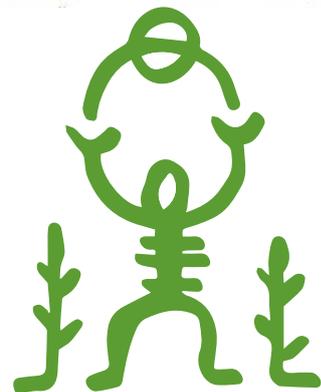




Parc national  
du Mercantour

Se reconnecter  
à la nature avec

*toutes nos différences*



Livret pédagogique  
pour enseignants et éducateurs

**Document réalisé par le Parc national du Mercantour en partenariat  
avec la circonscription de l'Éducation nationale ASH :**



**Conception graphique :** carlamantero.com

**Impression :** Imprimerie Joubert. Imprimé sur papier PEFC

**Édition :** Septembre 2022



# Sommaire

## La pédagogie du dehors : méthode et pratique

Édito	2
Avant-propos	4
Introduction : pourquoi sortir ?	7
Avantages et intérêts du dehors : la force du dehors	8
Intentions générales et objectifs	9
Roue psychopédagogique : pour penser l'enfant dans sa globalité	12
Pour une pédagogie du dehors	15
La posture de l'éducateur	18
Choisir son lieu	19
Préparer son matériel et s'équiper	21
L'utilisation des fiches pédagogiques	22
En conclusion	25
Ressources	26

## 14 fiches pédagogiques dans la pochette

### Mode d'emploi

1. La caresse de l'arbre
2. L'oeil de lynx
3. Le parfum du hérisson
4. Le village des lutins
5. Le fil de l'araignée
6. Le repas de l'écureuil
7. Le gardien de la forêt
8. Le vol de l'aigle
9. Pieds nus comme un ver
10. L'oiseau à voeux
11. Le festival des animaux
12. Les petites bêtes en folie
13. Le rallye souris
14. Libre comme l'air





## Édito

### Interview croisée



**Aline Comeau : AC**  
Directrice du Parc national du Mercantour



**Fabrice Maréchal : FM**  
Inspecteur de l'Éducation nationale des Alpes-Maritimes – Circonscription ASH : Adaptation scolaire et Scolarisation des élèves en situation de Handicap

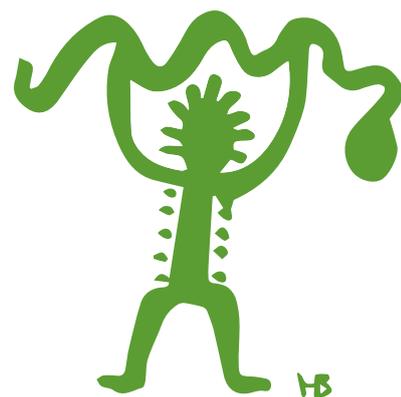


Lagopède alpin, (*Lagopus muta*), un poussin dans la neige, galliforme de la famille des phasianidés.  
©J. Blanc/PNM

#### Que représente « un accès à la nature pour tous » pour vous ?

**AC :** Le Parc national du Mercantour a pour vocation de protéger un espace de nature riche en termes patrimoniales et de le rendre accessible à tous, tout en prenant en compte les meilleures conditions pour sa préservation. De ce fait, **nous sommes constamment confrontés à ce double tiraillement entre protection et accessibilité au plus grand nombre.** Le fait de pouvoir sensibiliser, expliquer, faire connaître, donner à comprendre, relier, faire vivre des expériences dans la nature... nous permet également d'interroger notre lien à cette Nature que nous avons **à coeur de préserver.** Cela donne un sens profond à nos actions et les ancre dans un quotidien que nous avons tous besoin de rendre plus vertueux.

**FM :** Les enseignants doivent de par leur mission éducative, être créatifs pour rendre la nature accessible tout en prévenant de sa fragilité. Ils doivent permettre la compréhension de la nature : au travers de la valeur du respect et de gestes de protection. **L'accès à la nature, patrimoine universel, pour tous, est un enjeu fondamental pour notre Société, pour notre Ecole.** Quel que soit le cheminement que les enseignants choisiront, je les invite à être attentifs aux sensations, aux émotions, à **s'ouvrir pleinement à cette nature.** Les élèves qui nous sont confiés tirent un immense gain à vivre des expériences sensorielles, quelque soient leur âge, leur histoire ou leurs besoins éducatifs particuliers.





Vue partielle du plateau de Sestrière en automne.  
Les couleurs chaudes du mélèzin en parure automnale.  
©A. Turpaud/PNM

Animation Land Art ©H. Brugnot

### *Pourquoi créer cet outil d'accompagnement pédagogique ? A quel besoin répond-t-il ?*

**AC :** Accompagner les publics dans la découverte et l'**appropriation « positive » du territoire du parc fait partie intégrante de nos missions.** Cet outil permettra aux éducateurs, enseignants, encadrants, guides, animateurs des écoles... d'avoir un outil « clés en main » pour proposer une palette d'activités pour découvrir ou ré-découvrir **le plaisir d'être dehors.** A ce jour il n'existe pas un outil similaire qui s'adresse à un public à besoins spécifiques comme celui visé par cet outil. Nous espérons donc rendre encore plus accessible cette nature à des publics qui en sont souvent éloignés.

**FM :** Cet outil incite à l'Ecole-du-dehors. Il s'agit de prendre en compte l'environnement proche de l'école pour motiver et ancrer les apprentissages. Les enseignants peuvent découvrir d'autres perspectives, enseigner **avec le corps en mouvement,** s'appuyer sur la diversité naturelle, pour atteindre l'ensemble des apprentissages fondamentaux. Ainsi les élèves pourront construire une relation profonde à la nature et vivre des expériences qui les transformeront positivement.

