

Boîte à outils sur l'éducation par la nature

Chargée de projet
Marie-Pier Lavoie
Mpier.lavoie12@gmail.com

Dernière mise à jour : novembre 2023



Documents de travail Québécois ou Canadien en lien avec le développement des enfants et le jeu libre actif

Titre	Auteur(s)/Organisme	Résumé	Lien
<i>À nous de jouer : l'extérieur un terrain de jeu complet.</i>	Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA), Gouvernement du Québec	<p>Outil de réflexion pour les intervenants des milieux jeunesse sur l'apport du jeu extérieur dans la vie des enfants.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Description jeu libre. - Bienfait des jeux extérieurs. - Peur du risque. 	https://tmvpa.com/attachments/776e1ce1-64f3-4956-8063-5729d126b8e4/A-nous-de-jouer.pdf?h=0e58736676aeba54874c77f8b20bc094
<i>Attention enfant en mouvement</i>	Plusieurs partenaires	<p>Effet du développement moteur sur la santé, la réussite éducative et l'acquisition des saines habitudes de vie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explication du développement moteur. - Explication de l'impact du jeu actif. - Tolérance du risque. - Rôle des éducateurs. - Inclus des outils (guide de formation, idées d'activités etc.). 	https://enfantsenmouvement.com/
<i>Gazelle et Potiron</i>	Ministère de la famille	Guide de référence pour soutenir les SGE à mettre en place des environnements favorables à la saine	https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/guide_gazelle_potiron.pdf

		alimentation, au jeu actif et au développement moteur.	
<i>Prescri-Nature</i>	Médecins du Québec	Ressource s'adressant aux professionnels de la santé pour faciliter la prescription de la nature. Fiches descriptives avec données probantes sur les bienfaits de la nature sur les adultes et les enfants. Bottins de ressources avec les organisations, programmes, lectures etc. qui utilisent la nature pour favoriser le développement humain.	https://www.prescri-nature.ca/ https://www.prescri-nature.ca/ressources
<i>Projet ALEX</i>	AQCPE, inspiré de l'initiative Grandir en Forêt de 1,2,3 Go Limoilou.	Cadre de référence sur l'éducation par la nature. Description de l'éducation par la nature, des bienfaits et des 8 principes. Annexes avec outils pour faciliter l'implantation de l'approche dans les services de garde. Document avec outils (vidéos et fiches techniques).	Cadre de référence : https://www.aqcpe.com/documentat ion/alex-cadre-de-referenc e-leducation-par-la-nature-en-sge/ Ressources autres : https://www.aqcpe.com/wp-content/uploads/2021/04/education-par-la-nature.-Outils-et-references.pdf
<i>Sécurité bien dosée</i>	TMVPA (Table sur le mode de vie physiquement actif)	Le document vise à bâtir une vision commune de la sécurité et à présenter des outils permettant de cibler des interventions sécuritaires, raisonnables et optimales pour le	https://tmvpa.com/publication/securite-bien-dosee

		développement des individus et des collectivités.	
<i>Unité mixte de recherche Petite enfance nature</i>	Université Laval	Unité de recherche qui vise à développer des connaissances relatives à l'éducation par la nature en services éducatifs à la petite enfance au Québec, permettant ainsi d'éclairer les différentes initiatives mises de l'avant par les acteurs des milieux de la pratique.	https://umr-peg.n.fse.ulaval.ca/

