

Favoriser l'adhésion à la pédagogie plein air

Un levier pour répondre à de nombreux enjeux

- 40,26 % de la population nationale universitaire ressent des symptômes anxieux.
- 42,47% de la population nationale universitaire ressent des symptômes dépressifs.
- La communauté universitaire est une population à risque (attente de performance, ressources limitées).
- 50,65% de la communauté universitaire ressentent un besoin d'aide. Par contre, 87% ne vont pas chercher l'aide.
- Bas taux de sentiment d'appartenance (40,1%).
- Ce sont les 18-34 ans et les personnes de 65 ans et plus qui utilisent les écrans de manière intensive.
- Une étude réalisée aux États-Unis révélait qu'un adulte moyen passe 11 heures par jour devant un écran. (ordinateur, télévision, téléphone intelligent, etc.) au travail et à la maison.
- La relation à l'espace et aux autres s'érode progressivement (recul de la nature sauvage, transformation des rythmes de vie, sentiment d'insécurité grandissant, etc.).
(Gallais et al., Données de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur, enquête 2024, rapport sorti en 2026; Pruneau et Lapointe, 2022; Centre Mosaïque de Québec, 2024)

Quelques potentiels de la pédagogie plein air

- Plusieurs chercheurs (Conrad et Hedin, 1995 ; Owens et Owens, 1995 ; Bisson et Luckner, 1996) soulignent le rôle positif du plaisir dans les expériences vécues. Celui-ci stimule la motivation et la confiance en soi, tout en favorisant un état d'éveil et d'ouverture propice aux apprentissages.
- Elle répond aux recommandations de l'Enquête sur la santé psychologique des 12 à 25 ans CIUSSS & UdeS, supervisé par Dr Mélissa Généreux. En effet, on y présente 6 grands domaines pour cultiver son bien-être : saines habitudes de vie, la connexion à la nature, la connexion sociale, l'art et la culture, la relaxation, l'introspection.
- Certaines expériences concrètes, comme la visite de projets d'aménagement du territoire ou l'observation de l'accès aux services, constituent un levier pédagogique pour amener les individus à réfléchir aux problématiques de leur communauté (Eyler & Giles, 1999, cités dans Rose, 2006).

Quelques bienfaits de la pédagogie plein air & de la pratique du plein air

- Apprentissages plus concrets (mise en pratique plus rapidement de certaines notions théoriques)
- Recours à une pédagogie plus active
- Approches pédagogiques variées (coopérative, expérientielle, par problème, par projet, communautaire)
- Exploration de l'enseignement-apprentissage avec un moindre recours aux divers appareils technologiques
- Introduction aux pédagogies autochtones
- Développement d'aptitudes sociales, de liens interpersonnels et de collaborations interprofessionnelles
- Meilleure concentration et plus grande motivation
- Amélioration générale de l'humeur et diminution du stress et des symptômes de la dépression
- Réalisation d'activités physiques légères
- Meilleurs apprentissages
- Développement d'une dimension écocitoyenne dans la formation offerte aux personnes étudiantes
(AQCPE, 2021; Ayotte-Beaudet, J-P., 2023; Battiste, M et al., 2002; Becer, C. et al, 2017; Boelen, V., 200 ; Campeau, D, 2021; Gladwell et al., 2012; Kirkness, V. J., & Barnhardt, R., 1991; Kuo, M. et al., 2018; Ministère de l'éducation et de l'enseignement supérieur, 2017; Sauvé, L., 1997)



Pourquoi faire une place aux perspectives et aux réalités autochtones dans les cours, les programmes et l'enseignement ?

La méconnaissance des réalités autochtones a été nommée comme un enjeu prioritaire dans plusieurs commissions d'enquête sur les réalités autochtones. Il importe, en tant qu'institution universitaire, **de lutter contre la méconnaissance généralisée** présente dans la population québécoise en ce qui a trait aux réalités autochtones.

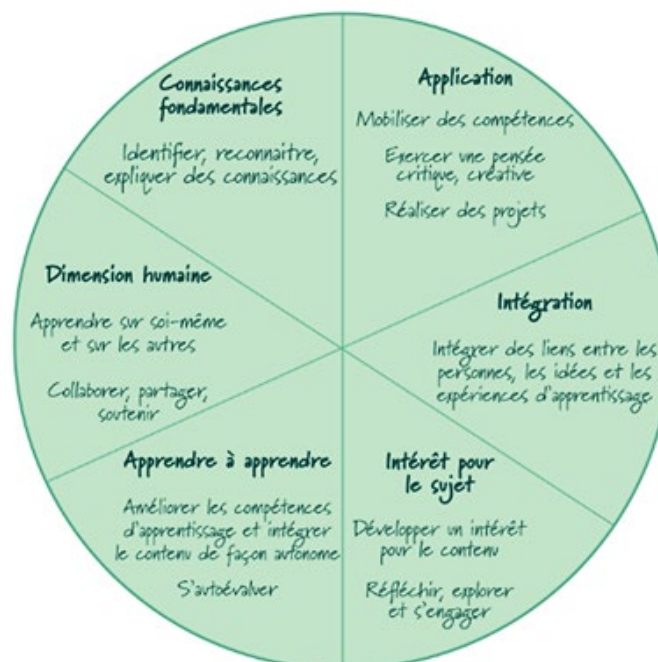
Le Réseau de l'Université du Québec a pris quatre engagements:

- Sensibilisation de l'ensemble de la communauté universitaire aux réalités historiques et contemporaines des Premiers Peuples;
- Embauche de personnes autochtones dans une diversité de postes allant par exemple de l'enseignement, à l'accompagnement pédagogique et aux services aux étudiantes et aux étudiants afin d'améliorer la prise en compte des réalités et des perspectives des Premiers Peuples;
- Soutien aux équipes programmes dans le déploiement des cultures, des perspectives et des réalités autochtones dans les cours et les programmes d'études;
- Renforcement des capacités collectives et partage des expériences par l'animation d'espaces d'échanges dans et entre les établissements du réseau.

Plus encore, faire une place aux perspectives et aux réalités autochtones permet de reconnaître le passé colonial et ses répercussions toujours présentes, de favoriser la réconciliation entre les Nations, d'enrichir et de diversifier les savoirs, de favoriser l'équité et la diversité, d'offrir des formations universitaires plus représentatives, de rendre les milieux scolaires plus accueillants.

Commissions d'enquête : [CRPA](#), 1996; [CVR](#), 2012; [CERP](#), 2019 ; [ENFFADA](#), 2019

Taxonomie de Fink



Adapté de [Hovington, S. et Lépine, J. \(2024\)](#)

RÉFÉRENCES

- Association québécoise des centres de la petite enfance. (2021). Cadre de référence. L'éducation par la nature en service de garde éducatif à l'enfance. <https://www.aqcpe.com/projets/alex/>
- Ayotte-Beaudet, J.-P., Vinuesa, V., Turcotte, S. et Berrigan, F. (2022). Pratiques enseignantes en plein air en contexte scolaire au Québec : au-delà de la pandémie de COVID-19. Université de Sherbrooke. https://www.usherbrooke.ca/crepa/fileadmin/sites/crepa/Rapports/Pratiques_E_PA_Rapport_final.pdf
- Ayotte-Beaudet, J.-P. (4 mars 2023). L'éducation en plein air dans l'enseignement supérieur, des milieux pour ancrer les apprentissages. Webinaire du GRIIP.
- [L'éducation en plein air dans l'enseignement supérieur, des milieux pour ancrer les apprentissages](#)
- Battiste, M., Bell, L., & Findlay, L. M. (2002). Decolonizing education in Canadian universities: An interdisciplinary, international, indigenous research project. *Canadian Journal of Native Education*, 26(2).
- Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review on students' learning, social and health dimensions. *International journal of environmental research and public health*, 14(5), 485.
- Boelen, V. (2022). L'éducation en plein air: un espace pédagogique écoformateur. *Éducation relative à l'environnement*, 17(2).
- Bourassa, B. et al. (2007) Apprendre de son expérience. Presses de l'Université du Québec. Québec, 181 pages.
- Bussière, C. (2020). Connaissance de soi et bien-être au contact de la nature : une recherche basée sur les arts pour le développement d'une identité écologique en art-thérapie [non-publié]. Université Concordia.
- Campeau, D. (2021). Pédagogie autochtone et pédagogie du lieu: proposition d'un modèle d'enseignement autochtonisé. *Éducation et francophonie*, 49(1), 52-70.
- Centre Mosaïque de Québec (2024) Pour une relation plus saine avec les écrans. <https://www.centremosaïque.ca/pour-une-relation-plus-saine-avec-les-ecrans/>
- CERP. (2019). *Rapport synthèse. Commission d'enquête sur les relations entre les Autochtones et certains services publics : écoute, réconciliation et progrès*. <https://www.bibliotheque.assnat.qc.ca/guides/fr/commissions-d-enquete-au-quebec-depuis-1867/7738-commission-viens>
- Commission de vérité et réconciliation du Canada. (2015). *Honorer la vérité, réconcilier pour l'avenir. Sommaire du rapport final de la Commission de vérité et réconciliation du Canada*. https://publications.gc.ca/collections/collection_2016/trc/IR4-7-2015-fra.pdf
- Huynh, L. et al. (2022) Linking the nonmaterial dimensions of human-nature relations and human well-being through cultural ecosystem services. Université de Tokyo. Science Advances, https://www.researchgate.net/figure/Frequency-of-the-CESs-mechanisms-and-constituents-of-human-well-being-documented-in-the_fig2_362514766
- Gallais, B., Lanoue, S., Bizimana, E.-G., Paré-Beauchemin, R., Lane, J., Guertin, R., Pinsonneault, M., Guay-Dufour, F. et Dubois-Bouchard, C. (2025). Rapport scientifique : Enquête québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (OSMÉES).



