



CANADIAN  
PUBLIC HEALTH  
ASSOCIATION

ASSOCIATION  
CANADIENNE DE  
SANTÉ PUBLIQUE

## Réponses aux questions fréquentes d'après les données probantes\*

### Objectif d'apprentissage :

- Offrir des réponses éclairées par les données probantes aux inquiétudes et aux plaintes pouvant donner lieu à des décisions d'atténuer les risques et de limiter le jeu libre des enfants

### Résultats de l'apprentissage :

- Pouvoir offrir en connaissance de cause des réponses éclairées par les données probantes aux parents, au personnel (éducateurs, animateurs ludo-éducatifs, etc.) ou à d'autres décideurs (conseillers municipaux ou scolaires) qui ont des réserves au sujet du jeu libre
- Posséder les connaissances nécessaires pour prendre des décisions qui augmentent l'accès au jeu libre
- Réduire les inquiétudes et les plaintes des parents, du personnel ou des décideurs au sujet du jeu libre

| Question ou inquiétude                  | Comment y répondre   | Quels sont les faits?  |
|---|--|--|
| Qu'est-ce que le jeu libre des enfants? | <p>On parle de jeu libre quand les enfants suivent leurs instincts, leurs idées et leurs intérêts sans se voir imposer un objectif ou un résultat. Le jeu libre offre à l'enfant la possibilité de se mesurer à des défis et d'explorer des frontières, ce qui lui permet de déterminer ses limites. Dans ce type de jeu, les enfants dirigent personnellement leur jeu sans l'intervention d'un adulte.</p> <p>Durant le jeu libre, les enfants choisissent librement de faire telle chose à tel moment selon leurs intérêts et leurs</p> | <p>Le jeu libre des enfants se caractérise par le <b>libre choix</b> (l'enfant décide s'il joue, quand il joue et comment il joue), la <b>motivation intrinsèque</b> (l'enfant joue parce qu'il est motivé intérieurement à jouer) et l'<b>orientation personnelle</b> (l'enfant oriente son propre jeu individuellement et/ou collectivement). Il n'est pas initié d'une façon organisée, planifiée ou officielle<sup>1</sup> et peut inclure des éléments de jeu comportant des risques, soit des formes de jeu palpitantes et excitantes qui peuvent être classées en six catégories<sup>2</sup> :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• le jeu en hauteur;</li></ul> |

\* On trouve des réponses à d'autres questions fréquentes sur : [www.outsideplay.ca](http://www.outsideplay.ca) [en anglais].

*Le présent projet est financé grâce à la générosité de la Fondation Lawson.*

**cpha.ca**

404-1525 Carling Avenue  
Ottawa, Ontario K1Z 8R9

1525, avenue Carling, bureau 404  
Ottawa (Ontario) K1Z 8R9

613-725-3769



| Question ou inquiétude                                     | Comment y répondre  | Quels sont les faits?   |
|--|---|---|
|  | <p>idées individuels ou collectifs. De plus, ils ont la motivation intrinsèque de continuer de jouer; ils ne sont pas motivés par des récompenses externes.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● le jeu avec la vitesse (p. ex., dévaler une pente à vélo);</li> <li>● le jeu avec des outils ou des éléments détachés;</li> <li>● le jeu avec divers composants;</li> <li>● le jeu de bataille;</li> <li>● le jeu où les enfants peuvent disparaître ou se perdre.</li> </ul>  |
| <p>Pourquoi le jeu libre des enfants est-il important?</p> | <p>Quand les enfants jouent librement, ils en retirent des avantages importants pour leur développement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sur le plan de la <b>santé physique</b>, la promotion des poids-santé et la réduction des comportements sédentaires comme le temps d'écran;</li> <li>• sur le plan de la <b>santé mentale et affective</b>, le concept de soi positif et l'appui à la formation et à l'entretien de liens d'amitié;</li> <li>• sur le plan de la <b>santé sociale</b>, la promotion du travail d'équipe et le renforcement de la capacité de communiquer, de faire preuve d'empathie, de coopérer et de faire des compromis;</li> <li>• le développement des <b>aptitudes cognitives</b>, qui favorise l'apprentissage, la concentration et les bons comportements en classe;</li> <li>• la <b>résilience</b> et les <b>habiletés de gestion des risques</b>, en faisant faire aux enfants l'expérience de l'incertitude et en développant leurs aptitudes physiques, leurs réactions émotionnelles et leurs habiletés d'adaptation;</li> <li>• sur le plan de la <b>santé environnementale</b>, la promotion de la naissance d'une éco-identité chez l'enfant et d'une volonté de protéger le monde naturel.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Le jeu fait partie intégrante du développement sain de tout enfant et figure à l'article 31 de la <i>Convention relative aux droits de l'enfant</i><sup>3</sup>.</li> <li>● Selon un énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur publié en 2015, quand les enfants peuvent jouer librement, ils bougent davantage, restent moins assis et jouent plus longtemps — tous comportements associés à des améliorations des taux de cholestérol, de la pression artérielle, de la composition corporelle, de la densité osseuse, de la condition cardiorespiratoire et musculosquelettique et de la santé mentale, sociale et environnementale<sup>4</sup>.</li> </ul> <p>Autres données probantes sur les avantages développementaux pour les enfants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Santé physique et motricité globale</b> : Le jeu libre actif réduit les comportements sédentaires, favorise les poids-santé et améliore les habiletés motrices<sup>4</sup>. Il réduit l'adiposité et améliore la condition musculosquelettique et la santé cardiovasculaire<sup>5</sup>.</li> <li>● <b>Santé mentale et affective</b> : Le jeu libre favorise la santé mentale et le bien-être affectif des enfants<sup>4</sup>, notamment le concept de soi positif<sup>6</sup> et l'estime de soi<sup>6</sup>. Il appuie la formation et l'entretien de liens d'amitié, qui favorisent le maintien d'une bonne santé mentale<sup>7</sup>; le jeu actif pourrait réduire l'anxiété et les</li> </ul> |

