

LE CONCEPT DE PLEIN AIR AU QUÉBEC, EN JEUX ÉPISTÉMOLOGIQUES ET TERMINOLOGIQUES

RÉSUMÉ : Définir le concept de plein air s'avère un exercice relativement complexe. Tout d'abord parce que le sens du terme a évolué à travers les époques selon les différents mouvements, les différentes pratiques et les différentes disciplines auxquels il a été associé. Également parce que le concept de plein air et la terminologie qui y réfère, bien qu'ayant des origines communes, ont évolué de manières bien différentes dans la francophonie. Le présent article propose ainsi une réflexion sur les origines, le sens, la portée de même que les dimensions du concept de « plein air », et ce particulièrement dans le contexte québécois.

MOTS CLÉS : PLEIN AIR, DÉFINITION, TERMINOLOGIE, ÉPISTÉMOLOGIE, SPORT DE NATURE, ACTIVITÉS PHYSIQUES DE PLEINE NATURE, OUTDOORS, NATURE, ENVIRONNEMENT NATUREL, ACTIVITÉ PHYSIQUE, AVENTURE.

SUMMARY : Defining the “plein air” concept is a relatively complex exercise. First of all, the meaning of the term has evolved through the ages according to the different movements, the different practices and the different disciplines with which it has been associated. Also, because the “plein air” concept and the terminology that refers to it, although having common origins, have evolved in very different ways in the Francophonie. This article therefore offers a reflection on the origins, meaning, scope and dimensions of the “plein air” concept, particularly in the Québec context.

KEY WORDS : OUTDOORS, DEFINITION, TERMINOLOGY, EPISTEMOLOGY, OUTDOOR SPORT, OUTDOOR PHYSICAL ACTIVITIES, OUTDOORS, NATURE, NATURAL ENVIRONMENT, PHYSICAL ACTIVITY, ADVENTURE.

Christian MERCURE

Université Laval
Faculté des sciences de l'éducation
christian.mercure.1@ulaval.ca

En 1987, dans leur ouvrage *Long sentier, petits portages*, Grenier et Quenneville interrogeaient le concept de plein air. Ils posaient entre autres les questions suivantes : «Le terme "plein air", qu'englobe-t-il exactement? S'agit-il de se remplir d'air, de vivre dehors, de jouer dehors ou de donner un cours dehors?» (1987, p. 30). «Le plein air est-il un domaine, un monde, un univers ou une mode passagère? Est-il plutôt une matière, une discipline, une profession ou bien une spécialité, un héritage ou un patrimoine? En fait, le plein air existe-t-il vraiment?» (1987, p. 16).

Trois décennies plus tard, malgré de nombreuses tentatives de clarifications et une multiplication des propositions de définitions, force est de constater que certaines ambiguïtés demeurent quant au sens et à l'étendue du concept de plein air.

Le présent article propose ainsi une réflexion sur les origines, la signification, la portée, de même que les dimensions du concept de «plein air», et ce particulièrement dans le contexte québécois. Pour ce faire, nous nous attarderons tout d'abord aux origines et aux variations sémantiques du terme à travers le temps. Nous aborderons ensuite divers enjeux terminologiques. Nous nous intéresserons, dans un troisième temps, à différentes dimensions inhérentes au construit de «plein air». Finalement, une discussion ainsi que des pistes de réflexion seront proposées.

1/ Analyse historique

Le vocable «plein air» semble polysémique ou du moins le sens qui lui sera attribué variera avec les époques. Un retour en trois périodes, sur cette évolution sémantique, permet une meilleure compréhension des dimensions qui composent actuellement le concept de «plein air».

Bien que l'intention générale de cet article soit de proposer une réflexion selon une perspective et un contexte québécois, il est tout d'abord nécessaire de retourner aux mouvements qui sont à l'origine du concept lui-même et qui précèdent son avènement au Québec. Avant les premières décennies du vingtième siècle, le plein air au Québec n'était pas organisé ou nécessairement nommé comme tel (Grenier et Quenneville, 1987). En fait, selon Legault (1990

dans Branget, Auger et St-Laurent, 2018), les activités de plein air au Québec «[...] d'abord marginales et libertaires, ont connu un essor conséquent au fil des années 1970 du fait de l'émergence de plusieurs organisations (fédérations, clubs, etc.) qui ont structuré et développé le mouvement plein air». Ainsi, les contributions européennes, particulièrement française, et éventuellement anglo-saxonnes au développement d'une identité «plein air» québécoise sont en ce sens significatives et incontournables.

1.1 Première période (seconde moitié du dix-septième siècle) – Le plein air : un milieu extérieur ouvert

Étonnamment, certaines des premières occurrences écrites du terme plein air n'évoquent pas la pratique d'activités physiques en nature. À titre d'exemple, le terme est utilisé, dès la seconde moitié du dix-septième siècle, dans le milieu des arts et plus spécifiquement celui de la peinture. On référera alors à cette époque au concept de plein air lorsqu'il sera nécessaire de distinguer les milieux extérieurs ouverts des milieux intérieurs fermés. Les propos suivants de Testelin (1675, dans Lichtenstein et Michel, 2006, p. 736), tirés des conférences de l'Académie royale de peinture et de sculpture, témoignent du sens alors attribué au terme plein air : «Pour ce qui est de la différence des lieux où la lumière se répand, on en peut considérer de deux sortes : ou bien en ceux qui sont clos et fermés, ou bien en plein air». Souhaitant dans la circonstance distinguer des luminosités qui diffèrent selon les environnements, Testelin emploie le terme plein air afin de référer d'une manière générale aux milieux extérieurs qu'il situe en opposition aux milieux intérieurs. Cette association entre le concept de plein air et le domaine de la peinture se maintiendra dans le temps, si bien que les locutions «peinture de plein air» ou «peinture en plein air» seront éventuellement consacrées pour évoquer une démarche artistique spécifique qui sera popularisée par les impressionnistes (Shokorova, Grechneva et Bochkovskay, 2016). En anglais, l'expression "plein air painting", évoquant les origines francophones de cette pratique, est d'ailleurs encore utilisée.

En relation avec le sens alors attribué au concept de plein air, il est intéressant de constater qu'encore à ce jour certaines définitions du vocable plein air se

limitent à cette notion de milieux extérieurs ouverts. C'est notamment le cas de la proposition de l'Office québécois de la langue française (OQLF) qui définit le plein air comme un : « Espace à l'extérieur des bâtiments où l'air n'est pas confiné » (2021a). L'Office (2021a) ajoute :

« Le terme plein air désignant la notion d'« espace » est surtout utilisé dans la locution adjectivale de plein air (« qui est relatif à l'extérieur », « qui se déroule à l'extérieur ») et dans la locution adverbiale en plein air (« qui se déroule à l'extérieur, hors des bâtiments ») ».