Autres documentations théoriques intéressantes

Titre	Organisme-Auteur	Résumé	Lien
<i>Petite enfance en forêt en huit points</i>	Michèle Leboeuf, Grandir en Nature Laval	Explication des 8 principes de l'éducation en nature avec la petite enfance.	https://passetemps.com/blogue/petite-enfance-en-for%C3%AAt-en-huit-points-n4070
<i>Équilibrer les risques et les bénéfices de l'Apprentissage et du jeu en plein air</i>	Tim Gill	Description d'une approche équilibrée au niveau de la gestion des risques. Exemple d'un plan de gestion des risques.	https://journeecoleenpleinair.fr/wp-content/uploads/sites/12/2016/10/160428_PROJECTDIRT_OCD_BOOK7_BALANCING_RISK_A4_France.pdf
<i>Garder les enfants à l'intérieur: Un plus grand risque!</i>	Participation-2015	Impact du jeu libre extérieur chez les enfants et des risques associés.	https://www.rcpem.com/participaction/garder-enfants-a-interieur-plus-grand-risque
<i>Favoriser le jeu libre extérieur actif chez les enfants</i>	Vifa Magazine par M-361	Dossier sur l'importance du jeu libre actif extérieur. <ul style="list-style-type: none"> - Vidéos d'experts - Affiches promotionnelles - Articles sur le sujet 	https://vifamagazine.ca/vifa/favoriser-le-jeu-exterieur-actif-chez-les-enfants/?gclid=Cj0KCQiAosmPBhCPARIsAHOen-MVZINr6B4x9pawijXY9bNpluiDp5oWKNUjNpEHDrhW6QZ1gXh2l2saAjkpEALw_wcB

<i>La nature et pourquoi c'est essentiel pour le cerveau des enfants : Informations pour les parents et les gardiens.</i>	eSantéméntale.ca Service, aide et support en santé mentale de l'Ontario	Article sur : <ul style="list-style-type: none"> - Qu'est-ce que le jeu non-structuré - Le jeu extérieur - Statistiques sur les besoins au niveau du jeu extérieur chez les enfants - Bienfaits de la nature chez les enfants 	https://www.esantementale.ca/Canada/La-nature-et-pourquoi-cest-essentiel-pour-le-cerveau-des-enfants-Informations-pour-les-parents-et-les-gardiens/index.php?m=article&ID=52861&fbclid=IwAR3BFWo8r9ICRf3B6I8Y3juz7b-bDNto4jK28uKr0eRZXux-IL5oZi925Lk
<i>Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants.</i>	Centre d'excellence pour le développement des enfants (Université Laval et Université de Montréal).	Regroupement d'articles scientifiques sur le jeu libre extérieur.	Jeu extérieur Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants (enfant-encyclopedie.com)

Boîtes à outils pour aller à l'extérieur		
Titre	Points forts	Liens
<i>Animateur-nature.com</i>	Site français. Outils pédagogiques et activités en lien avec la nature (faune, flore etc.).	https://www.animateur-nature.com/index.html?fbclid=IwAR2ULc_cNjbj0w5vkVO7BbTZ9VW1tVh_LeLP_OivX1TOTI3d5guhB8zzATaU
<i>Activités extérieures dans les centres de la petite enfance et les garderies.</i>	Guide d'activités extérieures du Ministère de la famille avec fiches thématiques selon la saison et l'âge.	https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/parents/programme-educatif/activites-exterieures/Pages/resultat.aspx?mode=1&page=1&saison=Printemps&age=&clientele=
<i>Groupe facebook : Éducation- Pédagogie par la nature (Forest School) au Québec</i>	Communauté d'échange sur les outils, le matériel et plusieurs informations pertinentes pour toutes personnes intéressées par la pédagogie par la nature chez la petite enfance.	https://www.facebook.com/groups/pedagogienature

