INSPIRE À BOUGER

*Les **activités ludiques et turbulentes** au service de garde en milieu scolaire*

Kino Québec

Québec

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA GARDE SCOLAIRE

Conception et rédaction

François Berthelot,
Chargé de projet et formateur Inspire à bouger

Collaboration

Julie Bruneau,
Technicienne en service de garde scolaire,
École St-Philippe, Commission scolaire
des Sommets

Valérie Boulay-Pelletier,
Consultante et formatrice
Actif au Quotidien et MA classe flexible,
RSEQ Québec et Chaudière-Appalaches

Carole Couture,
Technicienne du service de garde de l'école
des Quatre-Vents, Commission scolaire
des Navigateurs

Jean-Maxime Robillard,
Conseiller pédagogique SHV, ÉPS et responsable
des services de garde, Commission scolaire
des Samares

Propriété

Association québécoise de la garde scolaire

Mars 2020

Table des matières

Introduction 4
L'utilité des activités ludiques et turbulentes 5
La sécurité bien dosée 6
- Le choix du site 6
- La supervision des ALT 7
- La surveillance d'une zone ALT libre 8
- Les aptitudes des participants 9

Implanter les ALT au service de garde en milieu scolaire 9
- La communication des messages clés 10
- La formation du personnel 11
- Intégrez les jeux turbulents de manière graduelle 11
- Implanter une zone ALT 12

Conclusion 12

Activités
Souque à la corde 14
La lutte au foulard 15
Le serpent et l'ours 16
Chats et chiens 17
La lutte à genoux 18
Zone ALT 19

Introduction

On le sait, certains élèves adorent se bousculer! Dès qu'on a le dos tourné, ils s'agrippent, se poussent ou se roulent par terre. Notre premier réflexe est souvent de penser que c'est inacceptable. La violence et l'intimidation n'ont pas leur place dans la cour d'école!

Par contre, dès que l'on prend le temps de les observer un moment, nous sommes en mesure de constater que ces élèves se connaissent et sont de bons amis. En effet, une seconde un élève a le dessus sur l'autre, puis la situation s'inverse quelques instants plus tard : l'élève qui était en dessous reprend le dessus. En plus, ils affichent un énorme sourire et rient de bon cœur. On est loin de l'intimidation! Ils sont en train de jouer, tout simplement. On appelle ce type de jeu de chamaille : les activités ludiques et turbulentes (ALT).

Ce guide s'adresse au personnel éducateur en garde scolaire qui anime déjà des activités ludiques et turbulentes (ALT) ou qui profite d'une zone ALT* dans la cour d'école et qui aimerait en savoir davantage sur leur utilité et comment bien les organiser de manière sécuritaire. Il peut aussi servir de base au personnel éducateur qui voudrait commencer à utiliser les ALT pour développer les aptitudes sociales et augmenter l'activité physique des élèves.

**** Une zone ALT est un endroit balisé et surveillé dans la cour d'école où les élèves peuvent se chamailler.***

L'*utilité* des activités ludiques et turbulentes

Beaucoup plus qu'un comportement néfaste à éliminer des écoles, le jeu turbulent joue un rôle important dans le développement des compétences sociales, motrices et cognitives des élèves. En effet, pour que nos deux amis continuent à s'amuser et que le jeu demeure équitable, une foule d'indices subtils doivent être pris en compte, comme sa propre force, la force de l'autre et même son expression faciale. De façon générale, la communication entre les joueurs se fait de manière non verbale.

« Les jeux de lutte ou de bataille sont une stratégie d'apprentissage par laquelle les garçons explorent la solidarité et la coopération entre pairs »

PLAN D'ACTION POUR PRÉVENIR ET TRAITER LA VIOLENCE À L'ÉCOLE 2008-2011 Outil de référence

De plus, les élèves restent actifs et ont l'opportunité de canaliser leur agressivité et leur trop-plein d'énergie de manière positive tout en jouant et en développant leurs habiletés sociales. Le jeu ludique turbulent donne aussi plusieurs occasions de se pratiquer à résoudre des problèmes et des conflits. Et, comme toute autre activité, plus on se pratique, meilleur on devient!