| Question ou inquiétude   | Comment y répondre  | Quels sont les faits?  |
|--|---|--|
|  | <p>De plus, les enfants sont souvent le plus intéressés quand ils peuvent diriger eux-mêmes leur jeu et quand ils contribuent à sa planification et à son organisation. Ils aiment être des participants actifs plutôt que d'écouter et de suivre passivement, comme lors d'activités structurées.</p> <p><i>(Fournir un outil infographique à distribuer sur les avantages du jeu en complément de cette discussion)</i></p> | <p>symptômes dépressifs<sup>6</sup>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Santé sociale et travail d'équipe</b> : Le jeu libre aide les enfants à améliorer des aptitudes sociales<sup>8</sup> comme l'intelligence émotionnelle, la conscience de soi, l'empathie et la capacité de communiquer efficacement dans les situations où le compromis et la coopération sont nécessaires<sup>8</sup>.</li> <li>• <b>Apprentissage et attention à l'école</b> : Il est prouvé que le jeu libre favorise le développement des aptitudes cognitives (l'attention, la concentration, la capacité de garder le cap sur sa tâche, la mémoire)<sup>8,9</sup> et améliore les comportements en classe<sup>7,8</sup>.</li> <li>• <b>Résilience et habiletés de gestion des risques</b> : Quand les enfants font l'expérience de l'incertitude durant les jeux comportant des défis, ils développent leurs réactions émotionnelles, leurs aptitudes physiques et leurs habiletés d'adaptation et améliorent leur capacité de faire face à l'adversité<sup>10-12</sup>. De bonnes habiletés d'adaptation favorisent la résilience et la bonne santé mentale nécessaires pour s'épanouir à l'adolescence et à l'âge adulte<sup>13</sup>.</li> </ul> |
| <p>Les activités structurées ne sont-elles pas plus importantes?</p> | <p>Les enfants devraient se livrer à un éventail d'activités structurées et non structurées. Avec trop d'activités structurées, un enfant peut se sentir stressé ou anxieux.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les activités organisées présentent un avantage sur le plan développemental, mais le danger réside dans le fait de pousser excessivement les enfants vers ces activités, ce qui leur cause de l'anxiété et du stress<sup>14</sup>.</li> <li>• Pour une santé optimale, les enfants et les jeunes (de 5 à 17 ans) ont besoin de plusieurs heures par semaine d'activités structurées et non structurées, y compris de jeu libre<sup>15</sup>.</li> </ul>   |