L'expression anglophone "outdoors"; une contraction des mots "out of doors", s'inscrit d'emblée dans cette logique référant à tout espace se trouvant à l'extérieur d'un bâtiment. Originellement, l'expression "outdoors" réfère ainsi également aux notions de milieu extérieur ouvert, d'air libre ("open air"), d'espace éloigné des confins de bâtiments. Comme il sera précisé dans la prochaine section, les anglophones utiliseront des locutions plus spécifiques, telles "outdoor recreation" et "outdoor pursuits", lorsqu'ils souhaiteront référer à la pratique d'activités en nature.

1.2 Deuxième période (seconde moitié du dix-neuvième siècle) — Santé, nature et activité physique

Il faudra attendre la seconde moitié du dix-neuvième siècle avant que santé, nature et activité physique soient associées au concept de plein air (Bessy, 2007; Saint-Martin, 2014; Villaret et Saint-Martin, 2004). Dans une Europe qui s'industrialise, s'urbanise et qui est entre autres soumise à d'importantes épidémies de tuberculose, l'importance d'un air de qualité, d'un air pur, se trouve au cœur de préoccupations d'ordres hygiénique et sanitaire. Il s'agit alors :

« [...] de promouvoir l'existence d'un air vital ayant la propriété d'améliorer la santé de l'individu et de garantir son intégrité physique. Diffusée par les discours des hygiénistes, cette définition du plein air désigne l'air pur que l'on trouve en dehors des espaces confinés et des grandes concentrations urbaines dont la

révolution industrielle va accroître la perception négative ». (Saint-Martin, 2014)

L'air frais, l'air pur, le plein air sont ainsi perçus comme essentiels afin d'assurer et d'améliorer la santé des individus (Attali et Saint-Martin, 2017). À cette époque, l'air est évidemment scientifiquement reconnu comme élément vital par ses propriétés chimiques et physiologiques (Reichler, 2005), mais la question de l'air dépasse alors « [...] ce seul cadre matériel : par les modifications qui affectent l'air, la qualité de la vie change, la santé peut être modifiée, et avec elle toutes les relations de l'homme avec l'extérieur » (Reichler, 2005, p. 10). C'est donc dans ces contextes sociaux et sanitaires spécifiques qu'émergeront les notions de « bon air », de « grand air » et de « plein air » (Dienot et Theiller, 1992; Mao, 2003). Ainsi, d'une logique de consommation d'un élément, de l'air comme combustible, l'on passe à une reconnaissance des vertus d'un air de qualité pour la santé.

C'est à cette même époque et dans ce même contexte que le concept de plein air s'enracinera dans celui de « nature » particulièrement à travers le mouvement du naturisme qui promeut entre autres cette idée d'une nature bienveillante, d'une « nature médicatrice » pour reprendre les mots de Villaret et Saint-Martin (2004, p. 13). Saint-Martin (2014, p. 23) affirme en ce sens que le dix-neuvième siècle sera, grâce à la notion de plein air : « [...] le théâtre du passage d'une représentation négative et méfiante de la nature à une représentation positive ». Dans cette mouvance, le terme plein air évoque toujours les espaces extérieurs, mais, à partir de ce moment, il sera également associé spécifiquement à la nature et aux qualités curatives et hygiéniques de cet environnement qui favorise la prévention des maladies et prévient la dégénérescence (Attali et Saint-Martin, 2017; Saint-Martin, 2014). L'apparition de différentes approches thérapeutiques basées sur des éléments ou phénomènes naturels témoigne de ce changement de paradigme. On parle alors de « bains atmosphériques » (Villaret et Delaplace, 2004), c'est-à-dire de cure par l'air et le vent (aérothérapie), par le soleil et la lumière (héliothérapie) et par l'eau (hydrothérapie) (Villaret et Delaplace, 2004; Villaret et Saint-Martin, 2004).

Cette manière spécifique d'envisager ce que Villaret et Delaplace (2004) nomment les « agents natu-



rels» du plein air donnera naissance aux sanatoriums et aux aériums, aux écoles de plein air et éventuellement aux classes transplantées en milieu naturel ou classes de découverte (classes de neige, classes vertes, classes de mer, classes de montagne, etc.) (Bessy et Mouton, 2004; Guillot, 1992; Houssaye, 2004; Villaret et Saint-Martin, 2004). Tel que le résume Reichler, la période contenue entre la fin du dix-neuvième siècle et le début du vingtième siècle sera caractérisée : «[...] par le triomphe de la cure d'altitude, de l'aérothérapie, la construction des grands sanatoriums et le développement des stations, l'apparition des pratiques de santé en plein air et des sports alpins» (2005, p. 11).

C'est aussi en lien avec le mouvement du naturalisme que plein air et activité physique commenceront à être associés : «Non seulement, les hygiénistes de l'époque s'emploient à vanter les mérites du grand air, mais ils y associent l'exercice physique pratiqué en milieu naturel» (Bessy, 2007, p. 2). Certains éducateurs et médecins, tels Georges Hébert et Paul Carton, feront alors la promotion d'une pratique régulière de l'activité physique en plein air afin de «contrebalancer les effets perçus comme morbides de la vie moderne» (Villaret et Delaplace, 2004, p. 32). Ils développeront des méthodes d'entraînement en plein air, des : «[...]pratiques corporelles fonctionnelles harmonieuses», alternatives aux excès sportifs et aux raideurs gymniques» (Dienot et Theiller, 1992, p. 81). On mise alors sur les vertus des éléments naturels afin de : «se régénérer et de s'endurcir grâce à la pratique régulière des bains naturalistes, de l'activité physique en plein air» (Villaret et Delaplace, 2004, p. 32).

«La meilleure méthode d'éducation physique est celle qui d'abord replace l'individu dans ses conditions normales d'existence, en l'exposant entièrement et méthodiquement à l'action de l'air, du soleil et de l'eau, et qui ensuite, lui fait reproduire intégralement tous les actes moteurs qui ont édifié l'architecture humaine. La Méthode naturelle d'Hébert qui comporte tous les exercices naturels et utilitaires, de respiration, de marche, de course, de saut, de grimper, de lancer et de lutte et qui se pratique au grand air, au soleil, à l'état de quasi-nudité est vraiment la plus logique» (Carton, 1917, p. 43 dans Villaret et Delaplace, 2004, p. 40)

Assez rapidement, dès 1891 selon Tetet (1985 dans Mao, 2003), l'on parlera même de «sports de plein air», pratiques qui se distinguent des «sports clos» et qui : «[...]tendent plus ou moins à compenser les déficiences de l'existence citadine» (Tetet, 1985 dans Mao, 2003, p. 36). C'est ainsi qu'à partir de la seconde moitié du dix-neuvième siècle le terme plein air ne réfère plus uniquement aux milieux extérieurs ouverts ou encore simplement à l'idée d'être entouré d'air, mais évoquera également les notions de santé, de nature et d'activité physique.

