

Pleins feux sur une initiative de santé mentale

Dans la maternelle, on joue dehors chaque jour, sous le soleil, la pluie ou la neige!

École publique Knollwood Park (London, ON)

Contexte

Cette école, qui compte 260 élèves de la maternelle jusqu'en huitième année, se classe dans les premiers 25 pour cent en facteur de risque. Un pourcentage élevé de la population étudiante vient de familles défavorisées, avec des parents/tuteurs qui sont en chômage ou qui sont des immigrants récents.



Le programme a vu le jour par suite d'un état de crise survenu durant l'année scolaire 2014-2015. À ce moment-là, les enseignants de la maternelle composaient avec des élèves qui avaient des difficultés d'apprentissage non diagnostiquées, et d'autres qui traversaient un temps traumatisant à la maison et qui exprimaient leurs sentiments par des comportements physiquement ou verbalement agressifs. Les enseignants de la maternelle ont vu que la santé physique et mentale des élèves était à risque, et qu'une approche alternative était de mise.

Pratique prometteuse

Cette initiative a transformé le programme de la maternelle, autrefois très structuré et axé sur des activités en salle, encadrées par l'enseignant.

Maintenant, les élèves choisissent librement leurs jeux

dans un environnement extérieur. Le groupe de la maternelle amorce chaque journée par des activités de plein air avec les élèves. Pour commencer, les élèves, le personnel enseignant et les parents se mettent dans un cercle pour chanter l'hymne national. Ce rituel crée une atmosphère accueillante, inclusive et saine, dans laquelle les élèves et les parents sont vus entendus et valorisés à titre de membres de la collectivité. Cette période permet également au personnel de la maternelle d'avoir des conversations franches avec les parents/tuteurs et leur donner une orientation vers les services ou le soutien dont ils ont besoin. Les élèves jouent dehors pendant au moins une heure chaque matin. Les activités de prédilection incluent des efforts de groupe pour amasser les feuilles mortes, confectionner des petits pains de sable dans le bac à sable, faire des

tours à bicyclette sur le mini-anneau, étendre une couverture de pique-nique sur le sol et lire un livre, peindre sur du plexiglas, faire un bonhomme de neige ou simplement se balader et causer avec des amis.

Effets

La valeur du jeu en plein air, du mouvement et du contact avec la nature ne pourrait être sous-estimée. Les élèves et les enseignants sont plus calmes, plus heureux, plus alertes et plus sains. La plupart des élèves affirment que la séance de jeux en plein air est la partie de la journée qu'ils préfèrent. Les améliorations les plus importantes qu'on a notées incluent :

1. Les élèves se séparent de leurs parents/tuteurs chaque matin en se sentant sécuritaires et confortables.
2. Les parents/tuteurs se sentent plus confortables à s'entretenir avec le personnel enseignant.
3. Chez les élèves, tout au long de la journée, il y a beaucoup moins de problèmes de gestion du comportement.
4. Il y a eu beaucoup moins d'incidents de suspension de l'école suite à des comportements agressifs.
5. Les évacuations de salle de classe par suite de conduite agressive se font très rares maintenant.
6. Les élèves développent des relations de plus en plus positives avec leurs pairs et avec les enseignants.

Viabilité

L'un des moyens par lesquels le personnel enseignant de la maternelle s'assure que le programme est maintenu est la mise en place d'une collectivité de professionnels de l'apprentissage qui se réunit chaque mois afin d'évaluer, discuter et planifier le programme. Pour sa part, l'école a donné son appui au personnel enseignant de la maternelle en encourageant celui-ci à participer aux séances de perfectionnement professionnel pour apprendre de nouvelles pratiques visant à appuyer le développement optimal de tous les enfants. L'école fait appel à la communauté pour des dons d'équipement dans le cadre du programme, et les activités du programme se déroulent dans les installations extérieures appartenant à l'école.

Modifications

Voici des suggestions pour adapter cette approche pour convenir à différents environnements d'apprentissage.

- Les élèves plus âgés peuvent bénéficier eux aussi de ces séances de jeux en plein air. Prévoyez un créneau durant la journée scolaire où les élèves plus âgés sont invités à jouer librement dehors avant de se mettre au travail dans la salle de classe.
- Encouragez les élèves à apprécier la nature durant leur séance de jeux : ils peuvent planter un jardin ou faire une promenade dans la nature
- Contactez les aires de conservation locales ou les parcs locaux pour demander s'ils montent des programmes d'éducation en plein air pour les écoles.

Une initiative d'EPS Canada



Présentée par

