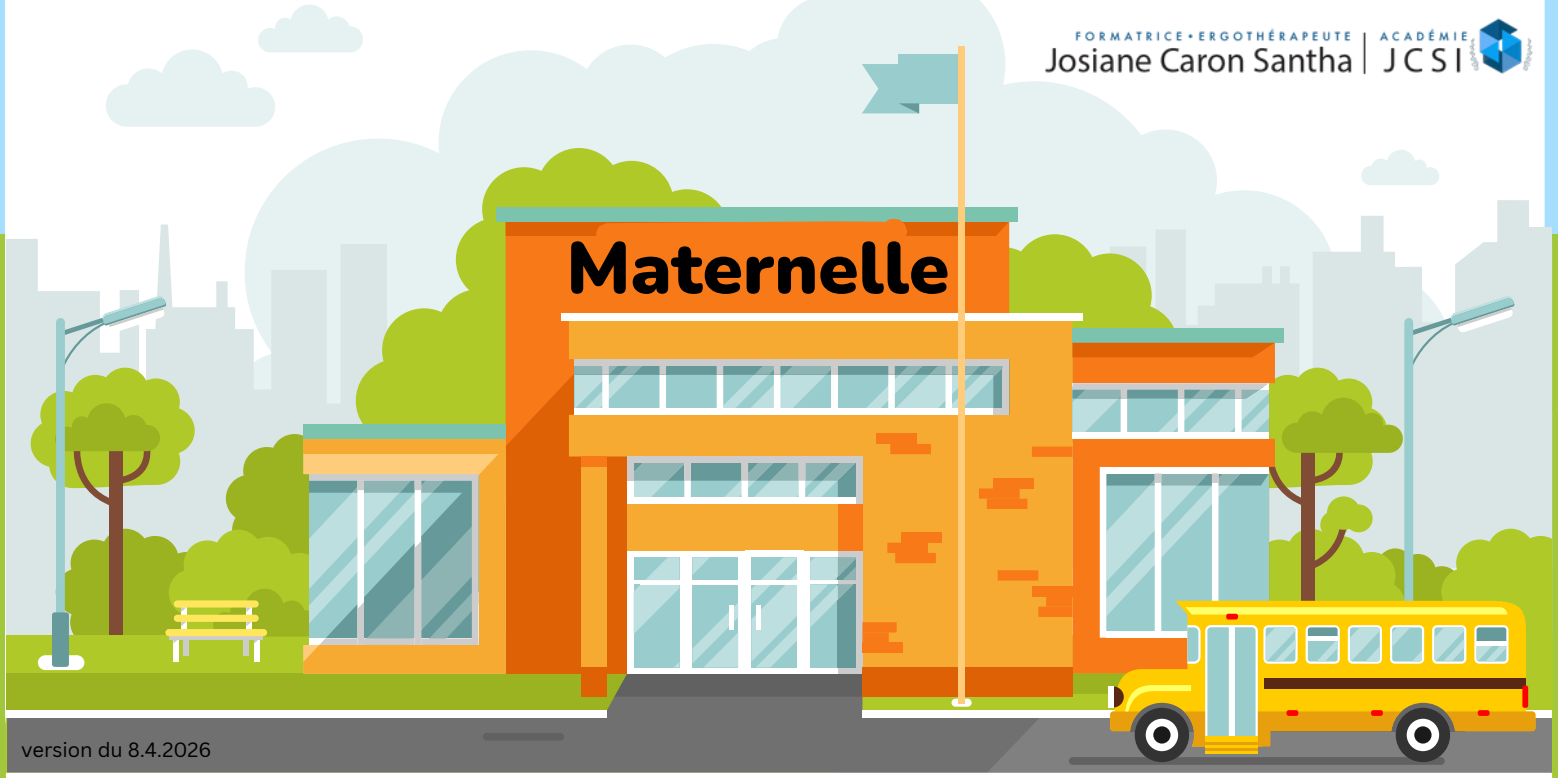
- Il aura démontré de l'intérêt pour différents concepts (ex. formes, couleurs, nombres…)
- Il se sera intéressé à des outils tels que les crayons et les ciseaux.
- Il aura observé son environnement et développé l'intérêt de le représenter avec des dessins.
- Il aura souhaité prendre de l'autonomie, p. ex. pour s'habiller ou s'essuyer à la toilette.

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 déjà présentes chez 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, non plus, prédire comment l'enfant fonctionnera à l'école. 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
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI



version du 8.4.2026

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

- ☐ Imite 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.



FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI



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 reconnait 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.



FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI



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 boite à lunch et les contenants), d'habillage, d'hygiène. 🔗 **Voir des idées concrètes**.
- 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 comme l'enfant ne pourra pas toujours être aidé selon milieu, plus il est autonome, mieux c'est.
- Jouez dehors. Allez courir, sauter, grimper, à la piscine, faire du vélo, jouez au ballon pour développer la **motricité globale**… Allez souvent au parc et visitez différents parcs pour varier les défis.
- Il pleut ? prenez une marche avec un parapluie et sautez dans les flaques d'eau. C'est l'hiver ? Jouez dans la neige, construisez un bonhomme de neige, glissez, marchez sur des bancs de neige.
- **Conversez** avec votre enfant. Instaurez une **routine causerie.** Assoyez-vous en tailleur au sol et racontez-vous mutuellement vos journées. Posez-lui des questions et incitez-le à vous en poser aussi.
- Sollicitez son **opinion** (Que préfères tu entre les pommes et les raisins ? Pourquoi? Incitez-le à prendre des décisions (Quel vêtements veux-tu / devrais-tu porter 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, marqueur effaçable, craies de trottoir).
- 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 **d'émotions** ! Comment les reconnaitre 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 **groupes** avec des règles et des moments d'attentes (ex. cours de danse, de natation, de soccer, des arts martiaux, un 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).

FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI

Idées d'activités de motricité globale

Posture

- Aller au parc pour courir, grimper, glisser, se balancer, creuser dans le sable…
- 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 de 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 (basketball)

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 qu'elle tombe

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



FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI

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, vaporiser « de la pluie » sur un dessin sur un papier construction
- Faire une guirlande de trombones ou les installer sur des cartes à jouer (selon le chiffre sur la carte) et pourquoi les transformer en poissons et les repêcher avec un aimant attaché au bout d'une corde attachée sur un crayon
- Faire des confettis en déchirant une feuille de papier en petits morceaux, avec un poinçon ou en découpant une mince languette de papier; les lancer dans les airs (et les ramasser)
- 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 serpentin de pâte à modeler ou des formes avec des accessoires
- Transvaser de l'eau au compte goutte ou avec un petit pichet
- Faire des casse-tête de plus en plus complexes
- Dessiner et plier la feuille et la mettre dans une enveloppe
- Jouer au magasin et ramasser des sous avec une seule main et les ressortir dans une fente

Vous cherchez des activités structurées ?

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



VIDÉO



FORMATRICE • ERGOTHÉRAPEUTE
Josiane Caron Santha | ACADÉMIE JCSI

Ressources vers la maternelle

L'apprentissage du découpage chez l'enfant (2e édition)

Programme séquentiel d'initiation
et de progression au découpage
avec l'approche 1 2 3 *VROUM!*



Essayer un projet (gratuit)



La boîte de motricité fine en papier (2.0)

Programme conçu pour accompagner des enfants de 4 à 8 ans, ou des enfants plus âgés qui présentent des difficultés de motricité fine, d'écriture, d'organisation ou d'autonomie avec les outils scolaires.