1.3 Troisième période (seconde moitié du vingtième siècle) — Plein air et aventure

Cette troisième et dernière thématique réfère à une manière plus récente d'envisager le concept de plein air. C'est en lien avec différentes mouvances et tendances de la seconde moitié du vingtième siècle qu'une nouvelle dimension s'ajoute au concept de plein air : l'aventure. Encore une fois, l'émergence de cette troisième dimension est observable dans les écrits franco-européens, mais semble également particulièrement prépondérante dans la littérature anglo-saxonne.

Bien qu'il s'agisse d'un construit difficile à saisir et à définir (Beames et Brown, 2016; Black et Bricker, 2015; Lynch, Moore et Minchington, 2012) le concept d'aventure évoque généralement des notions telles l'inconnu, l'inhabituel, l'inattendu, l'incertitude, la découverte, l'exploration, l'imprévu, le défi, la prise de risque, etc.

Ces différents thèmes font écho à une pratique qui prendra généralement place en dehors des sites et territoires «balisés, aseptisés et sécurisés» (Larue et Bélec, 2016) et qui sera parfois associée à la prise de risques ainsi qu'aux sensations fortes. Une telle conception du plein air parfois axée sur les sensations extrêmes et d'excès ainsi que la mise en spectacle émergera avec la postmodernité à partir des années 1960 (Corneloup, 2017) jusqu'à devenir un phénomène «massif et multiforme» au tournant des années 1980 (Pociello et Denis, 2000). Suchet et Tuppen (2014) réfèrent en ce sens aux pratiques fun, aux aventures sportives et aux sports de nature et situent leurs origines en France vers la fin des années 1970.



Souhaitant mieux circonscrire le concept d'aventure en plein air, Swarbrooke, Beard, Leckie et Pomfret (2003) proposent dix éléments qui permettent de le caractériser : (1) issu incertaine ; (2) danger et risque ; (3) défi ; (4) récompenses anticipées ; (5) nouveauté ; (6) stimulation et excitation ; (7) évasion et séparation ; (8) exploration et découverte ; (9) absorption et concentration ; (10) émotions contrastées. Il semble raisonnable d'affirmer que plusieurs activités contemporaines dites de plein air rencontrent plusieurs des critères avancés par Swarbrooke et ses collaborateurs (2003).

Nombreux auteurs consultés évoqueront des notions similaires lorsqu'ils traiteront de plein air dans une perspective contemporaine. Saint-Martin (2014, p. 39) affirme en ce sens qu'à partir des années 1960, « [l]'essence des sports de plein air s'articule [...] autour de vertus d'audace, d'enthousiasme et de défi contre les éléments et contre soi-même ». Grenier et Quenneville (1987, p. 35) parleront d'activités « [...] tels le canot, la randonnée, l'escalade [...] qui favorisent une forme de plein air axée sur le risque et l'aventure » ou encore des « [...] obstacles et le plaisir de les surmonter » (Grenier et Quenneville, 1987, p. 42). Pour Larue et Bélec (2016, p. 25), le plein air c'est « [...] une part d'effort, de défi et de risque ». Suchet et Tuppen (2014, p. 6) mentionneront quant à eux « [...] l'importance de l'imprévu et de l'intensité des émotions ».

Ainsi, plusieurs auteurs avancent que la pratique d'activités de plein air implique nécessairement un certain esprit d'aventure, une notion d'incertitude. Voilà peut-être une dimension qui permettrait de distinguer les activités de plein air des autres activités ou sports pratiqués à l'extérieur. Ce bref retour en trois périodes sur les origines ainsi que les variations sémantiques du terme plein air met en évidence qu'une compréhension juste de ce dernier n'est pas possible sans tenir compte des différents mouvements sociaux et disciplines auxquels il sera associé à travers le temps. Cette rétrospective, couvrant cinq siècles, permet de mieux comprendre l'évolution de l'expression ainsi que le sens qu'on lui attribue aujourd'hui.

2. Enjeux terminologiques

De nombreux termes peuvent évoquer ou se substituer à celui de plein air. Branget et al. (2018, p. 108), dans leur étude sur l'évolution de la recherche portant sur le concept de plein air, réfèrent à ceux de : « [...] loisir extérieur, loisir de nature, loisir sportif de nature, sport de nature, loisir d'aventure, tourisme de nature, tourisme d'aventure, activités d'aventures et activités physiques de pleine nature ».

En Europe francophone, le terme a été remplacé par ceux de « sports de nature », « activités de pleine nature » et « activités physiques de pleine nature ». « Si l'expression plein air est encore utilisée [...] son usage s'explique davantage par l'antériorité historique » (Bessy, 2007). Des anglicismes ou néologismes anglicisés tels "outdoor", "aroundoor" et "wildoor" sont également utilisés (Bourdeau, Mao et Corneloup, 2011). Bien qu'il serait fort intéressant de s'attarder à ces appellations, d'en exposer le sens, les nuances et les tensions, c'est spécifiquement la dénomination « plein air » qui sera considérée ici étant donné que les différentes appellations susmentionnées sont encore à ce jour essentiellement absentes des discours et ouvrages au Québec.

Tel qu'exposé en première section, le concept de plein air aura, selon une perspective historique, été associé tour à tour aux notions de milieux extérieurs, de santé, de nature, d'activité physique et d'aventure. Cela dit, et tel que déjà mentionné, l'OQLF (2021a) définit encore à ce jour le concept de plein air comme étant l'« [...] espace à l'extérieur des bâtiments où l'air n'est pas confiné ». En lien avec la dimension nature du concept de plein air, selon une perspective qui peut surprendre, l'OQLF (2021a) met en garde et précise qu'il ne faut pas :

« [...] confondre le terme plein air, qui fait référence à une notion d'espace », avec les notions de « nature » et d'environnement », qui ont un caractère concret. Cette confusion d'importance provient du fait qu'en anglais, le terme outdoors peut désigner la notion d'espace à l'extérieur des bâtiments » et les notions plus concrètes de « nature », de « pleine nature » et d'environnement ».

En fait, les anglophones sont en mesure d'être davantage spécifiques lorsqu'ils traitent de plein air puisqu'ils peuvent avoir recours à différents termes qui leur permettent de distinguer entre, tout d'abord, un milieu extérieur qu'il soit naturel ou non : "outdoors". Ensuite, des activités de toutes sortes aux visées récréatives qui se déroulent à l'extérieur et généralement en milieu naturel : "outdoor recreation" (Ewert et Sibthorp, 2014). Et finalement, des activités plus spécifiques qui sont autopropulsées, donc non motorisées ou assistées par des animaux, et qui prennent place en milieu extérieur naturel telles la randonnée pédestre, l'escalade, le ski, la raquette, le vélo, le canot, le rafting, etc. : "outdoor pursuits" (Priest, 1999).

