



GUIDE SUR L'ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE



CRÉPA
Chaire de recherche sur
l'éducation en plein air



Photos : Amanda Quirion

CRÉDITS

Rédaction principale

- Jean-Philippe Ayotte-Beaudet, Université de Sherbrooke
- Kassandra L'Heureux, Université de Sherbrooke
- Amélie Poitras-Larivière, Université de Sherbrooke

Collaboration à la rédaction

- Geneviève Bergeron, Université du Québec à Trois-Rivières
- Caroline Bouchard, Université Laval
- Asmaa Khayat, Université de Sherbrooke
- Émilie Maheux, rédactrice-réviseure
- Julie Moffet, Fondation Monique Fitz-Back
- Gabriela Quintela Do Carmo, Université de Sherbrooke

Comité de lecture

- David Asselin, Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval
- Jessica Bayard, Les Clubs 4-H du Québec
- Félix Berrigan, Université de Sherbrooke
- Patricia-Anne Blanchet, Université de Sherbrooke
- Alice Charette, Fondation Monique-Fitz-Back
- Ariane Dupuis, Université du Québec à Montréal
- Michèle Leboeuf, Université Laval
- Annie Robitaille, ministère de l'Éducation
- Marie-Claude Vanier, Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval

Comité de réflexion

- Laurence Arcouette, Institut des troubles d'apprentissage
- Élisabeth Boily, Université du Québec à Chicoutimi
- Jérôme Gagnon, Centre de services scolaire du Lac-Saint-Jean
- Marc Grégoire, Centre de services scolaire des Laurentides
- Danielle Landry, Sans trace Canada
- Christian Mercure, Université du Québec à Chicoutimi
- Valérie Vínuesa, Université de Sherbrooke

Révision linguistique

- Émilie Maheux, rédactrice-réviseure

Graphisme

- Danielle Bousquet, Graphic-art

Pour citer ce document

- Ayotte-Beaudet J-P, L'Heureux K et Poitras-Larivière A. (2025). Guide sur l'éducation en plein air en milieu scolaire. Chaire de recherche sur l'éducation en plein air, Université de Sherbrooke.

1. Introduction	3
2. Définition de l'éducation en plein air en milieu scolaire	4
3. Principes de l'éducation en plein air en milieu scolaire	5
4. Bienfaits de l'éducation en plein air en milieu scolaire	15
5. Identification des intentions.....	25
6. Choix des lieux.....	38
7. Planification d'une expérience éducative en plein air	41
8. Conservation de traces d'apprentissage et d'évaluation.....	46
9. Astuces pour réussir ses expériences éducatives en plein air	48
10. Gestion des risques et sécurité.....	52
11. Respect de la nature.....	54
12. Pratiques porteuses	56
13. Accompagnement par des personnes alliées.....	64
14. Collaboration avec la communauté	72
15. Ressources utiles.....	75
Annexes.....	77
Références bibliographiques.....	84

1 INTRODUCTION

Depuis des millénaires, l'éducation s'est d'abord vécue en plein air. Déjà, les peuples autochtones valorisaient une éducation ancrée dans l'expérience, l'action et le territoire. L'histoire de l'éducation contemporaine est, quant à elle, marquée par le développement de structures éducatives plus sédentaires. Bien que des initiatives d'éducation en plein air aient toujours existé dans les écoles, on observe, au cours des dernières années, un intérêt croissant pour celles-ci. L'éducation en plein air ne constitue donc pas une nouveauté, mais bien un retour vers une manière d'apprendre enracinée dans l'environnement, la communauté et le territoire, à travers des expériences riches et diversifiées.

Depuis la pandémie, l'éducation en plein air suscite un intérêt accru dans les milieux scolaires, donnant une nouvelle visibilité à des pratiques qui existaient déjà, mais qui étaient moins répandues. Une identité québécoise forte commence à émerger, nourrie par la recherche, l'expertise des milieux, les partenariats communautaires et le partage entre pairs. Même si l'on continue de s'inspirer de modèles à l'international, nous avons toutes les raisons d'afficher notre fierté à l'égard de la tradition d'éducation en plein air qui s'élargit et s'affirme au Québec.

Sans opposer école et plein air, ce guide propose de réfléchir à la complémentarité des expériences éducatives vécues en plein air et de celles vécues à l'intérieur en milieu scolaire. Il vise ainsi à soutenir les milieux scolaires qui souhaitent mobiliser l'éducation en plein air pour, par exemple, favoriser la connexion des enfants et des jeunes à la nature, leur permettre de pratiquer une activité physique tout en apprenant, ou encore privilégier des contextes concrets au service de leurs apprentissages et de leur développement global. En créant un dialogue entre ces différents lieux d'apprentissage, ce guide pourra, par le fait même, permettre de trouver des idées pour mieux soutenir la réussite éducative, le bien-être ainsi que la santé mentale et physique.

L'élaboration de ce guide est née d'un croisement entre des savoirs scientifiques issus de la recherche, des savoirs pratiques et des savoirs expérientiels partagés avec générosité par des personnes engagées sur le terrain. Il s'appuie également sur une recherche-action réalisée en 2023-2024 avec 37 personnes praticiennes expérimentées de divers horizons, en collaboration avec les membres de la Chaire de recherche sur l'éducation en plein air (CRÉPA). Dans ce guide, une série de portraits met en lumière des initiatives singulières qui incarnent la richesse des approches, des milieux, des intentions et des pratiques. Ils offrent des sources d'inspiration et ouvrent des fenêtres sur des réalités qui se déploient déjà un peu partout à travers le Québec.

Le Guide sur l'éducation en plein air en milieu scolaire s'adresse à l'ensemble des personnes intervenantes des milieux scolaires primaires et secondaires ainsi qu'à leurs partenaires. Dans ce guide, l'expression « personnes intervenantes » réfère à l'ensemble des membres du personnel scolaire et des partenaires pouvant contribuer à la mise en œuvre de l'éducation en plein air (ex. : personnes enseignantes, directions, personnel professionnel ou de soutien, personnel des services de garde et partenaires communautaires). Il vise à proposer des repères pour soutenir le déploiement de l'éducation en plein air en milieu scolaire à plus grande échelle. En privilégiant un contexte éducatif englobant, ce guide offre un socle commun de repères et de pratiques, tout en laissant une grande marge de manœuvre aux milieux scolaires de l'ensemble des cycles d'enseignement pour adapter ce document à leurs propres réalités.¹ Celui-ci sert donc de point de départ aux personnes qui s'initient à l'éducation en plein air en milieu scolaire, tout en offrant des pistes de réflexion et d'action à celles qui souhaitent approfondir leur démarche, tant individuellement qu'en collaboration avec leurs collègues. Il peut être utilisé comme ressource autant dans la formation initiale que continue et auprès des personnes intervenantes en milieu scolaire et des partenaires dans la communauté.

¹ En raison de sa nature particulière, les personnes intervenant à l'éducation préscolaire sont invitées à se référer au document Alex – Cadre de référence : L'éducation par la nature en service de garde éducatif à l'enfance : <https://www.aqcpe.com/projets/alex/>.

2 DÉFINITION DE L'ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE

Le terme *plein air* évoque spontanément des images de grands espaces naturels, d'air frais vivifiant et d'activités physiques revigorantes. On peut penser à une randonnée en forêt, au camping en pleine nature ou à une excursion de kayak sur une rivière. Si ces activités peuvent effectivement appartenir à l'éducation en plein air en milieu scolaire, elles n'en représentent qu'une facette. De fait, ces dernières sont souvent enseignées dans le cadre des cours d'éducation physique et font partie intégrante de l'éducation en plein air. Mais l'éducation en plein air englobe un éventail plus large d'expériences éducatives qui se déroulent à

l'extérieur et bien souvent à proximité de l'école, et ce, pour l'ensemble des matières scolaires, dont l'éducation physique.

Puisqu'on reconnaît une diversité des interprétations, l'adoption d'une définition commune de l'éducation en plein air en milieu scolaire s'avère essentielle. Celle qui suit a fait consensus dans le cadre d'une recherche-action menée par la CRÉPA auprès d'un groupe de personnes intervenantes qui ont mis en commun leurs savoirs et leurs expériences.

Ensemble des expériences éducatives vécues dehors, c'est-à-dire dans l'environnement, la communauté et le territoire, pour favoriser les apprentissages et le développement global des personnes apprenantes, en cohérence avec les programmes d'études.

Elle mobilise une diversité d'approches, de stratégies et de pratiques adaptées aux intentions, aux lieux et aux personnes apprenantes. Elle facilite l'engagement physique, cognitif et social à travers des expériences signifiantes pour les personnes apprenantes. Elle est interreliée aux expériences éducatives vécues à l'intérieur.

Cette définition permet :

- De mieux cerner le champ d'application de l'éducation en plein air en milieu scolaire dans ce guide
- D'établir une base de communication partagée
- De favoriser la collaboration entre les différentes personnes intervenantes de l'éducation en plein air qui souhaitent amorcer et poursuivre son déploiement



3 PRINCIPES DE L'ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE

Dans le cadre de cette même recherche-action, huit principes ont été élaborés afin de bénéficier d'une compréhension commune de l'éducation en plein air en milieu scolaire et de mieux guider les pratiques. Ceux-ci sont des savoirs professionnels approuvés collectivement et consensuellement par l'ensemble des personnes impliquées dans ce processus. En complémentarité avec la définition, ces principes offrent des repères pour l'action, flexibles et adaptables à l'unicité de chaque milieu, en fonction des réalités vécues. L'ordre de présentation n'est pas hiérarchisé et chaque principe revêt la même importance.

Ultimement, le souhait est que chaque milieu s'approprie ces principes pour les adapter à sa propre réalité.

LES 8 PRINCIPES

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

LES 8 PRINCIPES

1 APPRENTISSAGE

L'éducation en plein air en milieu scolaire est en cohérence avec les attentes ciblées par les programmes d'études au regard des apprentissages et du développement global.

2 EXPÉRIENCE

L'éducation en plein air en milieu scolaire permet de vivre des expériences éducatives signifiantes enracinées dans l'environnement, la communauté et le territoire.

3 UNIVERSALITÉ

L'éducation en plein air en milieu scolaire est accessible à toute personne apprenante.

4 ACCESSIBILITÉ

L'éducation en plein air est à la portée de toute personne intervenant en milieu scolaire

5 LIEU

Chaque lieu extérieur accessible, peu importe ses caractéristiques, recèle un potentiel pour favoriser les apprentissages et le développement global.ⁱⁱ

6 INTERRELATION

Les expériences éducatives en plein air en milieu scolaire et celles vécues à l'intérieur sont interreliées et s'enrichissent mutuellement.

7 RESPECT

Les expériences éducatives en plein air en milieu scolaire se déroulent dans un souci de préservation et de respect de l'environnement, de la communauté et du territoire.

8 SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

L'éducation en plein air en milieu scolaire peut contribuer à la santé et au bien-être de chaque personne apprenante et intervenante.

ⁱⁱ Les termes apprentissages et développement global sont interchangeables dans ce contexte.

APPRENTISSAGE

L'éducation en plein air en milieu scolaire est en cohérence avec les attentes ciblées par les programmes d'études au regard des apprentissages et du développement global.

Wednerson François est enseignant de 4^e année à l'école Simone-Desjardins, située à proximité de la rivière des Prairies. Pour lui, l'enseignement en plein air s'intègre parfaitement aux programmes d'études tout en favorisant le développement global des élèves.

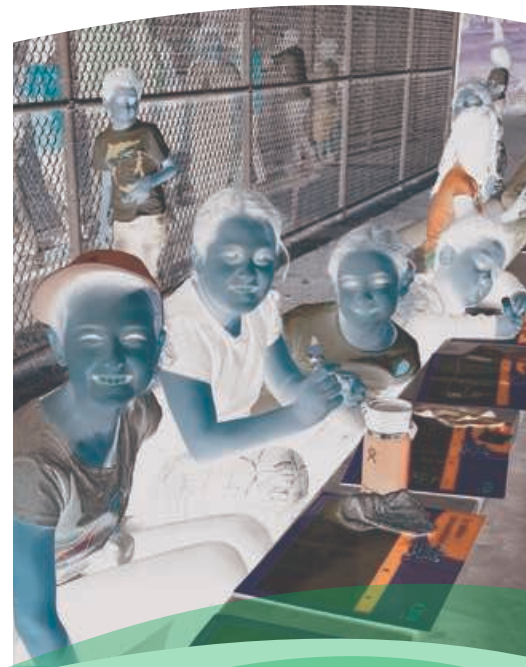
Wednerson a développé des expériences éducatives qui couvrent les contenus disciplinaires comme l'identification de polygones dans l'environnement pour les mathématiques, des séances d'écriture créative en forêt pour le français ou l'utilisation de podomètres en raquettes pour travailler les mesures et les conversions. Ce qu'il aime particulièrement de l'éducation en plein air est sa capacité à rendre les apprentissages plus significatifs en créant des liens entre les notions

académiques et l'environnement du milieu de vie des élèves. Il voit l'apprentissage en plein air comme faisant naturellement partie du programme. Il mentionne qu'il ne sort pas juste pour sortir : il s'aligne aux apprentissages du programme pour permettre aux élèves de les mobiliser dans un contexte de plein air.

Il constate que les élèves font beaucoup plus de liens en plein air, ayant plus d'options pour consolider leurs connaissances. Wednerson recommande à ses collègues de commencer par de petites activités alignées au programme, puis d'augmenter progressivement la complexité des apprentissages réalisés en plein air.



« Tout ce que j'enseigne, je peux l'amener dehors. Français, mathématiques, sciences, arts plastiques, univers social... tout peut être lié à l'apprentissage extérieur. »



L'éducation en plein air en milieu scolaire permet de vivre des expériences éducatives signifiantes enracinées dans l'environnement, la communauté et le territoire.

Anouk Olscamp, conseillère pédagogique et ancienne professeure de littérature au Cégep de Baie-Comeau, s'intéresse au potentiel pédagogique des environnements extérieurs. Sur la Côte-Nord du Québec, elle évolue dans un milieu riche comprenant un boisé, des sentiers, un arborétum et divers espaces propices à l'apprentissage. Elle voit ces lieux comme un véritable laboratoire vivant à portée de main.

Selon elle, les espaces extérieurs permettent aux élèves de vivre des expériences d'apprentissage concrètes et signifiantes. Des activités comme des discussions en cercle, des jeux de rôles, des mises en situation, des rallyes ou des moments de lecture permettent d'apprendre autrement en s'engageant activement dans

l'expérience. Le fait de sortir, même brièvement, favorise le mouvement, la collaboration et l'engagement. Elle observe aussi que l'accès à la lumière naturelle et à des espaces plus ouverts peut soutenir l'attention et la concentration.

Anouk constate que plusieurs personnes enseignantes qui ne voyaient pas au départ comment intégrer le plein air à leur discipline commencent à s'y intéresser progressivement. Elle suggère de commencer simplement, à partir des lieux accessibles à proximité, et de ne pas chercher à adapter l'environnement à son enseignement, mais plutôt à enraciner les apprentissages dans les expériences que permet le milieu.



« Ces expériences en plein air permettent aux personnes étudiantes de réaliser des apprentissages impossibles à faire entre quatre murs : ça rend le contexte authentique. »

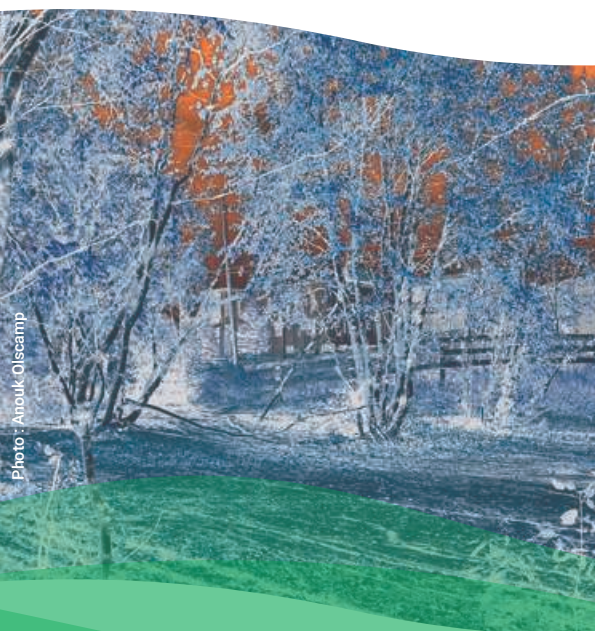


Photo : Anouk Olscamp



Photo : Anouk Olscamp



Photo : Patrick Castonguay

Photo portrait : Isabelle Dumais

L'éducation en plein air en milieu scolaire est accessible à toute personne apprenante.

Simon Villeneuve est orthopédagogue à l'école primaire du Vallon de Petit-Saguenay, située dans une région rurale offrant de multiples périmètres naturels. Sa grande expérience dans la pratique d'activités de plein air lui a permis de développer des solutions créatives pour divers profils d'élèves. Pour lui, il est important d'ajuster ses interventions pour que chaque jeune puisse bénéficier des bienfaits de l'apprentissage en plein air.

Ses initiatives incluent notamment des adaptations diverses. Par exemple, Simon utilise une petite remorque qu'il accroche à son vélo et des trottinettes des neiges sur lesquelles l'élève peut être assis grâce à un système de harnais. Il mentionne aussi que le contexte du plein air a permis à un jeune ayant un trouble développemental du langage, auparavant résistant, de s'engager

spontanément dans un dialogue enrichi en construisant une cabane dans le bois. Pour les élèves dont l'évaluation orthophonique pourrait être plus anxiogène, une sortie en trottinette a permis de recueillir des données différentes de celles obtenues en classe, menant à un diagnostic moins dramatique. Il remarque aussi que cette approche transforme le comportement des jeunes, se sentant moins à l'étroit, et l'ampleur de la nature aidant à mettre en place certaines régulations.

Simon mentionne que l'adaptation n'a pas besoin d'être compliquée. Il conseille à ses collègues qui souhaitent tenter l'aventure de commencer petit, dans la cour, sans oublier le vecteur motivationnel qu'un transport actif ou un déplacement dans l'activation peut apporter.



« En contexte de plein air, l'élève est capable d'offrir autrement son plein potentiel, les environnements extérieurs permettant de mettre en valeur différentes habiletés et de laisser de côté certaines difficultés. »



ACCESSIBILITÉ

L'éducation en plein air est à la portée de toute personne intervenant en milieu scolaire.

Manon Larose est enseignante de 4^e année à l'école des Trois-Temps à Saint-Marc-sur-Richelieu. Selon elle, l'enseignement en plein air devient plus accessible quand toute l'école s'implique et que les personnes enseignantes peuvent compter les unes sur les autres.

Son école, qui est située près d'une rivière et d'un parc municipal, a choisi le plein air comme thématique annuelle : *Dehors, j'explore!* Manon explique que le comité du thème de l'année a proposé, dès septembre, des défis mensuels progressifs qui débutent par des activités simples comme la lecture à l'extérieur, l'art éphémère, les mathématiques, la neige, la marche pédagogique, etc.

Les classes sont jumelées, ce qui favorise l'entraide et la collaboration entre les petits et les grands enfants. Lorsque son défi mensuel est relevé, la classe reçoit un badge qu'elle appose fièrement à sa porte de classe. Rapidement, on constate que tout le monde y prend goût! Le jumelage entre classes permet aux personnes enseignantes de s'entraider et de partager leurs expertises, créant ainsi un environnement propice à l'apprentissage collectif.

Manon constate réellement la force du collectif, qui rend possibles les projets d'envergure. Quand les gens s'entraident, il est plus facile de s'initier à l'éducation en plein air.



« Je ne me sens pas toute seule à essayer de vivre l'expérience. Parfois, une enseignante qui se sent plus à l'aise va prendre l'initiative de proposer des activités et, ensemble, on peut bonifier l'idée. »



Photo : Nancy Jolicoeur



Photo : Julie Boivin



Photo : Elisabeth Charron

Chaque lieu extérieur accessible, peu importe ses caractéristiques, recèle un potentiel pour favoriser les apprentissages et le développement global.ⁱⁱ

Gabriel Larouche est enseignant de sciences à l'école secondaire D'Iberville, située à Rouyn-Noranda, dans un quartier riche de son patrimoine minier, à proximité d'espaces naturels. Il tient le plus possible à imprégner les apprentissages de la réalité quotidienne des élèves en utilisant les lieux de leur région. Cette approche permet aux jeunes de porter un regard différent qui rend visibles certains éléments de leur environnement quotidien parfois invisibles à leurs yeux.

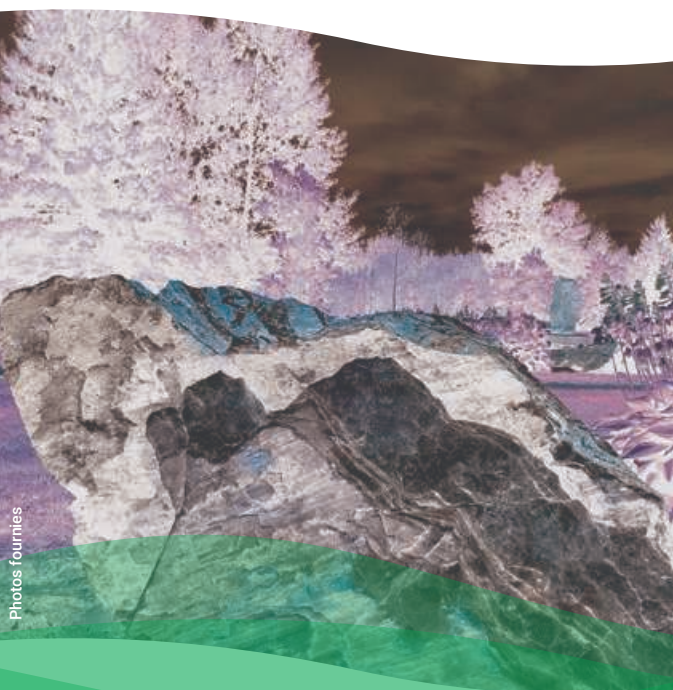
Il a notamment développé une activité d'analyse de roches au parc botanique À fleur d'eau et jardin géologique à Rouyn-Noranda, où les élèves étudient une vingtaine de spécimens représentatifs de la région. Ce projet intègre aussi l'observation des traces

laissées par les glaciers sur le Cap d'Ours, permettant aux jeunes de découvrir l'histoire géologique de leur territoire.

