© outdoordesign.com.au

COURS D'ÉCOLES SECONDAIRES

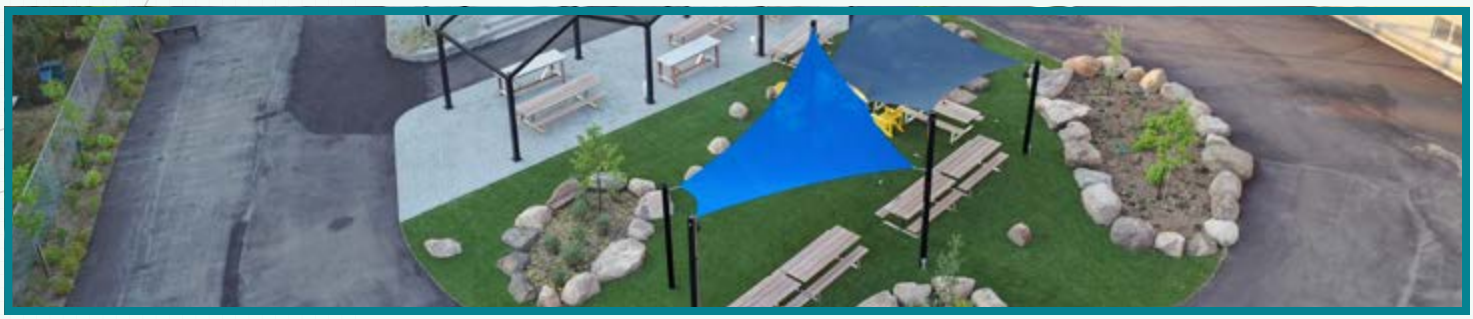
ORGANISATION DE L'ESPACE

La cour d'école doit répondre au besoin de mouvement et de rapprochement des jeunes à la nature. Pour cela, elle doit être un environnement attrayant, propice à la pratique d'activités physiques libres, spontanées et amusantes dans un environnement naturel stimulant et de qualité. Elle doit donc offrir de multiples opportunités aux jeunes de bouger en nature. À cette fin, il est requis de définir les usages et vocations auxquels elle répondra (ses fonctions) et de l'organiser en conséquence (espaces, infrastructures, équipements...). Tout cela en contribuant au développement de jeunes souhaitant bouger librement, sans contrainte ni programmation (désir et besoin d'autonomie) (Dahan, 2013) au sein d'environnements, activités et situations laissant une place variable au risque.

ÉLÉMENTS À CONSIDÉRER

Des zones pour chacun, une cour pour tous !

Le concept d'aménagement de « zones » dans les parcs est une approche utilitaire et concrète documentée et éprouvée depuis quelques années dans les parcs scolaires de niveau primaire et dans les parcs municipaux, qui répond à la multiplicité des besoins de développement des enfants et des adolescents. Tout en évitant les risques de surprogrammation, séparer la cour d'école en différentes zones d'activités multiplie les opportunités d'être physiquement actif. Cela permet de stimuler la créativité, de répondre aux besoins variés et évolutifs des jeunes, mais aussi de limiter les conflits d'usages et d'usagers. Organiser la cour en zones implique un aménagement cohérent, lisible et compréhensible pour chacun. Attention, le lignage n'est pas la solution miracle !



Cour d'école Collège Saint-Paul (Varennes)