Certains des vocables utilisés en Europe francophone tels «sports de nature» et «activités physiques de pleine nature (APPN)» semblent se rapprocher davantage du concept d'"outdoor pursuits" des Anglo-saxons tel que mis en évidence par la proposition de définition du terme APPN suivante :

«[...]l'ensemble des activités (parapente, deltaplane, ski, escalade, randonnées pédestre et équestre, VTT, canoë-kayak, plongée, surf, voile [...]) se déroulant en milieu naturel dans un but de progression, avec ou sans engin. La motricité mise en jeu nécessite un décodage des informations et un contrôle de ses émotions, en relation avec une prise de risque relative, liée à l'incertitude plus ou moins grande du milieu.» (Bessy, 2007, p. 4)

Au Québec, dans une perspective purement linguistique, il existerait donc en ce moment une disconvenance entre l'utilisation courante populaire du terme plein air; utilisation qui évoque actuellement davantage les concepts anglo-saxons d'"outdoor pursuit" ou franco-européen de sport de nature ou d'APPN, et la définition formelle proposée par les linguistes qui fait référence à un espace à l'extérieur des bâtiments. Cette ambiguïté provient probablement du fait qu'il est rarement su et appliqué que c'est par métonymie que le terme plein air pourra désigner des formes d'activités plus spécifiques qui se dérouleront en plein air; qu'en fait, il faudrait, toujours selon l'OQLF (2021b), utiliser l'expression «loisir de plein air» et non simplement «plein air» lorsque l'on souhaite référer à l'«[...]ensemble des activités et

des sports de loisir qui se déroulent à l'extérieur des bâtiments» (OQLF, 2021b). C'est en fonction de ces considérations, que le terme plein air désignera par extension de sens :

«[...]l'ensemble des sports ou activités physiques de pleine nature pratiqués dans des milieux naturels présentant une part de risque et d'imprévu, dans un rapport dynamique avec les éléments de la nature, selon des modalités autres que la compétition sportive officielle.» (Office québécois de la langue française, 2021b)

C'est vraisemblablement pour la raison susmentionnée que les expressions «loisir de plein air», «sport de plein air», «activités de plein air» ou «acte de plein air» sont dans certains cas privilégiées, principalement à l'écrit, dans les différentes publications d'organismes gouvernementaux et paragouvernementaux. Ceci dit, l'utilisation du terme «plein air» afin d'évoquer la pratique d'activités physiques d'aventure en nature demeure à ce jour largement répandue. Mais ce terme plein air «qu'englobe-t-il exactement» comme le demandent Grenier et Quenneville (1987, p. 30) ?



3. Dimensions du concept de plein air

L'analyse historique de l'évolution sémantique du concept de plein air, effectuée en première partie, a permis d'identifier cinq thèmes principaux : milieu extérieur ouvert, santé, nature, activité physique et aventure. Nous proposons ici de réunir l'ensemble de ces thèmes sous trois grandes dimensions : (1) environnement naturel, (2) activité physique et (3) aventure.

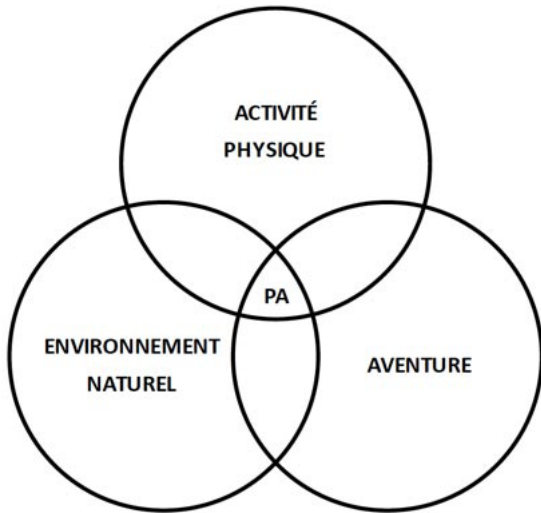


Figure 1. Représentation des différentes dimensions du concept de plein air

plein air ou de certaines locutions proches. Les résultats de cette analyse comparative sont synthétisés dans le tableau 1. Cette grille d'analyse a été développée en partant d'abord des trois dimensions retenues suite à l'analyse historique. Afin de valider ces trois dimensions et de les détailler, des catégories dites émergentes ont été ajoutées à chaque fois qu'un nouveau thème était avancé dans une définition. Dans un tel processus de codification inductif, les catégories sont créées à partir des sens trouvés dans des segments de texte (Blais et Martineau, 2006). Il s'agit d'une approche largement utilisée dans la méthode d'analyse de contenu. Pour accéder aux définitions complètes, les lecteurs sont invités à consulter l'annexe 1.

Les cinq thèmes, ainsi que les différentes approches et conceptions identifiées lors de l'analyse historique, sont ainsi associés à l'une des trois dimensions proposées : les notions de milieu extérieur ouvert, d'air pur, de nature et de ses qualités curatives et hygiéniques correspondent à la dimension environnement naturel, l'exercice physique à la dimension activité physique et, finalement, considérations plus contemporaines, les notions d'incertitude, de découverte, d'exploration, de défi et de prise de risque, de sensations extrêmes à la dimension aventure. Quant au thème santé, il s'agit davantage d'une retombée associée à la pratique d'activités en plein air que d'une caractéristique du concept lui-même.

Maintenant, afin de s'assurer de circonscrire l'étendue du concept de plein air dans le contexte québécois ainsi que de poursuivre la caractérisation des différentes dimensions qui y sont associées, nous avons réalisé une analyse comparative de différentes définitions québécoises contemporaines du vocable

	Milieu extérieur ouvert	Nature / environnement naturel	Observation / contemplation de l' environnement	Relation avec l' environnement / respect / manière d' être / attitude	Segmentation des milieux de pratique	Activité non compétitive	Activité non encadrée / pratique libre	Activité non motorisée	Activité physique	Déplacement dans l' espace	Durée	Intensité physique variée	Loisir / récréation / détente	Aventure / évasion	Découverte / exploration	Défi / dépassement	Imprévu	Risque
	Environnement naturel				Activité physique								Aventure					
Conseil québécois du loisir, 2012 (Loisir de plein air)		X	X	X		X		X					X	X	X			
Gouvernement du Québec, 2017a (Activité de plein air)	X	X		X					X									
Gouvernement du Québec, 2017a (Activité de plein air)	X	X		X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X		
Gouvernement du Québec, 2017b (Activité de plein air)	X	X		X		X		X	X									
Grenier et Quenneville, 1987 (Plein air)	X	X		X					X									
Larue et Bélec, 2016 (Plein air)		X				X	X	X	X	X	X	X				X		X
Legendre, 1993 (Plein air)	X																	
Legendre, 1993 (Plein air)		X		X					X									
Létourneau, 1993 (Plein air)	X												X					
OQLF, 2020b (Plein air)	X								X				X					
OQLF, 2020c (Loisir de plein air)		X		X		X			X				X				X	X
Usito, 2020a (En plein air)	X	X																
Usito, 2020b (De plein air)		X							X									