Des recherches scientifiques, de même que des observations sur le terrain, tendent à démontrer que le jeu turbulent facilite la gestion des comportements et favorise les apprentissages en classe.

Source : « Panksepp, J. (2007). *Can PLAY diminish ADHD and facilitate the construction of the social brain? Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 16, 57-66. »

Les ALT surveillées et encadrées répondent donc à plusieurs besoins :

Pour les élèves :

- Développer leurs habiletés sociales
- Améliorer la gestion de leurs émotions
- Donner une opportunité d'apprendre la résolution de conflits
- Bâtir des liens avec leurs pairs
- Faire de l'activité physique
- Favoriser la concentration en classe

Pour le personnel éducateur :

- Faciliter la surveillance de la cour d'école
- Améliorer la sécurité des élèves lors du jeu actif à l'extérieur

« Les personnes qui intimident tendent notamment à avoir peu d'empathie, une pauvre estime d'elles-mêmes et de faibles habiletés sociales. »

Source : Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018

Si la zone ALT de votre école ou du service de garde est à l'extérieur, indiquez clairement les règles près du site sur une affiche ou un panneau pour les rappeler aux élèves et rassurer les parents. On ne veut surtout pas qu'un passant pense être témoin d'une bagarre alors que les élèves s'adonnent à un jeu ludique surveillé et encadré!

La sécurité bien dosée

Il est important de se rappeler que le risque zéro n'existe pas. Le jeu ludique et turbulent comporte des risques de blessures mineures, mais ceux-ci sont similaires aux autres jeux actifs extérieurs comme jouer au ballon ou dans les modules. Les risques d'un accident grave sont très faibles.

« Rendre une activité ou un jeu sécuritaire ne signifie pas de les aseptiser ou de les dénaturer, mais plutôt de mettre en place des moyens raisonnables afin qu'il n'arrive pas d'incident malheureux qui aurait pu être évité. »

Source : Sécurité bien dosée, une question d'équilibre! 2018

Considérant que les activités ludiques demandent peu ou pas d'équipement particulier ou d'aménagement complexe, nous pouvons concentrer nos efforts de prévention sur les participants et les éducatrices qui seront appelés à surveiller les ALT. Les quatre sections qui suivent donnent un exemple des meilleures pratiques qui permettent de répondre au devoir de bienveillance et de s'assurer que l'activité se fasse dans le plaisir et la bonne humeur.

Le choix du site

Il serait très difficile d'assurer une surveillance appropriée des ALT sur toute la superficie de la cour d'école. La sécurité des élèves lors des activités ludiques et turbulentes demande une surveillance constante de la part du personnel éducateur. C'est pourquoi il est recommandé de restreindre les ALT à des **activités structurées** ou à une zone bien **balisée, sécuritaire et surveillée** où la pratique libre est permise.

Il est important de préciser qu'une zone ALT est différente d'une aire de jeu comme celle décrite dans le Volet 2 - Aménagement de la cour d'école du document *Ma cour : un monde de plaisir!* La zone ALT est de petite dimension et peut être installée par exemple dans l'une des aires de jeux individuels ou en petits groupes. Pour baliser la zone ALT, quelques cônes suffisent!

Ce guide fait surtout mention d'une zone ALT aménagée à l'extérieure, mais il est aussi possible d'en aménager une à l'intérieur, dans une grande classe ou un gymnase par exemple.

Voici quelques caractéristiques d'un endroit sécuritaire pour la pratique des jeux turbulents* :

- Les objets autour de la zone ont des coins arrondis et non pointus
- S'il y a un tapis, il est solidement fixé au sol afin qu'il ne glisse pas
- On a enlevé les objets sur lesquels les élèves pourraient trébucher
- Il y a assez d'espace pour permettre aux élèves de bouger librement
- La surface est absorbante ou les enfants ont assez de vêtements pour absorber les chocs s'ils jouent sur la neige

Adapté de : Rough and tumble play 101, Carlson, F., Exchange July-August 2009

La *supervision* des ALT

Seulement 1 % des jeux turbulents dégénèrent en bagarre, ce qui est très peu.

