



« LIBRES ET CRÉATIFS »

Cahier d'accompagnement pour l'organisation
d'une journée jeu libre

Cet outil a été inspiré du projet PLAYLearnThink de Pierre Harrison.

Cette initiative est rendue possible grâce au soutien
et à l'appui financier du Comité estrien pour les saines habitudes de vie (TIR-SHV)
et de Québec en Forme.



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|-------|
| LE JEU LIBRE | 2 |
| LE JEU ACTIF | 3 |
| LA PRISE DE RISQUES CALCULÉS | 4 |
| ACTIVITÉ « LIBRES ET CRÉATIFS » | 5 |
| L'ORGANISATION | 6/8 |
| LE MATÉRIEL | 9/11 |
| L'ACCOMPAGNEMENT | 12/13 |
| MESSAGES CLÉS | 14 |
| CONCLUSION | 15 |
| RÉFÉRENCES | 16 |

LE JEU LIBRE

« Le jeu libre encourage l'indépendance et la créativité du jeune. Il permet à l'enfant d'explorer ses limites personnelles ainsi que de développer les contacts et les relations sociales. En encourageant cette forme de jeu, l'enfant optimise le potentiel de son développement et ce, sans ressentir de pression ou de charge sur ses épaules. En effet, le plaisir devient la priorité et permet un plein épanouissement ».¹

L'envie instinctive de l'enfant de jouer, dès son plus jeune âge, reflète très bien l'importance que comporte le jeu dans son développement global. Le jeu est sa façon à lui de se sentir libre et autonome. Tout ça, dans l'unique but d'apprendre.

LE JEU SE DÉFINIT PAR 3 GRANDS CRITÈRES

LA LIBERTÉ DE CHOISIR
LE CONTRÔLE PERSONNEL
LA MOTIVATION INTÉRIEURE

Le jeu joue un rôle primordial dans le développement global d'un enfant. Il lui permet d'entreprendre une action et de l'assumer, d'être en contrôle de celle-ci, de se sentir valorisé et de développer une multitude d'habiletés motrices qui lui serviront tout au long de sa vie.

¹Table sur le mode de vie physiquement actif (2018). À nous de jouer! Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant.

LE JEU ACTIF

« On entend par jeu actif une activité ludique où l'enfant bouge, donc qui entraîne un mouvement. Et c'est par le mouvement que l'enfant découvre la diversité des actions et les possibilités que lui offre son corps de même que la façon d'interagir avec les autres. Le jeu physiquement actif, d'intensité faible à élevée, prend plusieurs formes et sollicite différentes parties du corps. Les enfants préfèrent naturellement les jeux de courte durée d'intensité plus élevée aux activités prolongées où l'intensité varie peu. »¹

C'est en combinant le jeu libre et le jeu actif que nous en sommes venus à vous présenter l'activité « Libres et Créatifs ». C'est en combinant ces deux types de jeux que nous arrivons à répondre au besoin de développement global et d'épanouissement de l'enfant. Nous lui offrons une opportunité de jeu qui lui permet de mieux s'adapter dans le monde qui l'entoure.

L'alternative au jeu structuré

Il est important d'offrir l'alternative du jeu libre et actif aux jeux structurés. Le jeu libre permet à l'enfant de faire ses propres choix, de prendre des risques calculés, de se faire confiance, de faire preuve d'autonomie, etc. Toutes ces habiletés sont plus facilement acquises par le biais du jeu libre, d'où son importance dans le développement global de l'enfant.

¹Table sur le mode de vie physiquement actif (2018). *À nous de jouer!* Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant.

LA PRISE DE RISQUES CALCULÉS

L'une des principales conditions gagnantes d'un moment de jeu libre provient du parent. En effet, il doit tolérer une certaine prise de risques chez son enfant afin que celui-ci bénéficie entièrement de la liberté reliée au jeu libre. Les risques calculés sont bénéfiques pour les enfants; ils lui permettent de confronter ses limites, de mieux les connaître, de les apprivoiser et d'acquérir de la confiance et de l'autonomie.

RÔLE DE L'ADULTE DANS LA PRISE DE RISQUES

L'ADULTE DOIT AGIR EN TANT QUE SOUTIEN AUX PRISES DE RISQUES DE L'ENFANT. IL OBSERVE, ENCOURAGE ET, SELON LES BESOINS DE L'ENFANT, LUI PROPOSE CERTAINES LIMITES. **CET ENCADREMENT DIT NON INVASIF** AMÈNERA L'ENFANT À JUGER LUI-MÊME DE SA PRISE DE RISQUE DANS SES JEUX ET AUSSI DANS LA VIE EN GÉNÉRAL.