ORGANISATION DE L'ESPACE

© outdoordesign.com.au

Pistes d'action

- Tentez d'aérer les zones d'activités en réservant des dimensions suffisantes pour ne pas donner aux jeunes le sentiment d'être confinés. Bien que peu de données soient disponibles sur le sujet, un rapport unitaire égal ou supérieur à 10 m² par élève est recommandé pour les enfants des écoles primaires (Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, 2019).
- Misez sur la segmentation des usages.
- Aménagez votre cour de façon cohérente sans impacter négativement les bâtiments adjacents. Pensez votre cour comme une partie seulement de l'environnement et des fonctions du milieu. Ainsi, celui-ci au-delà les locaux scolaires, les bâtiments, fonctions, services et réseaux voisins sont à considérer (notion de maillage et d'articulation).
- Disposez préférablement les zones d'activités en cercle afin d'assurer la continuité et la succession des mouvements et activités. Et reliez ces zones en traçant des lignes de circulation (Smirnova, 2016).
- Prenez en compte les éléments existants pour définir les zones (barrières naturelles et topographie du site, arbres matures, murets de pierres, équipements existants…) ou créez-en.
- Utilisez des éléments distinctifs horizontaux et verticaux (haies, drapeaux, marquage au sol, signalisation…) pour définir les zones avec cohérence tout en garantissant leur lisibilité.
- Dégagez et aérez les différentes zones en limitant les barrières visuelles. La zone jardin/potager doit par exemple être visible pour que les adolescents soient visuellement invités à la découvrir.
- Veillez à la bonne cohabitation en limitant les conflits entre zones, activités et usagers. Par exemple, ne placez pas la zone jardin/potager, ou encore la zone socialisation, près des espaces « actifs » (terrain de soccer).
- Étudiez l'emplacement des équipements existants pour localiser les zones futures (accès à l'eau pour le potager/jardin, aux matériels et aux vestiaires pour les terrains sportifs…).
- Utilisez la dénivellation du sol pour créer des zones variées et facilement lisibles. Par exemple, créez une pente libre de tous obstacles, pouvant être utilisée ponctuellement et de différentes manières (courir en pente, glisser, s'initier à la planche à neige…).

© Lokale og Anlægsfonden
Photographe: Rune Johansen

Toujours plus actifs !

Au secondaire, les goûts changent et évoluent. En matière d'infrastructures sportives, le terrain de soccer est le plus populaire (Haug, Torsheim, F. Sallis et Samdal, 2008). Pourtant, les jeunes sont demandeurs d'une diversité d'installations répondant à des besoins variés. De plus, il est nécessaire de laisser place à un certain niveau de risque. En effet, les activités à risque ne sont pas à proscrire ou à éviter. Au contraire, elles offrent des occasions pour les jeunes de relever des défis, de tester et d'explorer les limites, de se confronter au risque de blessure (Sandseter, 2007) et de développer leur autonomie.

Pistes d'action

Pour bouger en groupe

- Envisagez des infrastructures propices à un usage mixte (filles et garçons). La majorité des filles apprécient des activités alliant sport et socialisation. Vous pouvez également dédier des plages horaires réservées aux filles sur chaque plateau sportif.
- Prévoyez des terrains sportifs variés pour répondre aux intérêts et niveau de pratique de chaque adolescent (soccer, rugby, balle molle, roundnet…). Espacez suffisamment ces terrains et délimitez-les notamment par des éléments naturels voire un marquage au sol.
- Prévoyez des estrades couvertes à proximité des terrains sportifs pour socialiser et encourager les activités collectives.
- Pensez à proposer des infrastructures permettant de faire de l'activité physique tant à l'intérieur (gymnase, salle d'entraînement) qu'à l'extérieur. Cependant, ayez en tête que les milieux naturels sont réputés pour favoriser l'activité physique des jeunes (Coe, Flynn, Wolff, Scott et Durham, 2014 ; Dyment et Bell, 2008).

Pour bouger seul

- Ne négligez pas les activités individuelles. Différentes structures sont à intégrer dans votre cour comme des barres fixes, mur d'escalade, des pistes de course, des sentiers pour la marche, des modules d'entraînement en plein air…
- Placez des accessoires pour les inciter à voir toutes les opportunités de sports existantes (yoga, danse, aki, roundnet…) et pensez à intégrer une technologie sonore pour diffuser de la musique au sein de ces espaces.
- Aménagez le dessous des arbres pour accueillir des slacklines.
- Envisagez un usage de la cour d'école toute l'année (Voir fiche Climat, saisonalité et météo).
- Marquer certains murs de votre école peut aider à diversifier l'offre de jeux et de sports individuels. Par exemple, une cible dessinée sur un mur peut permettre au jeune d'y lancer des boules de neige l'hiver, mais peut aussi servir de mur de pratique pour les sports de raquettes et autres pratiques de balle au mur durant les autres saisons.
- Développez un réseau de sentiers multifonctionnels composé de parcours sinueux et en boucle pour permettre des déplacements fluides et continus (Brussoni, Ishikawa, Brunelle et Herrington, 2017). Ces éléments contribuent à la pratique d'activités variées dont certaines sont très populaires telles que la marche ou le vélo (Voir fiche Déplacements actifs).
- Valorisez ce réseau même en hiver en développant des sentiers et pistes de patin, fat bike et ski de fond l'hiver.