Source : Smith, P. K. (2010). Children and Play, Chichester, UK: Wiley-Blackwell

Pour que le personnel éducateur soit en mesure d'intervenir rapidement et efficacement en cas de conflit grave, il doit être en mesure de reconnaitre les signes avant-coureurs que le jeu est en train de devenir un conflit. Étant donné que ces signaux sont parfois difficiles à reconnaitre, il peut être pertinent de commencer par superviser des jeux d'opposition simples et structurés, afin d'acquérir de l'expérience avant de commencer la surveillance de zones ALT libres.

« Les situations de violence chez les garçons ne se produisent généralement pas entre amis, mais plutôt envers des connaissances, c'est-à-dire dans un réseau plus éloigné »

Source : La violence chez les garçons et les filles, ça vaut le coup d'agir ensemble.

Comment différencier le jeu ludique turbulent d'un conflit ou d'une bagarre

Les signes qui nous indiquent que les élèves sont en train de jouer :

- Un visage souriant ou des rires
- Lorsqu'ils ont fini de jouer, ils recommencent avec enthousiasme
- Les participants se connaissent et sont amis
- Les joueurs contrôlent l'action à tour de rôle

Les signes qui nous indiquent que les élèves sont en train de se bagarrer et qu'il faut intervenir :

- Un visage en colère, des pleurs
- Lorsqu'ils ont fini, les deux élèves partent rapidement chacun de leur côté
- Les participants ne se connaissent pas bien ou sont fréquemment en conflit
- Un élève qui essaie constamment d'avoir le dessus sur l'autre sans lui laisser de chance

Adapté de : Le leadership pédagogique et le jeu turbulent, Interaction vol.28 nº.2

En cas de doute, n'hésitez pas à demander aux élèves s'ils s'amusent toujours : ils sont les mieux placés pour vous le dire!

La surveillance d'une zone ALT libre

C'est en surveillant efficacement les ALT qu'on sera en mesure d'éviter les conflits et les accidents dans la zone réservée à cet effet. Voici quelques aspects importants à prendre en compte :

1. Inspecter la zone pour s'assurer qu'elle est sécuritaire (blocs de glaces, roches, objets…)
2. Superviser la zone de manière constante
3. Interdire l'accès aux élèves qui n'ont pas les compétences ou les capacités pour le jeu turbulent (comportements trop agressifs, non-respect des règles, incapacité physique ou émotionnelle)
4. Avoir un système de prise de notes et de conséquences en cas de non-respect des consignes
5. Être en mesure de fermer la zone ALT en cas de problème
6. Prévoir un système, par exemple des panneaux de couleur, pour indiquer rapidement aux élèves si la zone est ouverte ou fermée
7. Si la zone ALT est très populaire, faire un horaire pour l'accès des groupes et prévoir des périodes libres pour les reprises en cas de fermeture ou de mauvais temps
8. Dresser une liste des personnes formées au jeu turbulent qui pourront remplacer en cas d'absence : la surveillance doit être constante d'une personne à l'autre et ne peut donc pas être confiée à un suppléant.

Comme surveiller ce genre d'activité demande de la pratique et de l'expérience, on suggère de limiter le nombre de personnes qui auront à surveiller la zone ALT, afin que celles qui y sont assignées puissent développer leur expertise et leurs compétences.

Les aptitudes des participants

Le jeu turbulent doit se faire sur une base volontaire : il serait mal avisé d'obliger un élève qui ne se sent pas à l'aise à participer au jeu ou de lui donner une conséquence parce qu'il ne veut pas jouer. L'objectif demeure toujours de répondre aux besoins des élèves qui aiment participer à ce type de jeu. Pour assurer la sécurité des élèves, on ne doit pas hésiter à retirer rapidement du jeu un participant qui a de la difficulté à gérer ses émotions ou qui risquerait de blesser un autre élève. C'est également important d'avoir un système clair, simple et connu des élèves en cas de non-respect des consignes.

S'adonner au jeu turbulent est un privilège, pas un droit.