C'est en se promenant à vélo dans son quartier que Gabriel découvre le territoire. C'est le milieu qui lui inspire des idées d'activités possibles. Il précise qu'il n'y a pas de lieu qui est a priori meilleur qu'un autre, mais que cela dépend des intentions pédagogiques. Il conseille aux personnes intervenantes en milieu scolaire de prendre elles-mêmes le temps d'explorer, à pied ou à vélo, les milieux de leur région pour en découvrir le potentiel éducatif.



« Je pense qu'en réalité, tous les lieux ont un certain potentiel d'utilisation pour faire de l'apprentissage à l'extérieur. »



INTERRELATION

Les expériences éducatives en plein air en milieu scolaire et celles vécues à l'intérieur sont interreliées et s'enrichissent mutuellement.

Dans une école située sur un ancien campus d'agroforesterie, **Julie McLean** coordonne le programme *École de la nature* et encadre ses 225 élèves de la maternelle à la 12^e année. Cette enseignante, qui a participé au développement du volet francophone de l'Alliance canadienne enfant et nature, considère que les expériences éducatives en plein air et celles vécues à l'intérieur s'enrichissent mutuellement.

Julie a développé une pédagogie basée sur la planification à rebours, où les découvertes extérieures deviennent prétextes à des apprentissages multidisciplinaires. Quand ses élèves de 2^e année trouvent des déchets, leur projet de robots lunaires pourchasseurs génère des lectures scientifiques, des calculs de coûts en mathématiques et de la rédaction de demandes de subvention qui leur rapportent

400 \$ pour construire des poubelles. Lorsque les enfants découvrent des traces mystérieuses attribuées au yéti, l'enquête se prolonge en classe par l'écriture de chansons, d'histoires et de recettes pour l'attirer. Elle utilise aussi des pratiques pédagogiques transférables comme des moments en solo, soit des occasions de silence contemplatif se vivant autant en forêt qu'en classe, et un cercle de parole qui structure les échanges sensibles tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Julie constate que la nature est une source d'inspiration fluide et imprévisible. Elle donne l'exemple de pouvoir observer des écureuils par la fenêtre, ce qui remplace une sortie annulée. Elle encourage ses collègues à profiter de la spontanéité de la nature.



« L'interaction entre l'intérieur et l'extérieur enrichit l'expérience éducative des élèves. On est capable de prendre un référent à l'intérieur et de le repérer à l'extérieur ou bien de réinvestir un élément spontané de la nature au retour en classe. »



RESPECT

Les expériences éducatives en plein air en milieu scolaire se déroulent dans un souci de préservation et de respect de l'environnement, de la communauté et du territoire.

À l'École Saint-Paul de Gatineau, située en milieu urbain défavorisé, **Amandine Caudron** enseigne à l'éducation préscolaire. Cette dernière, qui pratique l'éducation en plein air depuis sept ans, considère que le respect de l'environnement naît d'abord de l'émerveillement et de l'attachement pour la nature.

Amandine a développé une approche éducative dans laquelle l'environnement devient à la fois sujet d'étude et terrain d'action. Entre autres, elle s'inspire du projet *À l'école à pied, je suis capable* : ses élèves créent des affiches à installer devant leur domicile après avoir cartographié et visité le quartier à pied. Cette démarche sensibilise les enfants aux alternatives de transport et leur fait découvrir leur communauté. Face aux déchets omniprésents dans l'environnement urbain, on conscientise les enfants à l'importance d'avoir un environnement propre et d'en prendre soin : les élèves passent alors à l'action lorsque des déchets sont présents dans la cour et en dehors. Elle cultive aussi, avec ses élèves, une relation

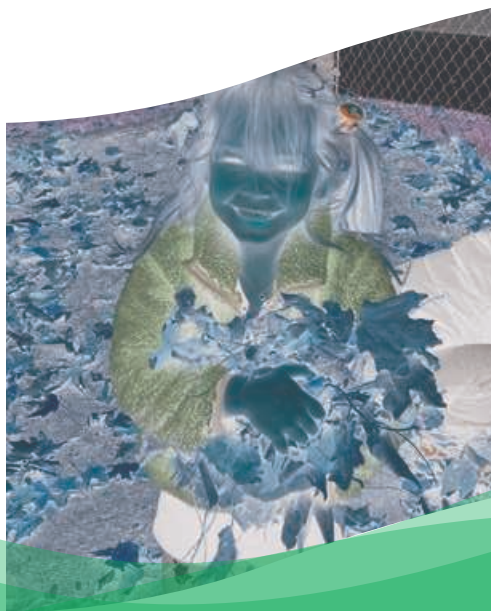
affectueuse avec la nature, comme avec cet érable fragile dans la cour, que les enfants apprennent à protéger et à découvrir. Il est important pour Amandine de créer l'émerveillement, même dans un environnement urbain limité. La nature a quelque chose de magique : elle apaise, elle est essentielle au bien-être de tout le monde et elle invite au respect et à sa protection. Amandine raconte que, quand la tondeuse a détruit leur coin d'observation de pissenlits après un mois de sensibilisation, les enfants ont spontanément exprimé leur indignation et leur déception, démontrant leur attachement nouvellement développé.

Amandine constate que cette pédagogie développe chez ses élèves un pouvoir d'agir et une sensibilité environnementale. Les enfants apprennent naturellement à se questionner. Elle encourage ses collègues à cultiver l'émerveillement pour développer ensuite une éthique de protection de la nature chez les élèves.



« On protège ce que l'on aime. Il faut montrer aux enfants à aimer l'arbre qui est là afin d'en prendre soin... pour les générations futures. »

Photos : Amandine Caudron



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

L'éducation en plein air en milieu scolaire peut contribuer à la santé et au bien-être de chaque personne apprenante et intervenante.

Richard Couture est enseignant en éducation physique et à la santé dans la région de Chaudière-Appalaches, qui bénéficie d'un environnement naturel riche. En tant que passionné de plein air, il considère l'éducation à l'extérieur comme un vecteur essentiel de santé physique et mentale qui permet aux élèves de développer leur confiance et leur bien-être.

Par le passé, il a mis sur pied un programme d'éducation physique et à la santé en plein air à l'école secondaire de l'Horizon, qui propose encore aujourd'hui des activités variées comme le canot, la randonnée pédestre, le ski de fond et l'escalade, en fonction des différentes saisons. Il a inspiré les élèves en les encourageant à adapter l'activité à leur rythme personnel, à

prendre conscience de leur propre réalité et à ne pas se comparer aux autres personnes. Selon lui, pratiquer de l'activité physique en plein air a un impact positif à long terme chez plusieurs élèves. Richard mentionne par exemple avoir croisé en randonnée des élèves d'anciennes cohortes, qui ont témoigné de l'impact positif d'une sortie de vélo sur leurs habitudes de vie en tant qu'adultes.

Il a constaté que, depuis les 10 dernières années, avec l'augmentation du temps d'écran, l'activité et les compétences motrices des élèves ont diminué. Il encourage donc ses collègues et ses élèves à développer un mode de vie actif en prenant le temps de marcher dehors à chaque occasion possible.



« Le plein air est bénéfique pour le bien-être. Après avoir passé une heure dehors, on se sent vivifié! »

Photos : Richard Couture





Photo : Félix Berrigan

4 BIENFAITS DE L'ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE

Les bienfaits de l'éducation en plein air en milieu scolaire sont multiples. Ils touchent non seulement à l'apprentissage et aux domaines du développement global (cognitif, langagier, physique, socioémotionnel) des plus petits, mais aussi à leur santé mentale et physique et également à celle des élèves plus vieux et des adultes. Les bienfaits sont également reliés à la connexion à la nature pour tout le monde.

Ces bienfaits sont parfois procurés par l'éducation en plein air en tant que telle, quel que soit le lieu. D'autres fois, ils le sont plus spécifiquement par le contact avec la nature, c'est-à-dire l'expérience directe d'un milieu naturel, qu'il soit vivant ou non, comme un espace vert, un cours d'eau ou tout autre lieu où les éléments naturels prédominent.



La pastille verte permet de distinguer les bienfaits spécifiques du contact avec la nature.ⁱⁱⁱ

ⁱⁱⁱ Bien que les écrits scientifiques sur les bienfaits de l'éducation en plein air et du contact avec la nature soient riches et nuancés, plusieurs recherches restent à faire. Une attention particulière a donc été portée afin de rédiger ces derniers de la manière la plus précise possible, en tenant compte du contexte spécifique de chaque recherche et de l'âge des personnes concernées. Pour une compréhension approfondie de chaque bénéfice, il est vivement encouragé de consulter les références citées.

BIENFAITS DE L'ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE

1 APPRENTISSAGE

- Lorsque l'éducation en plein air met l'accent sur des expériences concrètes, elle permet de réaliser un apprentissage étroitement lié à des contextes d'utilisation qui sortent du cadre scolaire et qui sont proches de la vie quotidienne, et donc d'aller au-delà d'un apprentissage simplement académique¹.
- Lorsque l'apprentissage se déroule en plein air, la pertinence peut devenir plus tangible pour les enfants, qui oublient parfois même le cadre scolaire dans lequel on leur fait acquérir de nouvelles connaissances^{2,3}.
- L'éducation en plein air a le potentiel d'améliorer la réussite éducative des élèves dans plusieurs disciplines scolaires au primaire et au secondaire, notamment parce qu'elle permet la mobilisation des apprentissages dans de nouvelles situations engageantes^{4,5}.

2 COGNITION

- Un contact avec un environnement naturel calme et paisible favorise la restauration de l'attention^{6,7}, même à partir d'une exposition de 10 minutes⁸.
- Les processus cognitifs clés liés à la mémoire de travail, une fonction exécutive associée à la réussite éducative⁹, sont améliorés après une exposition à la nature^{10,11}.

3 SANTÉ PHYSIQUE

- L'éducation en plein air permet la promotion d'un mode de vie physiquement actif en diminuant les comportements sédentaires et en augmentant l'activité physique, en plus de contribuer à l'acquisition de saines habitudes de vie¹²⁻¹⁷.
- En milieu naturel, les enfants ont tendance à repousser leurs limites physiques, ce qui leur permet de relever de plus grands défis¹⁸. Leur engagement dans des jeux comportant des risques sains^{18,19}, comme les jeux de poursuite dans des pentes et à travers des obstacles, contribue à leur développement moteur¹⁸⁻²⁰. Et contrairement à ce que l'on pourrait penser, les jeux de bagarre ne sont pas fréquents en milieu naturel¹⁸.
- Les enfants qui passent plus de temps à pratiquer des activités physiques en plein air ont moins de risque de développer de la myopie²¹⁻²³.
- Les espaces verts favorisent l'activité physique et contribuent à créer des conditions favorables au maintien d'un poids sain et à une meilleure santé cardiovasculaire.²⁴

4

SANTÉ MENTALE

- Le contact avec la nature est associé au bien-être des jeunes ^{16,25-31} et des adultes ^{32,33}.
 - L'exposition à la nature est associée à une réduction du stress chez les enfants ^{34,35}.
 - L'apprentissage au contact de la nature pendant une dizaine de semaines consécutives peut améliorer la santé mentale chez les jeunes et les adultes qui présentent des symptômes intériorisés et extériorisés ³⁶.
 - Les symptômes d'inattention et d'hyperactivité réduisent lorsque les enfants passent du temps dehors en contact avec la nature ^{10,37-40}.
 - Être en contact avec la nature a la capacité de favoriser un état de relaxation chez les enfants, tant en ce qui concerne le corps que l'esprit ⁴¹.
-

5

COMPÉTENCES SOCIOÉMOTIONNELLES

- Une exposition régulière et prolongée en lieux extérieurs soutient l'amélioration des capacités d'autorégulation chez les enfants ⁴⁰.
 - La nature favorise le jeu et les interactions sociales chez les enfants, contribuant au développement des compétences sociales et au développement émotionnel ⁴².
-

6

LANGAGIER

- L'éducation en plein air peut améliorer les compétences langagières chez les enfants ⁴³.
 - Les milieux naturels peuvent favoriser l'apprentissage des langues et sont particulièrement bénéfiques pour le développement linguistique des enfants qui apprennent deux langues ⁴⁴.
-

7

CONNEXION À LA NATURE

- Découvrir la biodiversité de proximité dans son environnement, sa communauté et son territoire est une porte d'entrée vers une connexion plus forte à la nature ^{45,46}.
- Cultiver une connexion à la nature est un levier pour encourager les comportements respectueux de l'environnement ⁴⁷⁻⁵⁰.

Mohamed Dahane enseigne à l'école primaire Saint-Vincent-Marie, située dans un milieu urbain montréalais. Sa classe compte neuf élèves de 4^e année qui présentent des troubles du langage. Pour lui, les lieux extérieurs sont propices à explorer le langage et à faire de nombreux apprentissages.

Chaque sortie permet d'ancrer les apprentissages dans des lieux riches où il y a moins d'adaptation visuelle à effectuer. En mathématiques, le plan cartésien prend vie dans la cour d'école alors que les élèves deviennent des points vivants, se déplaçant selon des coordonnées tracées à la craie. En sciences, un module de jeu révèle ses machines simples avec sa glissade qui expose son plan

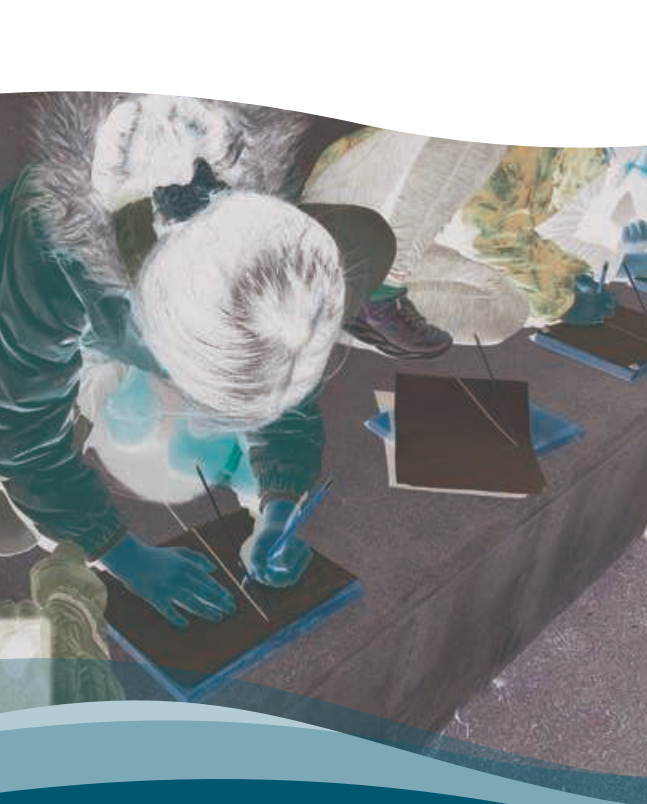
incliné. Un projet d'écriture trouve une nouvelle dimension lorsque les objets du quartier (un bac de recyclage, une voiture) deviennent sources d'inspiration pour que les élèves imaginent les requêtes que ces objets aimeraient faire s'ils pouvaient parler. Tout peut être matière à de grands apprentissages!

En classe, lorsque Mohamed prononce un mot et que des élèves lui demandent sa signification, il doit trouver un support visuel; à l'extérieur, la référence visuelle est déjà là. Il encourage ses collègues à laisser les élèves observer et se questionner afin que leur curiosité puisse être éveillée.



« Les élèves apprennent sans même s'en rendre compte. Lorsqu'on va à l'extérieur, ça donne plus de sens à ce qu'on fait, à ce qu'on apprend. »

Photos : Mohamed Dahane



À l'école Villemaire de Laval, bordée d'une rivière et d'un boisé riche en biodiversité, **Chantal Ferland** enseigne en 2^e année. Dotée d'une expérience d'enseignement de plusieurs décennies, elle a constaté l'impact significatif de la nature sur le développement cognitif des élèves.

Lors de ses explorations extérieures hebdomadaires, Chantal voit concrètement les enfants développer leur curiosité et leur attention. Les élèves observent comment le vent ride l'eau, pourquoi la feuille s'enfonce dans la neige même si elle est légère et d'où viennent les bulles dans la glace. Sans en prendre conscience, les jeunes utilisent plusieurs fonctions exécutives en se concentrant, en observant, en analysant, en testant des hypothèses et en persévérant. Lors de leurs essais de construction d'un nid d'écureuil, les enfants font face à de réels défis et font preuve de flexibilité cognitive :

comment faire tenir les branches ensemble? Pourquoi le tout ne colle-t-il pas? Comment l'écureuil résout-il ce problème? Chantal remarque que les élèves se concentrent davantage, et ce, de manière soutenue, en plus de ressentir un apaisement et d'être plus disponibles. Cela est particulièrement notable chez les jeunes qui démontrent habituellement de l'agitation en classe ou qui arrivent le matin avec une charge émotionnelle : le fait d'être dehors les aide à s'autoréguler.

Chantal se trouve chanceuse d'avoir accès à un milieu extérieur et de pouvoir observer les élèves se développer en tant qu'êtres humains en contexte de plein air. Elle encourage ses collègues à laisser les enfants explorer, découvrir et comprendre qu'il est plus important de se poser des questions que d'avoir la bonne réponse.



« **Après notre sortie du matin, les enfants ont une meilleure capacité d'attention. Les discussions sont plus riches, leurs questionnements, plus profonds : des liens se font entre les moments passés à l'extérieur et les livres. Même les élèves présentant des difficultés langagières s'expriment davantage.** »



À l'École secondaire du Versant de Gatineau, **Guillaume D'Amours** coordonne depuis 2008 la Concentration Santé – Plein air pour les élèves de secondaire 1 à 3. Cet enseignant considère le plein air comme un moyen privilégié de lutter contre la sédentarité et le déficit nature tout en enseignant l'appréciation du territoire et des saisons.

Guillaume et son équipe ont développé un programme qui fait vivre aux élèves une journée entière de plein air par cycle de neuf jours. Il engage les jeunes dans une démarche de développement pédagogique en lien direct avec le Programme de formation de l'école québécoise grâce à l'exploitation de plusieurs moyens d'action. Canot d'eau vive, orientation avec GPS et boussole, vélo de montagne, ski de fond, camping d'été et d'hiver et escalade sur paroi rocheuse permettent aux élèves de s'engager dans une démarche progressive partant de la base et visant à atteindre des défis plus

avancés. Le programme a accueilli des élèves ayant diverses conditions (surdité, narcolepsie, autisme, fibrose kystique) : les activités ont alors été adaptées autant que possible tout en maintenant l'engagement du groupe et la poursuite de sa mission. Guillaume observe que le plein air permet aux jeunes d'accroître leur zone de confort dans un cadre sécuritaire et progressif. Il raconte qu'une élève terrorisée par le vélo s'est retrouvée, après trois ans d'accompagnement personnalisé, à avoir h te   sa journée de vélo de montagne lors du voyage final dans l'Ouest canadien.

Guillaume constate des impacts positifs de l'éducation en plein air sur la santé physique de manière durable chez les élèves. Après trois années, il voit une amélioration notable des compétences motrices spécifiques et, surtout, un engagement physique authentique chez les élèves. Il incite ses collègues   tenir compte du développement global et   faire réaliser aux jeunes leur progression.



« Le plein air offre des défis naturels qui créent un équilibre où chaque élève peut encourager et se faire encourager selon ses forces et ses capacités physiques. On prend le jeune avec son endurance actuelle et on l'amène un peu plus loin chaque année. »



À l'école alternative du Solstice de Magog, où la pédagogie Freinet s'allie à l'éducation en plein air, **Marie-Pier Gauvin** enseigne au premier cycle du primaire dans un environnement offrant divers espaces naturels accessibles : boisé, marais et parcs municipaux. Pour cette enseignante, l'éducation en plein air offre un répit essentiel au rythme de vie rapide et ouvre un monde de possibilités pour le bien-être mental des élèves.

Les enfants passent de 10 à 15 heures par semaine en contact avec la nature. Combinée à un modèle d'évaluation descriptive sans notes ni examens, l'éducation en plein air permet aux jeunes de progresser à leur rythme et favorise la créativité et l'autonomie, créant un espace où les pressions s'estompent au profit d'un

développement plus serein. Des élèves moins dans leur zone de confort en classe développent leur sentiment de compétence et leur estime de soi lorsqu'on leur permet de briller autrement en forêt ou au parc. Selon Marie-Pier, l'extérieur permet aussi aux élèves d'être moins en surcharge cognitive : les bruits moindres et la luminosité différente permettent notamment aux élèves de se déposer et de mieux se connaître.

Marie-Pier y prend de plus en plus goût et son rapport au plein air se transforme de manière positive, étant elle-même plus détendue. Elle invite ses collègues à profiter de cette liberté, à regarder l'heure moins souvent, à être moins dans l'anticipation et plus dans le moment présent.