ORGANISATION DE L'ESPACE

Du matériel et des infrastructures en tout genre

C'est prouvé ! Les élèves du secondaire qui ont accès à un plus grand nombre d'installations extérieures, ont presque trois fois plus de chances d'être actifs quotidiennement pendant les pauses. L'idée de liberté et de possibilité de jeux illimités renvoie à la pertinence de confronter les jeunes à certains risques. Par conséquent, ils peuvent acquérir des compétences qui les outilleront pour reconnaître et évaluer un défi, et savoir y faire face ou l'éviter (Sandseter et Kennair, 2011).

INFO!

L'établissement d'un cadre sécuritaire raisonnable et bien adapté à la situation sera perçu comme un moyen visant à maintenir ou à accroître le bien-être et la santé des élèves plutôt qu'un frein à la pratique d'une activité ou une contrainte à l'enseignement. Source : La sécurité en milieu scolaire, un réflexe gagnant! (2e partie), Journal Propulsion (FÉPEQ) – Printemps 2016 | Volume 29, numéro 1, p. 26-28

Pistes d'action

- Offrez des activités variées en diversifiant les équipements et installations (objets mobiles, matériaux libres…). Diversifiez au maximum l'offre en termes de mobilier afin que les jeunes restent à l'extérieur. Offrez-leur la possibilité de moduler encore et encore. Par exemple, une roche, un rondin de bois, une balançoire sont autant d'éléments qui permettent de s'asseoir, de discuter ou de bouger.
- Prévoyez des bacs à proximité des zones pour mettre à disposition des équipements pour les jeunes (frisbee, ballons variés, dossards, cônes, slackline…) et ranger ce matériel.
- Envisagez la possibilité de créer un comptoir de prêt de matériel. Une avenue intéressante peut être celle de confier sa gestion aux jeunes. N'oubliez pas que la circulation d'objets larges comme par exemple, des buts de hockey cosom nécessitent un accès sous forme de rampe pour faciliter et sécuriser le déplacement d'objets plus lourds placés dans des chariots roulants.
- Fournissez des infrastructures extérieures variées en incluant des éléments fixes et mobiles, naturels et non naturels, des surfaces dures et souples voire meubles…
- Les surfaces dures et uniformes sont essentielles pour certaines activités alors que celles amortissantes sont nécessaires pour d'autres. À vous d'évaluer les besoins selon les activités et usages (revêtements naturels : végétal, minéral ; revêtements synthétiques…).
- Considérez l'aménagement de la cour sur différents paliers afin d'encourager la pratique d'activité physique (enrochements, sentiers, escaliers…). Toutefois, pour une cour harmonieuse et stimulante, visez un équilibre entre les espaces plats et les dénivellations.
- Accessibilité physique entre les sites : une pente douce est moins contraignante que plusieurs marches successives pour le transport de matériel sur chariot ou pour une personne se déplaçant en fauteuil roulant.

© outdoordesign.com.au

Panneaux et signalétique

Les jeunes ont un niveau d'activité physique un peu plus élevé dans les cours d'écoles rénovées et comprenant une diversité de couleurs au sol (Brittin et al., 2015).

INFO!

Les professeurs d'éducation physique et kinésiologues peuvent développer ces contenus avec les jeunes.