Tableau 1. Synthèse d'une analyse comparative de différentes définitions contemporaines québécoises du concept de plein air



Il est important de mentionner que les définitions utilisées pour l'analyse comparative proviennent principalement d'une littérature grise, d'essais et de dictionnaires. Une recherche documentaire préliminaire effectuée en interrogeant différentes bases de données a permis de mettre en évidence la rareté des articles scientifiques abordant directement ou indirectement la définition du concept de plein air selon une perspective québécoise. Nous avons donc dû privilégier une approche par «boule de neige» en identifiant de nouvelles sources à partir des références bibliographiques associées aux lectures effectuées. Bien qu'il s'agisse clairement d'une limite, ceci est toutefois représentatif du corpus disponible sur le sujet au Québec et démontre toute la pertinence d'une telle démarche. Aussi, les différentes définitions analysées mettent en évidence la double utilisation du mot plein air référant parfois simplement à un lieu extérieur ou, dans d'autres cas, évoquant la pratique d'activités physique en nature dans un état d'esprit d'aventure.

Ce second mouvement d'analyse, la comparaison de différentes définitions contemporaines québécoises du concept de plein air, a permis de faire émerger 18 sous-thèmes. Ces sous-thèmes informent d'abord sur les caractéristiques du lieu de pratique qu'est l'**environnement naturel** (milieu extérieur ouvert, nature), sur la relation des pratiquants à cet environnement (observation, contemplation, respect, manière d'être, attitude) ainsi que sur sa possible segmentation (e.g. plein air urbain vs pleine nature). D'autres thèmes précisent quant à eux les paramètres (non-compétitive, non-encadrée, pratique libre, non-motorisée), le produit (déplacement dans l'espace), la durée (séjour), l'intensité (intensité physique variée) ou encore l'intention (loisir, récréation, détente) de l'**activité physique**. La dernière dimension, l'**aventure**, rassemble quant à elle les évocations d'évasion, de découverte, d'exploration, de défi, de dépassement, d'imprévu et de risque. La plupart de ces thèmes faisant directement écho aux éléments caractérisant le concept d'aventure en plein air selon Swarbrooke, Beard, Leckie et Pomfret (2003).

Prenons maintenant un instant afin de clarifier chacune de ces trois dimensions, et ce spécifiquement en relation avec le concept de plein air.

3.1 Environnement naturel

Environnement naturel et nature sont des construits aux frontières floues qui peuvent s'avérer particulièrement complexes à définir. Cette complexité provient entre autres du fait qu'ils peuvent être appréhendés en fonction de différentes perspectives, par exemple disciplinaires ou culturelles. «*La vision de la nature [...] est un construit social constitué d'images, de symboles, et de représentations qui se transforment au cours des temps, par les usages et connaissances qui se développent au sein d'une société ou d'un groupe social donné*» (Corneloup et al., 2001, p. 23). Environnement naturel et nature sont tantôt définis d'une manière très spécifique, tantôt d'une manière globale (Hartig et al., 2011). Ils peuvent être essentialisés ou encore relativisés; être appréhendés en fonction de critères d'inclusion ou d'exclusion. Par exemple, la nature inclut-elle l'humain? Face à l'intérêt de préciser les concepts d'environnement naturel et de nature comme «*[...] ressources essentielles et indispensables à l'acte d'être, de vivre et d'agir en plein air*» (Branget et al., 2018, p. 108), les propositions qui suivent semblent particulièrement pertinentes.

Selon Hartig et al. (2014, p. 208), le concept de nature : «*[...] fait référence aux caractéristiques physiques et aux processus d'origine non humaine que les gens peuvent habituellement percevoir, incluant la «nature vivante» de la flore et de la faune, ainsi que l'eau stagnante et courante, les qualités de l'air et du climat, et finalement les paysages qui les englobe et qui démontrent l'influence des processus géologiques*» [traduction libre]. Autre proposition d'intérêt évoqué par plusieurs auteurs (Gouvernement du Québec, 2017a; Jay-Rayon, 1981; Larue et Bélec, 2016; Legendre, 1993); la nature et les environnements naturels constituent des espaces qui peuvent être placés sur un continuum allant de la présence d'éléments naturels ou de systèmes vivants en milieux urbains à la pleine nature en milieux isolés. Branget et al. (2018) réfèrent en ce sens à une dialectique s'établissant d'artificielle à sauvage. L'environnement naturel c'est donc, à titre d'exemples, des organismes vivants (espèces végétales animales, etc.), des populations, des écosystèmes, des phénomènes hydrologiques (courants, vagues, marées, etc.), des formations géologiques, des paysages, des phénomènes naturels et météorologiques, les saisons, des biomes, etc.



Bien que certains auteurs identifient différentes formes de contacts ou de relations avec la nature, par exemple (1) direct, (2) indirect, et (3) symbolique (Kellert et Wilson, 1995) et que certaines études démontrent les bienfaits associés à des expositions indirectes, symboliques et même virtuelles à divers éléments de la nature (Annerstedt et al., 2013; Ulrich, 1984; Valtchanov et al., 2010), on ne peut que constater que la plupart des définitions consultées du concept de plein air mettent en évidence qu'une activité de plein air se pratique en relation directe, privilégiée et harmonieuse avec la nature (Conseil québécois du loisir, 2012; Gouvernement du Québec, 2017a; Gouvernement du Québec, 2017b; Jay-Rayon, 1981; Legendre, 1993; OQLF, 2021b). Conséquemment, Grenier et Quenneville (1987, p. 38) affirment que : *«[...] toute activité de plein air s'intègre et tient compte de l'ensemble du monde naturel qui l'entoure et en fait en quelque sorte partie»*. Lorsque des activités pratiquées en nature ne permettent plus ce contact étroit de par leur complexité ou encore leurs aspects techniques demandant un niveau de concentration élevé, elles devraient être catégorisées comme «sports extérieurs» (Grenier et Quenneville, 1987).