« En nature, il n'y a pas d'attentes ni de règles précises, ce qui offre une pause aux enfants et leur ouvre des possibilités de s'épanouir différemment. »

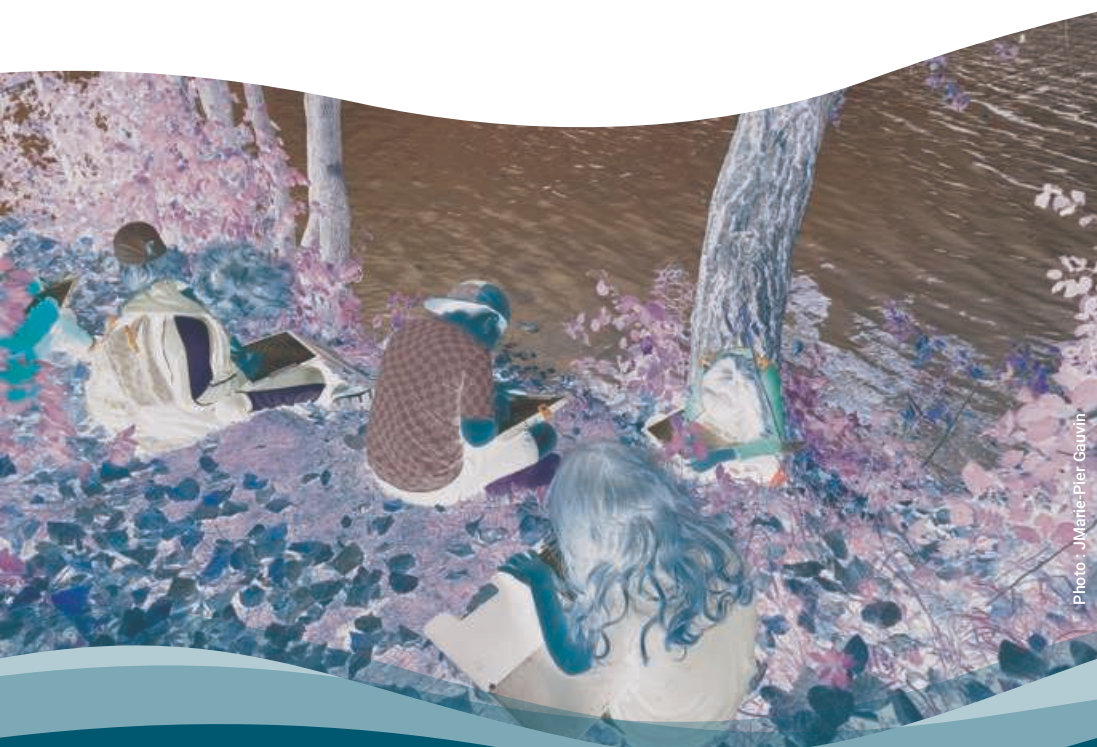


Photo : JMente-Pier Gauvin



Photos : JMente-Pier Gauvin

Photo portrait : Julie Fortier

À l'école du Campanile de Sainte-Foy, dans un milieu multiculturel où plusieurs enfants ne parlent pas français à leur arrivée, **Catherine Lapointe** a longtemps enseigné en 2^e année avant de devenir conseillère pédagogique. Convaincue que l'environnement extérieur transforme profondément les dynamiques relationnelles, elle a fait du plein air une routine qui développe les habiletés socioaffectives des élèves.

Catherine a rapidement remarqué que le fait d'aller dehors quotidiennement avec ses élèves leur faisait du bien individuellement, mais aussi collectivement. Elle a observé des enfants timides ou allophones prendre confiance, des liens inattendus se créer et des jeunes développer une plus grande aisance sociale. Elle explique l'importance de porter attention aux rencontres spontanées, qui offrent des occasions d'apprentissage social concrètes. Les

élèves ont par exemple pu écouter une dame âgée partager son histoire, interagir respectueusement avec un chien et son maître ou recueillir les réactions de personnes citoyennes grâce à des poèmes affichés sur les arbres. Les élèves lui ont unanimement dit se sentir plus libres à l'extérieur. C'est cette liberté d'être soi-même, de faire des choix, d'exprimer ses émotions plus spontanément qui affirme l'identité individuelle et crée un sentiment d'appartenance exceptionnellement fort au groupe.

Catherine constate qu'en plein air, l'occupation de l'espace est révélatrice : des élèves ont besoin de solitude, d'autres préfèrent les petits groupes. Elle propose l'instauration d'habitudes en plein air, car la fréquence permet de développer une sécurité affective permettant aux élèves de véritablement s'épanouir sur le plan relationnel.



« Je voulais que mes élèves se sentent à l'aise dans un monde où le contact humain est essentiel, que ces enfants soient capables d'interagir dans un contexte authentique. Le plein air nous apprend entre autres la tolérance aux autres personnes et aux imprévus, à composer avec ce qu'on ne contrôle pas. »

Photos : Catherine Lapointe



Orthophoniste dans deux écoles primaires en milieu urbain à Laval, **Julie Groulx-Houde** accompagne des élèves ayant des troubles sévères du langage. Pour elle, la richesse des expériences en nature réside dans leur caractère authentique et sensoriel qui permet aux élèves de travailler naturellement le langage.

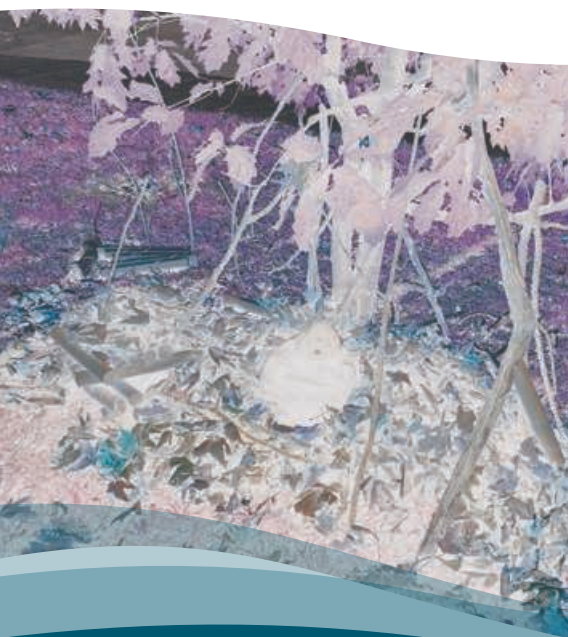
Ses expériences en plein air permettent de travailler la compréhension, le vocabulaire, le récit narratif et la structure des phrases. Par exemple, lors d'une activité sur la thématique du hibou, Julie intègre plusieurs défis langagiers. Sur une petite estrade au parc, elle propose un jeu linguistique portant sur le son « ou ». Les élèves doivent écouter attentivement les

mots prononcés : en entendant le son « ou », tout le monde saute de l'estrade (s'envole!); sinon, les enfants restent sur leur perchoir. Ce moment ludique permet de travailler la phonologie, le vocabulaire et l'attention verbale. Les éléments spontanés de l'extérieur donnent aussi à Julie l'occasion de travailler les émotions.

Pour Julie, la nature offre un contexte d'apprentissage vivant et motivant. Elle encourage fortement ses collègues à laisser l'environnement les inspirer dans leurs interventions pour permettre aux élèves d'apprendre autrement, en mettant de l'avant la motivation et la spontanéité.



« Lors d'une promenade après la pluie, nous ramassons quelques vers de terre pour les mesurer avec une règle et travailler le vocabulaire mathématique : plus long, plus court. Ça amène une cascade d'émotions qui pousse les élèves à décrire ce qui se trouve sous leurs yeux et à partager leurs émotions; certaines personnes sont fascinées, d'autres dégoutées. »



À la nouvelle école Lafontaine secteur 3 de Saint-Jérôme, **Catherine Joyal-Caron et Pamela Dupuis-Latour** travaillent ensemble et incluent depuis cinq ans la pédagogie en plein air dans leur enseignement au primaire. Ces enseignantes passionnées croient fermement que la connexion avec la nature est fondamentale pour développer des personnes écoresponsables.

Elles sortent en forêt au moins deux fois par semaine, de 4 à 6 heures, enseigner toutes les matières. Suivant une approche progressive, elles commencent par l'émerveillement face à la nature, instaurent des règles de respect et développent des connaissances environnementales pour ainsi contribuer à l'émergence de comportements écoresponsables chez les enfants. Après plusieurs enseignements, activités, jeux

libres et connexions à la nature, les élèves parviennent à la respecter, à la voir comme leur « maison ». La transformation est visible chez les enfants par plusieurs petits gestes quotidiens comme remercier la nature lors d'une cueillette, apporter un sac-poubelle pour nettoyer la forêt et utiliser les éléments morts de la nature pour s'amuser. Le sentiment d'appartenance devient si fort que plusieurs amènent même leurs parents en nature.

Pamela et Catherine ont constaté à quel point les élèves peuvent aller loin dans leurs questionnements lorsqu'on les encourage à prendre le temps de découvrir les lieux extérieurs. Elles conseillent d'accorder une importance particulière au savoir-faire et au savoir-être en nature pour encourager les élèves à réfléchir à leur place au sein des autres êtres vivants.



« Créer un lien avec la nature va au-delà de l'enseignement : c'est permettre à tout le monde de devenir meilleur. »





Photo : Véronique Dusseault

5 IDENTIFICATION DES INTENTIONS

Lorsqu'on souhaite préparer une expérience éducative en plein air, il est essentiel de définir clairement ses intentions, à la fois en lien avec le Programme de formation de l'école québécoise, que ce soit à l'éducation préscolaire, à l'enseignement primaire ou secondaire, et en considérant les spécificités de l'éducation en plein air. Cet exercice s'avère fort précieux pour bien préparer ses expériences éducatives, mais aussi pour amorcer des discussions avec d'autres parties prenantes.

Les intentions liées à l'éducation en plein air réfèrent à la valeur ajoutée de sortir dehors avec les élèves. On peut par exemple avoir des intentions liées aux apprentissages d'ordre affectif et social. Il est également possible qu'une intention soit ponctuelle ou qu'une autre soit transversale aux expériences éducatives en plein air pendant une année scolaire.

Il arrive parfois que les intentions soient proposées par les élèves et ensuite discutées avec la personne enseignante.

Sans être exhaustive, la liste ci-dessous présente des intentions souvent associées à l'éducation en plein air et fondées sur les bienfaits documentés scientifiquement. Elles sont aussi transversales et globales plutôt que spécifiques à une expérience éducative. Il est possible d'en identifier d'autres, qui s'avèrent tout aussi légitimes.

LES INTENTIONS

1

LAISSER LES ENFANTS ET LES JEUNES AMORCER DES ACTIVITÉS DE JEU LIBRE

Le jeu libre désigne les moments où les enfants ont une liberté d'action, qu'il s'agisse du choix d'activités, du matériel ou des pairs avec qui jouer, sans l'intervention directe d'une personne adulte. Le jeu libre en plein air permet aux enfants d'apprendre et de se développer. Dans ce cadre, les enfants repoussent leur limite, s'activent physiquement, apprennent à se connaître et à se faire confiance, interagissent et s'expriment, tout en explorant et en se questionnant sur le monde qui les entoure. À plus long terme, le jeu libre en plein air est susceptible de forger un développement harmonieux de la personne.

2

CONNECTER LES ENFANTS ET LES JEUNES À LA NATURE

Dehors, on peut offrir aux jeunes des occasions régulières d'être en contact avec des éléments de la nature, comme la végétation, les cours d'eau, les éléments géologiques, les animaux ou la neige. Ces expériences directes favorisent l'observation, l'expérimentation et l'interaction avec la nature. Ultimement, on offre l'occasion aux personnes apprenantes de développer une connexion plus profonde avec la nature, même en milieu urbain.

3

UTILISER DES CONTEXTES CONCRETS AU SERVICE DES APPRENTISSAGES ET DU DÉVELOPPEMENT GLOBAL

La contextualisation des apprentissages, c'est-à-dire d'ancrer les apprentissages dans des situations réelles et concrètes pour les élèves, implique de tirer parti du riche potentiel éducatif de l'environnement, de la communauté et du territoire. Cela permet de rendre les apprentissages plus significatifs, engageants et pertinents pour les élèves.

4

SOUTENIR LE TRANSFERT DES APPRENTISSAGES DANS DES CONTEXTES SIGNIFIANTS DE LA VIE COURANTE

Les lieux accessibles dans l'environnement, la communauté et le territoire proposent des contextes différents qui permettent aux élèves de mobiliser leurs connaissances de manière flexible et adaptée à chaque situation. Ces expériences diversifiées favorisent une meilleure compréhension des apprentissages en les enracinant dans des contextes réels qui dépassent le cadre académique. Ainsi, on prépare les élèves autrement à mobiliser leurs connaissances en dehors du cadre scolaire et même de manière autonome.

5

PRATIQUER DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES DIFFÉRENTES DE CELLES RÉALISÉES EN GYMNASÉ

Les lieux accessibles en plein air peuvent offrir une multitude de possibilités pour diversifier les activités physiques et sportives, comme la course à pied sur sentier, l'apprentissage du vélo ou la pratique d'exercices sur des modules d'entraînement extérieurs. Cela permet aux élèves de découvrir un éventail d'activités qui peuvent leur plaire, motivant par le fait même des gens qui ne sont pas forcément attirés par celles pratiquées en gymnase. La pratique d'activités physiques dans ces lieux facilite leur poursuite en dehors du temps scolaire, en famille ou entre amis, contribuant ainsi à une pratique d'activités physiques régulière et durable ainsi qu'aux saines habitudes de vie.

6

PERMETTRE AUX JEUNES DE PRATIQUER DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE TOUT EN APPRENANT

Les approches et les stratégies pédagogiques utilisées en plein air permettent généralement aux élèves de pratiquer de l'activité physique. En nourrissant ce besoin naturel, les jeunes sont dans de meilleures dispositions pour apprendre, pour stimuler leur créativité et pour s'engager dans une expérience éducative. À plus long terme, l'éducation en plein air permet de diminuer les comportements sédentaires, notamment à travers la marche et les déplacements. L'implication physique des jeunes dans leurs apprentissages contribue ainsi à leur santé.

7

BÉNÉFICIER D'UN PLUS GRAND ESPACE POUR UNE EXPÉRIENCE ÉDUCATIVE

L'espace plus grand et plus ouvert qu'offre l'extérieur permet de déployer des expériences éducatives où les élèves se sentent moins à l'étroit, à l'instar d'une classe flexible. En réduisant les contraintes liées à un espace confiné, les élèves peuvent bouger davantage, faire plus de bruit ou choisir leur propre espace de travail. Cela peut réduire le nombre d'interventions associées à des comportements perturbateurs en classe et rendre plus propice l'expression de la créativité.

8

CRÉER DES LIENS AUTREMENT AVEC LES ÉLÈVES ET ENTRE LES ÉLÈVES

Les expériences éducatives en plein air modifient généralement les interactions entre les élèves et la personne intervenante en ce sens que les jeunes n'ont pas autant l'impression d'être dans le cadre habituel de l'école. En se concentrant moins sur la performance, des élèves peuvent se sentir plus à l'aise de prendre la parole, hésitant pourtant à le faire en classe. Ces nouvelles dynamiques de groupe peuvent offrir à la personne intervenante une nouvelle perspective sur les forces et les besoins de chaque élève.

9

FAIRE DÉCOUVRIR L'ENVIRONNEMENT, LA COMMUNAUTÉ ET LE TERRITOIRE

Les expériences éducatives dans l'environnement, la communauté et le territoire offrent des occasions uniques d'exploration, permettant aux élèves de découvrir des réalités non observables autrement. Il est possible de déceler les traces du passé, d'identifier et d'analyser des problématiques locales, de révéler des réalités souvent méconnues et de comprendre les interactions entre le vivant et le non-vivant. À terme, on favorise les apprentissages qui contribuent à développer une connexion à l'environnement, à la communauté ainsi qu'au territoire dans leur dimension locale, en valorisant ce qui les rend uniques.

LAISSER LES ENFANTS ET LES JEUNES AMORCER DES ACTIVITÉS DE JEU LIBRE

À l'école aux Quatre-Vents, dans la région de Chaudière-Appalaches, en milieu rural entouré d'espaces naturels, **Marie-Claude Lafrance** enseigne à l'éducation préscolaire depuis près de vingt ans. Pour elle, les moments de jeux libres en forêt permettent aux enfants de développer leur créativité et leur autonomie.

Trois fois par semaine, Marie-Claude amène ses élèves dans un petit boisé situé à moins de 200 mètres de l'école. Après avoir établi clairement les règles de sécurité, elle laisse les enfants explorer librement. Elle remarque qu'en forêt, les jeunes collaborent spontanément pour construire des cabanes, créer des abris pour les animaux ou aménager des espaces de jeu symbolique. Elle a observé qu'il est plutôt rare de voir un enfant jouer en solo à l'extérieur. Souvent, un enfant ayant une idée va rassembler plusieurs

camarades et la collaboration s'installe alors pour réaliser un projet commun. Marie-Claude explique aussi que, lorsque les élèves initient les jeux libres en plein air, les différences sont moins marquées entre les élèves : les enfants présentant des troubles de comportement ou qui ont la « bougeotte » y trouvent leur compte, tout comme les élèves qui démontrent de la crainte avancent à leur propre rythme.

Elle constate que les enfants aiment toujours jouer dehors, même dans la pluie ou dans la neige. Marie-Claude conseille de n'intervenir qu'en cas de nécessité et de le faire en s'intégrant au jeu. Si le jeu prend une tournure dangereuse ou conflictuelle, devenez un personnage dans leur scénario ou introduisez un nouvel objet naturel pour réorienter l'action, tout en préservant l'autonomie des enfants.



« Dans la forêt, ce sont de nouveaux jeux que les élèves inventent de toutes pièces. »



INTENTION 2

CONNECTER LES ENFANTS ET LES JEUNES À LA NATURE

Josyane Gélinas enseigne en première année à l'école de Granada, à Rouyn-Noranda. Cette enseignante de 17 ans d'expérience a commencé l'éducation en plein air en septembre 2024 : pour elle, il s'agit de créer des moments d'émerveillement qui permettent aux élèves de développer une connexion authentique avec la nature.

Elle consacre une demi-journée par semaine à des activités en nature avec ses élèves. Les moments passés avec les mésanges lors d'un temps de lecture d'album jeunesse illustrent parfaitement cette approche. Avant d'en arriver à une proximité avec ces êtres vivants, les enfants ont beaucoup développé leurs sens en fermant les yeux et en écoutant les mélodies de

leurs amis les oiseaux. Les jeunes créent également cette proximité avec d'autres vivants comme les arbres. De fait, en début d'année, les enfants choisissent un arbre avec lequel passer plusieurs moments et, au fil des mois, les jeunes se surprennent à constater que leur arbre change beaucoup!

Josyane encourage ses collègues à prendre le temps d'explorer et à se laisser émerveiller par la nature. Afin de trouver un lieu qui lui parle, elle est allée marcher en forêt avant la rentrée des classes : « Je ne savais pas exactement ce que je cherchais. Une fois arrivée dans la forêt de grands pins, j'ai tout de suite su que cet endroit majestueux était ce que je voulais pour enseigner dehors! »



« **Quand les élèves nourrissent les mésanges et que je réussis à capter leur visage, leur bonheur, c'est vraiment magique.** » »



Photo : Claude Pichette



Photo : Josyane Gélinas



Photo : Claude Pichette

UTILISER DES CONTEXTES CONCRETS AU SERVICE DES APPRENTISSAGES ET DU DÉVELOPPEMENT GLOBAL

Marika Perrault enseigne les mathématiques à Saint-Jean-sur-Richelieu à des élèves de 3^e et 4^e secondaire. Cette ancienne conseillère pédagogique croit profondément que l'apprentissage gagne en signification lorsqu'il est enraciné dans des contextes réels, en plein air.

En sortant une fois par mois avec ses groupes pour réaliser des activités signifiantes, elle s'inspire de ce qui se trouve dehors. Par exemple, les élèves doivent repérer des solides dans un parc et en estimer le volume le plus précisément possible. Dans une autre activité, la résolution d'inéquations devient nécessaire à la réalisation d'un rallye en forêt. Aussi, avec plusieurs triangles rectangles tracés au sol à la craie, les élèves doivent trouver des

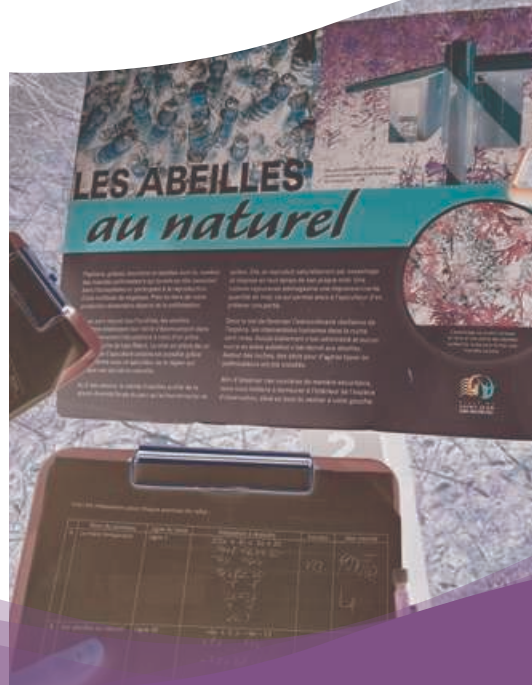
mesures manquantes. Ces contextes concrets deviennent des ancrages mémoriels lors du retour en classe. Dans ce dernier exemple, Marika utilise l'expression « triangle vert » toute l'année pour reparler du triangle isocèle et rectangle, pour rappeler aux élèves la stratégie de résolution propre à ce cas particulier.

Un élément important pour Marika est que les jeunes ont besoin d'aller dehors pour leur développement global. Au-delà des mathématiques, pour certaines personnes, le rallye en forêt sur les inéquations a été une expérience d'apprentissage enrichissante, mais également la première fois où elles ont mis les pieds en forêt.



« C'est important de faire vivre des expériences concrètes aux élèves. Dans une activité de trigonométrie où l'on trouvait la hauteur de l'école avec de grands rapporteurs d'angle, les élèves pouvaient concrètement percevoir l'utilité de ces outils et celle des formules mathématiques vues en classe. »

Photos : Marika Perrault



SOUTENIR LE TRANSFERT DES APPRENTISSAGES DANS DES CONTEXTES SIGNIFIANTS DE LA VIE COURANTE

À l'école primaire du Solstice de Magog, une école alternative avec un volet plein air, **Nathalie Leduc** enseigne l'éducation physique et le plein air aux élèves du premier cycle. Pratiquant l'enseignement extérieur depuis plus d'une décennie, elle met le transfert des apprentissages vers la vie quotidienne au cœur de sa démarche pédagogique.

Nathalie souhaite que les élèves transfèrent leurs apprentissages dans leur quotidien, particulièrement certaines habitudes de vie. Elle mise donc sur des initiatives comme les programmes de ski de fond et de patinage, dans le cadre desquels les équipements peuvent être empruntés par les familles les fins de semaine. Ayant également enseigné pendant 12 ans à l'école alternative Curé-A.-Petit de Cowansville, elle mentionne qu'un programme fort populaire était

celui de « cycliste averti ». Chaque fois que Nathalie réalisait cette activité, plusieurs enfants venaient par la suite à l'école à vélo. Elle a également remarqué des élèves demander à emprunter les équipements pendant les journées pédagogiques, des parents s'initier au ski de fond grâce à leur enfant ou des groupes d'enfants se donner rendez-vous à la patinoire municipale.