<i>Child and nature alliance</i>	Site canadien traduit en français. Section dédiée aux éducateurs en petite enfance avec plusieurs ressources selon les thèmes particuliers (prise de risque, gestion matériel, trousse de premiers soins) etc.	https://childnature.ca/fr/epe/
<i>Club 4H du Québec</i>	Le Mouvement « Les Clubs 4-H du Québec » est un organisme à but non lucratif créé en 1942, qui s'est donné pour mission de développer l'intérêt et les compétences des jeunes relativement à la nature, la forêt et l'environnement par des activités éducatives et de loisir. Site web avec offres d'activités, documentation et outils sur le jeu en nature avec les enfants.	https://www.clubs4h.qc.ca/
<i>Magazine 100 degré : Dossier Jouer dehors à tous les jours Dossier sécurité bien dosée</i>	Plate-forme regroupant divers articles sur l'utilisation de l'extérieur et du jeu libre avec les enfants.	https://centdegres.ca/magazine/activite-physique/dossier/jouer-dehors-tous-les-jours/ https://apprendre.centdegres.ca/courses/la-securite-bien-dosee-une-question-dequilibre/?fbclid=IwAR0ElrDLdYQzVgj1u9OmjvQfYG18IAuEVj9ENHeDgOuyjNDRcfffWvCmIIMA
<i>Ti-Mousse dans Brousse</i>	Site web fondé par Joanie St-Pierre guide et maman de deux enfants. Ti-Mousse dans Brousse est une initiative qui vise à faciliter la pratique d'activités de plein air aux jeunes familles en les informant, en les inspirant et en les motivant à profiter de tous les bienfaits de la nature avec leurs enfants de façon sécuritaire. Plusieurs outils, astuces et ateliers disponibles sur leur site internet.	https://timoussedansbrousse.com
<i>Milieus de vie en santé</i>	Milieus de vie en santé est un programme de Nature Québec visant entre autres à démontrer les bienfaits des îlots de fraîcheur sur la santé en milieu urbain. Leur site web contient des outils très pertinents sur : <ul style="list-style-type: none"> - Aménagements et la naturalisation des cours. - L'entretien des végétaux - Guide d'éveil sur la biodiversité urbaine 	https://milieuxdevieensante.org/nos-outils/# https://milieuxdevieensante.org/wp-content/uploads/2021/05/2021-02-guide-biodiv-vf-lo.pdf

Offres de formations

Titre	Points forts	Liens
AEC en éco-éducation par la nature du cégep de Rivière-du-Loup	<p>Attestation collégiale reconnue de 450 heures :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Offert par le groupe Collégia. - Majoritairement offert à distance et à temps partiel. - Sujets des cours: fondements de l'éducation par la nature, logistique, gestion des risques, outils terrain etc. <p>Formation courte de 45 heures adressée directement aux milieux.</p>	https://www.collegia.qc.ca/formations-credibles/ecoeducation-par-la-nature/
AEC de spécialisation- Intervention nature 0-8ans cégep de Thedford Mines	<p>S'adresse à des personnes déjà en emploi ou porteurs de projet d'intervention en éducation par la nature tels que les éducateurs à l'enfance, les enseignants du préscolaire et primaire ainsi que les intervenants travaillant auprès des enfants de 0 à 8 ans.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formation à temps partiel de soir de 390 heures - Fin de semaine terrain. 	https://www.cegeptheftford.ca/aec/interventions-nature-0-8-ans/
As'SOIF'fés de nature	<ul style="list-style-type: none"> - Formation en ligne - Introduction à la pédagogie en nature. 	http://assoiffesdenature.com/nos-activites/formation/
Au Grand Air	<ul style="list-style-type: none"> - Offre d'activités en nature dans les milieux pré-scolaires et scolaires par des facilitateurs qualifiés. - Axé sur le jeu libre en nature et sur le développement d'une relation harmonieuse des enfants avec la nature. - Formations personnalisées pour les milieux. 	https://www.augrandaireducation.ca/
Coopérative Enfant-Nature	<ul style="list-style-type: none"> - Meilleures pratiques au niveau de la pédagogie par la nature chez les 0-5ans. - Offre de formation. - Pilier dans l'éducation par la nature avec la petite enfance. - Partenariat avec UQTR pour la recherche. - Plate-forme avec outils pédagogiques accessible suite à la formation. 	https://coopenfantnature.org
La mère Nature	<p>Formation donnée par Julie Filiatrault une des pionnières de l'éducation par la nature.</p>	https://www.lamerenature.ca/