Pistes d'action

Design et signalisation

- Affichez des plans de la cour afin que les jeunes s'approprient l'espace et prennent connaissance des possibilités existantes (objets perdus, zone active, calme…).
- Mettez de la couleur. Les peintures au sol ainsi que la signalisation colorée permettent de délimiter les zones et constituent une invitation au mouvement et à la créativité. Attention, le déneigement peut réduire considérablement sa durée de vie. Prévoyez un entretien annuel.
- Ajoutez des panneaux d'exercices pour inciter les jeunes à être actifs. Ces panneaux peuvent par exemple être installés sur le mobilier existant (tables et bancs) voire même inviter à l'utiliser lors des exercices suggérés. Vous rendez ainsi les choix plus aisés et plus ludiques.

Lumière, lumière !

- Soyez l'étincelle et misez sur un éclairage d'ambiance contribuant au confort et à la fréquentation des lieux même durant la saison hivernale au cours de laquelle les journées sont plus courtes. Adaptez l'éclairage selon les besoins et activités.
- Contribuez à la sécurité réelle et perçue des usagers par un meilleur éclairage. De plus, vous augmentez la possibilité que les équipements soient utilisés en dehors des heures de classe.
- Misez sur l'éclairage naturel (aménagement aéré et offrant une vue d'ensemble sur la cour) la visibilité et les panneaux directionnels indiquant la localisation des escaliers. Ceux-ci constituent des moyens de les mettre en valeur et ainsi, d'inciter les personnes à les emprunter. D'ailleurs, plus ceux-ci sont larges et imposants, plus ils sont utilisés.
- Valorisez l'aspect nature en illuminant les arbres en soirée.

© outdoordesign.com.au

Sous-thématique : art, culture et expression

Les jeunes ont besoin de s'exprimer et de libérer leur créativité à travers différents médiums (théâtre, cirque, musique, danse, dessin…). De plus, il est à noter que les personnes qui ont la possibilité d'apporter leur touche personnelle dans leur milieu de vie développent un plus grand sentiment d'appartenance et ont donc envie d'en prendre soin. Pour cela, un espace d'expression est incontournable.

INFO!

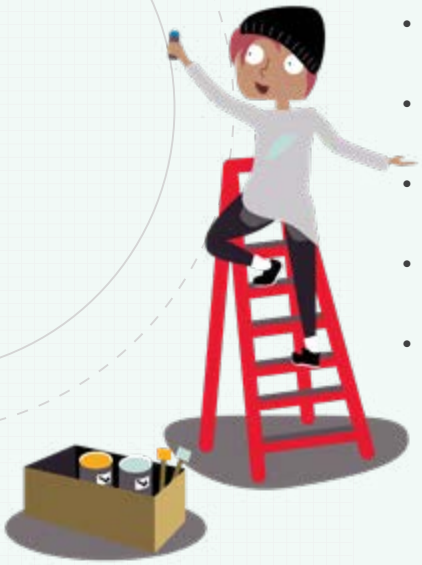
Le degré d'implication est un facteur de réussite. Un jeune impliqué dans l'aménagement de sa cour a davantage tendance à y passer du temps, en prendre soin et y bouger.

Pistes d'action

Expression de soi, la zone arts et spectacles

- Prévoyez des espaces et installations favorisant l'expression libre des jeunes (scène, mur d'arts visuels, espace bricolage, espace d'exposition…).
- Pensez à intégrer une scène avec des places assises, un amphithéâtre végétal, une structure couverte…. Une telle configuration dans la cour donne lieu à de nombreuses activités. Cet espace peut aussi être le lieu où se donne la classe extérieure.
- Utilisez des pièces d'équipement et du mobilier évolutifs et/ou amovibles. De la sorte, leurs usages se multiplient. N'hésitez pas à jouer sur les couleurs, les surfaces, le marquage au sol.
- Placez des blocs de couleurs disposés partout afin de laisser vos jeunes libres d'en faire ce qu'ils veulent, de construire un environnement qui leur convient.
- Intégrez une zone musicale avec un système de son pour danser peut vite devenir indispensable.
- Proposez du matériel suffisant et varié (instruments, murs anti-bruit…) dans un espace déterminé pour favoriser l'expression de soi.

Jeunesse engagez-vous !