### *Un souhait pour cet outil ?*

**AC :** En reprenant le slogan du partenariat avec GMF, « **la nature en partage** », j'espère que cet outil permettra de partager cette nature, de développer l'envie de la protéger et le plaisir de la vivre pleinement.

**FM :** La diffusion de cet outil au plus grand nombre accompagnera l'impulsion, l'élan nécessaire qui doit aboutir à la formation d'esprits libres parce que respectueux d'un environnement **source d'avenir.**





# Avant-propos

## L'auteur



### Hervé Brugnot

accompagne des enfants et forme des adultes dans la nature depuis une trentaine d'années. Praticien en écopsychologie et inspiré par les peuples racines, il apporte un autre regard sur notre rapport à la nature en privilégiant les dimensions sensibles et poétiques. Il a réalisé une série de vidéos sur notre rapport à la nature. Ces vidéos pourront compléter cet outil et vous aider à approfondir certains aspects. Voici le lien pour y accéder : « Le chemin des 5 pierres »

[https://www.youtube.com/channel/UCwI9QXs402\\_vB69HbnCpFmw](https://www.youtube.com/channel/UCwI9QXs402_vB69HbnCpFmw)

## Les collaboratrices



### Christine Labasse

a été pendant 7 ans conseillère pédagogique de la circonscription de l'adaptation scolaire et de la scolarisation des élèves en situation de handicap (ASH) des Alpes-Maritimes. Elle a conçu des formations et accompagné les enseignants spécialisés. Elle coordonne depuis six ans le projet « Pierres Feuilles Stylos ! » pour développer les valeurs de l'École inclusive. Elle est aujourd'hui conseillère pédagogique sur la circonscription de Cagnes-sur-Mer.

Ce lien vous permettra de découvrir l'action : <https://www.youtube.com/watch?v=mKD6cMkqWv8>



### Elena Maselli

est chargée de mission pédagogie/EEDD au Parc national du Mercantour. Elle anime des projets éducatifs à l'échelle de tout le Parc national, voire en transfrontalier. Elle coordonne également les actions pédagogiques envers les publics à besoins spécifiques pour développer un accès à la nature pour tous. Toutes les actions éducatives du Parc national sont disponibles à cette adresse : [www.mercantour-parcnational.fr](http://www.mercantour-parcnational.fr)





### Remerciements pour la relecture :

Christine De Raco, enseignante spécialisée en section d'enseignement général et professionnel adapté (SEGPA) au collège Les Jasmins de Grasse et professeur formateur académique Ecole Inclusive.

Manon Desplechin, volontaire en service civique, service sensibilisation et valorisation du territoire du Parc national du Mercantour.

### Remerciements aux enseignants qui ont expérimenté l'outil avec leurs élèves et proposé des améliorations :

Sophie Amar, Sophie Ardino, Justine Crespin, Geneviève Giuge-Mattonne, Céline Eininger, Souad Maachou, Marion Schuller, Stéphane Bonvoisin, Claude Le Bastard, Fabrice Dufour.



Jeu et activité éducative ©E. Maselli/PNM



Activité de formation pour éducateurs ©E. Maselli/PNM

### Des activités pour qui ?

Pour des raisons pratiques, nous utiliserons le terme « enfants » afin de désigner les participants aux activités, même si ces activités peuvent être réalisées autant par des tout-petits (4-5 ans) que par des adolescents ou des adultes.

Les âges pour chaque activité ne seront pas spécifiés, car cette approche pédagogique sensible et poétique est réalisable avec tous les types d'âges. Ce sera donc à vous d'adapter votre langage et votre façon de faire en fonction du niveau des participants.





Introduction :

## Pourquoi sortir ?



Nous n'osons pas sortir dans la nature, cela semble trop compliqué, il faut sûrement du matériel adapté et la météo est changeante. Dehors, il peut arriver un grand nombre d'imprévus. Nous avons beaucoup de raisons pour rester dedans et nos centres d'intérêt nous encouragent à rester à l'intérieur.

Peut-être que dedans, nous avons un peu plus la sensation de garder le contrôle du groupe et ainsi veiller à la sécurité de chacun.

Mais au-delà de nos choix, quels sont vraiment les besoins des enfants ? Sont-ils vraiment faits pour rester à l'intérieur ? Apparemment non. Trop longtemps enfermés, les enfants sont en surtension faute d'espace pour s'exprimer et explorer. De ce fait, nous n'osons plus les emmener dehors de peur qu'ils deviennent incontrôlables.

Évidemment, les premières fois, ils seront « tout fous » ! Des activités physiques et sportives seront nécessaires pour qu'ils expriment ce trop-plein d'énergie, mais petit à petit, ils retrouveront **un rythme plus apaisé** et seront capables sans souci de vivre des expériences de pleine nature, en toute sérénité.

“ Trop longtemps enfermés, les enfants sont en surtension faute d'espace pour s'exprimer et explorer. ”





## Avantages et intérêts du dehors :

# La force du dehors

Beaucoup d'expériences le prouvent maintenant : un enfant est fait pour **vivre essentiellement dehors** ! Son être tout entier pourra grandir dans les meilleures conditions car il sera en connexion avec la diversité des éléments de la nature et des êtres vivants dont il fait partie. Au contact de la nature, l'enfant pourra s'épanouir pleinement, quelles que soient les spécificités et les différences de chacun. C'est en prenant en compte cette dimension que ces différentes activités vous sont proposées.