Comment apprivoiser le risque?

Le parent doit chercher un équilibre entre le fait de vouloir offrir des opportunités de jeu actif à l'enfant et le protéger de réels dangers. Il est important de garder en tête les principes de base de la sécurité. Que ce soit dans la planification des activités ou dans le déroulement de celles-ci, ces principes doivent permettre d'ouvrir les portes de l'exploration et de la créativité et non de les fermer. L'enfant a besoin de jouer, d'explorer et d'être actif. Le soutenir dans cette quête est l'équilibre recherché.

Il est important **de se rappeler**, en tant qu'adulte, de ses propres souvenirs de jeu durant l'enfance. Ce moment permet **une prise de conscience de la liberté** à laquelle nous avons accès et que celle-ci est aussi primordiale pour les jeunes d'aujourd'hui.

ACTIVITÉ « LIBRES ET CRÉATIFS »

Le Comité estrien pour les saines habitudes de vie souhaite mettre en place un projet qui vise à sensibiliser les parents et les intervenants du milieu communautaire à l'importance du jeu libre. Pour les conscientiser aux bienfaits du jeu libre chez les enfants, une activité de ce type sera mise sur pied, à divers endroits en Estrie.

Cette activité sera l'occasion d'offrir un espace de qualité et de liberté pour les enfants.

QU'EST-CE QUE L'ACTIVITÉ « LIBRES ET CRÉATIFS » ?

L'ACTIVITÉ PROPOSÉE EST LA CRÉATION D'UN TERRAIN DE JEU LIBRE PAR ET POUR LES ENFANTS, AFIN QU'ILS SOIENT LIBRES DE CRÉER L'UNIVERS QU'ILS DÉSIRENT. QUE CE SOIT PAR LA CRÉATION D'ŒUVRES ARTISTIQUES EN PLEIN AIR, L'INSTALLATION D'UNE COURSE À OBSTACLES, LA CONSTRUCTION DE CABANES, DE PARCOURS... LES POSSIBILITÉS SONT INFINIES, CAR IL N'Y A PAS DE RESTRICTIONS À LA CRÉATIVITÉ, LORS DE CETTE JOURNÉE DE JEU LIBRE!

Cette activité est suggérée aux enfants âgés de 5 à 12 ans.

Pourquoi créer un terrain de jeu?

Parce que c'est l'endroit tout désigné pour que les jeunes puissent être libres, actifs et qu'ils vivent un moment de plaisir en plein air. Le terrain de jeu est un peu le lieu de travail de l'enfant; c'est là où il apprend et grandit!

En prenant en charge l'organisation et la tenue de l'activité « Libres et Créatifs », l'organisme assume l'entière responsabilité de celle-ci.

L'ORGANISATION... EN QUELQUES ÉTAPES FACILES

① **Être motivé** et prêt à transmettre cette motivation à votre équipe !

② **Inscrire l'activité dans l'une de vos activités familiales prévues au calendrier.**

③ **Trouver un lieu**

Favoriser un grand espace vert qui offre des défis naturels à l'enfant. Par exemple, un terrain de soccer, terrain de baseball, terrain boisé, etc. Il est bien d'avoir un espace où le matériel est facilement disposé et accessible en tout temps pour les participants.

④ **Choix des activités**

Vous devez avoir en tête ce que vous voulez créer. Le but n'est pas d'offrir des activités structurées, mais de vous faire une idée du matériel que vous mettrez en place pour la création d'une telle journée. Vous pouvez même suggérer des thématiques.

L'ORGANISATION... EN QUELQUES ÉTAPES FACILES

5

Choix des intervenants/bénévoles de la journée

Les intervenants qui seront choisis pour assurer le rôle d'observateurs-animateurs durant cette journée devront idéalement être des gens initiés aux notions de jeu libre. Dans ce cahier, vous trouverez de l'information pour bien guider cette activité afin de laisser la liberté du choix à l'enfant.

Assurez-vous d'avoir assez de bénévoles pour les différentes tâches demandées :

- Accueillir les participants ;
- Recueillir les dons en matériel aux différents endroits;
- Installer et désinstaller le matériel;
- Soutenir les parents et les enfants durant l'activité;
- Encadrer la journée (règlements, etc.).

Toute l'équipe travaillant à mettre en place l'activité jeu libre (avant-pendant-après l'événement) doit s'entendre au préalable sur les valeurs qui doivent être véhiculées durant cette journée. Vous trouverez, un peu plus loin dans ce document, des messages clés à proposer et à véhiculer aux parents lors de la tenue de cette activité.

