

## JEU EXTÉRIEUR

---

# Commentaire général sur le thème : Pourquoi le jeu extérieur?

**Mariana Brussoni, Ph.D.**

Department of Pediatrics, School of Population and Public Health, University of British Columbia, Canada; British Columbia Children's Hospital Research Institute; British Columbia Injury Research and Prevention Unit

Mai 2019

### Introduction

Dans toutes les cultures, le jeu est une activité primordiale dans la vie quotidienne des enfants.<sup>1</sup> Les meilleurs souvenirs de jeu s'avèrent généralement être des événements s'étant produits à l'extérieur, particulièrement en milieu naturel.<sup>2-4</sup> Lorsqu'ils se remémorent ces expériences, les adultes se souviennent de sentiments de liberté, de la gaieté qui les animait et d'une occasion de développer leur créativité, leur confiance en leurs capacités physiques et leurs habiletés sociales, ainsi qu'une possibilité d'interagir avec la nature. Ces souvenirs de jeu et le nombre croissant d'études consacrées au jeu en plein air mettent en relief tous les aspects importants qui différencient le jeu en plein air du jeu pratiqué à l'intérieur.

Tandis que les méthodes pédagogiques axées sur le jeu sont une pratique ancienne, le jeu en plein air a rapidement suscité l'intérêt des chercheurs de différents domaines, au fur et à mesure qu'ils sont confrontés à l'importance et aux conséquences de ce type d'expériences pour les

enfants. Les articles de ce thème résument les dernières avancées de la recherche concernant l'influence du jeu en plein air sur le développement et l'apprentissage de l'enfant, ainsi que les principales méthodes que les parents, les éducateurs, les responsables politiques, les communautés et les villes peuvent employer pour aider aux jeux des enfants. Les résultats notables comprennent les bienfaits importants et diversifiés du jeu en plein air sur le développement, la santé et le bien-être de l'enfant, et les bienfaits possibles pour la famille, les centres de la petite enfance, les écoles, les communautés et les villes qui soutiennent l'accès régulier et répété à des possibilités de pratique du jeu en plein air de haute qualité.

## **Recherche et conclusions**

Le jeu en plein air (ou à l'extérieur) se définit par des activités ludiques non structurées, choisies librement par la propre motivation de l'enfant et qui se déroulent à l'extérieur. Il inclut souvent la prise de risques et le jeu risqué.<sup>5</sup> Les auteurs de ce chapitre expriment leurs inquiétudes au sujet des schémas qui suggèrent les déclin qui se succèdent d'une génération à l'autre dans la participation de l'enfant au jeu en plein air et exposent les principaux motifs de ce déclin, comme l'aversion du risque chez l'adulte, l'importance accordée à la réussite scolaire, la baisse de la disponibilité et de la qualité des espaces extérieurs, l'accès restreint aux formations concentrées sur la pédagogie axée sur le jeu en plein air aux éducateurs en milieu préscolaire et un déficit au niveau des politiques de soutien au jeu en plein air chez l'enfant dans les communautés et les centres de la petite enfance.<sup>5-13</sup> James, Dragon-Smith et Lahey<sup>6</sup> attirent également l'attention sur la façon dont l'omniprésence des approches euro-occidentales dans le système éducatif canadien a éloigné les enfants du jeu et de la terre pour les remplacer par des environnements contrôlés et régents.

Les études mettent l'accent sur une relation nette entre le temps consacré au jeu en plein air et le degré d'activité physique de l'enfant.<sup>7</sup> En outre, des études suggèrent l'importance de l'exposition régulière et répétée à des possibilités de pratique du jeu à l'extérieur de haute qualité dans le renforcement de la créativité, de l'apprentissage socioaffectif, du fonctionnement exécutif, de la santé mentale, de la conscience de soi, des habiletés motrices, des habiletés de gestion du risque et du système immunitaire, tout en créant un environnement idéal à la recherche scientifique.<sup>5-13</sup> Des bienfaits à l'échelle de la société ont également été identifiés, notamment la stimulation de l'envie d'explorer le monde et du sens de gérance de l'environnement.<sup>8-11</sup>