“ De nombreux scientifiques le disent : on peut apprendre avec sa tête, mais on ne peut pas comprendre sans tout son être « psycho-corporel ». Parents, éducateurs, animateurs, enseignants : sortez les enfants, faites-les bouger, marcher, courir, grimper, construire dans la nature. Ils apprendront mieux, ils souffriront moins, ils aimeront plus la vie et les autres... ”

Extraits de l'ouvrage « *Besoin de nature* », Ed. Hesse, *Louis Espinassous*

Il est reconnu scientifiquement que la nature apporte un bien-être physique et psychologique. **Une simple balade dans la forêt est déjà bénéfique : nos défenses immunitaires augmentent, notre anxiété diminue.** A l'inverse, le manque de nature affecte durablement notre organisme et notre esprit. C'est ce que nous appelons aujourd'hui, « le syndrome du manque de nature<sup>1</sup> » : perte de l'attention et de la concentration, stress, maladies.

<sup>1</sup>Louv R., « *Last Child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder* » (Le dernier enfant dans les bois : sauvons nos enfants du syndrome de manque de nature), 2005  
Cet ouvrage n'est pas encore traduit en français.



## Intentions générales et objectifs

“ Au-delà d'un bien être psychologique et physique, le rapport à la nature permet d'éveiller l'enfant à une multitude de compétences. ”

### Eveiller les sens

Notre vie moderne trouble nos sens. Une foule de sollicitations (les écrans en particulier) sature notre attention, notre vue et notre ouïe. Les autres sens seront, eux, souvent oubliés. Nous regardons mais nous ne voyons plus, nous entendons mais nous n'écoutons plus. Nos sens deviennent passifs. Dans la nature, c'est à nous de les réveiller ; il faut tendre l'oreille, aiguïser notre regard, ouvrir nos narines et **déployer notre corps**.

Activité éducative sensorielle  
©E. Maselli/PNM



Champignons poussant au printemps dans une cave  
©F. Tomasinelli/PNM

### Développer l'attention

Dehors l'enfant retrouve petit à petit la pleine faculté de ses sens qui ne sont plus saturés par mille interactions. Dès le retour au calme naturel du dehors, **l'attention renaît** ; nous percevons le vol d'un oiseau, le mouvement des feuilles dans le vent, une odeur boisée... Chaque événement retrouve sa force et les sens reçoivent maintenant pleinement l'expérience. De retour en salle, chacun gardera cette nouvelle acuité qui pourra augmenter à chaque sortie.

### Solliciter la curiosité

Une multitude de questions naîtra de toutes ces relations à la nature, accueillez-les avec enthousiasme. Aidez l'enfant à trouver les réponses en cherchant avec lui dans un livre par exemple. La curiosité ne s'apprend pas, elle se transmet naturellement d'individu à individu. Laissez-vous donc aller à **une curiosité joyeuse** avec eux, ils vous imiteront.

Faire découvrir la nature aux enfants lors d'une randonnée  
©E. Maselli/PNM





## S'éveiller à la diversité de la nature

Une fois les sens en éveil et l'attention activée, une foule de choses apparaît ; des traces d'animaux, des sons discrets, des mouvements auparavant imperceptibles. La nature proche devient plus riche, plus vraie. Ainsi, nous prenons conscience d'**une diversité insoupçonnée** de couleurs, de formes, d'odeurs et de textures.

Activités éducatives en land-art  
©H. Brugnot



Activité pédagogique : se relier  
©H. Brugnot

## S'émerveiller

De toutes ces nouvelles interrelations naissent des émotions ; de la beauté d'un simple escargot, à la complexité de la toile d'araignée, du plaisir à sentir une brise sur sa joue, à la douceur d'une mousse sous ses doigts. La nature devient **source de plaisir** et de joie. L'émerveillement apparaîtra dans ces moments simples, le tout entouré d'un contexte de liberté et de bienveillance.

Activité land-art : le gardien de la forêt ©H. Brugnot



## Se relier à la communauté du vivant

Nous découvrons en pleine nature que nous ne sommes pas seuls. Une myriade d'être vivants nous côtoie. Fourmis, fleurs, renards, pinsons, arbres, mille-pattes... ils vivent là, et nous prenons conscience petit à petit que nous venons occuper leur territoire de vie qu'il faudra donc partager, le temps d'une activité. Progressivement à force de retrouver cette diversité d'êtres, ils deviendront plus familiers et **un profond respect** naîtra de ce lien.

Sittelle torchepot  
©H. Brugnot





Se reconnecter à la nature

©E. Maselli/PNM



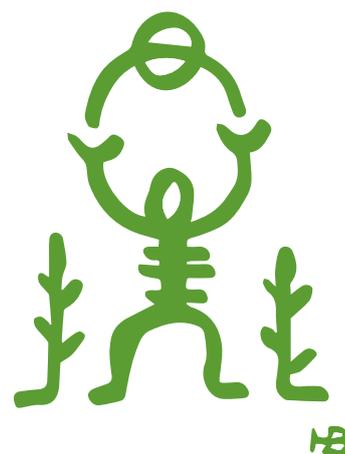


La roue psychopédagogique (ou roue des animaux)

## *Pour penser l'enfant dans sa globalité*

Voici un outil qui vous permettra de prendre en compte l'enfant dans toutes ses dimensions : corporelle, affective, intellectuelle et intuitive.

Inspirée de la roue de médecine amérindienne<sup>2</sup>, des travaux du psychanalyste Carl Gustave Jung et de l'Écopsychologie<sup>3</sup>, cette roue est un outil qui permet une analyse de soi, de son lien aux autres et à la nature (lien vidéo : La roue des animaux <https://youtu.be/qGIAMvjSggg>).



Les quatre animaux symboliques de la roue de médecine amérindienne sont **l'ours, le loup, le bison et l'aigle**. Ici le cerf remplacera le bison pour ainsi utiliser des animaux vivant en France.