L'activité de plein air devrait ainsi être pratiquée «dans un rapport dynamique et harmonieux avec des éléments de la nature» (Gouvernement du Québec, 2017a, p.11). Elle devrait permettre *«[...] d'observer, d'écouter, de toucher et de goûter l'espace parcouru. Il s'agit en somme d'occuper l'espace et non de le traverser»* (Jay-Rayon, 1981, p. 55). L'environnement naturel devrait être envisagé comme un «partenaire privilégié» (Dienot-Theiller, 1992); le contact avec la nature devrait être vécu comme une «expérience organisme-environnement» (Pichard, 1979).

3.2 Activité physique

La plupart des auteurs consultés évoquent l'engagement kinesthésique, le mouvement ou encore l'activité physique comme étant centraux à toutes les formes de pratique de plein air (Gouvernement du Québec, 2017a; Grenier et Quenneville, 1987; Larue et Bélec, 2016; Legendre, 1993, Pichard, 1979; OQLF, 2021b). Nous arrêtons ici notre choix sur le terme activité physique et retenons la définition de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) spécifiant que : *«L'activité physique est définie comme tout mouvement*

corporel produit par les muscles squelettiques qui nécessite une dépense énergétique» (2019, p. 14).

Ainsi, le niveau d'intensité de l'activité physique ne devrait pas constituer un critère permettant de statuer sur ce que constitue une activité de plein air. Au contraire, toutes formes d'activité physique, pourvu qu'elles soient pratiquées en relation avec la nature dans un état d'esprit d'aventure, constituent des activités de plein air tant que l'activité ou la notion de performance sportive ne prennent pas le dessus sur le rapport à la nature (Grenier et Quenneville, 1987; Jay-Rayon, 1981; Larue et Bélec, 2016; Pichard, 1979).

Similairement, l'idée d'exclure la dimension compétition; celle du refus de l'adversaire, pour reprendre les mots de Mao (2003), et de privilégier des pratiques non-encadrées revient dans plusieurs des propositions de définitions ou argumentaires consultés (Conseil québécois du loisir, 2012; Gouvernement du Québec, 2017a; Grenier et Quenneville, 1987; Larue et Bélec, 2016) : *«Aucun rendement n'est imposé; aucune performance, aucune compétition ne sont tolérées»* (Jay-Rayon, 1981, p. 104).

« En plein air, la compétition résulte de l'implantation d'activités sportives dans un contexte qui ne s'y prête pas. Le ski de fond, le canot, la course, la bicyclette, etc. devraient être perçus comme des moyens de déplacement, de communion avec la nature et de retour aux sources, plus que simplement une compétition entre des individus pour classer qui est le premier, le deuxième, le troisième et le dernier. En fait, la compétition en plein air est spécifique. Elle n'est pas une course de ski de fond entre deux individus car, prise en ce sens, une course de ski de fond n'est pas du plein air mais plutôt une utilisation du milieu pour pratiquer un SPORT et se mesurer. D'autre part, on peut invoquer que c'est plus l'attitude de la compétition qui fait que telle ou telle activité est une compétition saine ou non. Ainsi, le skieur de fond doit communiquer avec la nature et doit non pas compétitionner, mais plutôt travailler avec la piste, son corps, son esprit et même les autres skieurs pour devenir plus performant et vivre

une expérience enrichissante ». (Grenier et Quenneville, 1987, p. 93)

Dernière considération en lien avec la dimension activité physique en plein air; celle-ci sera, dans bien des cas, accomplie à travers l'utilisation de moyens de locomotion spécifiques ainsi que de techniques qui permettent de se déplacer et d'entrer en relation avec un territoire. Notons également les aspects patrimoniaux ou traditionnels de plusieurs de ces moyens de locomotion (canot, kayak, raquettes, skis, etc.).

3.3 Aventure

Avec un champ lexical comprenant des mots tels audace, défi, risque, obstacles, imprévu, nouveauté, intensité, survie, inconnu, exploration et découverte, il devient difficile de ne pas considérer l'aventure comme une dimension fondamentale du concept de plein air. Ceci dit, l'étendue de ce champ lexical apparaît considérable. Force est d'admettre qu'un bien grand écart existe entre les notions de nouveauté ou de découverte et celles de danger et de survie. Bien que plusieurs auteurs avancent qu'une aventure en plein air comporte nécessairement une prise de risques (Beames et Brown, 2016; Larue et Bélec, 2016; Swarbrooke et al. 2003; Varley, 2006), le concept d'aventure est pourtant défini, dans sa plus simple expression, comme : «Ce qui arrive d'imprévu» (Grand Robert, 2021), «Ce qui est sur le point d'arriver» [traduction libre] (Ewert et Sibthorp, 2014), ce qui adviendra; aventure et advenir partageant une étymologie commune associée au terme latin *adventura*.

En ce sens, ne serait-il préférable d'envisager le concept d'aventure, et ce particulièrement lorsqu'il est associé à celui de plein air, comme un terme parapluie couvrant l'ensemble des facettes qui y sont associées permettant ainsi d'éviter le piège de la caractérisation de ce qui constitue ou pas une aventure, et par le fait même une activité de plein air, en fonction de critères rigides prédéterminés. Une aventure peut simplement être un état d'esprit tout comme elle peut être un défi physique. L'unique constante semblant ici être l'incertitude. Finalement, dans le cadre d'activités de plein air pratiquées à titre de loisir, Priest (1999) avance que l'expérience devrait, en plus de posséder cette issue incertaine, être librement choisie et être intrinsèquement motivante. Au-delà de ces

critères, l'expérience ne se transforme-t-elle pas en une mésaventure?

4. Discussion

Définir le concept de plein air s'avère un exercice relativement complexe. Tout d'abord parce que le sens du terme a évolué à travers les époques selon les différents mouvements, les différentes pratiques et les différentes disciplines auxquels il a été associé. Également, parce qu'une ambiguïté sémantique perdure à ce jour principalement dû au fait que le terme est communément utilisé, dans le langage courant, en lui attribuant un sens qui diverge de la définition officiellement établie par les linguistes. Une démarche d'analyses historique et terminologique permet toutefois de mettre en évidence trois dimensions fondamentales du concept de plein air.

En lien avec les trois dimensions identifiées ainsi que les nuances tout juste apportées, il apparaît congruent de caractériser l'activité de plein air comme une activité physique pratiquée en relation avec des éléments de la nature dans un état d'esprit d'aventure. Cette courte définition, en plus de mettre en évidence les trois dimensions avancées, propose une vision large et inclusive des activités de plein air. En ce sens, une variante étendue de la définition proposée permettrait de rendre explicite cette portée extensive souhaitée du concept d'activité de plein air. Conséquemment, l'activité de plein air peut être définie comme : toute forme et intensité d'activité physique pratiquée dans un rapport direct et harmonieux avec des éléments de la nature, et ce peu importe leur type, leur quantité ou leur diversité dans un état d'esprit d'aventure allant de la découverte à la prise de risques.

