



Le jeu libre comme outil pour le bon développement des jeunes enfants

Maude Roy-Vallières



An aerial photograph of a city, likely Montreal, featuring a prominent Gothic cathedral spire in the center. The foreground shows a large, modern brick building with multiple stories and many windows. The background includes other city buildings and a clear blue sky. The text 'Bonjour!' is overlaid in large red letters on the left side of the image.

Bonjour!

Maude Roy-Vallières
Étudiante au doctorat en éducation
Université du Québec à Montréal
roy-vallieres.maude@courrier.uqam.ca

Plan de la présentation

01

Qu'est-ce que le jeu libre?

02

Évolution du jeu avec le temps

03

Rôle de l'adulte dans le jeu

04

Instaurer le jeu libre à la maison



1

Qu'est-ce que le jeu libre?

- Jouez-vous encore?
- À quoi est-ce que vous jouez?
- Avec qui est-ce que vous jouez?



“

Le jeu libre est :

Agréable

Librement choisi

Non littéral

Sans règles
déterminées par des
personnes externes

En constante évolution

(Bouchard, 2019)



Le jeu libre et le développement de l'enfant

Sphère physique et motrice

Permet de développer :

La force

L'endurance

L'équilibre

La coordination

La posture

La motricité fine

La représentation spatiale

Sphère sociale et affective

Permet de développer :

L'estime de soi

Le partage

La coopération

La résolution de conflits

L'adaptation des comportements



Le jeu libre et le développement de l'enfant

Sphère langagière

Permet de développer :

La formulation de demandes

Le dialogue

La création de scénarios

Les habiletés narratives

L'utilisation de symboles

Sphère cognitive

Permet de développer :

Les stratégies d'expérimentation

L'envie de découverte

Les **fonctions cognitives**

Les capacités de raisonnement

La créativité



Des bienfaits pour la santé mentale

Des recherches ont montré que le jeu libre permet de :

Ressentir des sentiments positifs

Renforcer la résilience du cerveau

Améliorer la concentration

Maintenir des relations saines

Réduits les comportements indésirables



Ressource

ACSP

[5 résultats clés sur le jeu libre et la santé mentale](#)

2

Évolution du jeu avec le temps



L'évolution du jeu de 0 à 5 ans

Le jeu solitaire

0 à 2 ans

Intérêt envers les autres en développement

Peut souhaiter partager ses découvertes

Recours parfois à des gestes qui démontrent une certaine sensibilité

Le jeu parallèle

2 à 3 ans

Peut jouer à proximité, sans jouer avec

Aime beaucoup interagir avec l'adulte

Encore très possessif, peu de partage

Le jeu coopératif

3 à 5 ans

Commence par jouer avec un seul ami, puis à plusieurs

Prend conscience des droits des autres

N'aime pas perdre et les disputes sont encore fréquentes



Ressource

Naitre et Grandir

[L'évolution du jeu de 1 à 3 ans](#)

[L'évolution du jeu de 3 à 5 ans](#)

Les types de jeux selon l'âge

Jeux moteurs

0-1 ans

Découverte du corps

1-2 ans

Développe l'équilibre et la coordination main-œil

2-3 ans

Apprend à franchir des obstacles et à utiliser un ballon

3-5 ans

Explore les possibilités du corps
(sauter, grimper, courir, etc.)



Les types de jeux selon l'âge

Jeux de manipulation

0-1 ans

Plaisir sensoriel et actions répétitives

1-2 ans

Actions plus complexes, attirance pour la construction et la destruction

2-3 ans

Développement de la motricité fine, intérêt pour le dessin et les parties mobiles

3-5 ans

Intérêt pour différents outils et pour les jeux qui demandent de la persévérance



Les types de jeux selon l'âge

Jeux imaginaires

0-1 ans

Imitation des expressions, ∅ pensée **symbolique**

1-2 ans

Imitation des gestes et intérêt pour le « faire semblant »

2-3 ans

Reproduction des routines et **animation** des jouets

3-5 ans

Imitation de la réalité dans ses **détails**,
développement de scénarios

(Naitre et Grandir, 2018)



3

Rôle de l'adulte dans le jeu



Joueur

Co-joueur (pas intrusif),
conserver l'intégrité du jeu

Médiateur

Aider les enfants à trouver leur
propres solution

Scripteur

Écrire les scénarios de jeu, les
représenter, etc.