Cette roue représente l'individu dans sa globalité. **Nous sommes un être multiple avec quatre pôles : Le corps, le coeur, la tête et l'esprit.**

Ces différents niveaux ne sont pas en concurrence mais complémentaires, nous sommes donc tout cela à la fois. Cependant, nous priorisons personnellement certains pôles plus que d'autres, ainsi nous sommes tous différents.

---

<sup>2</sup>La **roue de médecine** est un cercle sacré aménagé par les peuples premiers souvent à l'aide de pierres. Aussi appelée cercle de vie, la roue de médecine est à la base des traditions autochtones des Amériques. Ce cercle peut être utilisé aussi bien dans les rituels des sages que dans la vie courante des laïcs.

<sup>3</sup>L'**écopsychologie** est née de la rencontre entre l'écologie et la psychologie. L'écopsychologie est un domaine interdisciplinaire et transdisciplinaire qui s'intéresse à la synthèse de l'écologie et de la psychologie et au développement d'un rapport soutenable entre les humains et la nature.



## LA ROUE DES ANIMAUX





La roue est symbole de mouvement, de changement et d'évolution. Bien que nous privilégions tous certains pôles, selon nos caractères, notre histoire personnelle, il est important de **naviguer sur la roue** et d'en explorer les différentes facettes pour enrichir notre être et tendre vers l'équilibre. De votre position personnelle sur la roue dépendront vos objectifs et votre posture éducative.

### Quel est l'animal correspondant à votre profil psychologique ?

Posez-vous la question, car votre positionnement sur la roue induit votre posture éducative ainsi que le choix de vos objectifs pédagogiques. Vous aurez peut-être une position non tranchée et un binôme d'animaux pourra vous correspondre.

(Lien vidéo : Quel est votre animal ? <https://youtu.be/pEpaB-5h69k>)

- >> **Cerf** : vous privilégiez l'apport de connaissances et la transmission de savoirs. Pour vous, il faut connaître le monde pour l'appréhender. C'est ici une posture de **professeur** qui apporte une expertise.  
.....
- >> **Loup** : les relations entre individus sont la base de votre travail. Vous donnez une priorité aux savoir-être et vous privilégiez le vivre ensemble. Dans cette situation vous devenez **accompagnateur**.  
.....
- >> **Ours** : les savoir-faire et les activités physiques sont essentielles pour vous. L'enfant doit s'exprimer corporellement et doit réaliser des actions concrètes. Dans cette situation, vous devenez un **animateur** qui met en dynamique le groupe.  
.....
- >> **Aigle** : l'intériorité tient une grande place dans votre pratique. Vous donnez la priorité à l'intuition, la créativité et l'imaginaire dans votre travail éducatif. Cela s'apparentera au rôle de **mentor**.

Pour chaque fiche d'activité, les animaux correspondants sont présentés à l'aide de symboles. Lors de votre sortie nature, vous enchaînez sûrement plusieurs activités, veillez à ce que les quatre animaux soient présents, ainsi toutes les dimensions de l'être seront mobilisées.



Paysage de la haute vallée du Cians depuis Villeplane ©E. Maselli/PNM



Randonnée et activités de découverte de la nature ©E. Maselli/PNM

## Pour une pédagogie du *Dehors*

Si nous voulons que le dehors soit source d'épanouissement pour l'enfant, il nous faudra identifier quelques principes de bases :

### → **VIVRE PLEINEMENT L'EXPÉRIENCE ; le corps avant tout**

Le corps est notre lien direct à la nature, ici rien de virtuel, que du réel ; marcher, grimper, sauter, gratter, fouiller, ressentir... La nature devient un espace d'exploration et de créativité. Sans le corps pas d'expérience directe !

### → **PRIVILÉGIER LE CONTACT DIRECT ; c'est la nature qui enseigne**

Nous avons souvent l'intention de donner des leçons de nature aux enfants ; le nom des arbres, des oiseaux peut-être, mais avant tout, laissez-les vivre leur propre relation. La nature se chargera de leur apprendre une infinité de choses. Ils reviendront avec une foule de questions, il suffira de les accompagner pour trouver les réponses, ensemble.

### → **PAS D'EMPRESSEMENT ; prendre le temps de l'expérience**

Prenez le temps sans précipitation car vous pourrez revenir régulièrement sur le même site et voir la nature évoluer au fil des saisons. C'est un moment privilégié qui est fait pour prendre son temps. Ne surchargez donc pas le nombre d'activités. Surtout évitez les remarques du style « dépêchez-vous... on est en retard... plus vite... ».





→ **UN BESOIN D'INTIMITÉ ET DE SOLITUDE ; vivre son expérience personnelle**

L'enfant, pour se construire, doit aussi vivre des moments, seul. Il doit faire sa propre expérience sans être régulièrement en interaction avec le groupe. C'est souvent dans l'intimité qu'une relation avec la nature se crée et offre une connexion profonde. Permettez donc, de temps en temps, cet espace personnel.

→ **LA PLACE DISPONIBLE ; utiliser un maximum d'espace**

En tant qu'éducateur, nous avons l'habitude de travailler avec notre groupe réuni. Il ne faut pas les perdre de vue. La sécurité avant tout. Dans la nature un espace immense s'offre à nous et nous restons souvent confinés sur quelques mètres carrés ! Pourquoi ne pas élargir nos champs d'action habituels en nous ouvrant un peu plus à l'espace disponible (tout en donnant des consignes de limites évidemment).