Arrêter une définition implique nécessairement de faire des choix. Impossible, en une phrase de rendre compte des nuances et tensions explorées tout au long du texte. Aussi, certains aspects mériteraient d'être approfondis et d'autres abordés. Par exemple, bien qu'ayant des origines communes, le concept de plein air et la terminologie qui y réfère ont évolué de manières bien différentes dans la francophonie. Ceci est fort intéressant et mérite que l'on s'y attarde sous plusieurs angles. Aussi, des critères d'exclusion (activité non compétitive, non encadrée, non motorisée) sont mis en évidence dans certaines définitions.

Ces spécificités font-elles consensus? Encore, le concept de plein air semble avoir été étudié et influencé par de nombreuses disciplines. Branget et al. (2018) listent la sociologie, la psychologie, la géographie, la science politique, l'économie et la gestion. Nous pensons aussi entre autres à l'éducation, à la kinésiologie et à la récréologie. Il serait sans aucun doute intéressant de typologiser ou de mettre en contraste ces différentes perspectives disciplinaires.

Loin d'être envisagée comme une réponse définitive ou l'achèvement d'une réflexion, nous souhaitons plutôt inscrire cette contribution dans une démarche ouverte et évolutive. L'exercice l'aura démontré : le concept de plein air, à l'image des trois dimensions mises en évidence, est résolument dynamique. Finalement, nous sommes bien conscients de marcher des sentiers déjà empruntés. Pour cette raison, nous souhaitons reconnaître les contributions de pionniers québécois (Jay-Rayon, 1981; Grenier et Quenneville, 1987; Larue et Bélec, 2016; Pichard, 1979) ayant bien avant nous exploré et cartographié les territoires du concept de plein air.

RÉFÉRENCE BIBLIOGRAPHIQUES :

- ANNERSTEDT M., JÖNSSON P., WALLERGÅRD M., JOHANSSON G., KARLSON B., GRAHN P., ... et WÄHRBORG P. (2013), Inducing physiological stress recovery with sounds of nature in a virtual reality forest — Results from a pilot study, *Physiology et behavior*, 118, pp. 240-250.
- ATTALI M., et SAINT-MARTIN J. (2017), Outdoor physical education in French schools during the twentieth century, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(2), pp. 148-160.
- BEAMES S. et BROWN M. (2016), *Adventurous learning : A pedagogy for a changing world*, Routledge.
- BESSY O. (2007), Du plein air aux sports de nature. Nouvelles pratiques, nouveaux enjeux, in J. CORNELOUP (dir.), *Sciences sociales et loisirs sportifs de nature*, Éditions du Fournel, pp. 21-32.
- BESSY O. et MOUTON M. (2004), Du plein air au sport de nature. Nouvelles pratiques, nouveaux enjeux, *Cahier espaces*, 81, pp. 13-29.
- BLACK R. et BRICKER K. S. (2015), *Adventure programming and travel for the 21st century*, Venture Publishing.
- CONSEIL QUÉBÉCOIS DU LOISIR (2012), *Enseigner le plein air, c'est dans ma nature ! Manuel d'implantation et de développement d'options plein air dans les écoles secondaires du Québec*, Conseil québécois du loisir.
- CORNELOUP J. (2017), Société de la performance et de l'extase la démesure corporelle, utopie post-moderne, *Cahier Espaces*, 339, pp. 12-16.
- CORNELOUP J., BOUAOUALA M., VACHÉE C., et SOULÉ B. (2001), Formes de développement et positionnement touristique des espaces sportifs de nature, *Loisir et Société*, 24(1), pp. 21-46.
- DIENOT J. et THEILLER D. (1992), Loisirs de pleine nature et santé sociale, *Revue de Géographie Alpine, Hors série, Nature de la santé, santé de la nature*, pp. 78-89.
- EWERT A. et SIBTHORP J. (2014), *Outdoor adventure education : foundations, theory, and research*, Human Kinetics.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC (2017a), *Au Québec, on bouge en plein air ! Avis sur le plein air*, Gouvernement du Québec.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC (2017b), *Politique de l'activité physique, du sport et du loisir*, Gouvernement du Québec.
- GRAND ROBERT, *Aventure* [en ligne]. À partir de URL <https://grandrobert-lerobert-com.acces.bibl.ulaval.ca/robert.asp> [Consulté le 7 mai 2021].
- GRENIER J., et QUENNEVILLE G. (1987), *Long sentier... Petits portages. Les fondements du plein air*, Les Éditions C. et C.
- GUILLOT G. (1992), Georges Hébert et l'éducation intégrale, *Revue EPS*, 2375, pp. 160-172.
- HARTIG T., VAN DEN BERG A. E., HAGERHALL C. M., TOMALAK M., BAUER N., HANSMANN R. et WAASETH G. (2011), Health benefits of nature experience : Psychological, social and cultural processes, in K. NILSSON, M. SANGSTER, C. GALLIS, T. HARTIG, S. VRIES, K. SEELAND, et J. SCHIPPERIJN (dir.), *Forests, trees and human health*, Springer, pp. 127-168.
- HOUSSAYE J. (2004), A. M. CHATELET, D. LERCH, et J.-N. LUC (dir.) – L'école de plein air. Une expérience pédagogique et architecturale dans l'Europe du XXe siècle, *Revue française de pédagogie*, 147(1), pp. 133-134.
- JAY-RAYON J. C. (1981), *Cadre de référence conceptuel plein-air*, Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche.
- KELLERT S. R., et WILSON E. O. (1995), *The biophilia hypothesis*, Island press.
- LARUE P. et BÉLEC, P. (2016), *Le Québec en plein air*, Québec Amérique.
- LEGENDRE R. (1993), *Plein air*, in R. LEGENDRE (dir.), *Dictionnaire actuel de l'éducation*, (2e édition), Guérin, pp. 997-998.
- LÉTOURNEAU D. (1993), *Vocabulaire des loisirs de plein air*. Cahiers de l'Office de la langue française, Les Publications du Québec.
- LICHTENSTEIN J., et MICHEL, C. (2006), *Conférences de l'Académie royale de peinture et de sculpture, tome 1, volume 2, 1648-1681*, Beaux-arts de Paris Éditions.
- LYNCH P., MOORE K. et MINCHINGTON, L. (2012), Adventure cultures : an international comparison, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 12(3), pp. 237-260.