Nathalie constate que quelques élèves ne connaissent pas le nom de leur rue ni le chemin vers leur maison à partir de l'école. Elle prévoit donc des trajets de marche qui passent devant la maison de ces personnes pour leur faire voir qu'elles pourraient venir à l'école à pied. Elle encourage ses collègues à utiliser les milieux près de l'école pour créer des liens significatifs entre l'école et la vie quotidienne.



« J'essaie de privilégier des activités qui peuvent facilement être pratiquées toute la vie, même en solo et sans être dispendieuses. »



PRATIQUER DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES DIFFÉRENTES DE CELLES RÉALISÉES EN GYMNASSE

À l'école de l'Expédition, une école alternative des Laurentides sans gymnase ni cour asphaltée, **Laurence Lacoste-Guyon** enseigne l'éducation physique et le plein air à tous les cycles du primaire. Pour elle, la nature transforme complètement les possibilités d'activités physiques offertes aux élèves et influence son approche pédagogique.

Laurence intègre des activités saisonnières spécifiques au plein air (vélo de montagne, ski de fond, raquette, patin et natation), enseignées dans une perspective de sécurité en milieu naturel. Elle mise aussi sur les espaces naturels à proximité pour apprendre aux élèves du premier cycle à développer leur mobilité globale grâce à ce qu'offre le milieu naturel. Par ces expériences, les enfants développent leur gestion des risques et découvrent les possibilités du milieu naturel. Toute l'école apprend l'orientation : de la localisation avec photos aériennes jusqu'à l'utilisation

de cartes topographiques et de boussoles. Laurence intègre aussi des cours de survie en forêt, permettant aux élèves de développer leurs habiletés de communication et de coopération grâce à la construction d'abris, à la cuisine sur le feu ou à l'apprentissage des premiers soins en milieu éloigné.

Laurence a remarqué que les élèves apprécient énormément les activités de plein air individuelles ou en petits groupes, qui leur permettent de se développer individuellement et de bâtir un fort sentiment de compétence et une estime de soi reliés à des objectifs personnalisés et à des défis adaptés. Elle conseille à ses collègues de ne pas chercher à reproduire les conditions habituelles du gymnase, mais plutôt de percevoir les défis du terrain comme une opportunité d'enseigner aux élèves de développer leur observation, leur analyse et leur capacité de résolution de problèmes reliés au milieu naturel.



« Dans un gymnase, l'espace est contrôlé, sans variétés de terrain. Le plein air nous offre des contextes d'apprentissage riches et variés qui sont difficiles à offrir entre quatre murs. »



PERMETTRE AUX JEUNES DE PRATIQUER DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE TOUT EN APPRENANT

À l'école Louis-Laberge de L'Assomption, située dans un milieu favorisé et dotée d'une cour principalement bétonnée, **Roxane Lavallée et Marie-Ève Migneault** enseignent en 2^e année. Ces deux enseignantes passionnées, qui pratiquent le coenseignement avec leurs 47 élèves, croient fermement que l'activité physique en plein air contribue significativement à l'apprentissage et au bien-être des enfants.

Chaque semaine, Roxane et Marie-Ève consacrent un après-midi à une sortie dans un petit boisé situé à 15 minutes de marche, qu'elles enrichissent par des périodes d'enseignement extérieur et des marches pédagogiques. Elles s'assurent que les activités en plein air intègrent mouvements et notions académiques. Parfois, les enfants font des « jumping jacks » après l'identification d'un adjectif, d'autres fois, les élèves glissent sur une butte de neige après un mot de vocabulaire

réussi, ou encore, le groupe se déplace en trottinette pour explorer différents parcs. Les enseignantes remarquent que les élèves qui présentent habituellement de l'agitation en classe trouvent leur équilibre en forêt et que ces mêmes enfants s'engagent pleinement. De manière générale, Roxane et Marie-Ève ont pu voir que les élèves sont beaucoup plus disponibles. De plus, lorsque les enfants savent que le groupe va dehors en après-midi, les enseignantes ont moins de gestion de groupe à faire. Elles constatent que même les élèves démontrant au début une réticence à sortir développent progressivement un attachement profond à ces moments d'apprentissage.

Roxane et Marie-Ève encouragent leurs collègues à sortir de leur zone de confort pour se donner la chance de découvrir sous un nouveau jour les enfants qui « grouillent » à l'intérieur.



« Quand on est dans le bois, on s'assure que les enfants bougent. Ça fonctionne vraiment : quand on rentre, les élèves démontrent de la fatigue, mais aussi une disposition à apprendre. »

Photos : Roxane Lavallée et Marie-Ève Migneault



BÉNÉFICIER D'UN PLUS GRAND ESPACE POUR UNE EXPÉRIENCE ÉDUCATIVE

À l'école Louis-Philippe-Paré de Châteauguay, située à proximité d'un boisé accessible en trois minutes de marche, **Richard Talbot** enseigne l'éducation physique en 4^e et 5^e secondaire depuis 30 ans. Ce passionné de plein air, qui a créé un profil et une option plein air il y a huit ans, est convaincu que l'espace extérieur transforme radicalement l'expérience d'apprentissage des jeunes.

Richard a développé un programme complet incluant vélo de montagne, ski de fond, raquettes, tir à l'arc, escalade et survie en forêt, obtenant des subventions pour acquérir tout l'équipement nécessaire. L'espace illimité lui permet de créer des situations d'apprentissage impossibles à réaliser en gymnase, comme des rallyes à vélo ou des courses d'orientation. Puisque les élèves utilisent de nombreux sentiers dans le boisé, Richard leur enseigne à lire une

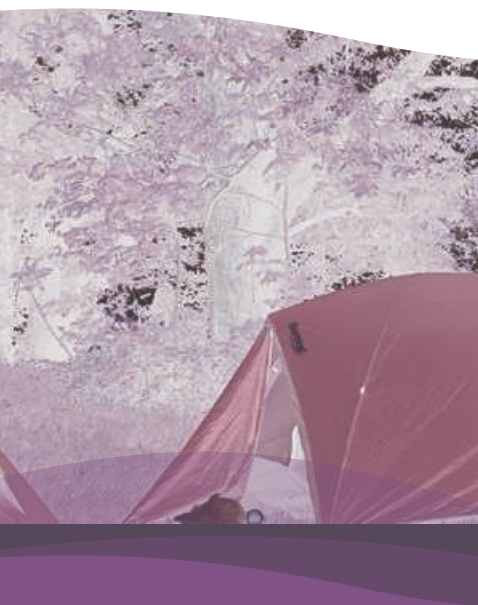
carte et à reconnaître les différents chemins qui y figurent afin que tout le monde soit capable de s'orienter sans aide, et ce, dès le 1^{er} secondaire. Richard fournit aussi des radios portatives aux élèves afin de s'assurer de maintenir une communication au sein du groupe. Il explique que le plus grand espace n'est pas uniquement les plateaux, mais aussi le fait de pouvoir partir quelques jours en refuge avec les élèves : partir en ski de fond, sans électricité ni cellulaire, renforce énormément le sentiment d'appartenance des élèves au groupe et diminue l'absentéisme, surtout en 5^e secondaire.

Richard encourage ses collègues à sortir, mais à respecter leur propre rythme ainsi que la limite des élèves. Il recommande de débiter par des activités simples dans la cour d'école et d'établir des consignes claires avant d'explorer des espaces plus vastes.



« Chaque fois qu'on est à l'extérieur, l'espace me permet d'avoir 100 % des élèves en action, comparativement à l'intérieur, ce qui fait en sorte que le temps d'engagement moteur est beaucoup plus important. »

Photos : Richard Talbot



CRÉER DES LIENS AUTREMENT AVEC LES ÉLÈVES ET ENTRE LES ÉLÈVES

Au cœur de Joliette, le Centre d'amitié autochtone de Lanaudière tisse des liens uniques entre nature et développement des enfants, notamment en collaboration avec des écoles de la région. C'est dans ce contexte, où de nombreux jeunes font face à des défis d'apprentissage et d'intégration, que **Valérie Ferron**, ergothérapeute, et sa collègue **Mélanie Champagne** ont développé une approche basée sur l'intervention en plein air.

Chaque semaine, Valérie et Mélanie accompagnent des élèves du primaire au sentier du parc Riverain et de l'Île Vessot. Leur approche repose sur la patience et la bienveillance et vise à permettre aux enfants de développer leur coordination, leur équilibre, leur motricité fine, leur régulation émotionnelle et leur autonomie, le tout, en s'amusant. Pour Valérie, la relation avec l'enfant est très

importante. Elle mentionne une jeune fille qui, pendant la première année, refusait toute communication verbale lors des sorties en forêt. Valérie et sa collègue n'ont jamais forcé le contact, mais l'ont progressivement valorisée, l'encourageant avec douceur. Son mutisme initial s'est peu à peu transformé en confiance. Souvent, les élèves en difficulté scolaire découvrent leurs forces à travers différentes activités motrices ludiques et variées comme faire des nœuds, manipuler des outils, utiliser une slackline, glisser sur des pentes ou construire des cabanes.

Valérie conseille de ne pas craindre l'imperfection lors des sorties en plein air, car la connexion humaine est plus importante. Tout ne sera pas parfait, mais il faut simplement démontrer de l'ouverture et croire au potentiel de chaque enfant.



« Prendre le temps d'être en plein air et de connecter avec les enfants, ça fait toute la différence! »



INTENTION 9

FAIRE DÉCOUVRIR L'ENVIRONNEMENT, LA COMMUNAUTÉ ET LE TERRITOIRE

Isabelle Gauthier enseigne depuis deux ans à la nouvelle école primaire du Sommet à Laval, en milieu urbain. Cette enseignante, qui travaille depuis 25 ans à l'éducation préscolaire avec des enfants TSA, souhaite reconnecter les élèves et leur famille à la nature et à l'environnement local.

Cette année, une de ses initiatives a été une sortie en raquettes organisée avec le Collectif Canopée, un organisme à but non lucratif dont la mission est de conserver les milieux naturels boisés. Une trentaine d'élèves, y compris la classe d'Isabelle, ont pris l'autobus pour se rendre aux boisés, où leur famille les attendait. Cet avant-midi en plein air

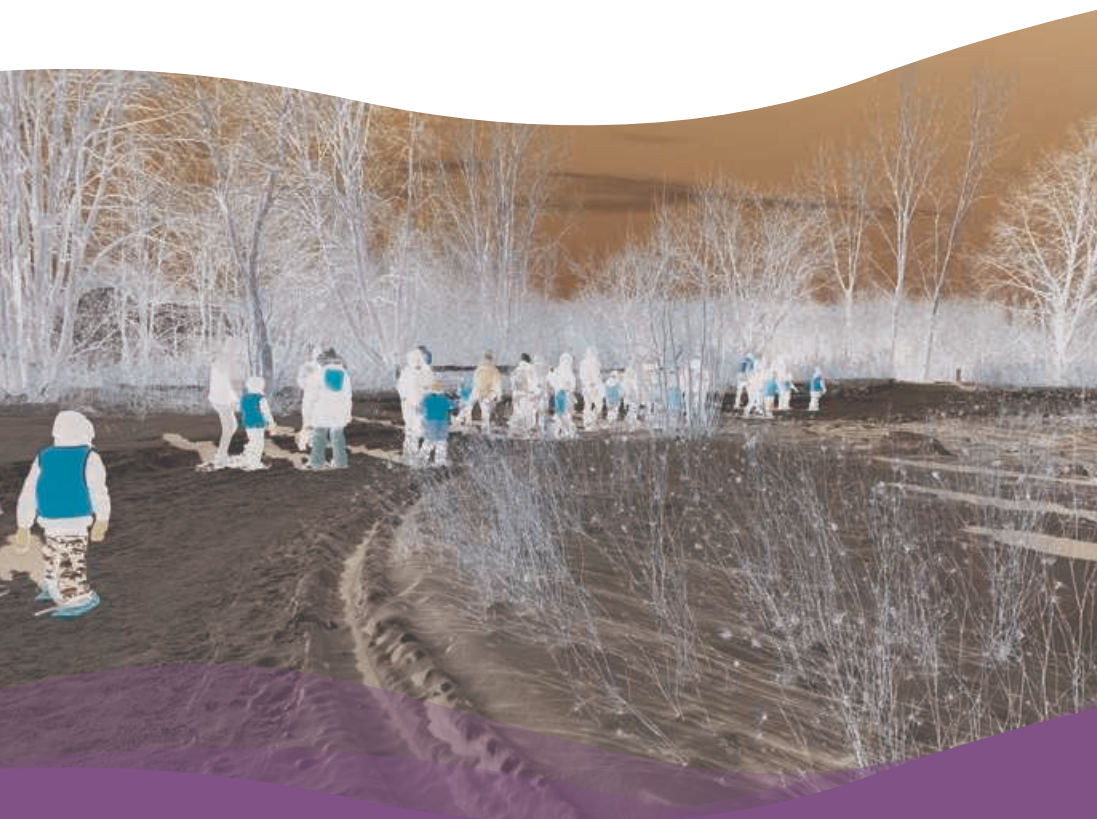
a permis aux enfants d'apprendre à marcher en raquettes tout en explorant la nature et aux parents de découvrir un espace naturel peu connu pour plusieurs. Pour les élèves ayant des besoins particuliers, chaque détail a été adapté et les enfants ont été mis en contact avec les raquettes bien avant la sortie, permettant ainsi une participation inclusive et sécuritaire.

Isabelle encourage ses collègues à oser sortir et à ne pas craindre de se tromper : il faut essayer et s'adapter. Elle explique que c'est en s'adaptant qu'on peut faire découvrir aux enfants et aux familles la richesse des apprentissages en plein air.



« Notre but était de montrer aux enfants et aux parents qu'il est possible de sortir, de découvrir et de profiter de la nature qui nous entoure. »

Photos : Isabelle Gauthier



Pourquoi clarifier ses intentions?

Quoi qu'il en soit, identifier les intentions permet de rendre plus explicites les raisons qui motivent la tenue d'expériences éducatives en plein air ainsi que leur potentielle complémentarité avec celles qui se déroulent en classe. On peut considérer l'identification d'intentions comme un outil d'aide à la décision dans le déploiement de ses pratiques en plein air.

Les intentions en lien avec le Programme de formation de l'école québécoise ainsi que celles relatives à l'éducation en plein air doivent guider la planification et la mise en œuvre des expériences éducatives en plein air. Parfois, la première sortie ne peut être qu'une manière de changer d'air. Avec le temps, on peut même se demander en quoi l'expérience éducative va aider à atteindre autrement, et peut-être mieux, certaines intentions relatives au Programme de formation de l'école québécoise. Même une première sortie peut viser des intentions pédagogiques simples, comme permettre aux élèves de s'approprier le milieu extérieur, d'établir des routines ou de vivre une première expérience positive en plein air. Avec le temps, il devient alors possible de planifier des expériences éducatives permettant d'atteindre autrement, et parfois plus efficacement, certaines intentions du Programme de formation de l'école québécoise.

En plus d'aider la personne intervenante à préparer ses expériences éducatives, la clarification des intentions peut aussi faciliter ses discussions avec d'autres personnes. Par exemple, elle peut permettre de mieux faire comprendre à la direction, aux collègues et aux parents pourquoi aller dehors avec les élèves dans un contexte donné est bénéfique. On peut également communiquer les intentions aux enfants afin de mieux leur faire comprendre les attentes lors d'une sortie.



6 CHOIX DES LIEUX

Tout lieu en plein air peut permettre d'animer des expériences éducatives. Que l'école soit située en milieu urbain, semi-urbain ou rural, chaque endroit comporte des avantages desquels il faut savoir tirer profit. Varier les lieux d'éducation en plein air peut également être bénéfique; l'endroit peut ainsi être choisi en fonction des intentions identifiées. Voici des avantages potentiels de différents milieux :

Milieus urbains

- Proximité des ressources culturelles, offrant l'accès à des œuvres d'art public ou à des lieux historiques
- Diversité des lieux à proximité de l'école, augmentant les lieux accessibles à distance de marche
- Variété d'enjeux urbains, multipliant les occasions d'identifier des problématiques comme la densification urbaine ou la biodiversité en ville

Milieus ruraux

- Espaces verts et naturels plus abondants, facilitant l'apprentissage au contact de la nature
- Environnements calmes et paisibles, soutenant l'attention des élèves
- Esprit de communauté, favorisant l'implication de la population et l'accès à certains lieux

Les avantages présentés ne sont que des exemples et chaque personne peut en découvrir d'autres pour son propre milieu. La meilleure manière d'identifier les potentialités de son milieu est de prendre le temps de l'explorer. L'annexe A présente une activité d'exploration des potentialités des lieux à proximité de son école, qui peut être réalisée en solo ou avec des collègues.

Lieux potentiels

- Boisé
- Champ agricole
- Cour d'école
- Ferme
- Forêt
- Friche
- Infrastructure historique
- Infrastructure sportive et récréative
- Jardin
- Lac, rivière et berge
- Lieu historique ou patrimonial
- Milieu humide
- Milieu marin
- Œuvre d'art public
- Parc
- Pré
- Ruelle
- Rue du quartier
- Terrain vague

CONSEILS POUR CHOISIR LES LIEUX D'ÉDUCATION EN PLEIN AIR

Découvrir

- Découvrir les lieux accessibles en utilisant l'[annexe A](#)
- Oser utiliser de nouveaux lieux
- Choisir les lieux en fonction de l'intention de l'expérience éducative
- Adapter l'utilisation du lieu en fonction des saisons

Évaluer et anticiper

- Procéder à une évaluation des risques et des bénéfices des différentes zones et des expériences potentielles
- Anticiper les éléments susceptibles de distraire les élèves
- Prévoir l'achalandage du lieu

Préparer

- Visiter le lieu peu de temps avant la sortie
- Trouver un point de rassemblement
- Parler de la sécurité des lieux avec les élèves

Sortir

- Noter ses observations durant la sortie pour mieux prévoir les suivantes



EXEMPLE DE L'IMPORTANCE DU CHOIX DES LIEUX

À l'école Saint-Bonaventure, située dans un petit village rural, **Karianne St-Cyr** enseigne à l'éducation préscolaire. Elle pratique l'éducation en plein air depuis deux ans, après avoir été inspirée par une collègue. Elle a développé une façon de choisir les lieux extérieurs basée sur l'exploration préalable de l'environnement, de la communauté et du territoire.

Karianne a bâti une stratégie d'exploration de son milieu pour y découvrir toutes les potentialités éducatives. Elle s'est promenée dans les rues du village pour découvrir la cour d'école, le parc municipal avec ses modules en bois, la petite rivière et même les commerces locaux. Cette démarche lui permet de varier ses destinations selon ses intentions pédagogiques, parfois spontanées, parfois planifiées. Lors d'une chasse aux bruits planifiée près

de la rivière, la spontanéité l'amène à découvrir le vent à travers les feuilles des arbres et d'autres sons imprévus qui enrichissent l'activité. Les caractéristiques du milieu rural, comme le faible trafic automobile, lui permettent d'explorer librement sans contraintes de sécurité majeures, et la petite communauté soudée accueille chaleureusement les sorties scolaires, certaines personnes arrêtant leur voiture pour saluer les élèves.

Karianne constate que plusieurs enfants de son groupe sont déjà à l'aise d'explorer leur environnement et de se salir dans leurs jeux, même si l'école fournit des salopettes imperméables pour soutenir la participation de tout le monde. Elle encourage les membres de l'équipe-école à s'approprier l'environnement autour de l'école, à pied ou à vélo.



« Prendre le temps d'explorer l'environnement extérieur autour de l'école avant de réaliser une activité aide concrètement sa planification et augmente l'aisance lors de sa réalisation. »



7 PLANIFICATION D'UNE EXPÉRIENCE ÉDUCATIVE EN PLEIN AIR

La clé du succès de toute expérience éducative en plein air réside dans sa planification. Tout ce qui est fait en amont facilitera et améliorera l'expérience en plein air des élèves et de la personne intervenante. Ainsi, la sélection des expériences éducatives et leur adaptation sont des étapes importantes de préparation, tout comme la manière de conserver des traces d'apprentissage et d'évaluation ainsi que l'amélioration continue de ses expériences éducatives.^{iv}

Sélection des expériences éducatives

La sélection du lieu et de l'expérience éducative n'est pas figée dans un ordre précis. Ces décisions peuvent s'influencer mutuellement et évoluer au cours du processus de planification. L'important est que l'activité choisie soit en adéquation avec les intentions et que le lieu offre un contexte propice à l'atteinte de celles-ci.

Adaptation des expériences éducatives

Pour ses premières expériences en plein air, adapter des activités d'intérieur ou s'inspirer de ressources existantes sur l'éducation en plein air peut simplifier les choses. De fait, si les salles de classe présentent de nombreuses similitudes

d'une école à l'autre, les lieux accessibles en plein air, quant à eux, offrent une riche diversité, propre à chaque école. Cette diversité implique de nombreuses petites décisions de planification pour optimiser les conditions de réussite de l'expérience éducative en plein air.

Quatre facteurs clés peuvent guider les choix et être utilisés en fonction des particularités de chacune des sorties; ils ne forment cependant pas une liste exhaustive et peuvent être utilisés en tout ou en partie, en fonction du contexte, des intentions et des besoins des élèves. Aussi, ces facteurs peuvent, dans certains cas, servir de stratégies pour favoriser l'universalité et la prise en compte des besoins individuels des élèves.

1

2

3

4

^{iv} Le contenu des sections 7, 8 et 9 repose sur des savoirs pratiques et expérientiels puisés des membres de la CRÉPA et de multiples personnes intervenantes dans les milieux scolaires, contrairement aux autres sections, dont le contenu est appuyé par de nombreuses références scientifiques. Ces informations n'en demeurent pas moins enrichissantes.

FACTEUR 1

Favoriser l'activité physique et cognitive chez les élèves

Bien que cela ne soit pas systématiquement nécessaire, combiner l'activité physique et cognitive chez les élèves leur permet de s'engager davantage dans les expériences éducatives en plein air et de se connecter de manière sensorielle avec l'environnement, la communauté ou le territoire.

