

Les bienfaits du jeu actif à l'extérieur.

Qu'est-ce que le [jeu extérieur apporte de différent](#) du jeu intérieur ? Le jeu extérieur, dans la cour ou au parc procure des occasions à l'enfant d'explorer et de faire des expériences physiques, motrices et sensorielles diversifiées. Le plus grand espace [permet de bouger plus activement et plus librement](#).

Il permet à l'enfant de faire face à divers défis et à prendre les risques qu'il est prêt à relever. La [prise de risque](#) et les défis sont des éléments clés dans le jeu des enfants et dans leur développement. Quand un enfant joue dehors, il a l'opportunité de prendre des décisions et de résoudre des problèmes, car le milieu extérieur est plus variable et moins structuré que les espaces intérieurs.

Le jeu libre et actif à l'extérieur fait aussi partie de notre programme éducatif « Accueillir la petite enfance ». Il est conçu par le ministère de la famille et le personnel se doit de l'appliquer, de manière sécuritaire et supervisée, en laissant les enfants découvrir de quoi est fait le monde qui les entoure.

Nous sommes conscients qu'il peut comporter des inconvénients et des inconforts possibles (saleté, égratignure, ecchymose, etc.) liés à l'action. Votre enfant peut parfois revenir couvert de boue, de terre, de sable ou des brindilles dans les cheveux. C'est pour cette raison qu'il est toujours préférable de prévoir les vêtements adéquats et des rechanges, selon les saisons. Des parents démontrent de la créativité et ils nous partagent des trucs afin d'adoucir des irritants. Par exemple, certains installent des nappes de plastique sur le siège arrière de la voiture et pour ma part, j'ai un petit sac pour accueillir les nombreux « trésors » (cailloux, feuilles, fleurs et petites branches, etc.) ramassés par ma petite nièce.

Le jeu est une activité physique, mentale ou sociale, basée sur le plaisir, pratiquée par l'enfant d'une manière volontaire, spontanée et libre.

« L'enfant ne joue pas pour apprendre, il apprend parce qu'il joue. »

— J. Epstein

Source : Naître et grandir et Accueillir la petite enfance.