Découvrir la nature à ses pieds  
©E. Maselli/PNM



→ **DES TEMPS DE LIBERTÉ ; vivre son moment sans directives**

Les activités proposées aident l'enfant à développer ses sens, son attention et des aptitudes spécifiques. Ceci est important lors des premiers contacts. Toutefois, n'hésitez pas à offrir des moments de liberté pour qu'il puisse expérimenter ses nouvelles compétences fraîchement acquises. Ainsi libre, il pourra explorer et jouer à son rythme (voir fiche 14 : « Libre comme l'air »).

→ **ACCEPTER L'ENNUI ; pour aller au-delà**

Lorsque vous offrez aux enfants un moment de solitude ou de liberté dans la nature, ils peuvent parfois ressentir de l'ennui. Face à ce sentiment, nous avons tendance à raccourcir l'activité voir à la supprimer définitivement. Pourtant, c'est une étape importante, l'ennui permet la rêverie et le vagabondage des idées. Une fois ce premier sentiment « perturbant » passé, l'imaginaire et la créativité s'exprimeront.



Alors, laissez-les s'ennuyer un moment et petit à petit ce temps sera vécu par chacun revigorant et source de plaisir<sup>4</sup>.

→ **DES ENFANTS TOUS DIFFÉRENTS ; chacun à sa façon**

Lors des activités, nous parlons au groupe et donnons les consignes au groupe ; nous pensons le groupe. Mais qu'est-ce que le groupe, sinon une diversité d'enfants tous différents ? Ils comprendront nos messages, chacun à leur façon et à leur rythme avec leurs capacités ou difficultés personnelles, nous devons accepter cela. Ne soyons donc pas trop exigeant quant au résultat attendu. Et s'ils sortent du cadre proposé pour s'exprimer autrement, tant mieux ! Nous vous invitons à une démarche divergente, c'est à dire une démarche exploratoire qui propose à l'enfant des activités spontanées, personnelles et créatives.

“ C'est souvent dans l'intimité qu'une relation avec la nature se crée et offre une connexion profonde ”

Activité land-art ©H. Brugnot

Activité land-art ©H. Brugnot



---

<sup>4</sup>Voir l'Article ; *les bienfaits de l'ennui* selon l'étude universitaire de John D. Eastwood, professeur de psychologie à : <https://www.neonmag.fr>



## La posture de *L'éducateur*



Quel est votre rapport à la nature ? Êtes-vous passionné ? Avez-vous quelques fois peur ? N'oubliez pas que vos émotions se transmettent inévitablement aux enfants de façon inconsciente.

Lors de la plupart des activités proposées, les enfants se disperseront autour de vous. Vous serez peut-être quelque fois désemparé ; que faire à ce moment-là ? Surveiller et observer tous les dangers possibles ? Rester au centre pour être vu et voir tout le monde ? Se déplacer vers chacun et proposer son aide à ceux qui le souhaitent ?

Il n'y a pas de réponse toute faite. Cela dépendra évidemment de l'âge des enfants, de leurs compétences mais aussi de l'habitude ou non qu'ils ont d'aller et venir dans la nature.

Avant tout soyez pleinement présent, **dans l'ici et le maintenant**. Montrez votre disponibilité tout en laissant un espace de liberté à chacun.

N'hésitez pas à envoyer un petit signal à l'aide d'un appeau ou d'une flûte quelques minutes avant la fin de l'exercice ainsi ils pourront terminer leur activité sans être stoppés brutalement. Une fois le temps passé, un autre son pourra leur signaler la fin de l'activité. Ainsi ils reviendront avec entrain et vous pourrez partager leurs expériences avec eux.

Partir avec un groupe dans la nature ©E. Maselli/PNM

Formation pour éducateurs ©E. Maselli/PNM





Cerf élaphe, (*Cervus elaphus*),  
©L. Malthieux Laurent/PNM



Mélèzes et reflets d'automne  
©A. Turpaud/PNM



## Choisir son *Lieu*



Il est essentiel de repérer les lieux avant chaque animation, même quand vous êtes déjà venu auparavant. Des changements ont pu avoir lieu : coupe de bois, tonte, sol humide.

Prenez donc le temps de vérifier les lieux, asseyez-vous quelques instants pour observer, réalisez par exemple personnellement l'activité de la fiche 1 : « *La caresse de l'arbre* » **Que faut-il observer ?**

### → LA SÉCURITÉ :

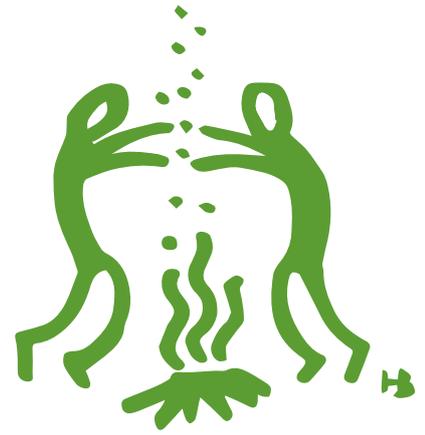
- La nature du sol : trouvez un sol naturel mais assez ouvert pour circuler sans encombre.
- Les bruits parasites : évitez, par exemple, les abords de routes trop bruyantes.
- Les arbres morts : vérifiez leur stabilité et ne stationnez pas à proximité.
- La circulation sur les lieux : ne faites pas l'activité sur un chemin mais aux abords.

### → LES POTENTIELS PÉDAGOGIQUES DU LIEU ; choisissez le lieu en fonction de :

- La richesse des couleurs, des formes, des matières, des odeurs, des sons.
- Les espaces ouverts pour faire des jeux et courir.



- La diversité de la faune et de la flore avec les traces d'animaux, les terriers, les crottes.
- La diversité des milieux naturels ; haie, sous-bois, prairie, arbres morts, friche, ruisseau



→ LA DIMENSION PRATIQUE :

- La distance du point de départ (20 minutes maximum à pied).
- Un abri proche en cas de forte pluie : grange, préau, cabane, bâche tendue.
- Des lieux à l'ombre ou au soleil en fonction de la température.
- Des troncs pour s'asseoir et former un cercle de parole.