L'ORGANISATION... EN QUELQUES ÉTAPES FACILES

6 **Matériel**

C'est à cette étape que vous devez commencer à récupérer toute sorte de matériel. Faire appel à vos contacts afin de vous créer une banque de matériaux qui seront mis à la disposition des enfants la journée venue peut être profitable. Une liste d'exemples est fournie dans le présent document.

Il est pertinent de prioriser les matériaux qui permettront non seulement le jeu libre, mais le jeu actif. Optez pour des gros matériaux qui demandent de construire, de se déplacer, etc.

7 **Publicité**

Il est maintenant temps de penser à intégrer la publicité de votre activité dans l'affiche de votre journée familiale. Prenez le temps de bien spécifier la particularité de l'activité (jeu libre) et amusez-vous à en parler au plus grand nombre possible!

8 **Premiers soins**

Il est important d'avoir des bénévoles ayant leur formation de secouristes tout au long de la journée afin d'assurer les premiers soins, au besoin.

SOYEZ CRÉATIFS!

Voici une liste d'exemples de matériaux à utiliser pour l'activité :

MATÉRIEL DE CONSTRUCTION

- Planches de bois
- Grandes boîtes de carton (déménagement)
- Pneus
- Tuyaux divers (ponceau-calvette en plastique, tuyaux de sècheuse, tuyaux d'arrosoir, etc.)
- Bobines de fil géantes (en bois)
- Cordes de toutes sortes (fils, corde à sauter, etc.)
- Peinture
- Pinceaux, rouleaux (peinture)
- Chaudières
- Papier bulle
- Grande bâche bleue (toile)
- Chambre à air (vélo)
- Sable-terre, etc.
- Gouttières
- Vieux cônes de circulation
- Vieilles roulettes (vélo, poussette, etc.)

MATÉRIEL ARTISTIQUE

- Boîtes-repas (macaroni, céréales, etc.)
- Pots de plastique divers (yogourt, à café, etc.)
- Rouleaux (papier de toilette, essuie-tout, etc.)
- Boîtes diverses (chaussures, mouchoirs, etc.)
- Cartons d'œuf, de lait, etc.
- Bouteilles diverses (eau, boisson gazeuse, etc.)
- Épingles à linge
- Accessoires de cuisine (assiettes en carton-aluminium, verres de plastique, cuillères en bois, chaudrons, etc.)
- Caisses de lait
- Éponges
- Frites de piscine
- Paniers de toutes sortes (panier à linge, etc.)
- Ballons divers
- Plumes
- Tissus divers
- Bulles

LES PETITS TRUCS DE PRO

Donnez une deuxième vie aux différents matériaux! Soyez vous aussi créatifs dans la recherche de vos matériaux. Pour rassembler autant de matériaux, demandez à vos contacts (vos membres, par exemple) de vous aider dans cette recherche. Vous pouvez faire un envoi via les réseaux sociaux (*Facebook*) ou par courriel. Il faut aussi penser à un endroit où entreposer le tout AVANT la journée d'activité. Assurez-vous que le matériel que vous mettez à la disposition des enfants soit propre et en bon état.

OÙ SE PROCURER LE MATÉRIEL?

L'une des façons d'obtenir du matériel est de créer des partenariats avec les entreprises locales qui pourront vous fournir du matériel recyclé.

Voici une liste d'exemples d'entreprises à contacter afin de connaître leur intérêt à vous donner leur surplus de matériel :

- **Magasins de fournitures artistiques et papeteries**
Papier invendu ou abîmé, affiches endommagées, réserve (peinture, crayons, trombones, stylos-feutres), etc.
- **Entreprises de matériaux de construction et/ou quincailleries**
Bois, échantillons de couleur, tuyaux, copeaux de bois, outils, etc.
- **Entreprises d'embouteillage et de contenants**
Bouchons, grands tubes de carton, bouteilles en plastique, etc.
- **Usines et/ou magasins de vêtements**
Boutons, rubans, fils, bobines, tissus, vêtements, etc.
- **Épiceries**
Caisses de lait, matériel d'emballage, palettes de bois, paniers à fruits, etc.

Il est recommandé de contacter directement l'entreprise sollicitée pour faire un suivi et, si possible, d'aller rencontrer les responsables en personne.

LES PETITS TRUCS DE PRO

- Trouvez-vous une commandite d'une entreprise d'entreposage et/ou de transport afin de vous faciliter la tâche lors de la récupération du matériel.
- Commencez à rassembler le matériel dans le lieu d'entreposage 1 à 2 semaines avant la journée d'activité afin de vous assurer d'avoir tout en main.
- Commencez le plus tôt possible à créer vos contacts afin que les entreprises puissent vous mettre de côté le surplus désiré.
- Le matériel de bricolage sert à finaliser un projet de création, le rendre plus artistique. Nous vous suggérons d'utiliser majoritairement le matériel qui offre une opportunité de jeu actif (gros matériel, etc.).