| Question ou inquiétude   | Comment y répondre  | Quels sont les faits?   |
|--|---|---|
| <p>Quel est l'intérêt pour les enfants de jouer avec des éléments détachés comme des cageots, des tendeurs élastiques ou des morceaux de bois?</p> | <p>Les éléments détachés permettent aux enfants de créer leur propre culture de jeu; ce sont eux qui décident ce qu'est un objet et ce qu'ils vont faire avec, et non pas un concepteur qui en a prédéterminé l'usage. Le jeu avec des éléments détachés favorise la créativité tout en permettant à l'enfant de développer ses capacités de résolution de problèmes.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quand les enfants jouent avec des éléments détachés, ils sont plus actifs et plus susceptibles d'interagir avec leurs pairs que sur les terrains de jeu ordinaires dotés d'équipements fixes<sup>16</sup>. Le jeu avec des éléments détachés peut aussi les aider à devenir plus sociables, plus créatifs et plus résilients<sup>16</sup>. Dans les programmes scolaires en plein air, les éléments détachés peuvent en même temps aider les éducateurs et les enfants à être plus actifs et à apprécier les risques et les difficultés du jeu<sup>16</sup>. En effet, la manipulation durant le jeu d'éléments détachés qui n'ont pas un but déterminé peut mettre à l'épreuve les prouesses physiques des enfants et les aider à développer la coopération et la communication avec leurs pairs, ce qui les encourage à jouer davantage<sup>16</sup>.</li> </ul>   |
| <p>Ne fait-il pas trop froid ou pluvieux pour jouer dehors?</p>  | <p>Laisser les enfants jouer dehors par tous les temps leur permet de développer d'importantes aptitudes à la vie quotidienne, comme s'habiller en fonction de la météo ou gérer l'inconfort, et développe leur résilience.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le jeu à l'extérieur présente des avantages sur le plan de la santé physique, comme l'amélioration des taux de cholestérol, de la pression artérielle, de la composition corporelle, de la densité osseuse et de la condition cardiorespiratoire et musculosquelettique<sup>4</sup>, et le jeu à l'extérieur en milieu naturel peut augmenter les interactions sociales et la créativité. Il y aurait aussi un lien entre l'accès aux espaces verts et l'amélioration de la conduite des enfants et de leur bien-être général<sup>17</sup>.</li> <li>• Quand les enfants ont la possibilité de passer régulièrement du temps à jouer et à explorer dans un milieu naturel, ils se forment une « éco-identité ». Il s'agit d'un lien émotionnel avec l'espace en question, qui jette les bases d'une éthique de protection de l'environnement<sup>17</sup>.</li> <li>• Des études ont montré que les enfants qui suivent des</li> </ul> |
| <p>Pourquoi est-il important de jouer ou d'apprendre en plein air?</p>   | <p>Laisser les enfants jouer dehors présente des avantages sur le plan physique et cognitif et sur celui de la santé sociale. En plus d'accroître les niveaux d'activité physique, l'accès au jeu à l'extérieur peut améliorer la conduite et le bien-être des enfants. Il améliore aussi l'apprentissage scolaire et permet aux enfants d'établir un lien émotionnel avec la nature, ce qui les incite à protéger leur environnement.</p> <p>Garder les enfants à l'intérieur peut les exposer à des comportements sédentaires, comme le temps d'écran, et</p> |   |

| Question ou inquiétude   | Comment y répondre  | Quels sont les faits?   |
|--|---|---|
|  | <p>les prive des bienfaits du jeu libre à l'extérieur pour leur développement affectif, mental, social et physique.</p>   | <p>programmes d'études en plein air dans des espaces verts font des gains de connaissances plus importants qu'en suivant des programmes à l'intérieur<sup>17</sup>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garder les enfants à l'intérieur les expose davantage au temps d'écran sédentaire et aux aliments malsains tout en les privant des bienfaits du jeu libre à l'extérieur pour leur développement affectif, mental, social et physique<sup>6,18</sup>.</li> </ul>  |
| <p>Mon enfant s'est blessé en jouant librement à l'école. J'aimerais que cette activité soit supprimée/interdite.</p>            | <p>Il est normal de vous préoccuper de la sécurité de votre enfant, et nous comprenons vos inquiétudes. Les enfants acquièrent en fait de nouvelles habiletés quand nous les laissons jouer librement, et ils sont moins susceptibles de se blesser gravement plus tard. Cela leur permet de mettre leurs aptitudes physiques à l'épreuve, et donc de moins se fier aux adultes pour gérer leur environnement. Empêcher l'accès au jeu libre peut priver les enfants de la possibilité d'acquérir les habiletés de gestion des risques qui leur seront nécessaires pour s'épanouir en grandissant. Ils doivent apprendre à négocier les situations et les environnements comportant des risques, à connaître leurs limites physiques personnelles, à coopérer avec leurs pairs et à composer avec les imprévus.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quand les enfants font l'expérience de l'incertitude en jouant, ils peuvent développer leurs réactions émotionnelles, leurs aptitudes physiques, leurs habiletés d'adaptation et leur capacité de faire face à l'adversité<sup>12,13,19</sup>.</li> <li>• Le jeu libre peut doter les enfants d'habiletés de gestion des risques<sup>6</sup>, ce qui leur permet de moins se fier aux adultes pour gérer les dangers à leur place<sup>20</sup>.</li> <li>• Les enfants apprennent à connaître leur corps et améliorent leur kinésiculture<sup>6</sup>.</li> <li>• Empêcher l'accès au jeu comportant des défis ou aux activités comportant des risques peut priver les enfants d'occasions de développer les habiletés de gestion des risques nécessaires à leur épanouissement<sup>21</sup>.</li> <li>• Les enfants sont plus susceptibles de se blesser en participant à des sports organisés qu'en jouant librement à l'extérieur<sup>5</sup>.</li> </ul> |
| <p>Cette activité me semble trop risquée; j'ai peur que mon enfant se fasse mal. Pourquoi devrait-il se livrer au jeu libre?</p> |   |   |
| <p>Je remarque que les enseignants de l'école de mon enfant laissent les élèves faire des choses comme agiter des bâtons et</p>  | <p>Il est devenu trop fréquent dans notre société que les adultes dirigent les activités des enfants, résolvent leurs problèmes et naviguent leurs mondes sociaux à leur place. Quand les adultes prennent du recul par rapport à ce rôle, les enfants apprennent à s'autodiriger et découvrent leurs propres intérêts, ce qui peut leur offrir des occasions de résoudre des problèmes, de gérer leurs</p>   |   |

