

L'éveil à la nature : Jouons dehors !



Cadre national pour l'accueil du jeune enfant, principe 6 :

« Le contact réel avec la nature est essentiel à mon développement. »

La nature joue un rôle essentiel pour l'épanouissement des enfants.

Le jeune enfant prend connaissance du monde par sa sensibilité, où sont liés le corporel, le cognitif, l'affectif, l'émotionnel et le social. Être au contact de la nature, c'est apprendre à la connaître, à l'aimer et à la respecter.

- *Les espaces naturels constituent d'excellents outils pédagogiques. Ils offrent de multiples sources de jeux, de découvertes et d'apprentissage en invitant les enfants à manipuler, partager, tâtonner et explorer.*
- *La sensibilisation des enfants à la richesse et à la beauté de leur environnement naturel commence très tôt. Le contact avec les minéraux, les végétaux et les animaux est indispensable à leur épanouissement. Accompagner leur exploration et leur observation, leurs sensations des phénomènes naturels, des rythmes et des saisons, les aide à construire leur conscience du temps, de l'espace, et du vivant dans sa globalité.*

« La nature offre à la fois ce qui nous nourrit le corps et le guérit, émerveille l'âme, le cœur et l'esprit » Pierre RABHI.

Toutes les occasions sont bonnes pour se (re)**connecter à la nature**.

Dès le plus jeune âge, la nature est une source d'épanouissement et de construction.

Cette dernière est une richesse pour l'Homme et notamment pour les enfants.

En effet, le milieu naturel permet aux tout petits de plonger dans un univers imparfait, irrégulier et surtout non figuratif.

L'enfant va expérimenter, ressentir, imaginer et s'émerveiller sans fin et sans obligation de résultat. Il devient créateur, construit sa personnalité et se développe physiquement et psychologiquement.

Les enfants ont besoin de **jouer dehors**. S'amuser avec des éléments de la nature :

- Développement des sens (toucher, sentir, écouter ...)
- Développement cognitif (langage lié à la faune et la flore, identifier les couleurs, formes, saisons...)
- Développement psychomoteur (balader, jardiner, courir, sauter, marcher, motricité fine...)
- Développement psychoaffectif (les émotions : joie de découvrir, peur, apaisement face à la colère, tristesse...)






Payam DAVDAND, un médecin, docteur en épidémiologie de l'environnement. Il a fait une étude pour observer les bienfaits que pouvait apporter la nature au jeune enfant. Il en conclut que « L'environnement naturel (...) fournit aux enfants des opportunités uniques d'apprentissage que ce soit en matière d'engagement, de prise de risques, de découverte, de créativité, de maîtrise des situations, d'estime de soi. Il inspire une variété d'états émotionnels – comme l'émerveillement – et améliore les aptitudes psychologiques censées avoir une influence positive sur les différents aspects du développement cognitif »

Quel que soit le temps, le tout petit à besoin de s'émerveiller et de découvrir le monde à travers la nature.

« Il n'y a pas de mauvais temps, que de mauvais vêtements », proverbe Ecossais.

Se balader dans la neige, ramasser des marrons, grimper sur un rocher, observer les feuilles voler, caresser du sable chaud, sauter dans une flaque, creuser dans la terre... Qu'elle chance ! L'enfant peut explorer et expérimenter face aux surprises de la nature.

Quelques pistes :

- ☺ L'extérieur est un outil privilégié pour la découverte spontanée, l'absence de besoin de résultat et la créativité qui sont indispensables au développement de l'enfant quel que soit son âge. 
- ☺ Jouons dehors qu'il pleuve qu'il vente, qu'il neige... La nature à une incidence positive sur le bien-être psychologique de l'enfant et l'activité physique qui se pratique à l'extérieur est essentielle pour sa santé et son bon développement. 
- ☺ Organisons des sorties dans le jardin, dans la forêt, à la ferme... pour favoriser la découverte et la connexion avec la nature.
- ☺ Ne soyons pas dans l'obligation de proposer des jouets en extérieur à l'enfant. Il découvre par lui-même les richesses que nous offre la nature. Il apprend à explorer et manipuler son environnement et à s'y sentir bien.
- ☺ Ayons confiance à l'enfant, laissons-le inventer et mettre en œuvre ses jeux avec des éléments naturels.
- ☺ Laissons le choix à l'enfant de « se salir » ou de rester « propre ». 
- ☺ Sensibilisons les plus jeunes au respect de l'environnement qui nous entoure. En fréquentant souvent la nature, il apprendra à l'aimer et il aura envie de la protéger.

La présence de l'adulte est **indispensable** pour que l'enfant puisse se sentir libre d'explorer. Il a besoin d'un cadre sécurisant, d'une présence bienveillante et attentive de celui ou celle qui l'accompagne pour que l'expérience soit la plus intense et riche possible. Le jeune enfant a besoin de se sentir observé, soutenu, nous voir partager son émerveillement pour s'épanouir pleinement.

L'enfant doit construire ses réponses psychomotrices face à la diversité de l'environnement, il doit penser pour adapter son mouvement à une réalité changeante.

La nature est un terrain d'apprentissage qui permet à l'enfant de connaître son corps, ses capacités, lui permettant d'être autonome et de pouvoir s'adapter à son environnement.

Pour aller plus loin :



- Charte nationale d'accueil du jeune enfant, principe 6
- Lecture : Anne Louise Nesme, « Cultiver la relation enfant-nature. De l'éloignement à l'alliance. »
- Lecture : Sarah Wauquiez, « Les enfants des bois »
- Web-conférence ACEPP « La relation avec la nature autour du jeune enfant » avec Gillian CANTE (18 novembre 2022, acepp.asso.fr)