Implanter les ALT au service de garde en milieu scolaire

Bien entendu, les ALT ne sont pas obligatoires et on ne peut pas du jour au lendemain laisser les élèves se chamailler au service de garde! Les ALT doivent s'inscrire dans le projet de vie de l'école et aider à répondre aux besoins de la personne qui est au coeur de notre travail : l'élève. Réussir l'implantation des ALT au service de garde nécessite une planification et une communication efficaces entre tous les intervenants. Plusieurs situations peuvent rapidement mettre un terme au projet, par exemple :

- Un manque d'adhésion des membres de l'équipe-école ou de la direction
- L'inquiétude des parents face au jeu turbulent
- L'utilisation inadéquate par les élèves
- Des blessures inutiles lors des ALT

Afin de pallier aux obstacles potentiels, le personnel éducateur devrait consulter l'ensemble des intervenants de l'école et collaborer avec l'équipe-école afin d'identifier les besoins des élèves, les ressources disponibles et la meilleure façon d'y répondre

Par exemple, si l'enseignant d'ÉPS fait déjà des jeux d'opposition en gymnase comme la lutte, vous pouvez lui demander de vous enseigner les règles afin de pouvoir intégrer les mêmes jeux à la planification des activités au service de garde. Aussi, il peut être utile et pertinent de vérifier si le comité cour d'école s'est déjà penché sur la question du chamaillage.

Un guide produit par la FÉÉPEQ : « **Le guide de l'enseignant en ÉPS responsable des projets d'activités physiques à l'école** » fournit de l'information sur les étapes à suivre pour structurer un tel projet.

Ce guide polyvalent comporte d'excellentes sections sur l'identification des besoins, l'organisation d'une rencontre d'équipe et l'accompagnement des membres de l'équipe-école.

La communication des messages clés

Pour que l'implantation des ALT dans le service de garde soit un succès, l'équipe-école, la direction, le conseil d'établissement et les parents doivent absolument adhérer au projet. En communiquant efficacement avec eux, le personnel du service de garde sera en mesure de diminuer les craintes, le doute et la mésinformation qui risquent de circuler. En plus des avantages des ALT énumérés dans la première section, voici quelques messages spécifiques à communiquer :

Parents

- L'activité est volontaire : aucun élève n'est forcé d'y participer
- Certains élèves ressentent un besoin de se chamailler : en encadrant l'activité, nous assurons leur sécurité
- Les activités sont surveillées de façon constante par du personnel formé et qualifié : les élèves ne sont pas en danger

Direction et équipe-école

- Les ALT permettent de développer les compétences sociales des élèves
- Les élèves qui ont l'occasion de se chamailler sont moins portés à user de comportements violents dans la cour d'école
- Si vous ne voulez pas intégrer les ALT ailleurs dans l'école, vous n'êtes pas obligés de le faire : c'est une activité du service de garde
- Nous accompagnerons les élèves afin de nous assurer qu'ils respectent les règles et que le jeu turbulent se fera seulement lors des périodes prévues à cet effet : il restera interdit ailleurs dans l'école et durant les récréations

À vous de trouver des ambassadeurs qui vous aideront à diffuser ces messages clés afin de mener votre projet vers le succès!

La *formation* du personnel

Les adultes qui se sont beaucoup chamaillés étant enfants, par exemple avec des frères et sœurs, des amis ou leurs parents, sont meilleurs à différencier le jeu du conflit.*

Source : Le leadership pédagogique et le jeu turbulent, Interaction vol.28 nº.2

Tenir compte de cette expérience dans le choix du personnel qui surveille les zones ALT pourrait être une bonne idée.

Étant donné que la communication est surtout non verbale lors du jeu turbulent, il est important que tout le personnel appelé à surveiller la zone ALT se rencontre à l'avance et établisse des balises claires qui seront appliquées de manière constante.

Demandez aux élèves qui se chamaillent souvent de vous aider : ils connaissent bien les règles du jeu, car ils y jouent déjà!