Les auteurs ont soulevé des problèmes caractérisés par la prépondérance d'études qualitatives de faible envergure, présentant une hétérogénéité sur le plan de la méthode et des définitions des concepts fondamentaux. Ces études ont permis d'édifier une structure de base prometteuse pour la recherche consacrée au jeu en plein air et ont ouvert de nombreuses voies propices à la recherche. Néanmoins, la conduite d'études systématiques longitudinales de grande envergure, avec utilisation d'outils de mesure universels, est nécessaire pour pouvoir identifier les liens de cause à effet entre le jeu en plein air et le développement de l'enfant, ainsi que des moyens de soutenir les enfants aux besoins multiples, évoluant dans différents contextes culturels et géographiques, dans leur accès et leur participation au jeu en plein air de qualité. Par ailleurs, notre compréhension du rôle de la technologie en tant que facteur autant inhibiteur que potentiellement favorable à la pratique du jeu en plein air n'en est qu'à ses balbutiements.

### **Implications pour le développement et les politiques**

Les articles de ce chapitre énumèrent les nombreux bienfaits associés à l'accès régulier et répété à la pratique du jeu en plein air de qualité.<sup>5-13</sup> Gill<sup>9</sup> suggère le besoin urgent d'agir et de provoquer des changements, et agite pour ce faire le spectre d'une amnésie collective générationnelle, étant donné que les enfants ayant grandi avec un accès restreint au jeu en plein air deviennent à leur tour parents et considèrent cette restriction comme la norme. Il souligne également le rythme rapide du développement urbain, particulièrement dans les pays à bas et à moyens revenus. Il note les possibilités que ce phénomène procure, mais aussi les menaces potentielles si les planifications négligent les besoins des enfants et ne privilégient pas l'aménagement d'espaces naturels propices au jeu de haute qualité.

James, Dragon-Smith et Lahey<sup>6</sup> abordent l'importance de l'apprentissage sur le jeu en plein air selon l'approche des peuples autochtones qui considèrent que les humains appartiennent à la nature et que consacrer du temps à jouer en pleine nature est un élément essentiel pour se protéger et encourager l'apprentissage, et ce tout au long de la vie. Accepter et honorer les philosophies et les approches des Autochtones, à savoir « l'énergie et les remèdes » de la terre, des Aînés et des familles culturelles, peut apporter une approche plus holistique et la compréhension de l'enfant des écosystèmes et de la place qu'ils y occupent.<sup>6</sup>

Le rôle collectif des parents, des éducateurs, des responsables politiques, des communautés et des municipalités dans le soutien octroyé au jeu en plein air se reflète dans des implications importantes pour le développement et les politiques :

- Parents, gardiens et éducateurs en milieu préscolaire : Proposez à l'enfant des possibilités de pratique régulière et répétée du jeu en plein air, dans des milieux naturels et aménagés diversifiés. Établissez un équilibre entre les activités planifiées, le temps passé devant les écrans et le temps libre. Résistez à la tentation de restreindre l'accès au jeu risqué. Admettez l'importance du jeu en plein air dans le soutien à l'apprentissage, au développement, à la bonne santé et au bien-être de l'enfant.<sup>5,8,12</sup>
- Établissements postsecondaires : Offrez aux étudiants en enseignement préscolaire et aux éducateurs exerçant déjà en centre une formation disponible sur la pédagogie axée sur le jeu en plein air. Soutenez les éducateurs dans leur compréhension de leur rôle dans la planification d'activités ludiques en plein air et dans l'élaboration de démarches pédagogiques ludiques.<sup>8</sup> Adoptez et intégrez les philosophies des Autochtones et leurs méthodes d'apprentissage.<sup>6</sup>
- Responsables politiques : Instaurez des politiques qui soutiennent l'accès régulier et répété à la pratique du jeu en plein air de haute qualité de façon intégrée aux programmes pédagogiques préscolaires.<sup>12</sup> Les systèmes actuels d'octroi de permis et de réglementation ont tendance à privilégier les activités pratiquées à l'intérieur ou à cibler l'aménagement d'équipements de jeu statiques. Offrez des possibilités d'accréditer des programmes d'activités à l'extérieur. Intégrez des directives d'aménagements basées sur les preuves aux centres éducatifs de la petite enfance, en ce qui concerne les milieux extérieurs, y compris l'importance de l'accès à la nature, à la flexibilité en matière de jeu et au jeu risqué.<sup>5,13</sup> Encouragez la planification de créneaux consacrés quotidiennement au plein air, quelles que soient les conditions météorologiques.<sup>7</sup> Veillez à remédier à l'aversion du risque en instaurant et en soutenant des cadres d'évaluation des bienfaits qu'il procure.<sup>14</sup>
- Municipalités : Admettez que les besoins de l'enfant et des intervenants auprès de l'enfant sont essentiels à l'édification des plans directeurs et que l'aménagement d'espaces de jeu en plein air accessibles de manière équitable et à grande échelle est crucial. Faites en sorte que les enfants s'impliquent dans un processus de planification participative. Explorez les possibilités d'aménagements qui limitent la circulation de véhicules et qui encouragent les rencontres sociales intergénérationnelles.<sup>9,11</sup>