Pistes d'action :

- Privilégier des expériences éducatives qui permettent aux élèves de se mettre en mouvement à travers des jeux, des défis, des constructions ou de l'exploration du lieu
- Utiliser le corps pour apprendre en mimant des concepts, en créant des chorégraphies ou en réalisant des mises en scène
- Encourager les élèves à poser des questions ouvertes, à utiliser des outils d'observation, à collecter des données et à identifier des problèmes à résoudre ensemble
- Stimuler l'exploration sensorielle pour favoriser une connexion avec le lieu et stimuler la curiosité
- Utiliser des éléments disponibles dans le lieu pour représenter des idées, des concepts ou des émotions
- Confier des tâches spécifiques à chaque élève ou à chaque sous-groupe pour favoriser la coopération et l'engagement en tout temps

FACTEUR 2

Permettre aux élèves de faire des choix

Offrir aux élèves de prendre des décisions autonomes, tout en étant guidées, contribue à leur sentiment d'engagement dans leur apprentissage. Cela leur permet de s'intéresser davantage à l'expérience éducative et de rendre les apprentissages plus signifiants.

Pistes d'action :

- Impliquer les élèves dans le choix du lieu de la sortie en leur présentant les options pertinentes pour les intentions ciblées
- Proposer différentes activités possibles pour atteindre une même intention
- Laisser les élèves décider du matériel nécessaire dans le cadre de la sortie
- Laisser les élèves choisir un itinéraire pour se rendre dans un lieu
- Encourager les élèves à choisir les éléments à observer, le cas échéant
- Prendre en considération les différentes pistes d'action des élèves si l'on souhaite résoudre un problème
- Permettre aux élèves de choisir la manière de présenter leurs découvertes ou de réaliser une production finale
- Donner la chance aux élèves de décider de la manière de coopérer pendant une expérience éducative en plein air
- Intégrer des moments qui encouragent l'autorégulation chez les élèves par rapport à leur propre progrès

FACTEUR 3

Accompagner les élèves autrement

Adapter son accompagnement lors des expériences éducatives en plein air, c'est trouver l'équilibre entre la planification et la flexibilité, et offrir une présence accrue aux élèves. C'est l'occasion d'être à l'écoute des élèves, de les soutenir, de leur donner des rétroactions et de s'adapter à leurs besoins, sans que tout soit planifié.

Pistes d'action :

- Observer les interactions
- Écouter les discussions, les questions, les réflexions et les commentaires
- Être à l'affût des intérêts manifestés afin de pouvoir les approfondir lors d'expériences éducatives ultérieures
- Accueillir avec bienveillance les émotions qui surviennent lors de l'expérience éducative en plein air et offrir un soutien affectif adapté
- Se rendre disponible pour réagir aux questions spontanées et guider vers la recherche de réponses plutôt que de les donner systématiquement
- Apporter un soutien individuel et adapté
- Partager son propre émerveillement et sa curiosité pour valoriser ces réactions
- Se positionner comme une personne apprenante, pour montrer que l'apprentissage est un processus continu, même pour une personne intervenante

FACTEUR 4

Prévoir des solutions de remplacement

Les expériences éducatives en plein air étant sujettes à des aléas, il est sage de prévoir des solutions de remplacement pour s'y adapter. Une bonne préparation, qui inclut l'anticipation des principaux imprévus et la planification de solutions de rechange, est gagnante pour permettre une adaptation efficace.

Envisager des solutions de remplacement si :

- Les conditions météorologiques ne sont pas en adéquation avec ce qui est prévu (précipitations, vent ou température)
- On ne voit pas ce qu'on allait observer
- Le lieu est occupé
- Une personne de la classe se désorganise
- Une personne veut aller aux toilettes
- Le travail demandé aux élèves ne se déroule pas comme prévu
- Quelqu'un a besoin de premiers soins
- Des élèves terminent plus rapidement que les autres
- Il y a trop de bruit

EXEMPLE DE L'IMPORTANCE DE LA PLANIFICATION

À l'Académie des Sacrés-Cœurs de Saint-Bruno-de-Montarville, **Marie-Line Lafèche** enseigne en 2^e année dans un programme de classe nature dans le cadre duquel ses élèves passent 1 h 30 par jour à l'extérieur, en toute saison. Cette enseignante utilise une approche évolutive de planification en plein air qui privilégie l'équilibre entre structure et spontanéité.

Marie-Line a développé un système de planification combinant sécurité et flexibilité. Le matin, chaque élève salue son « arbre ami » en arrivant. Hebdomadairement, le *Lundi explo* suit toujours le même parcours extérieur avec des intentions différentes : recherche d'insectes hivernaux, observation d'oiseaux ou exploration sensorielle. Mensuellement, Marie-Line met en place le *Mercredi persévérance*, qui pousse les limites des élèves avec des randonnées progressivement plus longues. Pour gérer l'imprévu, elle apporte toujours un livre de secours et utilise de plus en plus son dictaphone

pour capter les questions spontanées des élèves. Des recherches en classe menées par les enfants sont ensuite nourries par des questions comme « pourquoi les aiguilles ne tombent-elles pas des arbres l'hiver? » Aussi, elle fait semblant d'échapper des chauves-souris d'Halloween partout dans la neige, permettant aux élèves de découvrir naturellement le regroupement par dix. Elle fait prendre vie à des diagrammes à bandes lorsque les enfants se placent physiquement selon leurs préférences, visualisant ainsi concrètement les données.

Marie-Line constate que cette planification génère un engagement remarquable : les élèves s'investissent dans les expériences éducatives et redemandent constamment leurs sorties quotidiennes. Elle encourage ses collègues à essayer de nouvelles choses, même si cela évolue lentement.



« Ce qui m'a vraiment aidée, c'est de faire des erreurs! Il faut avoir confiance en soi et faire preuve d'indulgence envers soi-même. Mes plus belles activités ont été quand je m'en allais dehors même quand je ne me sentais pas complètement prête... Finalement, quelque chose s'est présenté de manière spontanée. »



Amélioration continue des expériences éducatives

Dans le but de bonifier ses planifications et d'améliorer ses expériences éducatives en plein air, noter ses bons coups ou ses idées d'amélioration tout de suite après chacune des sorties s'avère profitable. Cela permet de gagner du temps de préparation en plus de rendre les expériences éducatives de plus en plus prometteuses, et ce, autant pour les enfants que pour les personnes intervenantes.

Pour ce faire, il est conseillé d'apporter, lors des sorties, un bloc-notes ou d'utiliser le magnétophone de son téléphone cellulaire. Puis, de retour à l'intérieur, il suffit de réorganiser ses idées sur papier.

Une fiche est également disponible à l'[annexe B](#) afin d'aider la personne intervenante dans cette étape.

Enseigner dehors, un projet de la Fondation Monique-Fitz-Back

Enseigner dehors est une initiative portée par la Fondation Monique-Fitz-Back visant à inspirer, à accompagner, à former et à outiller les personnes intervenantes du préscolaire, du primaire et du secondaire qui souhaitent vivre des expériences éducatives en plein air, reliées à leur territoire et à leur communauté. Le projet repose sur la conviction que chaque milieu offre des possibilités pédagogiques uniques pour favoriser les apprentissages et le développement global des personnes apprenantes.

À travers une approche par petits pas, la Fondation soutient les milieux scolaires dans la reconnaissance de leur contexte, l'identification des opportunités locales et la définition de leurs priorités. Chaque année, des formations sur l'éducation en plein air sont offertes à des équipes-écoles partout au Québec afin de les aider à déployer des pratiques à leur image, en cohérence avec les programmes d'études et les réalités de leur milieu : enseignerdehors.ca/services/formations

Dans une visée de mise en pratique concrète, le site web du projet Enseigner dehors propose une banque d'activités pédagogiques collaborative conçue pour soutenir l'intégration du plein air dans toutes les disciplines. Ces activités, créées par des personnes enseignantes du Québec, sont accessibles gratuitement et peuvent être consultées ici : enseignerdehors.ca/soutiller-activites

Certaines sections mettent également l'accent sur des enjeux clés de l'éducation en plein air, tels que :

- La gestion des risques en plein air, dans une perspective de sécurité éducative : enseignerdehors.ca/approche-pedagogique/la-gestion-des-risques-a-lexterieur
- Des idées de marches pédagogiques, pour tous les niveaux d'enseignement, à vivre dans différents lieux de proximité : enseignerdehors.ca/approche-pedagogique/30-idees-de-marches-pedagogiques

Pour le préscolaire, le primaire et le secondaire, deux Padlets dédiés rassemblent une variété de ressources simples, engageantes et adaptées aux différents niveaux scolaires. On y trouve notamment : fiches synthèses, gabarits, affiches, webinaires, activités pédagogiques et articles de recherche, créés par la Fondation ou issus de ressources externes.

- **Préscolaire et primaire :** padlet.com/FondationMFB/enseigner-dehors-pr-scolaire-primaire-q2pjaibel0m61hfb
- **Secondaire :** padlet.com/FondationMFB/enseigner-dehors-secondaire-gvq6r5wpvwaf2hkg

Suivre le projet Enseigner dehors :

Facebook : facebook.com/enseignerdehors
Instagram : instagram.com/enseignerdehors
Site web : enseignerdehors.ca

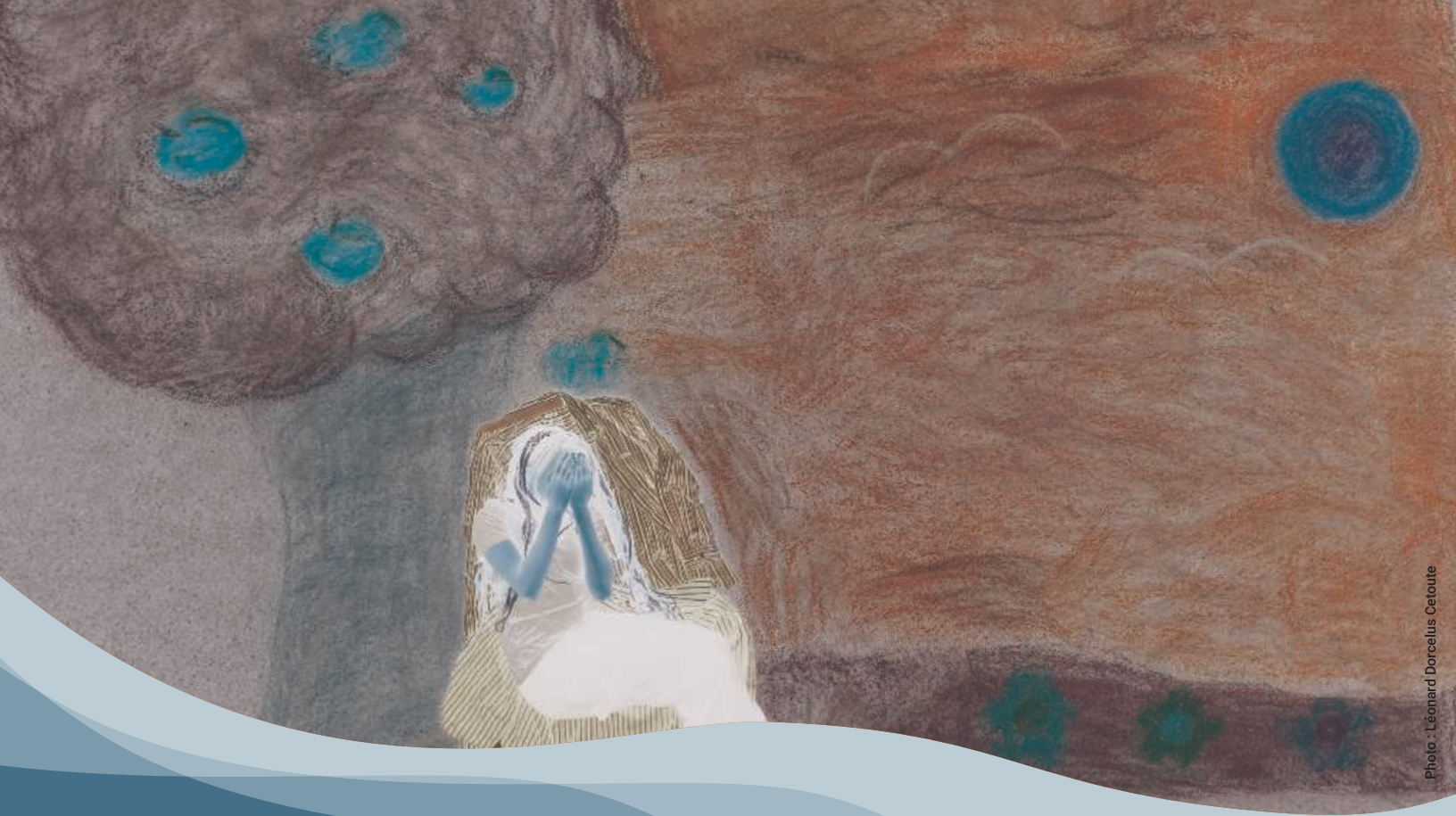


Photo : Léonard Dorcelus Cetoute

8 CONSERVATION DE TRACES D'APPRENTISSAGE ET D'ÉVALUATION

Garder des traces d'apprentissage des élèves en plein air peut sembler un défi au début. Cependant, ce contexte unique offre de nouvelles occasions d'observer les élèves et leurs apprentissages. La clé est d'explorer de nouvelles manières de les accompagner, en tirant parti de la richesse des lieux extérieurs.

En plein air, il existe une multitude de stratégies pour garder des traces d'apprentissage, à condition de s'adapter au contexte de l'expérience éducative et des conditions météorologiques. Lorsqu'il ne fait pas trop froid et qu'il n'y a pas de précipitations, il est plus facile de garder des traces écrites. Différents supports technologiques peuvent aussi être utilisés, tels que des photos, des vidéos ou des enregistrements audio.

Toute trace d'évaluation ne mènera pas nécessairement à une note au bulletin, mais peut conduire à une meilleure compréhension des besoins des élèves et ainsi à un ajustement de leur accompagnement. Afin de guider l'évaluation et la révision de notions en plein air, quatre stratégies sont présentées, bien qu'il existe de nombreuses autres possibilités.

Conversations

Les expériences éducatives en plein air offrent un contexte privilégié pour engager des conversations avec les élèves, surtout lorsque l'on prévoit des moments spécifiques pour les accompagner. Ces conversations, qui peuvent être individuelles ou en groupe, permettent d'échanger avec les élèves sur leurs apprentissages, leurs découvertes, leurs difficultés ou leurs stratégies. On peut par exemple leur poser des questions ouvertes ou leur demander d'expliquer leur raisonnement. Comme le cadre formel de l'école est généralement moins ressenti par les élèves en plein air, cela peut favoriser des échanges plus spontanés et parfois même moins stressants qu'en classe. Il s'agit là d'une occasion de mieux comprendre leur cheminement et de les accompagner dans leur progression.

Observations

Le plein air est un contexte propice à l'observation des élèves en action. Puisqu'il est possible que les apprentissages soient différents de ceux en classe, il est important d'identifier en amont les observations à cibler, en cohérence avec les intentions de l'expérience éducative, ainsi que la façon la plus adaptée de les consigner (ex. : grille, liste ou notes). Il est également judicieux de prévoir le temps nécessaire pour cela. Comme les élèves se dispersent souvent en plein air, on peut se concentrer sur un nombre plus restreint d'élèves à la fois. Les observations peuvent aussi être faites par les élèves à travers l'autoévaluation.

Ressource supplémentaire

100o - Conserver des traces d'apprentissage :

https://apprendre.centdegres.ca/wp-content/uploads/2022/04/100D-MEQ_cours-pleinair_2-vf.pdf

Productions

Les productions des élèves en plein air peuvent prendre des formes variées, allant des créations spontanées aux réalisations plus structurées. Elles peuvent être individuelles ou collectives, et prendre appui sur différents supports : dessins, écrits, photos, vidéos, objets trouvés dans la nature, etc. Ces productions offrent des traces tangibles des apprentissages réalisés en plein air. Les productions peuvent être adaptées au contexte spécifique de l'expérience éducative, comme le lieu ou les conditions météorologiques. On peut par exemple demander aux élèves de réaliser une création, de compléter un journal de bord, de construire une structure, de rédiger un texte, de collecter des données, etc. Ces productions peuvent être amorcées ou complétées en classe ou faire l'objet d'un suivi à l'intérieur.

Révisions actives

Les révisions actives en plein air, telles que les rallyes ou les défis, sont accessibles et particulièrement appréciées des élèves. Elles consistent à adapter des activités de révision classiques en y intégrant du mouvement et en tirant parti des lieux extérieurs. On peut préparer un parcours de classement pour catégoriser des éléments (ex. : changement physique/chimique, nombres pairs/impairs, vocabulaire) ou faire une chasse aux informations dans les lieux (ex. : noms féminins, traces du passé, figures et solides). Faciles à mettre en place, les révisions actives peuvent être adaptées à toutes les disciplines, à toutes les saisons et permettre aux élèves de bouger tout en apprenant.



Photo : Felix Berrigan

9 **ASTUCES** POUR RÉUSSIR SES EXPÉRIENCES ÉDUCATIVES EN PLEIN AIR

Afin de favoriser la réussite de ses expériences éducatives en plein air, suivre quelques règles d'or qui ont fait leurs preuves s'avère une bonne pratique. Cela permet notamment de faire ses premiers pas de façon agréable dans ce domaine et de conserver son élan par la suite.

Pour les premières sorties

La première sortie en plein air est souvent l'une des plus difficiles à réaliser. Il est essentiel d'y aller un pas à la fois, en respectant son rythme et en évitant de se mettre la barre trop haute pour éviter de sortir de sa zone de confort trop brusquement. Dans les débuts, il faut donc faire preuve d'indulgence envers soi-même et envers les élèves. Il faut accepter que des erreurs soient commises et faire des ajustements. Comme dans toute situation professionnelle, le temps permettra de gagner en expérience et en assurance. Il faut se faire confiance! Voici quelques règles d'or à observer lors de ses premiers pas dans l'éducation en plein air :

- 1 Bien s'habiller :** Il n'y a pas de mauvaises conditions météorologiques; il n'y a que de mauvais vêtements. Il faut donc discuter de la tenue adaptée avec les élèves la veille des sorties, en se rappelant que les parents sont de bonnes personnes alliées pour l'habillement!
- 2 Limiter l'espace d'exploration :** Afin d'éviter que les élèves se dispersent trop, on peut miser sur un espace circonscrit, comme la cour d'école.
- 3 Réaliser des activités simples :** Bien qu'avec le temps, on adapte ses pratiques en plein air, il peut être rassurant de limiter le nombre de nouveaux paramètres lors des premières sorties, comme en mobilisant des apprentissages déjà réalisés en classe.
- 4 Préparer les jeunes à la sortie :** Il est préférable de communiquer ses attentes envers les jeunes et les principales consignes, par exemple, en modélisant les comportements attendus à l'intérieur, tout juste avant de sortir.
- 5 Prévoir des moments de rappel :** En complément à la préparation des jeunes à la sortie, on peut effectuer un rappel sommaire des consignes une fois sur place et demander aux élèves d'expliquer en leurs mots ce qui est attendu.
- 6 Pratiquer la routine :** Il est important de se donner du temps pour apprivoiser les lieux d'apprentissage en marchant avec les élèves aux limites de la zone d'apprentissage, en s'entraînant à se retrouver au lieu de rassemblement après une période de travail autonome et en créant un code de vie en leur compagnie, dans le plaisir.
- 7 Miser sur de courtes sorties :** Il est préférable de faire de courtes sorties et d'en augmenter ensuite la durée en fonction de son degré d'aisance.

Pour garder son élan

Les premières expériences éducatives en plein air sont riches en apprentissages, tant pour les élèves que pour les personnes intervenantes. Une fois l'aisance acquise, il est encouragé de poursuivre l'exploration de nouvelles pratiques. C'est généralement en allant au-delà des premières sorties qu'on réalise le véritable potentiel de l'éducation en plein air. Même lorsque l'on se sent plus à l'aise, il est essentiel de continuer à se fixer des objectifs réalisables. Célébrer chaque petite victoire est essentiel pour entretenir sa motivation. Pour cela, plusieurs astuces peuvent permettre de garder son élan :

- 1 Se demander pourquoi à l'intérieur :** Au lieu de se demander pourquoi aller dehors, il est intéressant de changer de perspective et de se demander pourquoi mener une expérience éducative à l'intérieur plutôt qu'en plein air.
- 2 Planifier en toutes saisons :** À tout moment de l'année, les lieux en plein air offrent des occasions variées auxquelles il faut s'adapter et dont il faut s'inspirer.
- 3 Sortir à deux groupes :** Lorsqu'on prévoit une expérience éducative en plein air entre collègues, on peut se répartir les tâches, partager les responsabilités, se soutenir mutuellement face aux défis et célébrer les succès ensemble.
- 4 Impliquer les élèves :** La planification collaborative avec les élèves est une source d'apprentissage mutuel qui enrichit l'expérience éducative grâce à leur contribution.
- 5 Bonifier ses planifications :** Pour améliorer ses planifications, il est souhaitable de noter ses bons coups et ses idées d'amélioration immédiatement après chaque sortie pour gagner du temps et de réinvestir ses expériences d'une année à l'autre.
- 6 Partager ses expériences avec ses collègues :** Le partage de pratiques, de succès et d'échecs entre collègues est personnellement motivant et constitue également une source de motivation et d'enrichissement mutuels.
- 7 Concevoir ses expériences éducatives :** Une fois les premiers jalons de l'éducation en plein air ancrés, on peut laisser libre cours à sa créativité en concevant ses propres expériences éducatives, inspirées par les intérêts, les observations et les questionnements des élèves.
- 8 Saisir cette occasion pour apprendre :** Puisqu'il est normal de ne pas tout connaître sur les milieux à proximité de l'école, on peut mettre en place des expériences d'apprentissage qui permettront de faire des découvertes avec les élèves.
- 9 Miser sur la curiosité des élèves :** Les jeunes manifestent naturellement de la curiosité; le rôle de la personne intervenante est de la cultiver, de l'enrichir et de la stimuler.
- 10 Miser sur le réinvestissement en classe :** Puisque les expériences éducatives en plein air sont souvent marquantes pour les élèves, il est judicieux de planifier des situations de réinvestissement qui permettent d'approfondir et de consolider les apprentissages.
- 11 Développer la réflexivité :** En plein air, on peut adopter une posture d'accompagnement en encourageant les élèves à développer leur esprit critique et à trouver leurs propres solutions, en posant des questions ouvertes et en les guidant vers la réflexion plutôt qu'en leur donnant directement les réponses.