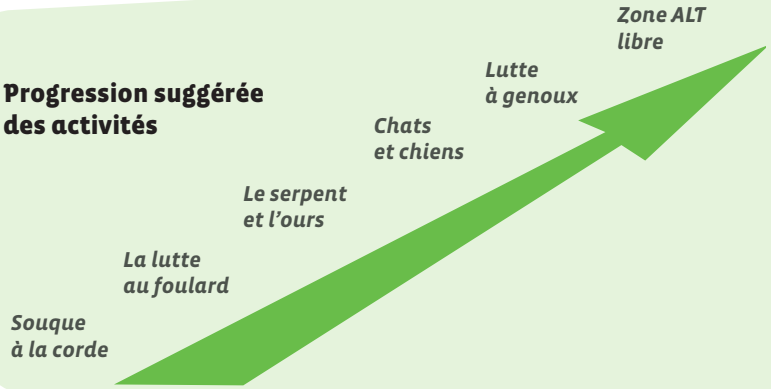
Intégrez les jeux turbulents de manière graduelle

Initier tous les élèves du service de garde aux jeux turbulents en même temps peut être une tâche colossale! C'est plus facile de commencer par les plus jeunes, par exemple les élèves de maternelle et de première année, avant d'intégrer progressivement les autres niveaux l'année suivante.

Référez-vous aux fiches d'activités à la fin du guide pour des idées de jeux d'opposition simples et amusants!

De plus, pour que le jeu se déroule bien, on doit s'assurer que les élèves ont les **compétences** et les **connaissances** nécessaires pour y participer de façon sécuritaire. On pourrait profiter d'une période d'éducation physique en gymnase ou encore faire le tour des classes pour informer les élèves où et quand ils peuvent s'adonner aux jeux turbulents. Faire le tour des classes permet également d'inviter les enseignants à s'impliquer dans le projet, de les rassurer et de répondre à leurs inquiétudes.

Pour s'assurer que les élèves ont bien compris les consignes et qu'ils ont les compétences nécessaires pour participer aux ALT, on peut commencer par des **jeux d'opposition simples et structurés** et aller progressivement vers des jeux plus complexes. Une fois modélisés et acquis, ces jeux serviront de bases à partir desquelles les élèves pourront démarrer leurs jeux libres s'il existe une zone ALT.



La participation des élèves à ces jeux est aussi une excellente occasion pour les observer et identifier ceux qui auront besoin davantage d'accompagnement pour gérer leurs émotions ou leur force, par exemple. Ainsi, donner l'opportunité à ces élèves de développer leurs aptitudes sociales avant de les laisser jouer librement, permet de réduire la probabilité d'un conflit ou d'une blessure.

Rappelez-vous :
l'appui de votre direction et de l'équipe-école est essentiel!

Implanter une zone ALT

Une zone ALT aménagée à l'extérieur peut être un moyen de réduire le jeu turbulent dans la cour d'école en donnant un endroit surveillé et sécuritaire aux élèves qui aiment se chamailler. On peut commencer par autoriser des jeux d'opposition structurés que les élèves connaissent déjà. Voici un exemple d'horaire qui indique clairement quel est le jeu de la journée dans la zone ALT.

Lorsqu'on est certain que tout se passe bien, on peut laisser les élèves choisir leurs jeux. On peut trouver un exemple de règles pour une zone ALT libre en annexe.

C'est avec une planification minutieuse, une communication efficace et en préparant adéquatement les élèves que le personnel éducateur sera en mesure d'initier les élèves aux activités ludiques et turbulentes de manière sécuritaire.

Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Maternelles	AM Lutte au foulard	PM Serpent et ours	AM Chiens et chats	PM Lutte à genoux	Reprise
1ère année	PM Souque à la corde	AM Lutte à genoux	PM Chiens et chats	AM Libre	Reprise

Notes : Les périodes du vendredi servent aux reprises ou sont tirées au sort parmi les groupes qui n'ont pas reçu d'avertissement durant la semaine.

Conclusion

Les activités ludiques et turbulentes, loin d'être une nuisance à l'école, sont un outil de plus pour favoriser l'activité physique et développer les aptitudes des élèves. À vous d'utiliser le contenu de ce guide pour les encadrer de manière efficace et sécuritaire!

