

Les jeux de bataille

et leurs bienfaits
chez l'enfant



Valérie Ferron
ergothérapeute

Qu'est-ce que c'est exactement?

Désigne une forme de jeu où les enfants s'engagent dans des activités physiques ludiques qui peuvent inclure courir, sauter, se chasser, se pousser doucement, et faire semblant de lutter.



Ces activités sont caractérisées par des **rires**, **des sourires**, et une **ambiance générale de bonne humeur**, indiquant clairement qu'il s'agit de jeu et non d'une véritable lutte ou agression.

Qu'est-ce qui fait que le jeu de bataille, reste un jeu...

Tout le monde y prend plaisir

Le jeu est accompagné de beaucoup de rires et de sourires, indiquant que les participants s'amuse.



Les enfants doivent apprendre à toujours **s'assurer que l'autre s'amuse** aussi et à s'arrêter si l'autre est inconfortable.

Si vous voyez des froncements de sourcils, des pleurs, de la peur ou de la colère, ce n'est pas du jeu

Qu'est-ce qui fait que le jeu de bataille, reste un jeu...

Les rôles sont changeants

Les enfants alternent fréquemment les rôles de "chasseur" et de "chassé", montrant une dynamique équilibrée de pouvoir et de contrôle.



Les contacts physiques ne sont pas agressifs

Bien que le jeu implique des contacts corporels, il est effectué dans un esprit de divertissement sans intention de faire mal.

Quels sont les rôles de l'adulte dans le jeu de bataille?

Fournir des limites claires pour aider les enfants à distinguer le jeu de la véritable agression



Guider les interactions pour maintenir le jeu amical et consensuel

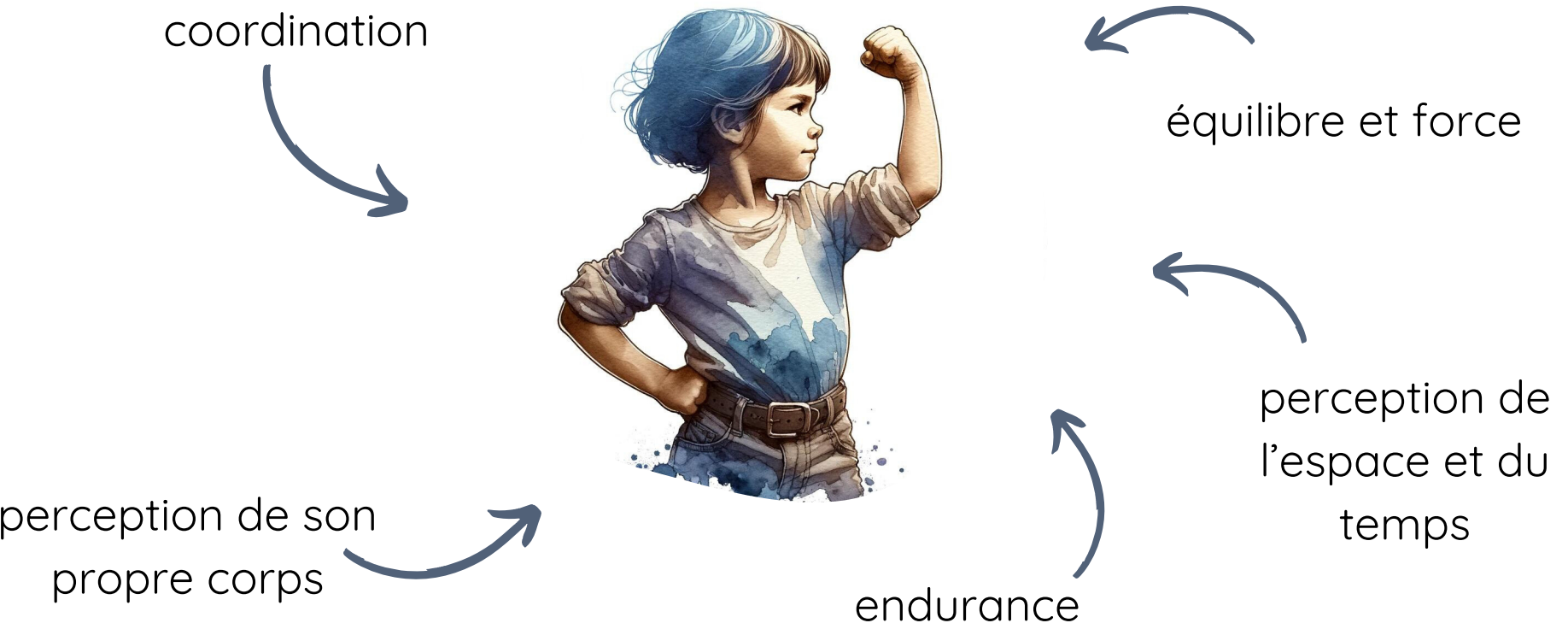
Superviser pour assurer la sécurité

Enseigner les compétences sociales et émotionnelles, comme la reconnaissance des signaux non verbaux et le respect des limites des autres.

Favorise le développement sensoriel et moteur

Ces activités favorisent le développement de la force musculaire, de l'endurance et de la coordination globale.

Le jeu de lutte implique des **mouvements complexes** tels que courir, sauter, esquiver, pousser et tirer.



Améliore les compétences sociales et émotionnelles

Ils apprennent à mieux
**cerner les limites
personnelles**; ce que
l'autre personne accepte
et n'accepte pas.

faire preuve
d'empathie

négocier



interpréter
les signaux
sociaux

résoudre des
conflits

Ce type de jeux favorise la
**compréhension et le respect
mutuel**, des qualités
fondamentales pour des
relations sociales saines.

collaborer avec
les autres

Encourage l'exploration et la créativité

Le jeu physique incite les enfants à explorer leur environnement et à utiliser leur **imagination** pour inventer de nouveaux jeux et scénarios.



Cette exploration créative est vitale pour le développement cognitif, encourageant la **pensée critique**, la **résolution de problèmes** et **l'innovation**.

Soutient la santé mentale



Le succès dans ces activités renforce leur **estime de soi** et leur **motivation** à relever de nouveaux défis.

Ils surmontent des défis et développent un **sentiment d'indépendance** et une **confiance** accrue en leurs propres capacités.

Les jeux de bataille représente une **sortie pour le stress** et l'anxiété et favorise un **état d'esprit positif**.



Références

Jarvis, Pam. “‘Rough and Tumble’ Play: Lessons in Life.” *Evolutionary Psychology*, vol. 4, no. 1, 2006, p. 147470490600400., doi:10.1177/147470490600400128.

Lindsey, Eric W., and Malinda J. Colwell. “Pretend and Physical Play: Links to Preschoolers Affective Social Competence.” *Merrill-Palmer Quarterly*, vol. 59, no. 3, 2013, p. 330., doi:10.13110/merrpalmquar1982.59.3.0330.

Pellegrini, A.d. “What Is a Category? The Case of Rough-and-Tumble Play.” *Ethology and Sociobiology*, vol. 10, no. 5, 1989, pp. 331–341., doi:10.1016/0162-3095(89)90023-x.

Pellis, S. M., & Pellis, V. C. (2007). Rough-and-Tumble Play and the Development of the Social Brain. *Current Directions in Psychological Science*, 16(2), 95–98.
<http://www.jstor.org/stable/20183170>