Planificateur

Aider l'enfant à penser au jeu à
accomplir, aux scènes / actions

Metteur en scène

Offrir du temps et du matériel
diversifié, organiser l'espace

Observateur

Observer ce que l'enfant fait, les
habiletés qu'il développe et
comment les soutenir



Rôles de l'adulte dans le jeu



Ressource

Naitre et Grandir
[Jouer avec son
enfant](#)

Agir tôt
[Zoom sur le jeu](#)

Rôles de l'adulte dans le jeu

Exemples d'actions concrètes pour soutenir le jeu de l'enfant :

Prévoir des moments dans la journée pour le jeu libre

Poser des questions à votre enfant après le jeu pour montrer votre intérêt

Encourager votre enfant quand il joue seul

Offrir du matériel varié et **ouvert**

Amener votre enfant au parc



Ressource

Naitre et Grandir
[Le jeu libre](#)

4

Instaurer le jeu libre à la maison

Idées d'activités





Idées de jeux pour l'intérieur

Se déguiser, planifier et réaliser des petits spectacles

Inventer des avec des figurines ou des peluches

Donner un rôle à des objets ménagers

Raconter des histoires et les illustrer

Réaliser des jeux sensoriels ou tactiles

Fabriquer quelque chose à partir de matériaux recyclés

Réinventer des sports d'intérieur

(Pro Juventute, 2022)



“

Idées de jeux pour l'extérieur

Construire une cabane dans le jardin

Dessiner sur le pavé avec des craies

Explorer la nature

Peindre et cacher des pierres

Construire un parcours à l'aide d'éléments de la nature

Inventer des scénarios avec les branches et autres objets que l'on trouve

Explorer des modules de jeux

(Pro Juventute, 2022)



Idées de jeux libres chez les grands- parents

- Faire la cuisine ensemble
- Réaliser une chasse aux trésors dans la maison
- Préparer un spectacle pour les parents
- Créer un album photo
- Cultiver le jardin
- Faire un concours de dessins





Quelques pistes de réflexion en conclusion

L'enfant est plus actif et engagé lors des jeux libres extérieurs

Assurer un équilibre entre activités dirigées et jeux libres

Attention à l'utilisation de la technologie

A black and white photograph of two young girls sitting on a beach, laughing and covering their mouths with their hands. The image is overlaid with a semi-transparent red rectangle containing contact information.

Merci!

Des questions?



roy-vallieres.maude@courrier.uqam.ca



Maude Roy-Vallières PhD

Références

Agir tôt. (2022). *Zoom sur le jeu*. Agirtôt. <https://agirtot.org/thematiques/le-jeu-2-de-3/>

Association canadienne de santé publique (s.d.). *5 résultats clés su le jeu libre et la santé mentale*. Fondation Lawson.

Bouchard, C. (2019). *Le développement global de l'enfant de 0 à 6 ans en contextes éducatifs*. Presses de l'Université du Québec.

Naitre et Grandir. (2018). *L'évolution du jeu de 1 à 3 ans*. Naitre et Grandir.

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=evolution-du-jeu-1-3-ans#:~:text=Au%20d%C3%A9but%20de%20cette%20p%C3%A9riode.il%20croit%20%C3%AAtre%20%C3%A0%20lui.

Naitre et Grandir. (2018). *L'évolution du jeu de 3 à 5 ans*. Naitre et Grandir. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/apprentissage-jeux/fiche.aspx?doc=evolution-du-jeu-3-5-ans>

Naitre et Grandir. (2020). *Jouer avec son enfant*. Naitre t Grandir.

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-parent-jouer-enfant-remede-stress

Naitre et Grandir. (2021). *Le jeu libre*. Naitre et Grandir.

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-jeu-libre#_Toc80174937

Pro Juventute. (2022). *Idées pour le jeu libre à la maison*. Pro Juventute.

<https://www.projuventute.ch/fr/parents/famille-et-societe/coronavirus-jouer-la-maison>