| Question ou inquiétude  | Comment y répondre   | Quels sont les faits?  |
|---|--|--|
| grimper aux arbres; pourquoi est-ce qu'ils ne les empêchent pas?  | émotions et de naviguer la dynamique sociale. Les enfants s'épanouissent en présence d'un élément de difficulté ou de risque durant le jeu et quand ce type de jeu est facilité ou appuyé de façon contrôlée.  |  |
| J'ai entendu dire qu'il arrive de limiter l'accès à la récréation. Quand cela peut-il se produire, et est-ce une bonne chose? | <p>La récréation peut être supprimée pour divers motifs : punir un comportement, permettre aux élèves de faire du « rattrapage », ou dans certaines conditions météorologiques. C'est toutefois une pratique contre-productive, car la récréation offre du temps et de l'espace pour le jeu libre, qui a de nombreux bienfaits. Elle peut être l'occasion pour les enfants d'améliorer leur intelligence émotionnelle, leur conscience de soi, leur empathie et leur habileté à travailler en équipe. Elle favorise aussi le développement d'aptitudes cognitives comme l'apprentissage et l'attention et améliore les comportements en classe.</p> <p>Le jeu libre peut être particulièrement bénéfique pour les enfants ayant des problèmes comportementaux, car il leur offre des occasions de contrôler leur agressivité et de réguler leurs sentiments de colère et de frustration. Il permet aussi aux enfants de former et d'entretenir des liens d'amitié, ce qui est important pour leur développement social et affectif.</p> <p><i>(Fournir un outil infographique sur la récréation en complément de cette discussion)</i></p> | <p>Le jeu libre à la récréation offre de nombreuses occasions aux enfants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ils peuvent améliorer leur intelligence émotionnelle, leur conscience de soi, leur empathie et leurs habiletés à travailler en équipe<sup>8,10</sup>.</li> <li>● La récréation offre aux enfants ayant des problèmes comportementaux des occasions d'apprentissage social et affectif, comme la capacité de contrôler leur agressivité et de réguler leurs sentiments de colère et de frustration<sup>11</sup>.</li> <li>● Elle peut contribuer à la formation et à l'entretien de liens d'amitié, qui favorisent le développement social et affectif et le maintien d'une bonne santé mentale<sup>9</sup>.</li> <li>● Les enfants peuvent améliorer leur rendement scolaire. Il est démontré que les pauses d'activité physique à l'école améliorent les notes et les résultats aux tests normalisés, et des liens positifs ont été observés entre la récréation et le développement des aptitudes cognitives (l'attention, la concentration, la capacité de rester axé sur la tâche et la mémoire)<sup>22</sup>. Les enseignants associent aussi le jeu libre à la récréation à de meilleurs comportements en classe<sup>7,22</sup>.</li> </ul> |