- Créez des installations éphémères pour des projets artistiques et culturels. Pour ce faire, impliquez les jeunes dans la conception et pensez à la réutilisation du matériel.
- Mobilisez-les également pour des projets de construction, de fabrication et de création afin de les garder actifs.
- Envisagez la classe extérieure comme une avenue différente d'enseigner qui se distingue des cours conventionnels.
- Faites participer les jeunes à l'embellissement de la cour. Mettez à disposition du matériel et des supports propices à la création (fresque, murale…).
- Invitez tous les enseignants à se lancer le défi de planifier une classe en plein air.

© outdoordesign.com.au

Sous-thématique : détente et socialisation

La socialisation occupe une place grandissante au secondaire et peut se traduire par l'aménagement d'une zone de repos. Elle peut se caractériser par le fameux cercle composé de plusieurs arbres, comprenant dans la majorité des cas, des bancs, des hamacs ou des estrades. Les adolescents ont besoin de socialiser (Snow et al., 2019), tout comme ils ont besoin de moments plus intimes. Le considérer dans l'organisation de l'espace permet d'assurer la sécurité des jeunes sans le sentiment de cloisonnement.

Pistes d'action

On jase ?

© atmosphare

- Multipliez et diversifiez les possibilités de s'asseoir, discuter et socialiser (bancs, troncs d'arbres, hamacs, rampes du parc de planches à roulettes, mobilier urbain original…).
- N'oubliez pas les balançoires qui peuvent offrir plusieurs possibilités (se balancer en parlant, en écoutant de la musique…) ainsi que les hamacs et mobiliers berçants.
- Pensez aux espaces verts pour se relaxer et socialiser (Voir fiche Aménagement naturel, vert et écologique).
- Prévoyez pour les bancs, un dégagement d'au moins 0,5 m à l'avant et sur les côtés de bancs sans dossiers, afin de permettre aux personnes assises de s'étirer les jambes sans empiéter sur les aires de circulation.
- Des roches naturelles placées à l'ombre peuvent être l'occasion de socialiser, beaucoup mieux qu'un mur de briques sur lequel les élèves s'accotent.
- Favorisez la socialisation en ajoutant des tables de tennis de table. Les jeunes aiment y jouer tranquillement, y prendre des pauses et discuter.
- Aménagez un espace avec des tables et chaises mobiles, accessible pour tous, sous une pergola permettant d'offrir de l'ombre.
- Prévoyez un mobilier permanent pour prolonger l'utilisation même pendant la période hivernale (mobilier ancré sur dalle de béton, sur pieux ou même mobilier de béton sont des options à considérer) (Voir fiche Climat, saisonalité et météo). Aussi, cela permet de limiter le vandalisme.
- Proposez des surfaces de jeux propices pour des jeux informels et aménagez des plates-formes pour la danse, le yoga, et autres activités sociales qui permettent de bouger.
- Pensez à l'aménagement d'un espace sur le sol pour s'allonger, regarder le ciel…
- Pour maximiser le bien-être des jeunes, aménagez un ou des espaces de socialisation où on y trouve de la végétation, des tables, des bancs, des poubelles, des points d'eau et/ou et un abri.
- N'oubliez pas de créer des espaces plus intimes et propices à la méditation, au ressourcement et au regroupement de plus petits groupes d'individus. Permettez aux adolescents de combler leur besoin de solitude, d'introspection et de secret, tout en assurant une certaine visibilité et surveillance pour ne pas nuire au sentiment de sécurité.

ORGANISATION DE L'ESPACE

© outdoordesign.com.au

INFO!

N'oubliez pas de penser à l'accessibilité universelle!

Le saviez-vous ? C'est à moins de 25 mètres de distance qu'on perçoit suffisamment notre environnement pour s'émouvoir d'une scène et à moins de 100 mètres qu'on identifie les mouvements de quelqu'un.

