



ESPACES DE JEU POUR ENFANTS

Le jeu libre chez l'enfant

La notion de jeu libre est fondamentale pour le développement optimal de l'enfant.
Mais de quoi parle-t-on au juste?

LE JEU LIBRE COMME MOTEUR DE DÉVELOPPEMENT

L'importance que l'on doit accorder au jeu libre vient principalement des connaissances scientifiques en matière de développement de l'enfant. Le jeu est en effet un moyen d'apprentissage incontournable durant l'enfance. Les enfants s'y adonnent tout naturellement, spontanément, qu'il y ait encadrement ou non.

Par le jeu, les enfants apprennent à découvrir leur potentiel d'action, à agir sur leur environnement et à interagir avec le monde autour d'eux. Jouer fait bouger, cultive l'imagination, apprend à vivre avec les autres, favorise les apprentissages socioaffectifs, moteurs et cognitifs.

Mais qu'ajoute la notion de jeu libre? Le jeu encadré, dirigé ou sous surveillance ne peut-il atteindre les mêmes objectifs? Dans une certaine mesure oui, mais il a été démontré que les activités que l'enfant veut pratiquer et exécute librement lui sont beaucoup plus profitables que celles qu'on lui impose. Il n'est pas nécessaire de lui enseigner à jouer, car le jeu fait partie intrinsèque de la façon d'être enfant, mais il est important de considérer le temps de jeu comme un temps qui lui appartient et où il peut agir et interagir.

De là l'idée de lui offrir des environnements ou des espaces où il pourra inventer, seul ou avec d'autres, ses propres jeux, se mettre lui-même à l'épreuve et intégrer, à petits pas et à son rythme, diverses compétences.

LE JEU LIBRE EN DÉCLIN

Malheureusement, le jeu libre est de moins en moins courant. L'époque où on laissait les enfants jouer dehors, leur permettant de jouir pleinement de leur liberté de mouvement, sans aucune contrainte, est révolue. Les enfants vont moins à l'école à pied ou à vélo, ont des agendas remplis dès le bas âge, passent de plus en plus de temps devant des écrans (où ils jouent, certes, mais le plus souvent en solo et en bougeant peu), ont moins d'amis dans le voisinage. Les contraintes sécuritaires se sont accrues et il y a une plus grande offre d'activités de loisir organisées ou structurées que spontanées.

COMMENT FAVORISER LE JEU LIBRE ET ACTIF

Offrir des occasions de jouer librement

Permettre aux jeunes de bouger davantage, diminuer le temps d'écrans, les encourager à « jouer dehors » n'est pas un mince défi. Tant les institutions qui s'occupent des enfants (services de garde, établissements scolaires, organisations de loisir) que les parents doivent d'abord être conscients du phénomène et faire des efforts pour redonner au jeu libre sa place.

Les gestionnaires d'équipements et d'espaces publics ont également une responsabilité, car un parc accessible et aménagé pour pratiquer des activités, quelle que soit la saison, favorisera les occasions de jouer librement.

L'importance d'un environnement plaisant et sécuritaire

Des espaces de jeu et des équipements invitants incitent les enfants à y faire des activités. On favorisera ainsi des endroits où ils peuvent courir, sauter, ramper, se rouler, grimper, se rassembler... Le terrain et les équipements sécuritaires encouragent les enfants à bouger en tous sens, à organiser leurs propres jeux selon leurs règles et à s'exécuter avec un minimum de surveillance (celle-ci variant, naturellement, selon l'âge).

Encourager le jeu libre par un environnement stimulant et ponctué de défis

Un espace de jeu bien conçu, aménagé pour le jeu libre fourni aux enfants qui le fréquentent des possibilités de développer leurs habiletés motrices, les incite à utiliser leur corps pour devenir physiquement plus forts, plus agiles et plus confiants, quels que soient leur niveau de développement physique ou leurs aptitudes du moment. Cet espace devrait leur permettre de mettre à l'épreuve leurs limites et leurs capacités.

Les équipements de jeu servent d'accessoires dans des jeux de rôle ou d'imitation (imaginés par les enfants). Les éléments physiques dans l'aménagement devraient être susceptibles d'éveiller la curiosité, d'inviter à l'exploration, de provoquer la créativité, de faire rêver, de favoriser la découverte de soi et des autres.

RÉFÉRENCES

Sylvie Melsbach, *Risquer le jeu libre de l'enfant*, dans Agora Forum, vol. 33 no 10, été 2010, pages 10-11;

Québec en Forme, *Le jeu libre à l'extérieur comme élément indispensable au développement des jeunes*, Bulletin no 9, mars 2012;

Québec en Forme, *Le point sur le développement moteur des 0-9 ans*, 2013, 13 pages.