- MAO P. (2003), Les lieux de pratiques sportives de nature dans les espaces ruraux et montagnards, Contribution à l'analyse de l'espace géographique des sports, Thèse de doctorat, Université Joseph-Fourier - Grenoble 1.
- OFFICE QUÉBÉCOIS DE LA LANGUE FRANÇAISE, Plein air [en ligne]. À partir de URL http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?ld_Fiche=2069000 [Consulté le 7 mai 2021a].
- OFFICE QUÉBÉCOIS DE LA LANGUE FRANÇAISE, Loisir de plein air [en ligne]. À partir de URL http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?ld_Fiche=2068999 [Consulté le 7 mai 2021b].
- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (2019), Plan d'action mondial de l'OMS pour promouvoir l'activité physique 2018-2030, Organisation mondiale de la Santé.
- PICHARD P. (1979), Voyage, fantaisies et aventures en plein air, La Maison de la page qui tourne.
- POCIELLO C., et DENIS D. (2000), À l'école de l'aventure. Pratiques sportives de plein air et idéologie de la conquête du monde, 1890-1940, Presses Universitaires du Sport.
- PRIEST S. (1999), The semantics of adventure programming, in J. C. MILES, et S. PRIEST (dir.), Adventure programming, Venture Publishing, pp. 111-114.
- REICHLER C. (2005), Le bon air des Alpes : entre histoire culturelle et géographie des représentations, Revue de géographie alpine, 93(1), pp. 9-14.
- SAINT-MARTIN J. (2014), Les activités de nature à l'école : entre une approche vitaliste et un ancrage culturel, in M. ATTALI, J. et SAINT-MARTIN (dir.), À l'école du sport : épistémologie des savoirs corporels du XIXe siècle à nos jours, De Boeck Supérieur, pp. 21-50.
- SHOKOROVA L. V., GRECHNEVA N. V., et BOCHKOVSKAY V. I. (2016), Importance of plein-air practice in professional art education, International Journal of Environmental and Science Education, 11(15), pp. 8657-8668.
- SUCHET A., et TUPPEN J. (2014), Pratiques fun, aventures sportives et sports de nature. Trois moments dans l'évolution des dynamiques sportives de nature en France (1970-2010), in J.-P. CALLÈDE, F. SABATIER, et C. BOUNEAU (dir.), Sport, nature et développement durable. Une question de génération?, Maison des Sciences de l'Homme d'Aquitaine, pp. 389-406.
- SWARBROOKE J., BEARD C., LECKIE S., et POMFRET G. (2003), Adventure tourism : The new frontier, Routledge.
- ULRICH R. (1984), View through a window may influence recovery, Science, 224(4647), pp. 224-225.
- USITO, En plein air [en ligne]. À partir de URL https://www-usito-com.acces.bibl.ulaval.ca/dictio/#/contenu/air_1.ad [Consulté le 7 mai 2021a].
- USITO, Le plein air [en ligne]. À partir de URL https://www-usito-com.acces.bibl.ulaval.ca/dictio/#/contenu/air_1.ad [Consulté le 7 mai 2021b].
- VALTCHANOV D., BARTON K. R., et ELLARD C. (2010), Restorative effects of virtual nature settings, Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13(5), pp. 503-512.
- VARLEY P. (2006), Confecting adventure and playing with meaning : the adventure commodification continuum, Journal of sport and tourism, 11(2), pp. 173-194.
- VILLARET S., et DELAPLACE, J.-M. (2004), La méthode naturelle de Georges Hébert ou « l'école naturiste » en éducation physique (1900-1939), Staps, 63(1), pp. 29-44.
- VILLARET S. et SAINT-MARTIN J.-P. (2004), Écoles de plein air et naturisme : une innovation en milieu scolaire (1887-1935), Mouvement et Sport Sciences, 51(1), pp. 11-28.



ANNEXE 1 :

AUTEUR	TERME DÉFINI	DÉFINITION
Conseil québécois du loisir, 2012	Loisir de plein air	Un ensemble d'activités de loisir non compétitives et non motorisées, qui permet à une personne d'entrer en contact avec les éléments du milieu naturel, sans rien y prélever et dans le respect de ces derniers, à des fins de contemplation, d'évasion, d'observation, d'exploration ou d'aventure.
Gouvernement du Québec, 2017a	Activité de plein air	Activité physique, pratiquée en milieu ouvert, dans un rapport dynamique et harmonieux avec des éléments de la nature.
Gouvernement du Québec, 2017a	Activité de plein air	L'activité de plein air : <ul style="list-style-type: none"> - est généralement de nature récréative et de pratique libre, tout en n'éliminant pas les événements et autres activités structurées; - permet aux pratiquants d'adapter l'intensité physique demandée par l'activité en fonction de leurs capacités et de leur besoin de dépassement; - entraîne un déplacement sans l'usage de moyens motorisés; - exclut l'aspect purement compétitif visant à déterminer l'élite; - fait référence à une manière d'être, généralement en harmonie avec le milieu environnant, le plus souvent dominé par des éléments naturels; - se vit dans un esprit de détente, de découverte, d'exploration ou d'aventure; - inclut les formes de pratique en milieu urbain, comme dans les grands parcs, jusqu'à celles en pleine nature.
Gouvernement du Québec, 2017b	Activité de plein air	Activité de plein air fait référence aux activités de natures diverses qui se déroulent dans les espaces de plein air. Le terme activité de plein air est employé plutôt qu'activité physique de plein air et activité physique de pleine nature pour désigner les activités physiques non motorisées, pratiquées dans un rapport dynamique avec les éléments de la nature et selon des modalités autres que la compétition sportive.
Grenier et Quenneville, 1987	Plein air	1. Le plein air identifié par le milieu où il se pratique, soit dehors; 2. Le plein air associé à une attitude ou une manière d'être; et 3. Le plein air perçu comme un ensemble d'activités physiques se pratiquant dans le milieu naturel.
Larue et Bélec, 2016	Plein air	Le plein air est l'ensemble de pratiques liées à un séjour et à un déplacement non motorisé en nature. Ces pratiques sont vécues comme un loisir et manifestement sans compétition ; il n'y a donc pas de spectateurs, pas de règlement ni d'arbitre. Elles comprennent toujours une part d'effort, de défi et de risque.
Legendre, 1993	Plein air	Lieu physique extérieur.
Legendre, 1993	Plein air	Ensemble d'activités physiques où les éléments naturels (eau, air, sol, etc.) forment le contexte et le support de leur pratique.
Létourneau, 1993	Plein air	Ensemble d'activités récréatives qui se déroulent en plein air.
OQLF, 2021a	Plein air	Ensemble des activités et des sports de loisir qui se déroulent à l'extérieur des bâtiments.
OQLF, 2021b	Loisir de plein air	Dans le domaine du loisir, le terme plein air désigne, par extension de sens, l'ensemble des sports ou activités physiques de pleine nature pratiqués dans des milieux naturels présentant une part de risque et d'imprévu, dans un rapport dynamique avec les éléments de la nature, selon des modalités autres que la compétition sportive officielle.
Usito, 2021a	En plein air	Dehors, au vent, dans la nature.
Usito, 2021b	De plein air	Les sports et activités qui se pratiquent dans la nature.