EXEMPLE D'ASTUCE : L'OBSERVATION

Louis Laroche enseigne en 6^e année dans la région de Montréal depuis plus de 25 ans. Passionné de plein air depuis toujours, il intègre naturellement ses intérêts dans sa pratique pédagogique. Sa vision de l'éducation en plein air : garder les activités simples et accessibles, en commençant par de courtes activités d'observation près de l'école.

Il a développé plusieurs activités d'observation, dont celle des fourmis. En début d'année, il invite chaque élève à trouver sa fourmi dans la cour et à l'observer pendant une minute. Cette activité permet non seulement d'aiguiser les sens, mais elle aide aussi les enfants à comprendre que la science n'est pas toujours facile : en plus de susciter de nombreux questionnements, la fourmi peut

disparaître! Une autre activité consiste en une marche d'observation comportant quelques arrêts, où les élèves s'inspirent de ce qui se trouve sous leurs yeux pour noter ou dessiner des idées. Que ce soit pour inspirer l'écriture en français ou pour faire des sciences, l'intention pédagogique n'a pas besoin d'être compliquée pour être pertinente : elle peut seulement être d'observer le monde qui nous entoure.

Louis mentionne que l'observation est une belle porte d'entrée pour plusieurs activités à l'extérieur ayant des intentions pédagogiques variées. C'est accessible et il encourage les autres à se lancer! Au début, il ne faut pas se concentrer sur l'évaluation; il faut plutôt s'inspirer de l'extérieur pour trouver de bonnes idées d'activités.



« **Dehors, c'est fantastique parce qu'il y a plus de choses à observer qu'à l'intérieur. Ça peut être un écureuil, même un avion dans le ciel... n'importe quoi!** »

Photos : Louis Laroche





Photo : Félix Berrigan

10 GESTION DES RISQUES ET SÉCURITÉ

L'éducation en plein air nécessite de porter attention à la gestion des risques et à la sécurité. Il est toutefois essentiel de trouver un équilibre entre les dangers réels et la prise de risque saine, cette dernière permettant de belles occasions pour l'apprentissage et le développement global.

Le jeu libre, en particulier le jeu risqué, est essentiel au développement de l'enfant et à sa santé globale⁵¹. Il favorise la prise de risque, l'autonomie et le développement de compétences physiques et sociales^{52,53}. La diminution des occasions de jeu libre en plein air peut exercer des effets néfastes sur la santé physique et mentale des enfants, contribuant à des problèmes tels que l'obésité, l'anxiété et les troubles du comportement^{54,55}. Il est donc important de trouver un équilibre entre la sécurité et la nécessité pour les enfants de prendre des risques et de développer leur autonomie, en offrant des espaces de jeu stimulants et adaptés à leur développement⁵⁶. En raison des avantages du jeu risqué en plein air sur « le développement des enfants, leur vie saine et active et leur bien-être socioaffectif », la Société canadienne de pédiatrie recommande d'intégrer le jeu libre et actif dans les milieux scolaires⁵⁷.

Pour offrir des lieux d'apprentissage sécuritaires et soutenir une gestion responsable des activités, plusieurs conseils peuvent permettre aux personnes intervenantes de se sentir plus en confiance :

- Obtenir l'accord du conseil d'établissement (si nécessaire)
- Informer la direction des expériences éducatives en plein air prévues afin d'assurer une coordination adéquate en matière de sécurité
- Obtenir le consentement éclairé et écrit des parents
- Donner des repères et mettre en place des routines pour encadrer les élèves
- Demander, au besoin, la présence d'une personne adulte supplémentaire, comme un parent accompagnateur
- Visiter et évaluer le lieu avant la sortie et garder des traces écrites
- Connaître les procédures et les protocoles de l'école en cas d'urgence
- Impliquer les élèves dans l'identification des risques dans le lieu
- Avoir en tout temps sur soi un téléphone cellulaire chargé
- Apporter une trousse de premiers soins
- Avoir défini son plan de sortie et les mesures à prendre en situation d'urgence

Ressources supplémentaires

- [Doser la sécurité dans vos activités au service de garde](#), cours en ligne gratuit créé par 100°
- [Sécurité bien dosée, enfant comblé](#), outil développé par la Table sur le mode de vie physiquement actif
- [Trousse à outils d'évaluation risques-avantages](#) d'Alliance Enfant et Nature du Canada
- [Guide de gestion de risques en milieu scolaire](#) de la Fédération des éducatrices et éducateurs physiques enseignants du Québec
- [La gestion des risques à l'extérieur de la Fondation Monique-Fitz-Back](https://enseignerdehors.ca/approche-pedagogique/la-gestion-des-risques-a-lexterieur/) <https://enseignerdehors.ca/approche-pedagogique/la-gestion-des-risques-a-lexterieur/>
- [Outils de gestion des risques](#) du Réseau plein air Québec (RPAQ)



Photo : Cynthia Gauthier

11 RESPECT DE LA NATURE

La nature est un lieu d'apprentissage inestimable pour les jeunes, mais il faut l'explorer avec respect. L'une des intentions de l'éducation en plein air est de connecter les jeunes à la nature. Comme le souligne le septième principe de l'éducation en plein air en milieu scolaire, les expériences éducatives en plein air en milieu scolaire se déroulent dans un souci de préservation et de respect de l'environnement, de la communauté et du territoire.

Cependant, les expériences éducatives les plus anodines peuvent entraîner des conséquences négatives sur la nature, car les gestes à poser ne sont pas toujours intuitifs. Afin d'éviter ces écueils, la cueillette d'éléments naturels doit être pratiquée de manière responsable, le choix des zones d'exploration avec les jeunes doit être fait avec discernement, il faut éviter de déranger les animaux et il est important de ne pas laisser de déchets sur les lieux fréquentés.

Afin de guider les personnes intervenantes et les jeunes dans leurs interactions avec la nature, les Clubs 4-H du Québec, en partenariat avec la Chaire de recherche sur l'éducation en plein air et d'autres partenaires, ont élaboré la *Démarche pour la nature*. Cette initiative propose un ensemble de 10 stratégies à adopter pour profiter des milieux naturels en ayant un impact minimal. Les personnes intervenantes sont encouragées à intégrer progressivement ces stratégies dans leurs expériences éducatives en plein air, en impliquant activement les jeunes, un pas à la fois.

Démarche pour la nature : 10 stratégies pour une éducation en plein air respectueuse de la nature

1. Utilisons les sentiers en priorité
2. Choisissons judicieusement notre zone d'éducation par la nature et prenons-en soin
3. Gardons notre zone d'éducation par la nature intacte
4. Restituons les éléments naturels après leur utilisation
5. Évitions de modifier les écosystèmes
6. Restreignons notre zone d'accès aux milieux aquatiques
7. Adaptions nos pratiques aux fragilités de chaque saison
8. Préservons la végétation aquatique et terrestre
9. Assurons la quiétude et le respect des animaux sauvages
10. Sensibilisons petits et grands à la beauté et à l'importance de la nature



Pour découvrir toutes les ressources développées par les Clubs 4-H du Québec, consultez leur site Web et leur page Facebook <https://www.facebook.com/LesClubs4HDuQuebec>.

Ressources supplémentaires

- **Les Clubs 4-H du Québec**
<https://www.clubs4h.qc.ca/>
Pour y trouver, notamment, les outils concernant la *Démarche pour la nature*
- **Site web Grandir en Nature**
<https://www.grandirennature.org/>
Pour y trouver des ressources sur l'éducation par la nature
- **Site web Biodiversité en mouvement**
<https://www.biodiversiteenmouvement.com/>
Pour y trouver une banque d'activités de sciences naturelles, des idées de projets de sciences participatives et des informations sur la biodiversité



12 PRATIQUES PORTEUSES

Le déploiement de l'éducation en plein air ne repose pas sur une approche, une stratégie ou une méthode uniques, strictes ou uniformes. Il s'adapte de manière souple et diversifiée en fonction de plusieurs facteurs, dont les apprentissages visés, le niveau scolaire, les intentions pédagogiques et les lieux accessibles. Sans prétendre à l'exhaustivité, cette section présente différentes pratiques porteuses à travers des portraits inspirants.

PRATIQUES PORTEUSES EN ÉDUCATION EN PLEIN AIR EN MILIEU SCOLAIRE

1

JEU LIBRE

Ressources supplémentaires

- Énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur (2025) : <https://www.outdoorplaycanada.ca/fr/aop10/>
 - Association canadienne de santé publique (ACSP). Énoncé de position : Le jeu libre des enfants. Mars 2019. Sur Internet : <https://www.cpha.ca/fr/le-jeu-libre-des-enfants>
-

2

APPRENTISSAGE PAR LA NATURE

Ressource supplémentaire

- Alex – Cadre de référence : L'éducation par la nature en service de garde éducatif à l'enfance : <https://www.aqcpe.com/projets/alex/>
-

3

APPRENTISSAGE EXPÉRIENTIEL

Ressources supplémentaires

- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT press.
 - Ayotte-Beaudet, J.-P. et Tremblay-Wragg, É. (2026). L'apprentissage expérientiel pour l'intervention nature et aventure. Dans C. Mercure et V. Gargano (dir.), *Interventions nature et aventure : théories et pratiques*. Presses de l'Université du Québec.
-

4

APPRENTISSAGE PAR L'ENQUÊTE

Ressources supplémentaires

- CTREQ - Quatre principes fondamentaux de l'apprentissage par l'enquête : <https://rire.ctreq.qc.ca/quatre-principes-fondamentaux-de-lapprentissage-lenquete/>
 - Enseigner dehors - 10 caractéristiques de l'apprentissage par l'enquête : <https://enseignerdehors.ca/approche-pedagogique/10-caracteristiques-de-lapprentissage-par-lenquete/>
-

5

APPRENTISSAGE ENRACINÉ DANS LE TERRITOIRE

Ressources supplémentaires

- Perspectives des premiers peuples dans l'éducation au Québec - Boîte à outils : <https://3peq.com/>
 - Anderson, D., Comay, J. et Chiarotto, L. (2019). *Curiosité naturelle* (2e éd.). Toronto : Équipe-laboratoire du Dr. Eric Jackman Institute of Child Study.
-

6

APPRENTISSAGE PAR LE JEU

Ressource supplémentaire

- CTREQ - L'apprentissage par le jeu : <https://www.ctreq.qc.ca/dossiers-thematiques/lapprentissage-par-le-jeu/>

À l'école primaire d'éducation internationale du Secteur-Est, située à Trois-Rivières, **Caroline Ricard** enseigne en maternelle depuis dix ans. Elle y pratique l'éducation en plein air à temps plein depuis six ans. Cette enseignante est convaincue que les enfants ont un besoin fondamental d'explorer librement leur monde pour l'apprivoiser, le comprendre et s'y sentir bien, partout.

Chaque jour, les élèves de Caroline bénéficient d'au moins deux heures d'activités de jeu libre, dans la cour d'école ou dans les boisés environnants. Avec des matériaux polyvalents (branches, pneus, palettes de bois, neige, boue...), les enfants découvrent le monde, créent des abris, éprouvent leurs habiletés motrices et relationnelles, inventent des jeux (fonctionnels, de construction, à règles, symboliques) ou imaginent des scénarios complexes inspirés

de thématiques d'apprentissage ou d'expériences personnelles. Grâce aux activités de jeu libre en plein air, les élèves développent leur raisonnement et leurs fonctions exécutives (inhibition, flexibilité, mémorisation et planification). À travers les jeux plus risqués, comme grimper aux arbres, jouer autour d'un feu, enjamber un ruisseau ou escalader une pente, les jeunes apprennent à évaluer les risques et à respecter leur propre niveau de confort.

Caroline encourage ses collègues à faire confiance au processus naturel d'apprentissage des enfants. Elle constate que l'extérieur agit tel un intervenant supplémentaire. Riche et stimulant, il permet aux jeunes de s'investir dans leurs apprentissages. Selon elle, l'expérience vécue à travers le jeu libre en classe extérieure leur profite à long terme.



« On laisse les enfants libres de jouer avec les personnes de leur choix et comme bon leur semble. Les élèves s'inspirent de leurs expériences familiales, des histoires lues, des thématiques abordées et de leur imagination. Souvent, des projets y prennent vie! »



APPRENTISSAGE PAR LA NATURE

À l'Académie Sainte-Thérèse, située en bordure de la rivière des Mille Îles à Sainte-Thérèse, **Serge Gagnier** enseigne les sciences dans un environnement naturel diversifié. Le terrain offre une richesse écologique : espace vert, boisé municipal adjacent et marécage arbustif. Cet enseignant voit la nature comme un espace d'exploration où l'apprentissage se déploie naturellement.

Par des projets variés, Serge valorise les milieux naturels près de l'école pour offrir de riches expériences d'apprentissage. Promenades d'identification de pistes d'animaux, pêche sur le quai, exploration de fossiles ou découverte de champignons, chaque sortie permet aux élèves d'observer, de questionner et de s'émerveiller. Au

départ, Serge en connaissait peu sur les champignons. Après avoir lu l'album jeunesse *Le fan club des champignons* et s'être documenté sur le sujet, il a identifié, avec ses élèves, une dizaine d'espèces près de l'école. Plusieurs parents ont rapporté que leur enfant leur montrait, une fois à la maison, des choses vues dans la nature. Ces apprentissages sont ainsi mobilisés dans leur quotidien, et les jeunes en garderont certains pour la vie.

Serge constate qu'il est sorti de sa zone de confort pour réaliser certaines activités. Il mentionne qu'il n'est pas nécessaire d'être une personne experte pour se lancer dans un projet : embrasser l'inconnu avec les élèves permet d'essayer un nouveau projet, d'apprendre et de découvrir.



« L'apprentissage par la nature demande d'accepter que les élèves posent des questions sur plusieurs choses, dont certaines que nous ignorons. C'est ce qui est riche et qui permet de leur faire connaître nos plantes, notre réalité, nos animaux et de développer une connexion avec le milieu naturel. »

Photos : Serge Gagnier



À l'école Vision de Trois-Rivières, située sur une base de plein air appartenant à l'établissement, **Evelyne Lallemand** enseigne à l'éducation préscolaire. Cette dernière, qui a intensifié sa pratique en plein air depuis la pandémie, voit dans le jeu en nature, qu'il soit libre ou guidé, une occasion unique d'apprentissage et de développement global pour les jeunes enfants.

Chaque jour, elle accompagne ses élèves dans l'exploration de la forêt, du ruisseau et des sentiers environnants, alternant entre des situations proposées aux enfants et des moments d'exploration libre, où elle intervient pour soutenir leur apprentissage. À l'extérieur, on peut voir l'enfant dans sa globalité : tous les domaines de développement sont sollicités, dont le domaine moteur parce que l'élève bouge davantage. Les enfants transforment spontanément leur environnement en terrain de jeu, jouant au loup, aux zombies, construisant des cabanes, préparant des soupes avec des cocottes ou se déguisant avec les objets libres

et polyvalents de la nature. Cette immersion en milieu naturel permet notamment aux enfants de vivre des expériences concrètes qui stimulent tous leurs sens : toucher l'écorce des arbres, observer des œufs de grenouille, goûter à des canneberges ou écouter le ruisseau. Il y a tout le temps quelques enfants qui s'improvisent « scientifiques en herbe », réalisant de vraies expériences en ce sens. Evelyne observe aussi une progression dans le cheminement des enfants au courant de l'année, développant progressivement des habiletés motrices, sociales, langagières et cognitives.

Pour Evelyne, l'apprentissage par le jeu transforme sa pratique enseignante autant que le développement des enfants. Elle observe à quel point l'expérience directe du contact avec la nature permet aux élèves de vivre, d'observer, de réfléchir et d'expérimenter tout naturellement. Elle encourage donc ses collègues à aller davantage à l'extérieur.



« On s'amuse, on laisse les élèves explorer et on soutient leurs jeux. C'est drôle de voir un enfant aller chercher de l'eau, mais avec un entonnoir; c'est là qu'on voit tout le raisonnement et l'analyse de l'enfant qui explore. »



APPRENTISSAGE PAR L'ENQUÊTE

L'école alternative l'Expédition du Centre de services scolaire des Laurentides, située dans une maison victorienne historique et bientôt relocalisée dans un bâtiment en bordure de forêt, offre un environnement d'apprentissage unique. Pour **Marie-Ève Laframboise**, directrice, l'éducation en plein air est une pratique porteuse qui s'appuie sur la curiosité naturelle des élèves, faisant du questionnement des jeunes le moteur de l'exploration du monde qui les entoure.

Marie-Ève explique que l'initiative de son école s'articule autour d'un programme de plein air structuré en trois axes : l'émerveillement, la connaissance de l'environnement et l'engagement envers celui-ci. Des périodes quotidiennes sont consacrées à des marches pédagogiques et à des activités d'exploration pendant

lesquelles les élèves deviennent des personnes actrices à part entière de leur apprentissage. L'équipe utilise le plein air comme point de départ pour faire émerger des questionnements spontanés, positionnant les personnes enseignantes comme des guides qui accompagnent les élèves dans leur construction des connaissances.

Marie-Ève observe que cette pratique privilégie le processus d'apprentissage plutôt que les résultats, permettant à chaque élève de développer sa créativité, sa collaboration et une connexion profonde avec soi-même et son environnement. Elle encourage les équipes-écoles à trouver un équilibre entre diverses pratiques pédagogiques et les exigences du programme afin d'offrir aux jeunes une grande autonomie dans un cadre structuré pour explorer leurs propres centres d'intérêt.



« L'apprentissage par enquête se concrétise lorsque les élèves observent la nature, puis s'appuient sur leurs observations pour aborder des notions de mathématiques, de français ou de sciences. »



APPRENTISSAGE ENRACINÉ DANS LE TERRITOIRE

Manouchka Otis, Innushkueu, didacticienne de l'histoire et conseillère pédagogique pour l'Institut Tshakapesh, situé sur les terres du Nitassinan, utilise une démarche éducative profondément enracinée dans le territoire. Pour elle, l'éducation à la terre, à l'histoire et à la culture des Premiers Peuples forme le cœur d'une approche holistique misant sur le territoire comme principal vecteur d'apprentissage.

Dans sa pratique, Manouchka transforme les sorties culturelles en véritables situations d'apprentissage interdisciplinaires. Que ce soit lors d'une excursion à la chasse au lièvre, d'un chemin de portage ou d'une marche sur la plage, chaque expérience devient une occasion d'intégrer des notions de science, de mathématique, d'histoire ou de langue. Un des aspects clés de l'apprentissage basé sur le territoire est l'implication

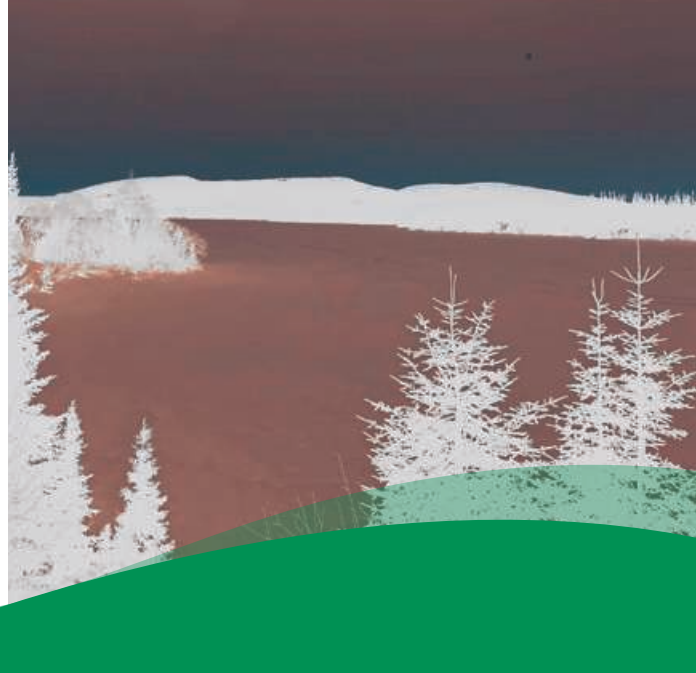
de la communauté, particulièrement des personnes âgées, qui partagent leurs savoirs traditionnels avec les élèves. Ses observations révèlent des transformations remarquables, comme des élèves qui ne participent pas en éducation physique, mais qui courent dans les sentiers, d'autres qui s'entraident ou qui font preuve d'une autonomie surprenante en territoire.

Manouchka constate que l'apprentissage basé sur le territoire offre une liberté que la salle de classe ne permet pas. En territoire, les élèves peuvent s'exprimer et démontrer leurs connaissances d'une façon qui leur ressemble. Pour toute personne souhaitant intégrer cette approche, Manouchka conseille de démontrer une ouverture aux apprentissages spontanés tout en gardant en tête ses intentions pédagogiques et, surtout, de reconnaître que l'expérience vécue est aussi importante que le résultat.



« Pour nous, Innuat, le lieu, c'est vraiment le Nitassinan (le territoire) et le Nutshimit (la forêt). Le territoire change tout, la nature change tout : ils changent l'éducation. »

Photos : Manouchka Otis



APPRENTISSAGE PAR LE JEU

À l'école Saint-Jean de Granby, l'éducation en plein air s'intègre naturellement au quotidien de plusieurs élèves. **Anne-Marie Beaudry-Bergeron** pratique cette dernière depuis deux ans avec ses groupes. Sa vision pédagogique repose sur la mise en action des élèves à travers une approche cyclique d'apprentissage où l'expérience concrète en plein air devient le point de départ des apprentissages.

Tous les matins, les deux classes de 5^e année vivent des expériences directes : par exemple, les élèves peuvent construire et tester des traîneaux sur une côte enneigée pour expérimenter la friction ou collecter des objets naturels pour explorer la divisibilité en mathématiques. Ensuite, les enfants observent et réfléchissent lors de moments silencieux, cahier créatif en main, pour y écrire et y

dessiner ce qui est vu dans leur environnement tout en analysant l'expérience vécue. Ces observations les amènent ensuite à conceptualiser les apprentissages plus abstraits, surtout lorsque ceux-ci sont consolidés à l'extérieur par la suite. Anne-Marie raconte que, lors d'une évaluation, un élève qui cherchait les types de triangles s'est remémoré le moment où il était dans la forêt et où le groupe avait travaillé ce polygone.

