

JOUER ACTIVEMENT DEHORS: Y PRENDRE PLAISIR!

L'importance du jeu actif à l'extérieur est le sujet d'un énoncé de position d'un groupe d'experts canadiens : « L'accès au jeu actif à l'extérieur et dans la nature, avec les risques que cela comporte, est essentiel au développement sain de l'enfant. » ([Énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur](#), 2013) Pourtant, la recherche démontre qu'il y a une baisse considérable du nombre d'heures que les tout-petits passent à l'extérieur. En effet, les activités sédentaires et plus particulièrement le temps d'écran n'ont fait qu'augmenter dans les dernières années.

Le jeu à l'extérieur amène son lot de freins dans nos services de garde éducatifs : la sécurité, le risque jugé plus élevé à l'extérieur, la préparation plus longue et adéquate, la variation des températures et la peur de la perte de contrôle du groupe, en sont quelques exemples. Pourtant, le jeu extérieur offre des occasions d'apprentissages différentes du jeu à l'intérieur. L'enfant qui joue dehors, joue plus longtemps et améliore sa condition physique et mentale. Il a accès à la nature, à une diversité d'environnement et de stimuli ainsi qu'à une plus grande liberté de mouvement lui permettant de bouger à des intensités variant de légère à intense. C'est sa façon d'explorer le monde qui l'entoure. (Gazelle et Potiron, p. 65)

OBJECTIF

Permettre au personnel éducatif et à la RSG de mieux assumer son rôle professionnel en :

- Favorisant la réflexion et le partage sur l'importance du jeu actif extérieur tous les jours et à toutes saisons, et ce, en le mettant en perspective avec les valeurs et principes du milieu, du programme éducatif et de Gazelle et Potiron.

SECTION POUR L'ANIMATEUR

Cette activité, réalisée avec votre équipe de travail, contribuera à l'analyse de votre situation actuelle (portrait). Les réflexions et les échanges permettront d'expliquer ce qui empêche et ce qui facilite la mise en œuvre d'une pratique à privilégier de Gazelle et Potiron dans votre milieu.

PRÉPARATION

Prendre connaissance du contenu de la fiche;

1. Planifier un moment permettant la réalisation d'une activité de réflexion d'environ 1 heure;
2. Réfléchir à des stratégies d'animation appropriées à votre contexte (réflexion individuelle, en sous-groupe, collective, travail préparatoire, etc.).



Pour vous inspirer, voici un exemple de déroulement issu d'expérimentations auprès d'équipes de travail.

DÉROULEMENT SUGGÉRÉ

1. Introduire le thème et nommer l'objectif de l'activité;
2. Remettre une copie de la fiche (version pour le personnel éducateur) à chacune des participantes;
3. Demander aux participantes de lire les questions et d'y répondre de façon individuelle;
4. En plénière, à partir des réflexions, échanger, partager, discuter en vue d'expliquer ce qui empêche et ce qui facilite la possibilité pour les enfants de mettre en œuvre une pratique à privilégier.

QUESTIONS

Aller jouer dehors

1. Selon vous, quels sont les apprentissages que le jeu extérieur permet à l'enfant?
2. Dans une journée, à combien évaluez-vous la proportion qu'occupe le jeu extérieur dans l'horaire de votre groupe?
3. Quels sont les endroits extérieurs où il vous est possible de jouer dans le quartier de votre SGÉ l'été, puis l'hiver?
4. À quelle fréquence allez-vous à ces endroits? Pourriez-vous utiliser plus fréquemment ces endroits?

COMME PROFESSIONNELLE

5. Qu'est-ce que les jeux extérieurs me permettent de faire comme éducatrice?
6. Selon vous, quels sont les freins qui limitent le jeu extérieur?
7. Quels sont les défis que l'augmentation de la fréquence du jeu actif à l'extérieur peut représenter? Dans votre organisation? Dans votre groupe?
8. Quel est mon rôle comme adulte lorsque je suis à l'extérieur avec les enfants?
9. En quoi ces réflexions viennent-elles influencer vos pratiques éducatives au quotidien?

Pour aller plus, voici d'autres fiches élaborées pas le RCPEQC pour [réfléchir](#) sur les [obstacles](#) au jeu extérieur et ses [solutions](#).

POURSUITE DE LA DEMARCHE