Gladwell, V. F., Brown, D. K., Wood, C., Sandercock, G. R., & Barton, J. L. (2013). The great outdoors: how a green exercise environment can benefit all. *Extreme physiology & medicine*, 2(1), 1-7.

Gruenewald, D. A. (2003). The best of both worlds: A critical pedagogy of place. *Educational researcher*, 32(4), 3-12.

Hovington, S., et Lépine, J. (s. d.). 5.3. Des taxonomies du domaine affectif. Dans *Pédagogie par le jeu en enseignement supérieur : Un levier pour favoriser le développement du savoir-être*. Partenariat des bibliothèques universitaires du Québec. <https://pressbooks.pbuq.ca/pedagogieparlejeu/chapter/5-3-des-taxonomies-du-domaine-affectif/>

Institut de la statistique du Québec (2023) Santé physique, mentale et environnementale : faits saillants. Gouvernement du Québec. En ligne : <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/sante-physique-mentale-environnementale-faits-saillants>

Kirkness, V. J., & Barnhardt, R. (1991). First Nations and higher education: The four R's—Respect, relevance, reciprocity, responsibility. *Journal of American Indian Education*, 1-15.

Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning – Experience as the source of learning and development*, FT Press, 389 pages.

Kuo, M., Browning, M. H., Sachdeva, S., Lee, K., & Westphal, L. (2018). Might school performance grow on trees? Examining the link between “greenness” and academic achievement in urban, high-poverty schools. *Frontiers in psychology*, 9.

Lavoie, C. et Blanchet, P. A. (2017). Un modèle pédagogique inspiré des traditions autochtones pour enseigner le récit de vie en classe. *L'oral et son enseignement: pluralité des contextes linguistiques*, 201-219.

Ministère de l'éducation et de l'enseignement supérieur. (2017). Au Québec, on bouge en plein air! : avis sur le plein air. Récupéré à : <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/3282601ER>

Nepton-Rousseau, L. (7 mai 2021). *Mythes et Légendes de l'Univers Cosmogonique des Premières Nations*. Société d'astronomie du Planétarium de Montréal. [Vidéo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=CJ1OtPEcow4>

Pruneau, D. et Lapointe, C. (2022) Un, deux, trois, nous irons aux bois : l'apprentissage expérientiel et ses applications en éducation relative à l'environnement. *Éducation et francophonie*, 30(2), 241-256. <https://doi.org/10.7202/1079533ar>

Radio-Canada (2024) Quel est le temps d'écran idéal pour un adulte? Moteur de recherche- Radio Canada <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/moteur-de-recherche/segments/rattrapage/496550/hyperconnectivite-cyberdependance-anxiete-sante-ordinateur-travail>

Rose, C. (2006) L'apprentissage par le service communautaire. Association Canadienne de l'apprentissage par le service communautaire. Disponible à <https://slideplayer.fr/slide/2825342/>

Sauvé, L. (1997). L'approche critique en éducation relative à l'environnement : origines théoriques et applications à la formation des enseignants. *Revue des sciences de l'éducation*, 23(1), 169-87. <https://doi.org/10.7202/031912ar>

Service de soutien à la formation. (2026, 1er avril). *Quand l'extérieur devient un levier d'apprentissage en enseignement supérieur*. Groupe de travail sur les espaces d'apprentissage du SSF, Université de Sherbrooke. <https://www.usherbrooke.ca/ssf/veille-et-actualites/nouvelles/details/58092>



Smith, P. (s. d.). Learning taxonomies: Bloom and Fink. Dans *The open guide to teaching and learning in higher education*. East Tennessee State University. <https://pressbooks.pub/etsu/chapter/learning-taxonomies-bloom-and-fink/>

Statistique Canada (2022) Les troubles mentaux au Canada, Statistique Canada.
<https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-627-m/11-627-m2023053-fra.htm>

Université du Québec. (2021). *Un engagement collectif autour de quatre leviers pour soutenir le changement dans le réseau de l'Université du Québec en faveur des réalités des Premiers Peuples*. Projet déposé au Forum national sur la réconciliation 2021.

Université Laval (2024) Apprentissage expérientiel en milieu communautaire. Université Laval, disponible à <https://www.enseigner.ulaval.ca/pedagogie/apprentissage-experientiel-en-milieu-communautaire>

University of Waterloo (s.d.) Incorporating service Learning into University Courses. Centre for Teaching Excellence. Disponible à <https://uwaterloo.ca/centre-for-teaching-excellence/catalogs/tip-sheets/incorporating-service-learning-university-courses>

Yemini, M., Engel, L., & Ben Simon, A. (2023). Place-based education – a systematic review of literature. *Educational Review*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/00131911.2023.2177260>