DISPOSITION DU MATÉRIEL

Le jour de l'événement, il sera important de disposer votre matériel de façon stratégique afin que les enfants soient autonomes pour prendre le matériel qu'ils désirent au moment qu'ils le désirent. Il est bien de porter une attention particulière à ce détail, car il sera un gage de succès de votre événement. Il est suggéré de diviser le matériel par thématiques.

Vous pouvez disposer le tout sous des tentes, sur différentes grandes tables. **Des bénévoles pourront s'assurer de diriger les enfants dans leur recherche de matériel.** Ils pourront demander aux enfants ce qu'ils désirent construire et leur offrir les outils en conséquence. Une bonne gestion du matériel devra être faite afin de s'assurer de la sécurité du site.

Assurez-vous que tout le matériel soit en bon état et propre au début de l'activité. Il est pertinent de bien guider les enfants, selon ce qu'ils désirent créer (s'ils ont besoin de couper du carton ou du bois, les bénévoles devront s'assurer de leur remettre des gants et des lunettes de protection). Un accompagnement au niveau du matériel sera aussi nécessaire. Laissez la liberté du choix aux enfants, mais les guider vers les outils appropriés sera tout aussi important.

À la fin de la journée, il est fort probable qu'il restera beaucoup de matériel utilisé et usé sur les lieux. Nous vous suggérons de rapporter tout le matériel recyclable dans le centre de tri le plus près de votre organisme ou de le garder pour pouvoir offrir d'autres moments de jeu libre, au courant de l'année.

Suite à l'activité, permettez aux enfants de repartir avec l'œuvre qu'ils ont créée. De cette façon, la création se retrouve à la maison et peut être poursuivie et devenir un élément incitateur à la poursuite du jeu libre.

L'ACCOMPAGNEMENT

Nous appelons cette section « accompagnement », plutôt qu'animation, car il s'agit de jeu libre. Le jeu libre n'est pas une activité animée. C'est une activité qui propose à l'intervenant un rôle de **soutien, d'observation active** et qui ajuste son **encadrement**, selon les besoins de l'enfant.

Voici un petit schéma qui illustre bien cette notion³ :

| | Dirigé par l'animateur | Dirigé par le participant |
|---------------------------|------------------------|---------------------------|
| INITIÉ PAR L'ANIMATEUR | JEU DIRIGÉ | JEU GUIDÉ |
| INITIÉ PAR LE PARTICIPANT | JEU SOUTENU | JEU LIBRE |

Les intervenants (animateurs) qui encadreront le jeu doivent bien saisir l'importance et les limites de leur rôle. Ils ont un rôle à jouer auprès de l'enfant, mais surtout auprès du parent, qui peut devenir facilement un obstacle au jeu de son enfant s'il n'est pas en mesure d'être bien informé.

L'intervenant qui encadre le jeu libre est indispensable, car il assure une observation active sur le déroulement des activités. Il peut même parfois questionner les enfants sur leurs actions pour leur permettre de s'ouvrir sur d'autres possibilités et de profiter pleinement de ce moment de jeu.

L'intervenant qui encadre l'activité s'assure de simplement faire vivre l'espace de jeu. Il utilise différentes techniques avec l'enfant et montre l'importance de bien jouer son rôle au parent.

³Conseil québécois du loisir, Actes du séminaire sur l'animation du jeu libre, p.12, septembre 2015.

TECHNIQUES D'ENCADREMENT DU JEU LIBRE⁴

- POSER DES QUESTIONS QUI ENTRAÎNENT LES ENFANTS À DÉFINIR LE SCÉNARIO DE LEUR JEU.
- SOUTENIR LES ENFANTS EN TEMPS OPPORTUN EN LEUR SOUFFLANT DE NOUVELLES PISTES DE RECHERCHE ET DE POSSIBILITÉS.
- AJOUTER SUBTILEMENT DE NOUVEAUX ACCESSOIRES, TOUJOURS EN TEMPS OPPORTUN, PARFOIS POUR MODIFIER LE STYLE DE JEU, LE RÉORIENTER À BON ESCIENT OU POUR LUI DONNER UNE TOURNURE INTÉRESSANTE.
- ÊTRE TOUJOURS À L’AFFÛT DES SIGNES ET ÉCOUTER DIRECTEMENT OU INDIRECTEMENT LES ENFANTS POUR FAVORISER ET STIMULER L’IMAGINATION ET LA SÉCURITÉ DANS LES JEUX.
- INVITER LES ENFANTS, EN TEMPS OPPORTUN, À RÉFLÉCHIR À LEUR ACTIVITÉ AFIN QU’ILS LA COMPRENNENT MIEUX.
- OFFRIR SUFFISAMMENT DE TEMPS À L’ENFANT POUR INITIER SON JEU, SE L’APPROPRIER ET Y JOUER.