Anne-Marie constate que les élèves s'investissent véritablement dans leur apprentissage et que ces expériences vécues en plein air leur servent à faire des liens avec les notions abordées en classe. Elle encourage ses collègues à ne pas sous-estimer le bien que procure le plein air aux enfants, non seulement sur le plan académique, mais aussi quant à leur attachement aux environnements naturels.



« Je pense que leur apprentissage est réellement bonifié par le fait d'être dehors, dans la forêt. Vivre l'expérience en premier, dans un vrai contexte, permet de faire des liens avec les notions vues en classe. »

Photos : Anne-Marie Beaudry-Bergeron





Photo : Jean-Philippe Ayotte-Beaudet

13 ACCOMPAGNEMENT PAR DES PERSONNES ALLIÉES

À différents moments dans ses pratiques d'éducation en plein air, se faire accompagner par des personnes alliées contribue à la bonne réalisation de ses expériences éducatives. L'engagement des parents ainsi que l'accompagnement de personnes-ressources contribuent à la bonne réalisation des expériences éducatives en plein air.

Les parents constituent des alliés précieux dans le bon déroulement des expériences éducatives en plein air. De fait, l'implication de ces personnes est essentielle autant à la maison que pendant les sorties ou la préparation de celles-ci.

Pour favoriser l'engagement des parents, il est important de les informer. On peut leur présenter le projet de faire vivre des expériences éducatives en plein air au cours de l'année en faisant ressortir ses intentions (voir [section 5](#)) et les bienfaits (voir [section 4](#)) pour leur enfant. Cela peut se faire à travers une présentation lors de la rencontre de parents de début d'année ou encore par une lettre de présentation. En cours d'année, il est également souhaitable d'établir une communication régulière pour tenir les parents informés des expériences éducatives en plein air à venir ou vécues et des apprentissages réalisés par leur enfant.

En plus de la communication d'information relative à votre projet, il est possible d'engager plus directement les parents. Ils peuvent jouer un rôle important d'accompagnement à la maison, durant une sortie ou lors de la mise en œuvre d'un projet.

À la maison

- Soutien à la préparation adéquate des jeunes, notamment au regard de l'habillement ou du matériel nécessaire
- Discussion en lien avec les expériences éducatives vécues par l'enfant
- Visite et découverte de lieux en plein air dans un contexte familial pour réinvestir les apprentissages

Durant une expérience éducative en plein air

- Surveillance des élèves pour assurer le respect des consignes et la sécurité
- Accompagnement d'un élève nécessitant un soutien particulier
- Soutien à l'apprentissage d'un sous-groupe d'élèves
- Aide à la logistique et à l'organisation

Pour la mise en œuvre d'un projet

- Animation en lien avec une expertise, par exemple en sciences de la nature, en histoire et patrimoine, en agriculture ou en création artistique
- Don de matériel pour constituer une banque de prêt de vêtements de rechange en cas de besoin pour les élèves
- Participation à l'exécution de projets, comme la construction d'un nichoir pour les oiseaux ou l'organisation d'un jardin

EXEMPLE D'ACCOMPAGNEMENT PAR DES PARENTS

Harouna Ba enseigne à l'éducation préscolaire 4 ans à l'école Sainte-Germaine-Cousin, à Montréal. Il considère que, beau temps et mauvais temps, tous les moments sont propices pour apprendre dehors avec sa classe, qu'il nomme « les amis de la nature ». Dès le début de l'année scolaire, il implique les parents dans l'enseignement en plein air.

Harouna mentionne que le soutien des parents est essentiel à l'accompagnement des élèves dans leur développement global. Il les invite à venir en classe faire des activités pédagogiques avec leur enfant. L'hiver, il apprend aux élèves à patiner et,

par la même occasion, sollicite les parents pour cette sortie. Pour interagir quotidiennement avec les parents, il utilise l'application Clasdojo, qui lui sert de portfolio numérique et d'agenda.

Harouna encourage ses collègues à découvrir les bienfaits de l'éducation en plein air. Il remarque qu'il n'y a pas que les parents qui sont enthousiastes à l'idée de voir les enfants apprendre de manière concrète et ludique à l'extérieur. La communauté près de l'école partage cet enthousiasme et les gens du quartier l'interpellent souvent dans la rue pour le féliciter.



« Une fois, une dame est sortie de sa maison pour me dire qu'elle nous voyait souvent passer dehors et qu'elle trouvait que ce que je faisais avec les élèves était extraordinaire. Cela fait chaud au cœur de voir que les gens célèbrent nos pratiques éducatives extérieures! »



Les personnes conseillères pédagogiques sont des alliées de choix pour accompagner à toutes les étapes relatives aux expériences éducatives en plein air, de la planification à l'évaluation. Leur expertise et leur soutien peuvent aider à enrichir les pratiques et à réfléchir aux intentions et aux bénéfices des sorties en plein air.

L'accompagnement offert par les personnes conseillères pédagogiques en matière d'éducation en plein air varie selon les organisations scolaires. Il est donc recommandé de se renseigner pour connaître les possibilités d'accompagnement existantes. Les exemples suivants représentent des pistes d'accompagnement envisageables et peuvent inspirer le développement de nouveaux soutiens.

Planification et adaptation

- Accompagnement dans la sélection, l'adaptation et l'arrimage des expériences éducatives en plein air aux exigences des programmes d'études, en tenant compte du contexte, des élèves et des intentions
- Conseils dans l'adaptation des expériences éducatives en plein air pour les élèves ayant des besoins particuliers, afin de favoriser l'universalité
- Accompagnement lors des premières sorties en plein air

Développement professionnel

- Découverte de formations en lien avec l'éducation en plein air qui répondent à vos besoins
- Organisation d'activités de formation comme le partage de bonnes pratiques ou la création d'une communauté de pratique
- Réseautage avec d'autres personnes intervenantes qui pratiquent l'éducation en plein air dans votre centre de services scolaire
- Stratégies pour adapter progressivement l'évaluation en contexte d'éducation en plein air
- Partage de vos réussites et de vos défis pour permettre d'ajuster l'accompagnement en fonction de vos besoins

Soutien logistique et partenariats

- Identification de ressources disponibles et établissement de partenariats à l'échelle locale, dans votre communauté
- Soutien dans la recherche de financement et dans les demandes de subvention en lien avec un projet particulier

Sensibilisation et rayonnement

- Sensibilisation aux bienfaits de l'éducation en plein air auprès de personnes dans votre établissement ou dans votre centre de services scolaire
- Création de communications pour valoriser les projets d'éducation en plein air au sein de votre centre de services scolaire ou dans la communauté

EXEMPLE D'ACCOMPAGNEMENT PAR DES PERSONNES CONSEILLÈRES PÉDAGOGIQUES

Virginie Bacon est conseillère pédagogique à l'éducation préscolaire au Centre de services scolaire de la Pointe-de-l'Île, à Montréal. Elle coordonne, avec d'autres conseillères pédagogiques, une formation de développement professionnel en éducation en plein air incluant du mentorat.

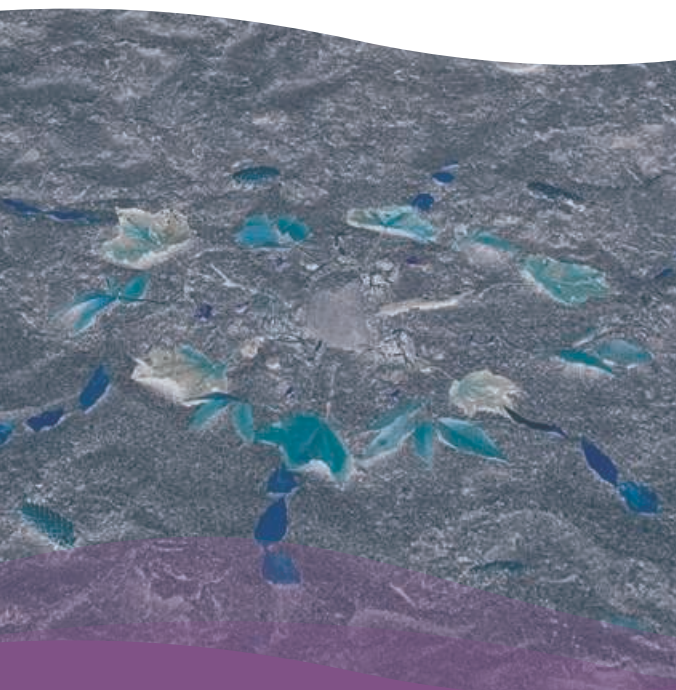
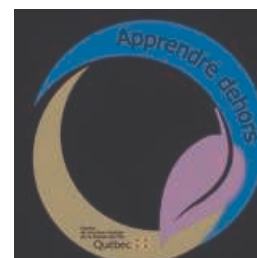
D'une durée de deux ans, la formation *Apprendre dehors* mise sur l'observation et l'expérimentation entre pairs. Concrètement, une dyade de personnes enseignantes en insertion professionnelle est jumelée à une personne enseignante expérimentée de la première cohorte. La dyade peut s'épauler et visiter le milieu de la personne expérimentée en plus de bénéficier du soutien d'une personne conseillère pédagogique, qui se déplace dans son milieu. Ultimement, les personnes

enseignantes sont invitées à présenter leur expérience lors d'un symposium. C'est un moment fort et valorisant permettant de découvrir les réalisations des autres : collègues, directions et personnes issues de la recherche y prenant part. Fière, Virginie mentionne que cette initiative a déjà permis de créer une communauté d'apprentissage d'une vingtaine d'écoles, touchant environ 1 500 élèves sur trois ans.

Virginie encourage plusieurs personnes enseignantes à présenter ce qu'elles ont fait au colloque *Apprendre à ciel ouvert*. Elle souhaite qu'elles réalisent que leur accomplissement est exceptionnel et qu'en partageant leurs expériences, elles inspirent d'autres classes à pratiquer l'éducation en plein air.



« Si c'est ta deuxième année d'enseignement, il est préférable que ton partenaire de dyade en soit aussi à sa deuxième année. À ce moment-là, on essaie des choses ensemble, au même niveau d'expérience, et si ce n'est pas clair, on se réajuste. »



Les ressources en santé publique œuvrant en promotion et en prévention de la santé peuvent jouer un rôle clé dans le déploiement de l'éducation en plein air en milieu scolaire. C'est notamment en renforçant la capacité des écoles à agir sur la santé et le bien-être des élèves et en contribuant à la création d'environnements sains et favorables au développement des compétences des jeunes que les ressources en santé publique peuvent soutenir les équipes-écoles dans l'intégration de pratiques en plein air.

En s'appuyant sur les approches, les cadres et les politiques en place (ex. Programme national de santé publique, École en santé, référent ÉKIP), les personnes de santé publique peuvent faciliter l'ancrage de l'éducation en plein air dans le milieu scolaire. Pour ce faire, elles peuvent jouer plusieurs rôles pour soutenir les partenaires en milieu scolaire dans leur accompagnement.

Collaboration avec le milieu scolaire

- Accompagner les établissements scolaires dans l'élaboration et la mise en œuvre de projets d'éducation en plein air
- Assumer un rôle de soutien-conseil et d'accompagnement auprès des équipes-écoles
- Favoriser la concertation pour renforcer la place de l'éducation en plein air dans les pratiques éducatives
- Mettre en lumière les bienfaits de l'éducation en plein air sur le développement global des élèves, notamment en s'appuyant sur les politiques de santé publique et la documentation scientifique

Mobilisation et soutien des familles

- Contribuer au développement d'outils de sensibilisation à l'éducation en plein air destinés aux parents, les encourageant à réinvestir ces initiatives à la maison
- Faciliter l'accès à des ressources et à des outils éducatifs permettant aux familles de prolonger l'expérience en plein air
- Encourager les écoles à établir des liens avec les municipalités pour favoriser un accès équitable aux espaces extérieurs

Soutien à la formation et au développement professionnel

- Organiser des formations sur l'éducation en plein air ou en faciliter l'accès
- Soutenir la mise en réseau des personnes professionnelles de l'éducation et de la santé pour partager des pratiques inspirantes en contexte d'éducation en plein air
- Sensibiliser les directions d'école et le personnel intervenant à la sécurité et à la gestion de risques lors des expériences éducatives en plein air

Soutien logistique et accès aux ressources

- Identifier et mobiliser les ressources disponibles (matériel, espaces naturels, partenariats avec des organismes locaux et régionaux) pour faciliter l'organisation des expériences éducatives en plein air
- Contribuer à la réduction des inégalités d'accès en encourageant la mise en place de mesures pour l'universalité et l'équité (ex. : prêts de vêtements adaptés, équipement)
- Appuyer les établissements scolaires dans la recherche de financement et l'élaboration de projets d'éducation en plein air alignés avec les objectifs de santé publique

Rayonnement et intégration dans les politiques éducatives et de santé publique

- Valoriser les expériences d'éducation en plein air en documentant leurs impacts positifs et en diffusant ces résultats auprès des instances décisionnelles
- Contribuer à la promotion de l'éducation en plein air comme levier d'action pour améliorer la santé physique et mentale des jeunes
- Collaborer avec les instances municipales, régionales et provinciales pour intégrer l'éducation en plein air dans les plans d'action en santé publique et en éducation
- Favoriser les occasions ou les mécanismes visant le partage de connaissances sur les initiatives existantes

Ressources supplémentaires

- **ÉKIP : Santé, bien-être et réussite éducative des jeunes :** <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/ressources-outils-reseau-scolaire/sante-bien-etre-jeunes/ekip>
- **Modèle logique de l'approche École en santé et de sa mise en œuvre :** <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003302/>
- **Typologie des interventions pour soutenir la pratique de santé publique :** https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/jasp/archives/2018/affiches/36_typologie-des-interventions.pdf

EXEMPLE D'ACCOMPAGNEMENT PAR UNE PERSONNE ACTRICE DE SANTÉ PUBLIQUE

Marie-Claude Vanier occupe le poste de conseillère en promotion-prévention en contexte scolaire, sous la direction de la santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval. Elle considère l'éducation en plein air comme un levier puissant pour atteindre ses objectifs en santé publique. Ces expériences éducatives favorisent l'adoption de saines habitudes de vie, un climat scolaire stimulant ainsi que le bien-être des élèves et du personnel enseignant.

Dans le cadre de ses fonctions, Marie-Claude accompagne et soutient les personnes enseignantes, les encourageant à avoir confiance en leur capacité à enseigner dehors. Elle valorise leur volonté d'innover, souligne leurs forces et met en lumière les bienfaits de cette pédagogie, notamment sur le développement des habiletés sociales comme la coopération, le respect, la communication et le sentiment d'appartenance, des composantes clés du volet « socialiser » de la mission

de l'école québécoise. Elle souhaite aussi alléger la pression que peuvent ressentir les personnes enseignantes en leur rappelant que le simple fait d'aller dehors est porteur de sens et contribue directement à leur bien-être et à celui de leurs élèves.

Elle constate que les personnes enseignantes qui adoptent l'éducation en plein air développent des liens solides avec leurs élèves et sont plus détendues. Chaque sortie renforce l'esprit de groupe et devient une occasion de découvrir les élèves autrement. Ces expériences contribuent à maintenir la motivation des jeunes et du personnel enseignant. Marie-Claude travaille en étroite collaboration avec les personnes conseillères pédagogiques du centre de services scolaire et les partenaires du comité régional *Grandir en nature* pour faciliter le déploiement à grande échelle de cette pédagogie et accompagner les personnes enseignantes à surmonter les obstacles.



« Mon rôle est de donner le goût d'enseigner dehors, d'oser essayer, de lever les freins et de valoriser la pratique des personnes enseignantes. »





Photo : Justiane Bergeron

14

COLLABORATION AVEC LA COMMUNAUTÉ

Les collaborations avec la communauté représentent un atout pour enrichir les expériences d'éducation en plein air. Loin d'être une obligation, elles permettent d'ouvrir de nouvelles possibilités. La nature des collaborations peut être des plus diversifiées. Elles peuvent être ponctuelles, comme l'intervention d'une personne spécialiste pour une thématique particulière, ou s'inscrire dans une démarche à long terme, comme le développement d'un partenariat avec une organisation de la communauté. Elles offrent la possibilité de multiplier les ressources, d'enrichir les projets, de s'intégrer dans la communauté ou d'assurer une plus grande pérennité aux initiatives.

Pour établir une collaboration fructueuse, il est essentiel de s'appuyer sur un intérêt ou un objectif commun. Voici quelques questions qui peuvent aider à identifier vos besoins ainsi que les collaborations les plus appropriées.

- Quelles sont les expertises et les ressources qu'une organisation peut apporter?
- Quels sont les besoins et les objectifs communs auxquels une collaboration pourrait répondre?
- Y a-t-il un historique de collaboration réussie entre notre école et des organisations de notre communauté?
- Quel type de collaboration est le mieux adapté à nos besoins et à nos objectifs (ponctuel, à long terme, jumelage)?
- Quels sont les rôles et les responsabilités de chacune des parties dans la collaboration?

Les écoles ont à leur disposition une multitude d'acteurs locaux au sein de la communauté avec lesquels elles peuvent établir des collaborations fructueuses, notamment dans les domaines culturel, scientifique, environnemental, communautaire, artistique, sportif et économique.

- Municipalité : loisirs et culture, parcs et espaces verts, transport en commun, aménagement du territoire et urbanisme, etc.
- Parcs : parc régional, national ou centre de la nature
- Entreprises : ferme, entreprise de vêtements de plein air ou entreprise commanditaire
- Banque de prêt de matériel : prêt de matériel sportif, scientifique ou culturel
- Organisations non gouvernementales : ONG d'éducation relative à l'environnement, de développement durable, de solidarité internationale
- Associations : association de protection de l'environnement, de promotion de la santé ou d'animation culturelle, clubs (ex. : ornithologie, mycologie, astronomie)

Ces collaborations permettent de répondre à une multitude de besoins.

- Soutien financier : financement d'un jardin pédagogique, commandites pour l'acquisition d'équipement
- Expertise technique : accompagnement dans la conception de l'aménagement, formation du personnel
- Bénévolat : accompagnement des élèves lors d'une sortie par un groupe de personnes âgées, entretien d'espaces en plein air
- Mobilisation et partage de ressources : regroupement de partenaires de la communauté pour faciliter le partage, expertise, prêt de matériel sportif, mise à disposition d'espaces verts à proximité de l'école
- Animation : atelier sur l'histoire dans le quartier, accompagnement lors d'un projet de sciences citoyennes

Ressources supplémentaires

Réseau des URLS - eX3 Expérience plein air :
<https://reseau-urls.quebec/programmes/ex3-plein-air/>

Circonflexe - Prêt d'équipement à travers le Québec :
<https://circonflexe.ca/>

EXEMPLE DE COLLABORATION AVEC LA COMMUNAUTÉ

Jean Gaudreault coordonne le programme de ressources fauniques à l'école Jean-Gauthier, au Lac-Saint-Jean. Il organise également des journées nature, accompagnant ainsi des classes du Centre de services scolaire du Lac-Saint-Jean. Pratiquant l'enseignement en plein air depuis plus de 20 ans, il s'est créé un réseau lui permettant une collaboration directe avec la communauté.

Jean organise notamment des camps scolaires en nature, des activités « faune, flore, plein air » au primaire, supervise les personnes enseignantes du programme de ressources fauniques et participe à des séances de pleine conscience en nature. Il a aussi démarré un partenariat avec un trappeur innu, qui permet aux élèves du secondaire de découvrir le trappage et le territoire avec la perspective des

Premiers Peuples. Jean collabore également avec des partenaires culturels, comme le Centre Bang, qui possède une forêt-école (KM3) où les jeunes peuvent faire des activités extérieures et côtoyer des artistes. S'impliquer dans sa région est, selon lui, le meilleur moyen de créer des contacts.

De ses collaborations, Jean retient qu'un partenariat en attire un autre. Il rappelle que, parfois, « ça prend du temps » pour trouver des collaborations répondant à ses besoins, mais qu'il faut persévérer. Il a pris conscience que l'expertise et les champs d'intérêt des partenaires pallient ses propres difficultés, d'où l'avantage de faire appel à la communauté.



« **Plus tu t'impliques, plus tu connais de monde. Parfois, ce sont des amis de jeunesse, des gens rencontrés lors d'implications, dans les activités de chasse et pêche ou lors de conférences.** »





Photo - Karine Landry

15 RESSOURCES UTILES

Ressources exhaustives

[Éducation en plein air](#) | 100° | Contenus pédagogiques portant sur l'éducation en plein air, étape par étape

[Enseigner dehors – préscolaire et primaire](#) | Fondation Monique-Fitz-Back | Fiches synthèses, gabarits, affiches, webinaires, activités pédagogiques, articles de recherche, etc.

[Enseigner dehors – secondaire](#) | Fondation Monique-Fitz-Back | Fiches synthèses, gabarits, affiches, webinaires, activités pédagogiques, articles de recherche, etc.