TRUCS ET ASTUCES

- Prenez bien en compte que **chaque cour est unique** de par sa localisation, sa configuration, son contexte, son histoire et sa communauté d'utilisateurs.
- Évaluez les **sentiers/parcours des environs** afin de créer des réseaux (comme par exemple, utiliser les espaces publics pour pratiquer la marche active).
- Ne sous-estimez pas le potentiel des **espaces situés immédiatement près des accès** (entrées, sorties…).
- Pensez à l'**accessibilité** : le chemin qui mène aux différentes structures de jeux doit être sans obstacle, lisse et fluide. Exit donc les bosses, racines, verre, cailloux et autres obstacles.
- Misez sur la **polyvalence** des espaces.
- Veillez à ce que les **revêtements de surface** soient adéquats selon l'usage (surface de réception absorbante pour limiter les impacts et les chocs). Valider les normes le cas échéant (parfois obligatoire dans certaines zones de jeux).
- Aménagez l'espace en **dégageant la vue** de tous obstacles. Considérez l'aménagement selon une échelle adéquate.
- N'oubliez pas les **gradins** qui peuvent devenir des endroits de socialisation importants, mais aussi être des espaces pour lire, étudier…
- Pensez à la **signification des couleurs**. La zone verte pourrait être dédiée à la zone nature, la zone bleue à la détente, la rouge au sport…
- Sortez de l'ordinaire et envisagez utiliser **le toit** de votre école pour maximiser les espaces. Ne négligez pas pour autant la sécurité et la faisabilité technique !

À VOUS DE JOUER !

Références

Brittin, J., Sorensen, D., Trowbridge, M., Lee, K. K., Breithecker, D., Frerichs, L. et Huang, T. (2015). Physical Activity Design Guidelines for School Architecture. *PLOS ONE, 10*(7), e0132597. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0132597

Brussoni, M., Ishikawa, T., Brunelle, S. et Herrington, S. (2017). Landscapes for play: Effects of an intervention to promote nature-based risky play in early childhood centres. *Journal of Environmental Psychology, 54,* 139-150.

Coe, D. P., Flynn, J. I., Wolff, D. L., Scott, S. N. et Durham, S. (2014). Children's physical activity levels and utilization of a traditional versus natural playground. *Children Youth and Environments, 24*(3), 1-15.

Dahan, C. (2013). Les adolescents et la culture. Cahiers de l'action, 38(1), 9-20. doi:10.3917/cact.038.0009.

Dyment, J. E. et Bell, A. C. (2008). Grounds for movement: green school grounds as sites for promoting physical activity. *Health Education Research, 23*(6), 952-962.

Haug, E., Torsheim, T., Sallis, J. F. et Samdal, O. (2008). The characteristics of the outdoor school environment associated with physical activity. *Health Education Research, 25*(2), 248-256. https://doi.org/10.1093/her/cyn050

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2019). *Aménagement et animation de la cour d'école au secondaire.* Consulté à l'adresse http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/virage-sante_fiche6_cour-ecole-secondaire.pdf

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2020). *Guide Aménager la cour un travail d'équipe!* Consulté à l'adresse http://www.education.gouv.qc.ca/cour-decole

Sandseter, E. B. H. (2007). Risky play among four-and five-year-old children in preschool. *Vision into practice: Making quality a reality in the lives of young children,* 248-256.

Sandseter, E. B. H., et Kennair, L. E. O. (2011). Children's risky play from an evolutionary perspective: The anti-phobic effects of thrilling experiences. *Evolutionary psychology, 9*(2), 147470491100900212.

Smirnova, E. O., Kotliar, I. A., Sokolova, M. V. et Sheina, E. G. (2016). The Children's Playground in the Context of Cultural-Historical Psychology. *Cultural-Historical Psychology, 12*(3), 269-279. DOI: 10.17759/chp.2016120316

Snow, D., Bundy, A., Tranter, P., Wyver, S., Naughton, G., Ragen, J. et Engelen, L. (2018). Girls' perspectives on the ideal school playground experience: an exploratory study of four Australian primary schools. *Children's Geographies, 17*(2), 148-161. DOI: 10.1080/14733285.2018.1463430

© outdoordesign.com.au

Notes

Ce projet est une initiative de Loisir sport Montérégie et est soutenu financièrement par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur (MÉES) dans le cadre de la mesure 1.4, action 7 de la politique gouvernementale en prévention de la santé (PGPS).