“ Repérer les lieux avant chaque animation pour garantir un cadre sécurisé ”

Marmotte des Alpes, (*Marmota marmota*) ©J. Blanc/PNM



Cantharide officinale, (*Lytta vesicatoria*). ©F. Breton/PNM



Bisporille jaune (*Bisporella citrina*) ©F. Breton/PNM



La roue des animaux en activité land-art ©E. Maselli/PNM



## Préparer son matériel et s'équiper

“ Il n'y a pas de mauvais temps,  
que des mauvais vêtements ! ”

Proverbe suédois

### → LA TENUE D'EXPLORATEUR :

- Des bottes ou de bonnes chaussures
- Des vêtements « tout terrain » qui peuvent se salir
- De vrais vêtements de pluies avec capuche en cas de mauvais temps
- Une casquette et tee-shirt légers par beau temp



### → LA TROUSSE À PHARMACIE SPÉCIALE SORTIE

- Pansements et spray désinfectant pour les écorchures
- Pince à épiler
- Tir tiques (2 tailles)
- Pommade pour les foulures
- Crème contre les coups de soleil
- Bouteille d'eau
- Sifflet



### → CHACUN PORTE UN PETIT SAC À DOS POUR...

- Mettre son pull ou sa gourde et avoir les mains libres
- Récolter des éléments à rapporter
- Transporter le pique-nique ou bien le goûter



Et pourquoi pas une charrette tirée par les enfants avec tout le matériel mais attention de ne pas trop vous encombrer.



L'utilisation des

# Fiches pédagogiques

L'activité est présentée sous une forme simple pour permettre à chacun de comprendre rapidement son déroulé. Au dos de chaque activité, des pistes d'adaptations sont proposées, en vue d'une accessibilité à tous. **C'est à vous de faire des choix et certaines propositions seront peut-être spécifiques à certains enfants, tandis que l'animation dite classique conviendra à d'autres.** Pour plus de clarté, lisez la fiche : « *Mode d'emploi* ».

## LES ÉTAPES DE L'ANIMATION

### Préparer



### Animer

Définir  
ses intentions



Choisir  
un lieu



Préparer  
son matériel

Présenter  
les consignes



Réaliser  
l'activité



Partager  
l'expérience



Activités d'éducation à l'environnement ©E. Maselli/PNM

### Pendant l'animation : **Eveiller plus que surveiller !**

→ **OBSERVER** ; observez l'attitude des enfants : quelles compétences développent-ils ? De l'autonomie, de la coopération, de l'aisance dans la nature ?

Profitez de ce moment pour les regarder. Vous pouvez aussi noter les attitudes de chacun pour mémoriser leur évolution personnelle dans la nature.

Voici quelques exemples de focus possibles : la motricité, la solidarité, l'autonomie, la créativité, la concentration, l'aisance, la réceptivité.

→ **SOUTENIR, CONSEILLER** ; c'est un moment privilégié où vous pouvez aider individuellement chaque enfant en difficulté ou en fragilité. Vous pouvez aussi leur proposer des pistes d'adaptation, sans faire à leur place bien sûr.

→ **SÉCURISER, VEILLER** ; veillez à ce que les enfants respectent les limites de l'espace proposé. Faites peut-être le tour du lieu avec eux au départ pour présenter ses limites. Si rien de naturel ne définit ces limites (haie, lisière, tronc couché) placez un petit fanion ou un tissu.



→ **LE CERCLE DE PARTAGE** ; C'est un moment important où chacun peut exprimer ses expériences et ses observations.

C'est aussi un temps d'écoute pour **entendre la diversité des ressentis et des émotions**.

Il est important que ce moment soit un espace d'écoute totale : le cercle doit être bien formé sans enfant à l'extérieur. Un bâton de parole peut favoriser l'expression et l'attention. Les consignes doivent être claires ; il n'y a pas deux discussions en même temps, ni de parole coupée.

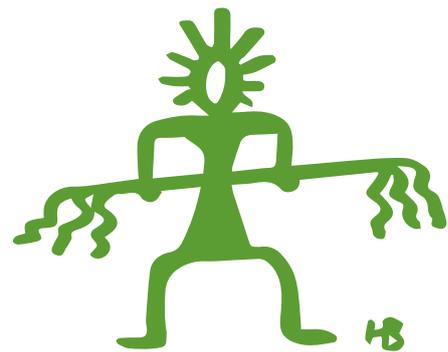
Quelquefois, il est difficile pour certains d'exprimer leurs sentiments ou émotions. Voici quelques astuces pour faciliter l'expression :

- **Prévoyez d'utiliser des dessins de visages avec des émotions (émoticônes)** : *heureux, fatigué, paisible, énervé, apeuré, enthousiaste, ne sait pas*. Ils choisiront l'image qui leur convient.
- **Proposez une main levée ou abaissée pour exprimer son niveau de satisfaction** : Très haut = très content. Au sol = pas content. (avec toutes les nuances possibles entre les deux).
- **Travaillez le vocabulaire sur le sujet des sentiments ou émotions en amont**, ainsi une palette plus grande de mots leur sera disponible.



