



**Pour une image corporelle positive, agissons de la même façon avec les filles et les garçons !**

## LE JEU ACTIF POUR TOUS

On croit souvent que les garçons ont plus besoin de bouger que les filles. Cela peut nous amener à agir différemment auprès des enfants en fonction de leur sexe.

Proposer aux filles des activités plus calmes.  
Penser qu'elles sont moins intéressées par les jeux actifs.



Tolérer davantage l'agitation et la prise de risques calculés\* des garçons.  
Valoriser leurs aptitudes physiques.

Pourtant, les jeux actifs sont bénéfiques pour TOUS les enfants. Ils contribuent à leur développement global, notamment en les aidant à :

- Développer une bonne relation avec leur corps
- Identifier leurs préférences
- Connaître les forces de leur corps
- Bouger par plaisir

TOUS les enfants, peu importe leur sexe, ont besoin de vivre des expériences positives et diversifiées grâce au jeu actif !

Chaque enfant devrait pouvoir accomplir une diversité de mouvements. Il devrait aussi être encouragé à relever des défis physiques à sa portée et à prendre certains risques calculés\*.

\* Prise de risques calculés : défi que l'enfant choisi de relever et qu'il juge être à sa portée, dans un environnement adapté et sécuritaire.

**Proposons les mêmes occasions de bouger à tous les enfants pour qu'ils...**

**APPRÉCIENT CE QUE LEUR CORPS LEUR PERMET DE FAIRE.**

**AIENT CONFIANCE EN LEUR CORPS ET EN SES CAPACITÉS.**



**RÉPONDENT CORRECTEMENT AUX BESOINS DE LEUR CORPS.**

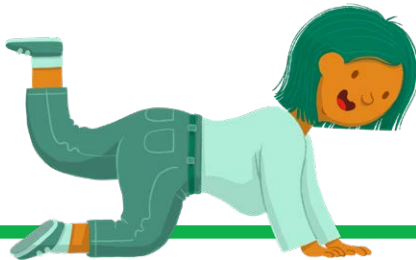
**APPRÉCIENT LES CARACTÉRISTIQUES UNIQUES DE LEUR CORPS.**

## **PISTES D' ACTIONS POUR FAVORISER LE JEU ACTIF POUR TOUS**



**Je fais découvrir  
aux enfants les  
bienfaits du jeu actif.**

- Je fais comprendre aux enfants à quel point ils peuvent être fiers d'eux quand ils font quelque chose de nouveau.
- J'invite les enfants à prendre conscience des sensations qu'ils ont lorsqu'ils bougent.
- Je fais remarquer aux enfants ce que leur corps leur permet de faire.



**Je suis un  
modèle positif.**

- Je participe aux jeux actifs avec les enfants et je leur démontre que j'y prends plaisir.
- Je me reprends lorsque je constate que je renforce certains stéréotypes.
- J'agis dans l'intérêt de l'enfant, peu importe mes croyances sur le besoin de bouger des filles et des garçons.



**J'offre un environnement  
qui permet à tous  
les enfants de jouer  
activement.**

- Je permets aux enfants de découvrir de nouveaux mouvements (ex. : ramper, rouler sur le sol, déplacer des objets, courir sur différentes surfaces).
- Je tolère le même niveau d'agitation et de prise de risques calculés chez tous les enfants, peu importe leur sexe.
- Je varie le matériel et l'endroit que je propose aux enfants pour jouer.
- Je garde en tête que tous les enfants ont besoin de bouger.
- Je m'assure que les enfants portent des vêtements confortables.