	<ul style="list-style-type: none"> - Approche sur l'éco-éducation sensible, une nouvelle approche qui de l'éducation par la nature qui voit beaucoup plus loin. 	
Nature en Jeux	<ul style="list-style-type: none"> - Offre d'atelier nature terrain avec les 0-8 ans - Offre de formation de 6 heures sur l'approche d'éducation par la nature. - Offre de mentorat. - Situé dans la région de Montréal 	https://www.natureenjeux.com/
Nalu Éducation	<p>Fondé par Rosalie Morin qui offre :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Accompagnement pour la naturalisation des espaces de jeux. - Formation axée sur la naturalisation des cours extérieures. - Activités extérieures et accès à des conseils personnalisés. 	https://www.nalueducation.ca/
Projet ALEX	Offre de service en trois catégories pour faciliter l'implantation de l'éducation par la nature dans les services de garde. Pilier au niveau de l'éducation par la nature au Québec.	https://www.aqcpe.com/wp-content/uploads/2021/06/offre_service_alex_2021.pdf

Quelques exemples de services de garde utilisant la pédagogie par la nature au Québec

Nom	Lieux	Site internet
Garderie Nature	Saguenay Lac St-Jean	https://garderienature.ca/
CPE l'Éveil de la Nature	Wakefield	http://www.cpeleveildelanature.com/
CPE Jolicoeur (ALEX)	Sainte-Catherine de la Jacques Cartier, Québec	http://cpejolicoeur.ca/diaporama/leducation-par-la-nature/
Les Pouces verts (ALEX)	Québec	https://centdegres.ca/magazine/sante-et-societe/garderie-plein-air-cpe-pouces-verts-ferme-maraichere/
CPE Bottine souriante	Shawinigan	http://www.cpebottinesouriante.com/notre-pedagogie/pedagogie-nature
Grandir en Forêt	1,2,3 Go Limoilou Québec	https://www.facebook.com/pages/category/Nonprofit-Organization/Grandir-en-foret-138904816724909/
CPE Sainte-Rose	Laval	N/A
CPE La magie du rêve (ALEX)	Val-D'or	https://www.william.coop/Site/cpelamagiedureve/ZonePublic/Accueil/LaUne
CPE Passe-Partout	Stoneham, Québec	https://www.facebook.com/CPEPassePartout/

RSG Les petits Croque Nature	Normandin, Lac St-Jean	https://www.facebook.com/lespetitscroquenature/?show_switched_toast=0&show_switched_tooltip=0&show_podcast_settings=0
Service de garde alternatif	Sainte-Christine d'Auvergne	https://www.facebook.com/SDG-Semer-pour-demain-102979897766263

Livres

[CARDINAL, François. Perdus sans la nature, Éditions Québec Amérique, août 2010.](#)

[FERLAND, Francine. Viens jouer dehors! Pour le plaisir et la santé, collection du CHU Sainte-Justine pour les parents, 2012.](#)

[HANSCOM, J. Angela. Dehors les enfants : réapprendre aux enfants à jouer dehors et à oublier les tablettes, Édition Lattes, 2018](#)

[LOUV, Richard. Une enfance en liberté : Protégeons nos enfants du syndrome de manque de nature, Algonquin Books, 2008](#)

[WAUQUIEZ, Sarah. Les enfants des bois: Pourquoi et comment sortir en nature avec de jeunes enfants, 2008](#)

Vidéos

Auteur	Sujet	Liens
100 degrés, Sylvie Gervais et Louis-Philippe Dugas	<ul style="list-style-type: none"> - Description des bénéfices du jeu libre chez les enfants. - Expérience et bénéfices du jeu extérieur expliqués par Sylvie Gervais de COOP Enfant-Nature. Durée : 27 minutes 16 sec.	https://centdegres.ca/magazine/activite-physique/pourquoi-jeu-libr-lexterieur-pleine-nature-important-pour-les-enfants/
100 degrés, Sylvie Gervais	<ul style="list-style-type: none"> - Webinaire de 120 minutes adressés aux enseignants du préscolaires abordant : <ol style="list-style-type: none"> 1. Les bienfaits d'aller dehors avec les enfants. 2. Le choix du lieu. 3. La logistique et des exemples de matériel à utiliser. 	Enseignement en plein air au préscolaire : par où commencer? 100° (centdegres.ca)