Activités

Activité 1

Souque à la corde

Matériel nécessaire : une grosse corde

Jeu :

Faites deux équipes de force égale

Chaque équipe prend un bout de la corde et essaie de tirer l'autre équipe de son côté

Variante :

Pour les groupes multiâges, on peut demander aux plus vieux de jouer avec seulement une main ou sur un pied.

Activité 2

La lutte au foulard

Tiré des fiches d'activités « Actif au quotidien » du RSEQ-QCA

Matériel nécessaire : 2 foulards

Jeu :

Deux élèves se placent face à face à quatre pattes avec un foulard dans le pantalon.

Le chandail doit être rentré dans le pantalon et le foulard doit dépasser jusqu'au creux du genou.

On se salue (attention d'avoir une bonne distance afin de ne pas se cogner la tête).

Les genoux doivent rester au sol (les élèves ont tendance à se monter sur les pieds).

Aussitôt qu'un élève réussit à prendre le foulard, le combat est terminé.

Variantes :

Il est possible de faire cette lutte debout, mais il faut être vigilant afin que les élèves demeurent sur le tapis. Il est aussi possible de mettre une épingle à linge sur ses vêtements au lieu du foulard. Le premier élève qui enlève l'épingle à l'autre a gagné.

Activité 3

Le serpent et l'ours

Matériel nécessaire : aucun

Jeu :

Le serpent se couche par terre sur le ventre.

L'ours se couche perpendiculaire sur le serpent et doit se faire le plus lourd possible pour l'empêcher de sortir.

Le serpent doit alors gigoter et se tortiller pour essayer de s'échapper.

Activité 4

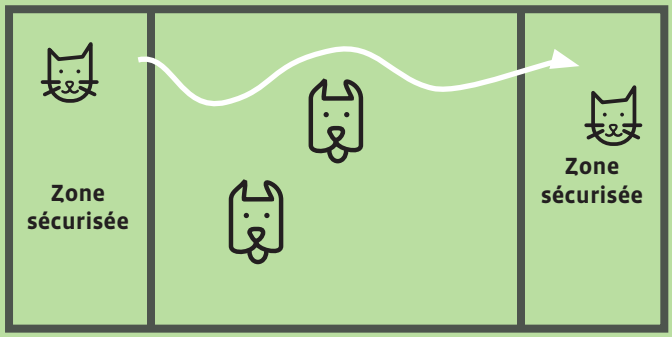
Chats et chiens

Matériel nécessaire : Aucun

Jeu :

Tous les joueurs sont à 4 pattes.

La zone de jeu est le parc à chien.
De chaque côté se trouvent les zones sécurisées.



Les chats se placent sur un même côté sécurisé.

1 à 4 chiens se placent au centre du jeu.

Au signal, les chats doivent traverser
le parc à chien sans se faire attraper par le ou les chiens.