Même s’il s’agit de jeu libre, l’adulte a un rôle à jouer. Il suffit de bien connaître les besoins des enfants et d’être capable de laisser aller et d’assumer son rôle d’observateur actif.

⁴Harrison, P. (2017). *Manuel d’organisation des journées Au jeu*. International Play Association.

MESSAGES CLÉS À VÉHICULER

DURANT L'ACTIVITÉ

Durant une activité jeu libre, des messages clés peuvent être apportés aux parents afin qu'ils saisissent l'importance de ce qu'ils sont en train de vivre avec leur enfant. Ce sont simplement de petites pistes qui peuvent aider les parents à contribuer au plaisir et à la liberté de jouer de leur enfant.

- Jouez dehors, peu importe la météo;
- Soutenez votre enfant dans sa prise de risques, tout ça dans le plaisir et selon ses besoins;
- Observez et reconnaissez les compétences et les habiletés de votre enfant. Permettez à votre enfant de jouer dans la nature et avec les défis naturels qu'elle comporte;
- Reconnaissez que le jeu libre actif comportant un risque est primordial dans le développement de votre enfant et qu'il doit être mis en pratique le plus souvent possible;
- Souvenez-vous de vos moments de jeu, à vous, lors de votre enfance. Permettez à vos enfants de recueillir autant de bons souvenirs reliés au jeu libre (grimper, sauter, jouer dans la boue, etc.).



CONCLUSION

Le jeu libre est l'une des clés au bon développement et à l'épanouissement des enfants. Il est accessible partout et en tout temps. C'est un réflexe à adopter que de créer des moments de jeu libre dans notre environnement!

Espérons que ce guide d'accompagnement vous ait facilité la tâche dans l'organisation d'une journée jeu libre et vous ait permis d'intégrer de nouvelles notions concernant celui-ci. Maintenant, il ne reste plus qu'à s'amuser!

Pour plus d'informations sur l'organisation d'une journée « Libres et Créatifs » dans votre organisme, contactez-nous. Nous serons en mesure de vous offrir un moment d'encadrement et d'accompagnement concernant cette journée.

[Cliquez ici pour voir la vidéo!](#)

Célia Gaudreau

Chargée de projet Jeu libre

819 349.6872 | celia_gl23@hotmail.com

RÉFÉRENCES

Articles

1. Table sur le mode de vie physiquement actif. *À nous de jouer!* Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant. (2018).
2. Herrington, S. (2015). *Énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur.*
3. Conseil québécois du loisir, Actes du séminaire sur l'animation du jeu libre, p.12, septembre 2015.
4. Harrison, P. (2017). *Manuel d'organisation des journées Au jeu.* International Play Association.

Site web

1. PlayLearnThink.
<http://www.playlearnthink.com/plthome.html>
2. Pop-upAdventureplay.
<https://popupadventureplaygrounds.wordpress.com/welcome/pop-up-adventure-playgrounds/>

Conférences

1. Gervais, S., Dugas, L-P. (2017). Jouer dehors, un enjeu pour nos enfants. Trois-Rivières.
2. Cardinal, F. (2017). Jouer dehors : faire face au déficit nature. Montréal.
3. Dugas, L-P. (2018). Colloque. Orford.

Vidéos

1. The Land.
<https://www.youtube.com/watch?v=4t9vq9bu3ll>
2. The Coolest New Playground Where You're Not Invited. (2017).
https://www.youtube.com/watch?v=74vOpkEin_A&t=8s
3. Scrapstore Playpods in Action. (2009).
<https://www.youtube.com/watch?v=nqi1KyJJJeKg&t=506s>
4. La Boîte à jouer à Vitruve. (2016).
<https://www.youtube.com/watch?v=mfftIzTs3ps>
5. Le jeu libre chez l'enfant. (2016).
<https://www.tfo.org/fr/univers/tfo-247/100929922/le-jeu-libre-chez-lenfant>
6. C'est moi - l'article 31 de la convention des Nations Unies Sur le droit de l'enfant. (2014). <https://www.youtube.com/watch?v=527ib-opLGE&t=95s>