Cercle de partage en fin d'animation ©H. Brugnot





## En Conclusion

Les premières sorties seront peut-être fastidieuses ; il faudra rassembler le matériel, s'équiper correctement, repérer les lieux, gérer les peurs des enfants ainsi que vos propres peurs. Mais petit à petit de nouvelles habitudes s'installeront, l'espace de nature deviendra familier, l'attention et la curiosité des enfants grandiront à chaque sortie un peu plus. Puis avec encore un peu plus de temps, ces moments deviendront peut-être indispensables ! « Comment pouvait-on faire école sans sortir régulièrement ! Les enfants ne peuvent plus s'en passer ! » disait un enseignant. Des souvenirs inoubliables, des expériences enrichissantes, des moments magiques. Quel plaisir de voir les enfants s'épanouir en pleine nature avec l'enthousiasme et le plaisir d'apprendre. Pourquoi s'en passer ? Alors foncez !

Et si vous avez encore des doutes, n'hésitez pas à vous entourer de personnes qui ont déjà vécu ces expériences, elles vous conseilleront et vous motiveront.

C'est en **vivant au coeur** de son territoire en contact direct avec le réel que l'enfant construira son sens des responsabilités. Un profond respect de la nature s'installera durablement, il développera une curiosité et une vivacité d'esprit à toutes épreuves, enfin il aura acquis une grande confiance en lui pour ainsi affronter les défis à venir.

“ Le contact avec la nature est un besoin vital, pour chacun d'entre nous, à tout âge. ”

Extraits de l'ouvrage « *Besoin de nature* », Ed. Hesse, *Louis Espinassous*





## Ressources

### Diaporamas commentés par Hervé Brugnot pour aller plus loin :

Sélection réalisée à partir de sa chaine YouTube « *Le chemin des 5 pierres* » :

[https://www.youtube.com/channel/UCwI9QXs402\\_vB69HbnCpFmw](https://www.youtube.com/channel/UCwI9QXs402_vB69HbnCpFmw)

**>> Animer dehors sans matériel. (18mn)**

Comment animer dehors les mains vides ou avec un minimum de matériel pédagogique pour créer un lien plus direct à la nature. <https://youtu.be/FOTPRBb3j8s>

**>> La roue des animaux. (18mn)**

Découvrez la roue des animaux ou roue "transpersonnelle". Pour se reconnecter à soi, aux autres et à la nature. <https://youtu.be/qGIAMvjSggg>

**>> Les postures pédagogiques. (22mn)**

Quelle posture adoptons-nous ? Pour quelles intentions ? Avec qui ? Grâce à la roue des animaux chacun peut clarifier sa posture et ses objectifs éducatifs entre animateur, accompagnateur, expert ou mentor...

<https://youtu.be/VIx6IGFRYfo>

**>> Les cercles de la connexion au vivant. (17mn)**

Découvrez les 3 cercles pour se reconnecter à soi aux autres et à la nature...

Inspiré des peuples racines voici des pistes pour faire territoire, faire tribu et faire identité...

<https://youtu.be/pmZWYXOSB9s>

**>> Quel est votre animal ? (26mn)**

Voici un test simple pour découvrir votre animal psychologique. Etes-vous bison, aigle, loup ou encore ours ?

<https://youtu.be/pEpaB-5h69k>

**>> Eduquer à la joyauté. (21mn)**

Une vidéo pour retrouver le moral et mettre un peu plus de joie dans son travail d'éducateur, d'animateur ou d'enseignant. Et n'oubliez pas, La joie est une émotion contagieuse alors vite, contaminons-nous !

<https://youtu.be/MDGOySmG0cE>

**>> Retrouvez l'australopithèque qui est en vous ! (23mn)**

Comment contribuer au bon développement de l'enfant en laissant libre cours au « geste primal instinctif » dans la nature.

[https://youtu.be/nP\\_c1y4wTDY](https://youtu.be/nP_c1y4wTDY)

---

## Ouvrages

**>> Les enfants des bois : Sarah Wauquiez**

Ce livre propose des connaissances de base et des pistes pour mettre sur pied un jardin d'enfants dans la nature, une école enfantine dans la forêt, des sorties régulières dans la forêt. Il s'adresse à tous ceux qui aimeraient travailler dehors avec des enfants de 3 à 7 ans.



**>> *L'école à ciel ouvert* : Sarah Wauquiez**

Avec ce manuel testé par plus de 170 enseignants, osez repousser les murs de l'école et osez enseigner en pleine nature en toutes saisons. 200 activités nature accompagnées d'une introduction pédagogique, de recommandations pratiques et d'un lien aux programmes scolaires.

**>> *L'enfant dans la nature* : Matthieu Chereau et Moïna Fauchier-Delavigne**

Pour une révolution verte de l'éducation ! Les auteurs ont rencontré des chercheurs, des enseignants, des éducateurs... Cette formidable enquête remet la nature au centre du développement et de l'apprentissage de l'enfant.

**>> *L'enfant et la Nature* : Frédéric Plénard**

Et si le lien à la nature était le secret d'une éducation au bonheur ? Cet ouvrage présente le récit de l'exploration de la nature par les enfants, des activités à reproduire en groupe ou en famille et un contenu adapté aux différents espaces naturels.

**>> *Animer dehors* : Guide à l'usage des formateurs BAFA-BAFD pour inciter à sortir dans la nature.**

Ce guide est le fruit d'un travail collectif de formateurs, il a pour objectifs de rappeler les bienfaits du dehors, il encourage l'animation dehors, il donne du sens et des pistes d'actions ainsi que des outils concrets avec des fiches pédagogiques.

**>> *1001 façons de se reconnecter à la nature ; Ce que nous apprennent les peuples racines et que confirme la science* : Frederika Van Ingen**

La vie moderne nous a éloigné de notre connexion originelle à la nature. Ce livre nous parle d'une sagesse millénaire accessible à tous. Avec des pratiques guidées et des idées à expérimenter seul, en groupe ou en famille.

**>> *Trésors du dehors : Auprès de nos arbres, enseignons heureux***

(téléchargeable sur le site « tous dehors Belgique »).