| Question ou inquiétude  | Comment y répondre  | Quels sont les faits?   |
|---|---|---|
| <p>Pourquoi encouragez-vous le jeu libre à l'extérieur à la maison? Avez-vous pensé aux étrangers et aux accidents de la route?</p> | <p>Il est important pour les enfants de jouer dehors quand ils sont à la maison. Les blessures graves et les enlèvements sont très rares, mais si cela vous rend nerveux, rappelez-vous que l'union fait la force. Trouvez d'autres parents du quartier qui sont prêts à laisser leurs enfants jouer librement dehors quand vous êtes à la maison. Vous pouvez aussi apprendre à vos enfants à négocier la circulation dans le quartier, à regarder avant de traverser la rue et à penser à des espaces sûrs où ils peuvent jouer librement.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Les enlèvements sont très rares au Canada. En 2014, il y a eu en tout 41 342 signalements d'enfants disparus, mais seulement 29 étaient des cas d'enlèvements par d'autres personnes qu'un parent; il n'y a eu qu'1 ou 2 cas de rapt véritable par des étrangers sur une période de deux ans (on trouve des données pancanadiennes sur <a href="http://injuryevidence.ca/">http://injuryevidence.ca/</a><sup>23</sup>).</li> <li>● Les blessures graves causées par les accidents d'automobile sont très rares<sup>24</sup>. Un enfant est plus susceptible d'être gravement blessé en tant que passager d'un véhicule automobile qu'en jouant dans la rue; les enfants canadiens sont aussi huit fois plus susceptibles d'être impliqués dans un accident de la route mortel comme passagers que comme piétons<sup>25</sup>.</li> </ul> |
| <p>Comment faire pour protéger mon enfant si elle joue devant la maison, près des rues et dans nos quartiers?</p>                   | <p>Il est important de donner à votre enfant l'espace nécessaire pour jouer librement. Une éducation « hélicoptère » peut être perçue comme une érosion de la confiance parent-enfant, ce qui a des répercussions sur le bien-être mental des enfants.</p> <p>Voici quelques conseils pour vous aider à redéfinir votre perception du risque quand votre enfant joue :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comptez jusqu'à 10 avant d'intervenir.</li> <li>● Rappelez-vous comment c'était de jouer quand vous étiez enfant.</li> <li>● Trouvez un point de départ où vous êtes à l'aise et partez de là – le confort et la confiance viennent avec l'expérience.</li> <li>● Regardez votre enfant, à distance, jouer librement avec ses amis. Voyez comme elle est habile et se relève après une chute. Cela peut vous aider à lui faire</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Divers styles d'« hyper-parentalité », comme « l'enfant roi », la « mère tigre » et « l'acculturation concertée », sont associés à des baisses de l'activité physique et de ses bienfaits chez les enfants<sup>26</sup>.</li> <li>● Une éducation trop présente peut être perçue comme une érosion de la confiance parent-enfant. Elle peut avoir des effets nuisibles sur le mieux-être mental des enfants et causer des problèmes psychologiques et une baisse de la confiance en soi<sup>6,26</sup>.</li> </ul>   |

| Question ou inquiétude | Comment y répondre  | Quels sont les faits? |
|------------------------|---|-----------------------|
|                        | confiance quand elle est seule.<br>Si vous voulez acquérir la confiance nécessaire pour laisser votre enfant jouer librement, visitez :<br><a href="http://www.outsideplay.ca">www.outsideplay.ca</a> [en anglais]. |                       |