	4. Exercices réflexifs.	
François Cardinal	Conférence de François Cardinal tenue par 100 degré sur : <ul style="list-style-type: none"> - Déclin du jeu libre extérieur chez les enfants. - Impact du déficit nature chez les enfants. Durée 29 minutes	https://centdegres.ca/conference/s/jouer-dehors-faire-face-au-deficit-nature/
AQCPE, Projet Alex	Chaine Youtube du projet ALEX <ul style="list-style-type: none"> - Plus de 75 courtes vidéos sur différents sujets de l'éducation par la nature : gestion des risques, définitions, bienfaits, logistiques etc. 	https://www.youtube.com/playlist?list=PLIQBT4tmjypYV9hjuq-NPRZ0clv_zVrx
CPE Joli-Coeur	<ul style="list-style-type: none"> - Description et exemple de l'approche d'éducation par la nature au CPE Jolicoeur. - Description de l'approche, des rôles de l'éducatrices, de l'impact sur les enfants, point de vue d'un parent. - Description par deux éducatrices du milieu. Durée 6 min 05 sec	https://www.youtube.com/watch?v=7wFTq6iEwBs
Naître et Grandir	Vidéo adressé aux parents sur l'importante du jeu libre actif extérieur. Phrases clés et images défilantes. Durée 1 minute	https://www.youtube.com/watch?v=hbOawtRb-Ho
COOP Enfant-Nature	<ul style="list-style-type: none"> - Vidéo narrée par Sylvie Gervais qui explique l'approche de la pédagogie par la nature, son origine et ses bienfaits. Supportée par des séquences vidéo d'enfants. Durée 3 min 39 sec	https://vimeo.com/363321699/5bb89e4d42
Vifa Magazine	<ul style="list-style-type: none"> - Vidéo narrée par un Mathieu Point professeur à UQTR et Bruno Durand Kinésologue sur les bienfaits du jeu libre extérieur en nature sur les enfants (composantes, motrices, émotive, gestions des risques). - Beaucoup d'images et d'exemples. - Adressée aux milieux et aux parents. Durée 3 min 27	https://www.youtube.com/watch?v=ygC8Ix0Eyw
CPE Joli-Cœur	<ul style="list-style-type: none"> - Vidéo narré par Jean Tanguay qui explique le jeu libre et son importance sur le développement de l'enfant. - Explication et exemples concrets sur la gestion des risques. Durée : 5 min 25	https://www.youtube.com/watch?v=0H9v8NQGZHI
URLS Chaudière-Appalaches	Six capsules d'une durée approximative de 2 minutes chaque sur : <ul style="list-style-type: none"> - Le jeu libre actif 	https://www.youtube.com/watch?v=9irGb1OPR

	<ul style="list-style-type: none"> - Les environnements stimulants - Bouger à l'extérieur - Le rôle de l'adulte - Le jeu extérieur hivernal - Apprivoiser le risque 	Zg&list=PL4mxEHokpnb5NznREIFq6BfWSh2TIf7PO
100 degrés	<p>La sécurité bien dosée : une question d'équilibre. 3 capsules d'une durée totale de 22 minutes pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprendre la sécurité bien dosée. - Analyser les dimensions de la sécurité bien dosée en contexte municipal. - Analyser les dimensions de la sécurité bien dosée en contexte scolaire. 	https://apprendre.centd egres.ca/courses/la-securite-bien-dosee-une-question-dequilibre/?fbclid=IwAR3pNWMnHfWZ-0UKCQrFMQ3z5a-oR4zjUZs6MXONurllFA12MY2YLwuJjDk
100 degrés	<p>Monde municipal et éducation en plein air : l'union fait la force</p> <ul style="list-style-type: none"> - Webinaire d'une durée de 56 minutes qui présente des initiatives mises en place dans diverses régions du Québec de collaboration entre les mondes de la petite enfance, scolaire et municipal pour favoriser l'éducation en plein air. 	https://apprendre.centd egres.ca/webinaire/monde-municipal-et-education-en-plein-air-lunion-fait-la-force/?fbclid=IwAR2KYKz8fE5aULG--zhFDeyQYnaVHZlhgY4WV4qJEBZeZ0_fHEM4Hv6Cnfw
Fédération québécoise des centres communautaires de loisirs	<p>Capsules vidéo créées par la Fédération Québécoise des centres communautaires de loisir dans le cadre d'un projet financé par le ministère de la Famille. Le projet s'adresse aux parents d'enfants de 0 à 5 ans et vise l'exercice de la coparentalité dans le développement psychomoteur de l'enfant.</p>	<p>Varier les expériences motrices :</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=6kdD2qU1Scg</p> <p>Les bienfaits du plein air :</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=HQ4Zm8EZ5Eo</p>

