

La récréation et la COVID-19

Énoncé de position

L'importance de la récréation

Il est important de veiller à ce que les élèves aient du temps et de l'espace pendant leur journée d'école pour établir des liens avec d'autres élèves dans le cadre d'activités significatives et amusantes¹.

La récréation est une pause nécessaire dans la journée. Elle permet d'optimiser le développement social, émotionnel, physique et cognitif des enfants¹. Il est important de maintenir la normalité de la récréation autant que possible en établissant un équilibre entre les mesures de prévention des infections et la santé mentale et physique des élèves.

Pendant les activités en plein air, comme la récréation, il sera probablement difficile de mettre en application les consignes d'éloignement physique auprès des enfants d'écoles élémentaires, surtout pendant les périodes de jeux². Toutefois, il est important d'encourager les élèves à respecter ces consignes dans la mesure du possible. La formation de groupes/cohortes et le décalage des heures d'accès aux terrains de jeu sont d'autres stratégies que vous pouvez adopter pour simplifier les interactions tout en réduisant l'exposition à la maladie. Les interactions, comme jouer et socialiser, sont essentielles au développement des enfants et doivent être encouragées.

Étant donné les nombreux avantages de la récréation sur le plan physique, social et émotionnel, il ne faut en aucun cas utiliser la suspension d'une récréation (p. ex., à cause d'un devoir qui n'a pas été fait ou d'un mauvais comportement en classe ou à l'heure du dîner) comme mesure disciplinaire¹.

Tous les enfants doivent se sentir en sécurité et inclus, et tous doivent avoir la possibilité d'interagir de manière significative avec les autres pendant leur journée d'école¹.

Pratiques sécuritaires pendant la récréation¹

- Les élèves **de la 1^{re} à la 12^e année** sont tenus de porter un masque non médical ou en tissu à l'extérieur durant la récréation lorsqu'ils ne sont pas en mesure de maintenir la distance physique.⁴
- Les élèves de la maternelle et du jardin d'enfance ne sont toujours pas tenus de porter des masques, mais ils sont tout de même encouragés de le faire.⁴
- Prévoyez pour chaque classe des bacs distincts renfermant l'équipement qui sera utilisé seulement pendant la récréation. Nettoyez l'équipement entre chaque cohorte ou deux fois par jour. Nous vous recommandons de nettoyer l'équipement plus attentivement au début ou à la fin de la journée.
- Ne permettez pas aux enfants d'apporter de l'équipement de la maison.
- Prévoyez l'accès à divers espaces en plein air où différentes activités peuvent se dérouler, y compris des coins tranquilles, des zones de créativité et des espaces réservés aux activités individuelles.
- Créez des espaces ou des zones selon le type d'activité, comme le saut à la corde, le dessin à la craie, le jeu créatif, la danse ou les sports. Cela simplifiera la gestion et le nettoyage de l'équipement.

De même, tout en réduisant les rassemblements, cette organisation permettra de reconforter les enfants qui pourraient ressentir de l'anxiété sur le plan social.

- Limitez les activités qui nécessitent des contacts pendant la récréation afin d'encourager l'éloignement physique.
- Veillez à ce que les élèves se lavent les mains avant, pendant et après chaque récréation. Montrez-leur comment utiliser les postes de lavage des mains.
- Essuyez ou désinfectez l'ensemble de l'équipement et des structures de jeux après chaque récréation.
- Les structures de jeux n'ont pas besoin d'être nettoyées ou désinfectées entre les utilisations, mais il est recommandé qu'elles soient utilisées par une cohorte à la fois.⁵ (*Vérifiez si votre conseil scolaire permet l'utilisation des structures de jeux – consultez les lignes directrices pour le nettoyage et la désinfection.*)
- Il est déconseillé de porter un masque lors des activités physique intenses ou d'endurance cardio-vasculaire. Planifiez en conséquence pour vous assurer que les activités d'intensité vigoureuse ne sont effectuées que dans les zones où les masques ne seraient pas nécessaires, tel que à l'extérieur et physiquement éloigné.⁵

Favoriser une récréation sécuritaire et saine¹

- Les élèves pourraient se montrer plus énergiques, agressifs ou introvertis. De plus, ils pourraient avoir plus de difficulté à s'autoréguler, à régler leurs propres conflits ou à comprendre comment jouer ensemble.
- Certains élèves auront besoin d'aide pour établir des liens avec d'autres (par exemple, certains pourraient avoir besoin d'aide pour interagir de manière significative avec d'autres élèves, les employés ou leur environnement, tandis que d'autres pourraient avoir besoin de soutien pour éprouver un sentiment d'appartenance). Informez le personnel qui supervise les récréations afin qu'il soit préparé à appuyer les élèves.
- Des activités structurées ou sédentaires, comme regarder des films ou des vidéos, n'offrent pas aux élèves la possibilité de faire des choix et d'interagir avec leurs pairs.
- Offrez aux élèves des occasions de leadership ou faites-les participer à la planification et à l'organisation des jeux et des activités d'inclusion, de gestion de l'équipement et d'esprit sportif, ainsi qu'à la mise en application des consignes d'éloignement physique et des pratiques d'hygiène pendant la récréation afin de réduire la propagation de la COVID-19.

Modification des jeux classiques pendant la récréation

- Pour ce qui concerne les jeux où plusieurs élèves doivent toucher le même objet (p. ex., le jeu des quatre carrés où les élèves touchent tous au même ballon, la corde à sauter où les élèves tournent la corde à tour de rôle ou le soccer), assurez-vous que les élèves se lavent les mains après l'activité, puis désinfectez l'équipement régulièrement.
- Les jeux au sol, comme la marelle (où chaque élève aurait sa propre roche ou son propre objet), pourraient être permis. Toutefois, encouragez les élèves à respecter les consignes d'éloignement physique.

- Le jeu du chat et de la souris (tag) n'est pas recommandé, car les enfants doivent se trouver à proximité les uns des autres. (Il n'est pas non plus recommandé de modifier ce jeu pour éviter les contacts, p. ex., à l'aide de nouilles de piscine, car celles-ci sont difficiles à nettoyer à cause de leurs surfaces poreuses.)

Ressources et liens en matière de jeux pendant la récréation

- [CIRA: Fair & Square](#) et [Bare Naked Games](#)
- [Playworks Safe Return to Play Guide](#)
- [Asphalt Green: Rep It Out! Games for Social Distancing](#)
- [21 Social Distancing Games and Safe Activities for Kids to Do This Summer](#)
- EPS Canada: [Activez la récréation](#) et [Retour à l'école : Lignes directrices pour l'EPS](#) et [Activités d'éducation physique](#)
- [Santé mentale en milieu scolaire Ontario](#)

Références

¹[Global Statement on Recess](#) (Global Recess Alliance)

²[Sick Kids Guidance for Schools Reopening](#) (29 juillet 2020)

³[Guide relatif à la réouverture des écoles de l'Ontario](#) (ministère de l'Éducation)

⁴ [COVID-19 : Réouverture des écoles](#) (ministère de l'Éducation)

⁵ [Toronto Public Health Guidance for Re-Opening Schools JK to Grade 12 Revised Feb252021](#)