## Références

- <sup>1</sup> Play England. *Charter for Children's Play*, Playwork Principles Scrutiny Group, 2005.
- <sup>2</sup> Sandseter, E.B.H. « Characteristics of risky play », *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, vol. 9, n° 1, (2009), p. 3–21.  
<http://dx.doi.org/10.1080/14729670802702762>
- <sup>3</sup> Haut-Commissariat des Nations Unies aux droits de l'homme. *Convention relative aux droits de l'enfant*, 2018.  
<https://www.ohchr.org/fr/professionalinterest/pages/crc.aspx>
- <sup>4</sup> Tremblay MS, Gray C, Babcock S, Barnes J, Bradstreet CC, Carr D, et al. Énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur. ParticipACTION, 2015.  
Sur internet : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26062040>
- <sup>5</sup> Nauta, J., E. Martin-Diener, B.W. Martin, W. van Mechelen et E. Verhagen. « Injury risk during different physical activity behaviours in children: a systematic review », *Sports Medicine*, vol. 45 (2015), p. 327-336.
- <sup>6</sup> Brussoni, M., R. Gibbons, C. Gray, I. Takuro et E. Sandseter. « What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review », *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 12, n° 6 (2014), p. 6423–6254.
- <sup>7</sup> Murray, R., C. Ramstetter, C. Devore, M. Allison, R. Ancona, S. Barnett, R. Gunther, B. Holmes, J. Lamont, M. Minier et J. Okamoto. « The crucial role of recess in school », *Pediatrics*, vol. 131, n° 1 (2013), p. 183-188.
- <sup>8</sup> Burdette, H., et R. Whitaker. « Resurrecting free play in young children: looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation, and affect », *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, vol. 159, n° 1 (2005), p. 46-50.
- <sup>9</sup> Panksepp, J. « Can play diminish ADHD and facilitate the construction of the social brain? » *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol. 16 (2007), p. 57–66.
- <sup>10</sup> Gray, P. « The decline of play and the rise of psychopathology », *American Journal of Play*, vol. 3 (2011), p. 443–463.
- <sup>11</sup> Williamson, D., A. Dewey et H. Steinberg. « Mood change through physical exercise in nine- to ten-year-old children », *Perceptual and Motor Skills*, vol. 93, n° 1 (2001), p. 311-316.
- <sup>12</sup> Armitage, M. « Risky play is not a category—it's what children DO », *ChildLinks*, vol. 3 (2011), p. 11-14.
- <sup>13</sup> Sandseter, E. « Children's risky play in early childhood education and care », *ChildLinks*, vol. 3 (2011), p. 2-6.
- <sup>14</sup> Ginsburg, K. « The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds », *Pediatrics*, vol. 119, n° 1 (2007), p. 182-191.
- <sup>15</sup> SCPE. *Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes (5 à 17 ans)*, 2016.  
[http://csepguidelines.ca/wp-content/uploads/2018/05/Canadian24HourMovementGuidelines2016\\_FRE.pdf](http://csepguidelines.ca/wp-content/uploads/2018/05/Canadian24HourMovementGuidelines2016_FRE.pdf)



- <sup>16</sup> Bundy, A., T. Lockett, P. Tranter, G. Naughton, S.R. Wyver, J. Ragen et G. Spies. « The risk is that there is “no risk”: a simple, innovative intervention to increase children’s activity levels », *International Journal of the Early Years*, vol. 17 (2009), p. 33-45.
- <sup>17</sup> Faber Taylor, A., et F. Kuo. « Is contact with nature important for healthy child development? State the evidence », *Children and Their Environments*, Cambridge (Royaume-Uni), 2006, p. 124-140.
- <sup>18</sup> ParticipACTION Canada. « Garder les enfants à l’intérieur : un plus grand risque! », *Bulletin de l’activité physique chez les jeunes de ParticipACTION*, 2015.
- <sup>19</sup> Little, H. « Thrills (and spills?) in the playground: describing children’s physical risk taking behaviour during outdoor play », 18<sup>e</sup> Congrès annuel de l’European Early Childhood Education Research Association (EECERA), Stavanger (Norvège), 3-6 septembre 2008.
- <sup>20</sup> Knight, S. « Why adventure and why risk in the early years », *ChildLinks*, vol. 3 (2012), p. 15-18.
- <sup>21</sup> Lavrysen, A., E. Bertrands, L. Leyssen, L. Smets, A. Vanderspikken et P. De Graef. « Risky-play at school. Facilitating risk perception and competence in young children », *European Early Childhood Education Research Journal*, vol. 25, n° 1 (2017), p. 89-105.
- <sup>22</sup> Centers for Disease Control and Prevention. *The Association between School-Based Physical Activity, Including Physical Education, and Academic Performance*, Atlanta (Géorgie), U.S. Department of Health and Human Services, 2010.
- <sup>23</sup> Gendarmerie royale du Canada [GRC]. « Les faits : Enlèvement d’enfants », *Gazette*, vol. 78, n° 1 (2016). <http://www.rcmp-grc.gc.ca/fr/gazette/enlevement-denfants>
- <sup>24</sup> BCIRPU. *Injury Data Online Tool*, 2011. <http://data.injuryresearch.bc.ca/datatools/DataAnalysis.aspx>
- <sup>25</sup> Agence de la santé publique du Canada. *Étude des blessures, Édition 2012 : Pleins feux sur la sécurité routière en matière de transport*, 2012.
- <sup>26</sup> Janssen, I. « Hyper-parenting is negatively associated to physical activity among 7–12 year olds », *Preventive Medicine*, vol. 73 (2015), p. 55-59.