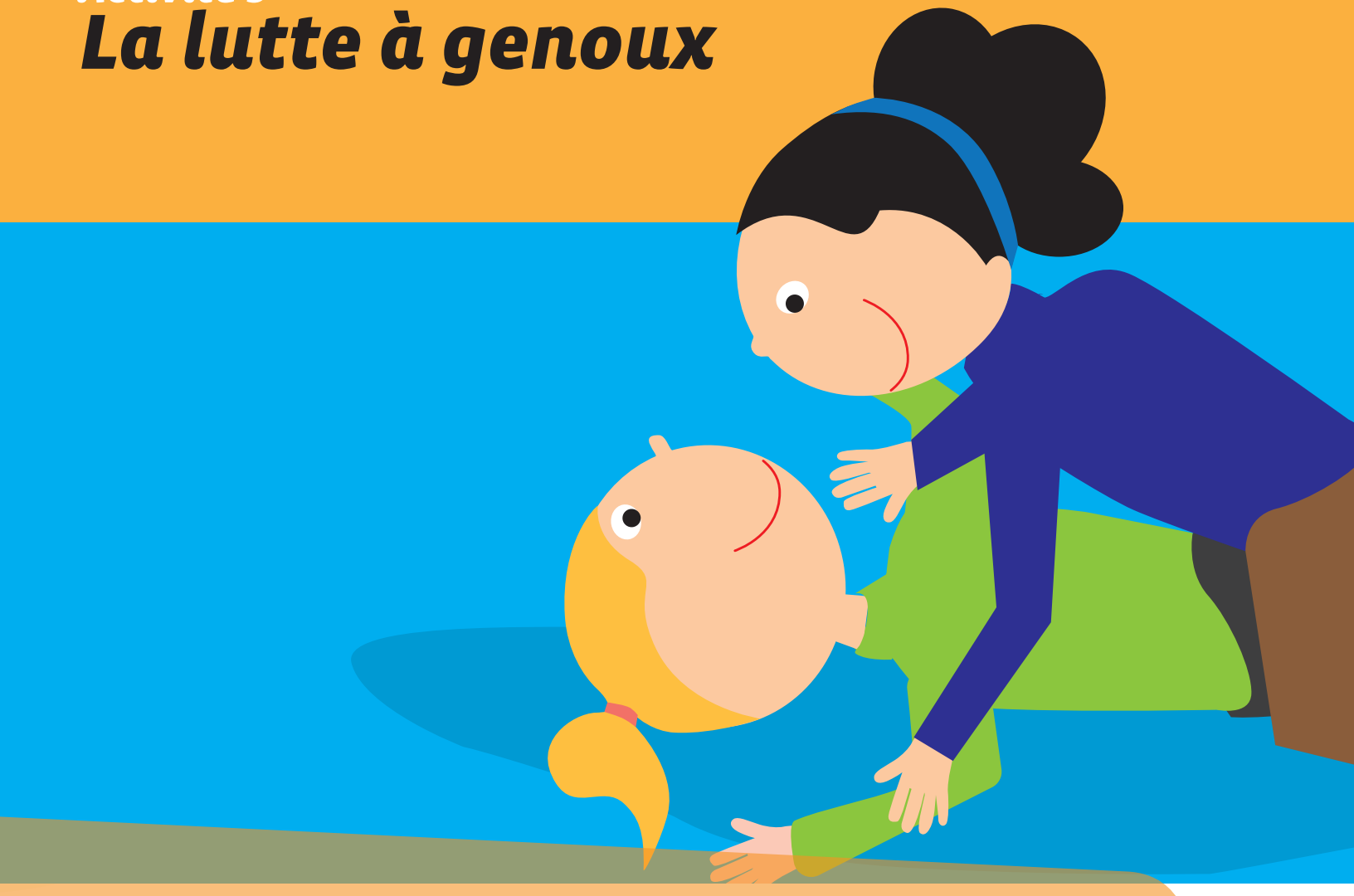
Les chiens doivent capturer les chats dans un délai donné avant qu'ils ne rejoignent l'autre zone sécurisée.

Lorsqu'on donne à nouveau le signal, chaque chat capturé devient un chien.

Les 2 à 4 derniers chats en jeu gagnent et deviennent des chiens pour la partie suivante.

Activité 5

La lutte à genoux



Matériel nécessaire : aucun

Jeu :

Les règles de la lutte à genoux sont simples :

il faut immobiliser les épaules de son partenaire au sol 3 secondes.

Seulement 2 élèves à la fois peuvent lutter dans l'aire de jeu.

Pour bien indiquer le début et la fin du jeu, on peut demander aux élèves de se saluer avant de commencer et de se serrer la main lorsque la partie est terminée.

C'est une excellente occasion pour enseigner les signaux et le mot qui marquent la fin du jeu et s'assurer que les élèves ont les compétences nécessaires avant de s'adonner au jeu turbulent libre.

INSPIRE À BOUGER

Zone ALT

Règles de base

1. Le jeu se fait à l'intérieur de la **zone ALT seulement**.

2. **Je dois avoir un partenaire** pour entrer dans la zone.

3. Je suis bienveillant et **je fais attention** pour ne pas faire mal à mon partenaire.

4. **Pour arrêter le jeu**, je donne deux tapes dans le dos à mon adversaire ou je lui dis un mot d'arrêt (STOP).

5. Aux signaux d'arrêt, **je cesse IMMÉDIATEMENT** le jeu.

6. **J'accepte l'intervention de l'adulte.**

Kino Québec
Québec
ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA GARDE SCOLAIRE