



ANS

3 À 5 ANS

5 À 8 ANS

De A à Z

Dossiers

Blogues

Magazine

Infolettre

Accueil / 1 à 3 ans / Apprentissages et jeux

Les bienfaits du jeu



Écouter ce texte



MP3



Dans cette fiche

- Des effets positifs sur le développement
- Comment encourager le jeu chez votre enfant?
- À retenir

Jouer, c'est amusant pour un tout-petit, mais c'est aussi essentiel! L'enfant a besoin de jouer pour faire des découvertes, comprendre le monde qui l'entoure et pour bien se développer. Grâce au jeu, il développe d'ailleurs plusieurs habiletés.

Des effets positifs sur le développement

Dès son plus jeune âge, c'est en jouant qu'un tout-petit commence à faire des apprentissages dans le plaisir. Le jeu a des effets positifs sur tout son développement. Par exemple sur :

► Son développement moteur et sensoriel

Quand un bébé s'amuse à manipuler des objets, à les regarder et à les mettre dans sa bouche, il découvre les couleurs, les textures, les formes, les sons et les goûts. En grandissant, ses jeux lui donnent aussi l'occasion de courir, sauter, faire des culbutes et lancer un ballon. Cela renforce ses muscles, ses habiletés physiques et son [équilibre](#).

► Son développement intellectuel

Le jeu développe aussi la pensée et la capacité à résoudre des problèmes. Par exemple, quand un bébé s'amuse à faire des sons avec des objets ou à faire tomber des [cubes](#) à répétition, il comprend petit à petit que son geste donne un résultat. Le jeu favorise aussi la créativité et l'imagination.

C'est le cas, par exemple, lorsqu'un enfant invente des histoires avec ses figurines.

Quand votre enfant joue, tous ses sens sont en éveil et son cerveau travaille fort pour enregistrer des connaissances.

► Son développement social

Jouer permet à l'enfant d'apprendre à vivre avec les autres. Quand il joue avec d'autres enfants, un tout-petit apprend à partager, à [attendre son tour](#), à faire des compromis et à régler de petites chicanes.

► Le développement de son langage

Quand il joue, l'enfant apprend à dire de nouveaux mots, à exprimer ses idées et à se faire [comprendre](#).

Comment encourager le jeu chez votre enfant?

Jouer est une activité naturelle pour un enfant, il joue spontanément. Toutefois, il peut arriver qu'un tout-petit manque de temps pour s'amuser parce que, souvent, l'horaire très organisé des familles laisse peu de place au jeu. Voici des idées pour favoriser le jeu au quotidien avec votre enfant.

- **Donnez le plus souvent possible l'occasion à votre enfant de jouer** et laissez-lui le temps de le faire sans l'interrompre.
- **Mettez à sa disposition des jouets et des accessoires variés avec lesquels il peut s'amuser** (ex. : tapis d'éveil, cubes, blocs, toutous, [ballons](#), pâte à modeler, petits personnages, vaisselle en plastique, boîtes de carton, coussins, petites voitures, [déguisements](#), etc.).
- **Proposez à votre enfant différentes activités à différents endroits pour lui donner la chance de jouer de plusieurs façons** (ex. : jouer dans le [sable](#), jouer dans la neige, jouer avec d'autres enfants, faire du bricolage, faire de la musique, danser, se déguiser, etc.).
- **Allez souvent dehors avec votre enfant.** Quand il joue à l'extérieur, les enfants bougent plus, ils prennent de petits risques, relèvent des défis et gagnent de l'assurance.
- **Laissez votre enfant jouer librement seul ou avec d'autres enfants.** Lorsqu'il décide à quoi il veut jouer et comment il veut jouer, il développe sa créativité et sa capacité à résoudre des problèmes.

- ▶ **Évitez d'imposer vos règles quand vous jouez avec votre enfant.** Quand vous le laissez diriger le jeu, votre tout-petit développe son [autonomie](#) et sa [confiance](#) en lui.

Les jouets éducatifs sont-ils nécessaires?

Un enfant n'a pas besoin de [jouets](#) éducatifs pour apprendre. Il a surtout besoin d'explorer en jouant. Presque tous les objets peuvent être éducatifs s'ils permettent à l'enfant de réfléchir, d'imaginer et de bouger. Ainsi, toutes les activités qui lui permettent, par exemple, de se créer des histoires, de trier, d'assembler, d'attraper ou de pédaler sont éducatives.

À retenir

- ▶ Jouer est une activité naturelle et stimulante qui permet à votre enfant de faire plusieurs apprentissages.
- ▶ Il est important de donner souvent du temps pour jouer à votre enfant et de le laisser s'amuser sans imposer vos règles.
- ▶ Privilégiez les activités qui lui permettent de bouger, de penser et d'imaginer.



Révision scientifique : Josiane Caron Santha, ergothérapeute

Recherche et rédaction : Équipe Naître et grandir

Mise à jour : Décembre 2018

Photo : GettyImages/monkeybusinessimages

Ressources et références

Note : Les liens hypertextes menant vers d'autres sites ne sont pas mis à jour de façon continue. Il est donc possible qu'un lien devienne introuvable. Dans un tel cas, utilisez les outils de recherche pour retrouver l'information désirée.

- ▶ ENCYCLOPÉDIE SUR LE DÉVELOPPEMENT DES ENFANTS. Pourquoi le jeu devrait faire partie de la vie de tous les enfants ? 2013. www.enfant-encyclopedie.com
- ▶ FERLAND, Francine. Le jeu chez l'enfant. Éditions du CHU Sainte-Justine, 2009, 72 p.
- ▶ FERLAND, Francine. Le monde des jeux et des jouets. Éditions du CHU Sainte-Justine, 2013, 180 p.
- ▶ MINISTÈRE DE LA FAMILLE DU QUÉBEC. Les jeunes enfants et le jeu. www.mfa.gouv.qc.ca