		Respect du rythme de l'enfant : https://www.youtube.com/watch?v=TpEYNg7Diwc
Le développement moteur des enfants : l'oublié du développement global	Webinaire organisé par les Club 4H narré par le docteur Claude Dugas sur l'importance du développement global dans le jeu actif extérieur. Durée : 1h14 minutes	https://www.youtube.com/watch?v=sldqLxzKeb4
Balados de l'unité Mixte de recherche de l'Université Laval : Petite enfance, grandeur nature.	Le balado Regards croisés sur l'éducation par la nature diffuse des travaux récents de l'UMR, croisant les perspectives de chercheurs et de professionnels de la petite enfance.	https://umr-pegn.fse.ulaval.ca/ressources/

Infographies/Affiches promotionnelles		
Organisme	Description	Liens
Association canadienne de santé publique	Cinq infographies destinées aux parents et aux milieux pour faire la promotion du jeu libre actif : <ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi jouer? - Bienfaits du jeu libre sur la santé mentale. - Les perceptions vs les faits. - La récréation. 	https://www.cpha.ca/fr/infographies-jeu
Concertation pour les saines habitudes de vie en Outaouais	Affiches pour promouvoir la sécurité bien dosée et le jeu libre actif extérieur. Adressé aux services de garde.	http://saineshabitudesoutaouais.com/informations/actualites/le-jeu-libre-et-actif-une-presentation/

VIFA magazine	<p>Quatre affiches très pertinentes adressées majoritairement aux parents.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jouer dehors en famille. 2. Le jeu libre extérieur en 12 chiffres 3. Cherche et trouve nature 4. Ce dont l'enfant a réellement besoin 	Favoriser le jeu extérieur actif chez les enfants Vifa Magazine
Actif pour la vie	Guide visuel pour habiller les enfants l'hiver.	ApV-habiller-ses-enfants-pour-l'hiver (activeforlife.com)
Child and alliance Nature	Fiche pour remplacer le "sois prudent" à dire à un enfant. Adressée aux parents et aux milieux.	https://childnature.ca/wp-content/uploads/2021/02/Quand-tu-veux-dire-sois-prudent_FR.pdf
Projet ALEX	<p>Plusieurs fiches thématiques chacune abordant ces thématiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'éducation par la nature - Les déplacements en milieu naturel - L'accès aux milieux naturels - L'aménagement des milieux naturels - La collaboration avec la communauté - La protection des milieux naturels - La sécurité bien dosée dans les milieux naturels - Une nouvelle installation d'un service de garde. 	https://www.aqcpe.com/projets/alex/
Unité mixte de recherche Petite enfance grandeur nature de l'Université Laval	<p>6 fiches qui marient illustration jeunesse et résultats de recherche sur l'éducation par la nature.</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'éducation par la nature une approche qui a des principes - L'éducation par la nature des pratiques éducatives de par le monde - L'éducation par la nature : une approche qui porte ses fruits. - L'éducation par la nature : Qu'en disent les parents? - L'éducation par la nature : Un levier pour la qualité? - L'éducation par la nature : Des enfants qui s'engagent? 	https://umr-pegn.fse.ulaval.ca/projets/regards-croises-sur-leducation-par-la-nature/?etat=actif/#affiches