[Les essentiels pour faire classe dehors](#) | Réseau Canopé | Conseils pratiques pour savoir quoi faire avant, pendant et après une expérience éducative en plein air

[Les sept principes Sans trace](#) | Sans trace Canada | Principes à respecter pour protéger les espaces naturels et continuer d'en profiter

[Portail de l'éducation en plein air](#) | Chaire de recherche sur l'éducation en plein air | Pour devenir ou trouver une personne ambassadrice de l'éducation en plein air

[Réseau d'information pour la réussite éducative \(RIRE\)](#) | CTREQ | Dossier thématique sur l'enseignement en plein air

[Site de la CRÉPA](#) | Chaire de recherche sur l'éducation en plein air | Publications scientifiques, projets de recherche et ressources utiles

Vidéos

[Chaine Chaire CRÉPA](#) | Chaire de recherche sur l'éducation en plein air | Recueil de vidéos incluant une série documentaire Web et des conférences scientifiques

[Dehors, l'école!](#) | Savoir média | Série sur l'éducation en plein air

[Ouvrir sa classe à l'aide du numérique pour favoriser les apprentissages](#) | École en réseau | Témoignages, activités et vidéos sur le numérique en classe

Fiches et outils concrets

[Éducation en plein air – Outil de réflexion pour définir ses objectifs](#) | 100° | Outil pour réfléchir à ses objectifs concernant sa pratique d'enseignement à l'extérieur tout en tenant compte de son contexte particulier

[Outil réflexif](#) | UQTR | Outil proposant sept principes pédagogiques permettant de s'inspirer et de soutenir sa réflexion

[5 idées pour adapter son activité pédagogique afin de la rendre active à l'extérieur](#) | Fondation Monique-Fitz-Back | Fiche synthèse présentant des idées pour bonifier son expérience éducative en plein air

Formations

[Apprendre à ciel ouvert](#) | FÉÉPEQ | Colloque annuel réunissant des centaines de personnes intervenantes de tous les niveaux scolaires

[Enseigner dehors avec l'École en réseau](#) | École en réseau | Séquence d'activités pour les élèves et de développement professionnel en réseau

[Enseigner dehors avec le numérique](#) | Campus Récit | Autoformation afin d'utiliser des outils numériques pour soutenir l'apprentissage et l'enseignement lors d'activités en plein air

[La pédagogie de l'éducation en plein air](#) | 100° | Cours gratuit conçu pour les niveaux primaires et secondaires pour accompagner ses élèves dans leurs apprentissages, définir son intention pédagogique, définir ses priorités et déterminer le type d'approche pédagogique dans un contexte d'éducation en plein air

[Plateforme Apprendre](#) | 100° | Série de cours en ligne et de webinaires gratuits sur l'éducation en plein air

Bienfaits du contact avec la nature

[Favoriser la connexion avec la nature chez les jeunes](#) | Fondation Monique-Fitz-Back | Article sur les bienfaits de la connexion avec la nature

[Pourquoi la nature?](#) | Prescri-nature du Canada | Avantages que procure le contact avec la nature pour les adultes, les enfants et l'environnement

Ressources spécifiques

Éducation physique et à la santé

[Guide de fiches pédagogiques en plein air](#) | FÉÉPEQ | Outils permettant d'adapter des cours d'éducation physique et à la santé à l'extérieur

Faune, flore et biodiversité

[Biodiversité en mouvement](#) | Les Clubs 4-H du Québec | Informations, ressources et activités pour découvrir la biodiversité, s'amuser en nature et soutenir les efforts de protection

[Outils d'enseignement](#) | Fédération canadienne de la faune | Ressources pédagogiques comme des plans de leçons et des projets traitant de la faune

[Science citoyenne et biodiversité au Québec](#) | QuéBio | Projets encourageant la participation citoyenne au suivi de la biodiversité

[Sortez dehors](#) | R4R | Compilation d'événements saisonniers ayant trait à la flore, à la faune et au climat se déroulant souvent tout près de l'école, pour transmettre aux élèves une expérience du monde naturel

Orthopédagogie

[L'orthopédagogie en contexte extérieur](#) | UQAC | Guide pratique sur les interventions à l'extérieur et leurs bénéfices spécifiquement en orthopédagogie

Sciences

[Des sciences dehors](#) | Université de Sherbrooke | Banque de situations éducatives pour enseigner les sciences



Photo : Jean-Philippe Ayotte-Beaudet

ANNEXES

ANNEXE A

ÉVALUATION DES LIEUX ACCESSIBLES

Objectif

Découvrir les lieux accessibles qui ont un potentiel pour mener des situations éducatives en plein air

Liste de lieux potentiels

- Boisé
- Champ agricole
- Cour d'école
- Ferme
- Forêt
- Friche
- Infrastructure historique
- Infrastructure sportive et
- récréative
- Jardin
- Lac, rivière et berge
- Lieu historique ou patrimonial
- Milieu humide
- Milieu marin
- Œuvre d'art public
- Parc
- Pré
- Ruelle
- Rue du quartier
- Terrain vague

Consignes

1. Consulter un service de cartographie en ligne (ex. : OpenStreetMap ou Google Earth) pour repérer votre école et explorer les lieux à proximité de l'école qui ont un potentiel pour mener des situations éducatives en plein air
2. Inscrire ces lieux qui ont un potentiel dans le tableau
3. Aller dehors pour explorer à pied les lieux identifiés et tenter d'en découvrir de nouveaux à ajouter dans le tableau
4. Pour chaque lieu, inscrire ses atouts, ses inconvénients ainsi que vos idées d'intentions, d'expériences éducatives ou d'apprentissages en fonction des saisons

Lieux	Atouts	Inconvénients	Idées <small>(intentions, expériences éducatives, apprentissages, saisons)</small>

ANNEXE B

CANEVAS POUR ADAPTER UNE EXPÉRIENCE ÉDUCATIVE EN PLEIN AIR

Nom de l'expérience éducative en plein air et source _____

Mon intention pédagogique

Lien(s) avec le PFÉQ

Mon intention en lien avec l'éducation en plein air (Inspirez-vous des intentions présentées à la [section 5](#))

<input type="radio"/> _____	<input type="radio"/> _____
<input type="radio"/> _____	<input type="radio"/> _____
<input type="radio"/> _____	<input type="radio"/> _____
<input type="radio"/> _____	<input type="radio"/> _____
<input type="radio"/> _____	<input type="radio"/> _____

Quel est le meilleur lieu?

TRANSFORMER LA SITUATION PÉDAGOGIQUE POUR **VIVRE UN SUCCÈS**

QUESTIONS À SE POSER	ADAPTATION DE LA SITUATION ÉDUCATIVE EN PLEIN AIR	MATÉRIEL À PRÉVOIR
Comment rendre toute la classe active?	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Quels choix peuvent faire les élèves?	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Quels sont les moments d'accompagnement que je prévois pendant la sortie?	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
De quels plans B ai-je besoin pendant cette sortie?	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

EXEMPLE D'ADAPTATION

Idée d'activité trouvée en ligne :

représenter un nombre avec des éléments naturels

CANEVAS POUR ADAPTER UNE EXPÉRIENCE ÉDUCATIVE EN PLEIN AIR

Nom de l'expérience éducative en plein air et source Des nombres au naturel

Mon intention pédagogique

- Réinvestir la représentation des nombres vus en classe dans un autre contexte
- Créer des occasions de causeries mathématiques en sous-groupes pour évaluer la compréhension de certains élèves et donner des rétroactions efficaces
- Créer quelques situations-problèmes pour l'intérieur

Mon intention en lien avec l'éducation en plein air (Inspirez-vous des intentions présentées à la section 5)

- Utiliser des contextes concrets au service des apprentissages et du développement global
- Permettre aux jeunes d'être physiquement actifs tout en apprenant
- Bénéficier d'un espace plus grand
- Créer des liens autrement avec les élèves
- Autre : Provoquer des occasions de discussion informelle
-

Lien(s) avec le PFÉQ

Programme de mathématique 1^{er} cycle du primaire.

- Arithmétique : Sens et écriture des nombres. Représenter des nombres naturels de différentes façons.

<https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/education/pfeq/primaire/programmes/PFEQ-mathematique-primaire.pdf>

Quel est le meilleur lieu?

- Des éléments naturels (ou autres) doivent être disponibles au sol : devant l'école, les plates-bandes sont pleines de feuilles mortes, il y a un sentier en petites roches et des déchets près du trottoir.
- Je veux délimiter une petite zone pour faciliter l'échange entre les groupes de travail : repères visuels simples pour délimiter la zone = clôture, stationnement, trottoir.

TRANSFORMER LA SITUATION PÉDAGOGIQUE POUR **VIVRE UN SUCCÈS**

QUESTIONS À SE POSER	ADAPTATION DE LA SITUATION ÉDUCATIVE EN PLEIN AIR	MATÉRIEL À PRÉVOIR
<p>Comment rendre toute la classe active?</p>	<p>Les moments où c'est plutôt la personne enseignante qui est active seront réalisés à l'intérieur</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les explications seront données à l'intérieur - au début de l'activité à l'extérieur, les élèves seront questionnés sur les tâches qu'ils doivent faire - Les nombres à représenter et tout le matériel nécessaire seront distribués à l'intérieur. <p>La représentation du nombre sera transformée en défi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lorsque 2 élèves (ou groupe) ont terminé, ils vont devoir découvrir le nombre « mystère » d'une autre équipe en se basant sur les indices de la légende (unité = roche, dizaine = branche, etc.) <p>Une boîte avec d'autres nombres à représenter sera déposée dehors, pour que des élèves puissent continuer de façon autonome.</p> <p>Chaque élève est responsable de son matériel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Une feuille avec un nombre par élève (ou équipe) - Feuille légende (unité, dizaine, centaine, avec des cases assez grandes pour déposer les éléments naturels) - Tablette à pince et feuille pour noter ses réponses aux défis des autres élèves - Boîte avec des nombres écrits sur des papiers
<p>Quels choix peuvent faire les élèves?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Choix des matériaux utilisés • Choix des défis qu'ils veulent tenter de relever (choix des représentations des équipes visitées) • Choix de créer une autre représentation d'un nombre • Choix de travailler en équipe avec d'autres élèves 	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>Quels sont les moments d'accompagnement que je prévois pendant la sortie?</p>	<p>Il n'y aura pas de moment prévu pour « vérifier » la représentation des nombres par la personne enseignante (cela pourra être fait en classe). Je vais cibler mon accompagnement sur les situations suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Élèves qui ont de la difficulté à représenter leur nombre • Élèves qui détectent une « erreur » dans la représentation d'un nombre d'un autre élève • Des découvertes, des commentaires ou des questions spontanés des élèves <p>Durant l'activité, je vais prendre en photo avec mon cellulaire les représentations des élèves.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Grille d'observation pour conserver des traces des conversations - Cellulaire de la personne enseignante : pour l'enregistrement audio des commentaires et pour prendre les photos
<p>De quels plans B ai-je besoin pendant cette sortie?</p>	<p>Si nous manquons de matériel pour la représentation des nombres :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apporter des éléments complémentaires (à sortir en cas de besoin) <p>S'il pleut ou vente fort?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avoir un lieu couvert ou à l'abri du vent pour réaliser la représentation des nombres • Avoir un protecteur transparent pour la feuille légende • Avoir un sac Ziploc géant pour y glisser la tablette à pince et y écrire à l'abri de la pluie • Mettre les éléments naturels dans un sac Ziploc, accrocher avec une épingle à linge (sur la clôture, ou corde tendue, etc.) pour éviter qu'il ne s'envole <p>Si des élèves trouvent l'activité trop facile :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prévoir des tâches ou défis supplémentaires, ex : <ul style="list-style-type: none"> - Proposer des contraintes pour trouver un nombre qui devra ensuite être représenté - Proposer une autoévaluation sur la réalisation de la tâche ou sur un autre aspect, ex. : Comment as-tu collaboré aujourd'hui, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sac avec des éléments complémentaires (ex. : des brindilles, des petites roches, des bouchons de bouteilles, etc.) - Protecteur transparent pour chaque élève - Sacs Ziploc - Avoir dans sa poche des « défis » supplémentaires à donner aux élèves (peut être déjà écrit sur une feuille à distribuer ou demandé spontanément aux élèves)

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

1. Giamellaro, M. Dewey's Yardstick: Contextualization as a Crosscutting Measure of Experience in Education and Learning. *SAGE Open* 7, 1–11 (2017).
2. Ayotte-Beaudet, J.-P. & Potvin, P. Factors Related to Students' Perception of Learning During Outdoor Science Lessons in Schools' Immediate Surroundings. *Interdiscip. J. Environ. Sci. Educ.* 16, 13 pages (2020).
3. Sahrakhiz, S., Harring, M. & Witte, M. D. Learning opportunities in the outdoor school—empirical findings on outdoor school in Germany from the children's perspective. *J. Adventure Educ. Outdoor Learn.* 18, 214–226 (2018).
4. Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U. & Mess, F. Effects of Regular Classes in Outdoor Education Settings: A Systematic Review on Students' Learning, Social and Health Dimensions. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 14, 485 (2017).
5. Fägerstam, E. & Samuelsson, J. Learning arithmetic outdoors in junior high school – influence on performance and self-regulating skills. *Educ.* 3-13 42, 419–431 (2014).
6. Stevenson, M. P., Dewhurst, R., Schilhab, T. & Bentsen, P. Cognitive Restoration in Children Following Exposure to Nature: Evidence From the Attention Network Task and Mobile Eye Tracking. *Front. Psychol.* 10, 42 (2019).
7. Kaplan, S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *J. Environ. Psychol.* 15, 169–182 (1995).
8. Mason, L., Ronconi, A., Scrimin, S. & Pazzaglia, F. Short-Term Exposure to Nature and Benefits for Students' Cognitive Performance: a Review. *Educ. Psychol. Rev.* 34, 609–647 (2022).
9. Flouri, E., Papachristou, E. & Midouhas, E. The role of neighbourhood greenspace in children's spatial working memory. *Br. J. Educ. Psychol.* 89, 359–373 (2019).
10. Dadvand, P. *et al.* Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren. *Proc. Natl. Acad. Sci.* 112, 7937–7942 (2015).
11. Vella-Brodrick, D. A. & Gilowska, K. Effects of Nature (Greenspace) on Cognitive Functioning in School Children and Adolescents: a Systematic Review. *Educ. Psychol. Rev.* 34, 1217–1254 (2022).
12. Dymont, J. E. & Bell, A. C. Grounds for movement: green school grounds as sites for promoting physical activity. *Health Educ. Res.* 23, 952–962 (2007).
13. Finn, K. E., Yan, Z. & McInnis, K. J. Promoting Physical Activity and Science Learning in an Outdoor Education Program. *J. Phys. Educ. Recreat. Dance* 89, 35–39 (2018).
14. Gray, C. *et al.* What Is the Relationship between Outdoor Time and Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Physical Fitness in Children? A Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 12, 6455–6474 (2015).
15. Lacoste, Y., Dancause, K., Bernard, P. & Gadais, T. A Quasi-Experimental Study of the Effects of an Outdoor Learning Program on Physical Activity Patterns of Children with a Migrant Background: the PASE Study. *Phys. Act. Health* 5, 236–249 (2021).
16. Liu, J. & Green, R. J. The effect of exposure to nature on children's psychological well-being: A systematic review of the literature. *Urban For. Urban Green.* 81, 127846 (2023).
17. Sharma-Brymer, V. & Bland, D. Bringing Nature to Schools to Promote Children's Physical Activity. *Sports Med.* 46, 955–962 (2016).
18. Coe, H. A. Embracing risk in the Canadian woodlands: Four children's risky play and risk-taking experiences in a Canadian Forest Kindergarten. *J. Early Child. Res.* 15, 374–388 (2017).

19. Hill, V. Learning in nature: Leadership opportunities in an Education Outside the Classroom programme in a New Zealand early childhood centre. *J. Educ. Leadersh. Policy Pract.* 33, 32–45 (2018).
20. Haywood-Bird, E. Playing with power: an outdoor classroom exploration. *Early Child Dev. Care* 187, 1015–1027 (2017).
21. Alvarez-Peregrina, C., Sánchez-Tena, M. Á., Martínez-Perez, C. & Villa-Collar, C. The Relationship Between Screen and Outdoor Time With Rates of Myopia in Spanish Children. *Front. Public Health* 8, 560378 (2020).
22. Gopinath, B. *et al.* Influence of Physical Activity and Screen Time on the Retinal Microvasculature in Young Children. *Arterioscler. Thromb. Vasc. Biol.* 31, 1233–1239 (2011).
23. Grzybowski, A., Kanclerz, P., Tsubota, K., Lanca, C. & Saw, S.-M. A review on the epidemiology of myopia in school children worldwide. *BMC Ophthalmol.* 20, 27 (2020).
24. James, P., Banay, R. F., Hart, J. E. & Laden, F. A Review of the Health Benefits of Greenness. *Curr. Epidemiol. Rep.* 2, 131–142 (2015).
25. Coventry, P. A. *et al.* Nature-based outdoor activities for mental and physical health: Systematic review and meta-analysis. *SSM - Popul. Health* 16, 100934 (2021).
26. Friedman, S., Imrie, S., Fink, E., Gedikoglu, M. & Hughes, C. Understanding changes to children's connection to nature during the COVID-19 pandemic and implications for child well-being. *People Nat.* 4, 155–165 (2022).
27. Greenwood, A. & Gatersleben, B. Let's go outside! Environmental restoration amongst adolescents and the impact of friends and phones. *J. Environ. Psychol.* 48, 131–139 (2016).
28. McCormick, R. Does Access to Green Space Impact the Mental Well-being of Children: A Systematic Review. *J. Pediatr. Nurs.* 37, 3–7 (2017).
29. Meredith, G. R. *et al.* Minimum Time Dose in Nature to Positively Impact the Mental Health of College-Aged Students, and How to Measure It: A Scoping Review. *Front. Psychol.* 10, 2942 (2020).
30. Piccininni, C., Michaelson, V., Janssen, I. & Pickett, W. Outdoor play and nature connectedness as potential correlates of internalized mental health symptoms among Canadian adolescents. *Prev. Med.* 112, 168–175 (2018).
31. Thompson Coon, J. *et al.* Does Participating in Physical Activity in Outdoor Natural Environments Have a Greater Effect on Physical and Mental Wellbeing than Physical Activity Indoors? A Systematic Review. *Environ. Sci. Technol.* 45, 1761–1772 (2011).
32. Deschamps, A., Scrutton, R. & Ayotte-Beaudet, J.-P. School-based outdoor education and teacher subjective well-being: An exploratory study. *Front. Educ.* 7, 1–10 (2022).
33. Schenetti, M. Wellbeing of outdoor education teachers: the role of school management and organization. (2023).
34. Goldenberg, G., Atkinson, M., Dubiel, J. & Wass, S. Outdoor learning in urban schools: Effects on 4–5 year old children's noise and physiological stress. *J. Environ. Psychol.* 97, 102362 (2024).
35. Kuo, M., Barnes, M. & Jordan, C. Do Experiences With Nature Promote Learning? Converging Evidence of a Cause-and-Effect Relationship. *Front. Psychol.* 10, 1–9 (2019).
36. Loose, T. *et al.* A Nature-Based Intervention and Mental Health of Schoolchildren: A Cluster Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw. Open* 7, e2444824 (2024).
37. Faber Taylor, A. & Kuo, F. E. Children With Attention Deficits Concentrate Better After Walk in the Park. *J. Atten. Disord.* 12, 402–409 (2009).
38. Kuo, F. E. & Taylor, A. F. A Potential Natural Treatment for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Evidence From a National Study. *Am. J. Public Health* 94, 1580–1586 (2004).
39. Roe, J. & Aspinall, P. The restorative outcomes of forest school and conventional school in young people with good and poor behaviour. *Urban For. Urban Green.* 10, 205–212 (2011).
40. Ulset, V., Vitaro, F., Brendgen, M., Bekkhus, M. & Borge, A. I. H. Time spent outdoors during pre-school: Links with children's cognitive and behavioral development. *J. Environ. Psychol.* 52, 69–80 (2017).

41. Song, C., Ikei, H., Kagawa, T. & Miyazaki, Y. Effect of Viewing Real Forest Landscapes on Brain Activity. *Sustainability* 12, 6601 (2020).
42. Johnstone, A. *et al.* Nature-Based Early Childhood Education and Children's Social, Emotional and Cognitive Development: A Mixed-Methods Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 19, 5967 (2022).
43. Yildirim, G. & Akamca, G. Ö. The effect of outdoor learning activities on the development of preschool children. *South Afr. J. Educ.* 37, 1–10 (2017).
44. Novikova, E., Pic, A. & Han, M. Language use in indoor and outdoor settings among children in a nature-based preschool. *Environ. Educ. Res.* 30, 138–152 (2024).
45. Ayotte-Beaudet, J.-P. *et al.* Exploring the impacts of contextualised outdoor science education on learning: the case of primary school students learning about ecosystem relationships. *J. Biol. Educ.* 57, 277–294 (2023).
46. Harvey, D. J. *et al.* Psychological benefits of a biodiversity-focussed outdoor learning program for primary school children. *J. Environ. Psychol.* 67, 101381 (2020).
47. Krettenauer, T., Wang, W., Jia, F. & Yao, Y. Connectedness with nature and the decline of pro-environmental behavior in adolescence: A comparison of Canada and China. *J. Environ. Psychol.* 71, 101348 (2020).
48. Liu, Y., Cleary, A., Fielding, K. S., Murray, Z. & Roiko, A. Nature connection, pro-environmental behaviours and wellbeing: Understanding the mediating role of nature contact. *Landsc. Urban Plan.* 228, 104550 (2022).
49. Mackay, C. M. L. & Schmitt, M. T. Do people who feel connected to nature do more to protect it? A meta-analysis. *J. Environ. Psychol.* 65, 101323 (2019).
50. Otto, S. & Pensini, P. Nature-based environmental education of children: Environmental knowledge and connectedness to nature, together, are related to ecological behaviour. *Glob. Environ. Change* 47, 88–94 (2017).
51. Brussoni, M., Olsen, L. L., Pike, I. & Sleet, D. A. Risky Play and Children's Safety: Balancing Priorities for Optimal Child Development. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 9, 3134–3148 (2012).
52. Ginsburg, K. R., and the Committee on Communications, & and the Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds. *Pediatrics* 119, 182–191 (2007).
53. Yogman, M. *et al.* The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics* 142, e20182058 (2018).
54. Dodd, H. F. & Lester, K. J. Adventurous Play as a Mechanism for Reducing Risk for Childhood Anxiety: A Conceptual Model. *Clin. Child Fam. Psychol. Rev.* 24, 164–181 (2021).
55. Faber Taylor, A. & Kuo, F. E. (Ming). Could Exposure to Everyday Green Spaces Help Treat ADHD? Evidence from Children's Play Settings. *Appl. Psychol. Health Well-Being* 3, 281–303 (2011).
56. Tremblay, M. *et al.* Position Statement on Active Outdoor Play. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 12, 6475–6505 (2015).
57. Beaulieu, E. & Beno, S. Le développement sain de l'enfant par le jeu risqué extérieur : un équilibre à trouver avec la prévention des blessures. *Paediatr. Child Health* 29, 262–269 (2024).