



## "Mieux vaut ne pas manquer la récréation"

publié le 03/05/2019

---

### Descriptif :

Dossier complet du Québec sur le rôle et l'importance de la récréation

---

- [Article du Café pédagogique Octobre 2017](#) :

*"Ce document aborde l'importance de la récréation dans le cheminement scolaire des jeunes. Il fait état de son effet inestimable sur leur capacité de concentration, sur leur comportement, de même que sur leur développement global. Ainsi, en appuyant ce document, nous souhaitons affirmer l'importance des récréations dans le quotidien des jeunes et sensibiliser tous les acteurs concernés quant aux actions à mettre en place pour optimiser cette période afin que les jeunes évoluent dans un environnement stimulant qui favorise leur santé et leur réussite éducative". Réalisé par la Commission scolaire de Montréal (Québec), cette brochure montre l'importance de la récréation pour le développement personnel des enfants mais aussi pour la réussite scolaire. Elle s'appuie sur l'exemple de la Finlande : "En Finlande, durant les six premières années scolaires, le système d'éducation offre aux élèves une récréation de quinze minutes à l'extérieur après chaque période de 45 minutes de cours. Pourtant, même s'ils détiennent le record du minimum d'heures de cours parmi les pays membres de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE), les enfants finlandais sont considérés comme étant les plus performants de l'Europe".*

Le document se termine par des recommandations pour donner toute leur place aux récréations. Notamment "planifier des récréations ou des pauses actives à intervalles réguliers (ex. : après 50 minutes d'enseignement), et ce, tout au long de la journée". La brochure milite aussi pour un temps d'exercice physique quotidien.

-  [Ne manquez pas la récréation](#) (PDF de 5.4 Mo)

Dossier du Bureau des services éducatifs complémentaires, Commission scolaire de Montréal Coordonné par Pierre Chartrand Québec



**Académie  
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.