Les enfants peuvent et devraient être en mesure de jouer partout dans leur communauté. Vaincre les obstacles et créer une culture et un environnement de soutien sont des responsabilités collectives. Les individus, comme les parents et les éducateurs et même les enfants, peuvent

apporter des améliorations notables aux possibilités de pratique du jeu en plein air. Une approche collective qui requiert également la contribution des établissements, des gouvernements, des municipalités et de la société au sens large aurait un impact exponentiellement plus puissant dans le soutien à des changements durables et la garantie d'un accès équitable à des espaces et des possibilités de jeu en plein de haute qualité pour les enfants.

## Références

1. Hyun E. Culture and development in children's play. In: *Making sense of developmentally and culturally appropriate practice (dcap) in early childhood education*. Hyun E, ed. New York: P. Lang; 1998:15-30.
2. Singer DG, Singer JL, D'Agostino H, DeLong R. Children's pastimes and play in sixteen nations: Is free-play declining? *American Journal of Play*. 2009;1(3):283-312.
3. Brunelle S, Herrington S, Coghlan R, Brussoni M. Play worth remembering: Are playgrounds too safe? *Child, Youth and Environments*. 2016;26(1):17-36. doi:10.7721/chilyoutenvi.26.1.0017
4. Ferrel Raymond J. From barnyards to backyards: an exploration through adult memories and children's narratives in search of an ideal playscape. *Children's Environment*. 1995;12(3):362-380.
5. Sandseter EBH, Kleppe R. Jeu risqué à l'extérieur. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/jeu-risque-lexterieur>. Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
6. James VA, Dragon-Smith C, Lahey W. L'autochtonisation du jeu en plein air. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/lautochtonisation-du-jeu-en-plein-air>. Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
7. Carson V, Predy M. Le jeu actif à l'extérieur. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/le-jeu-actif-lexterieur>. Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
8. Waters J, Rekers A. L'apprentissage par le jeu à l'extérieur chez les jeunes enfants. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/lapprentissage-par-le-jeu-lexterieur-chez-les-jeunes-enfants> Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
9. Gill T. L'aménagement des villes pour le jeu en plein air. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/lamenagement-des-villes-pour-le-jeu-en-plein-air>. Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
10. Dietze B, Kashin D. Bâtir la capacité à soutenir le jeu à l'extérieur au préscolaire. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/batir-la-capacite-soutenir-le-jeu-lexterieur-au-prescolaire> Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
11. Cosco N, Moore R. La création de milieux de jeu en plein air naturalisés et inclusifs. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, topic ed. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/la-creation-de-milieux-de-jeu-en-plein-air-naturalises-et-inclusifs> Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.

12. Wyver S. L'influence du jeu à l'extérieur sur le développement social et cognitif. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/linfluence-du-jeu-lexterieur-sur-le-developpement-social-et-cognitif> Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
13. Moore R, Cosco N. Espaces de jeu en plein air et d'apprentissage pour les jeunes enfants (ECOPALS ) : parvenir à des aménagements de qualité. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Brussoni M, éd. thème. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [en ligne]. <http://www.enfant-encyclopedie.com/jeu-exterieur/selon-experts/espaces-de-jeu-en-plein-air-et-dapprentissage-pour-les-jeunes-enfants>. Publié : Mai 2019. Consulté le 17 mai 2019.
14. Ball DJ, Gill T, Spiegel B. Managing risk in play provision: Implementation guide. London: Play Safety Forum; 2012.