



## École en mouvement



## TRUCS ET ASTUCES

simples pour augmenter le temps actif

### Votre école souhaite donner plus de place au mouvement dans le quotidien des enfants

Le **jeu actif**, surtout initié par les enfants, est primordial pour leur développement harmonieux. Il ne constitue certes pas une perte de temps. Trop souvent, les activités sont organisées et dirigées par l'adulte, ce qui peut les limiter, entre autres, dans le développement de leur **autonomie** et de leur **créativité**.

**Jouer est une source d'apprentissage, de plaisir et de satisfaction.**

Il est donc primordial que l'ensemble de l'équipe-école puisse adhérer à une **vision commune** sur le temps actif et mettre en place des environnements qui répondent aux **besoins** et aux **intérêts** des enfants.

**Maximiser le MOUVEMENT :**  
pour stimuler l'attention, l'apprentissage et la réussite éducative.



### Offrir dans la journée de l'enfant le maximum d'occasions d'être en mouvement :

Prendre l'air, même l'hiver

Jouer sous la pluie

Prendre des risques calculés

Explorer la nature

Initier son jeu

Éviter les positions assises prolongées

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