Ce livre est un merveilleux stimulant pour enseigner dehors, en associant bien-être et apprentissages. Au travers des témoignages d'une vingtaine d'enseignants qui sortent avec leurs classes.

**>> *Comment élever des enfants en plein air ? Pour éduquer dans la nature autrement...***

(téléchargeable gratuitement sur le site du GRAINE Bourgogne Franche-Comté).

Document pédagogique pratique et synthétique présentant de façon illustrée tous les intérêts d'éduquer les enfants en pleine nature : ce document peut se transformer en un diaporama facilement utilisable auprès de différents partenaires.

**>> *Grandir dehors, Guide pédagogique et méthodologiques ; des clefs pour emmener les enfants dehors* : ARIENA ; Réseau d'éducation à la nature et à l'environnement d'Alsace.**

(téléchargeable sur le site de l'ARIENA).

Un guide complet fruit d'un travail d'expérimentations d'éducation au dehors avec plusieurs écoles et centres sociaux pendant 2 ans ; témoignages d'enseignants, conseils pratiques, exemples d'activités, astuces logistiques, réflexions pédagogiques... tout y est !

**>> *Pour une école buissonnière (essai)* : Louis Espinassous**

Le monde n'est pas réductible à la classe, ni à des images virtuelles, les plus perfectionnées soient-elles. C'est dehors, dans les bois, au bord de la mer ou en montagne, dans ce contact plein avec le réel que l'enfant construit une part considérable de son rapport à son corps, à ses sens, à son intelligence, à la vie et aux autres.

**>> *Besoin de nature : Santé physique et psychique* : Ed.Hesse, Louis Espinassous**

Les réflexions de l'auteur se fondent sur quarante années riches d'expériences personnelles, au cours desquelles



il a accompagné enfants, adolescents, adultes, publics handicapés ou difficiles, dans des séjours, des classes découvertes ou des stages de formation, dans ses Pyrénées ou ailleurs.

>> **64 Jeux d'écoute, de confiance, et de coopération** : Pascal Deru

Avec leur invitation à relâcher nos tensions et à vivre une ré-création collective, ces 64 jeux nous emmènent dans un art de vivre qui nous fait sans cesse croiser la pleine conscience et la bienveillance.

---

## Vidéos

>> **Eduquer et enseigner dehors**. Reportage d'Erik Fretel, La Ponceuse : (16mn)

Dans le département du Doubs, le GRAINE Bourgogne Franche –Comté et la FCPE accompagnent depuis l'automne 2018, trois écoles dans une démarche expérimentale. <https://www.youtube.com/watch?v=AN2aNqwfVuo>

>> **L'autre connexion**. Documentaire de Cécile Faulhaber (41mn)

Un documentaire filmé au coeur de la forêt au Canada, dans une école Wolf qui pratique un modèle d'éducation dans la nature, inspiré des cultures indigènes. Ce film présente un modèle d'éducation basé sur les cultures indigènes, par une immersion totale dans la nature sauvage.

>> **L'école de la forêt Finlandaise**. Reportage de Claire Boulch

Au coeur de la forêt finlandaise, des enfants de 6 ans vivent l'expérience unique d'une éducation hors les murs. Ce documentaire montre une autre façon de vivre l'école en connexion à la nature qui apporte de multiples bienfaits au développement de l'enfant et l'engage dans un processus d'apprentissage actif.

<https://ecoleforetfinlande.wixsite.com/documentaire>

>> **L'importance de marcher pieds nus**. Documentaire de David Cheynel (15mn)

Vidéo sur le Grounding, ou le lien à la terre. A voir absolument pour comprendre pourquoi il est si important de libérer les pieds ! <https://www.youtube.com/watch?v=DqzVx8BU7qE>

---

## Les réseaux d'éducation à l'environnement

>> **Le FRENE** : Réseau national

Association depuis 1990, le FRENE est aujourd'hui agréée protection de l'environnement, jeunesse éducation populaire, association nationale éducative complémentaire de l'enseignement public, reconnue d'intérêt général avec possibilité de rescrits fiscaux et reconnue au titre du programme "Partenaire engagé pour la nature".

<https://frene.org>

>> **Les réseaux territoriaux en PACA**

Le GRAINE Provence Alpes Côte d'Azur : [www.grainepaca.org](http://www.grainepaca.org)

Éduc'alpes - Réseau des acteurs de l'éducation à la montagne dans les Alpes françaises : [www.educalpes.fr](http://www.educalpes.fr)

# Mode d'emploi

## Intention

Quels sont les objectifs et intentions, pour cette activité ?

## Typologie

Quels sont les animaux symboliques les plus sollicités pendant l'activité ?

### DURÉE CONSEILLÉE

Combien de temps pour l'activité ?

### LIEU PROPOSÉ

Quels sont les lieux les mieux adaptés ? (Voir la rubrique « choisir un lieu »)

### MATÉRIEL / PRÉPARATION

Que faut-il préparer avant l'activité ou sur place ? Quel matériel emporter ? Si des éléments naturels sur place peuvent faire l'affaire c'est encore mieux !

## → Présentation / mise en ambiance

- Que racontez-vous aux enfants ? Dans quel lieu vous installez-vous ?
- Les premiers instants sont importants, ils donnent l'état d'esprit de l'activité et créent ainsi la motivation du groupe. Soyez vigilant à bien penser ce moment ; trouvez un endroit qui résonne avec votre histoire. Vous pouvez asseoir les enfants en cercle pour une écoute maximum.
- Prenez le temps de préparer votre histoire, si besoin notez la sur un papier préalablement.
- L'exemple proposé dans ces fiches cible plutôt des enfants de 6-8 ans. A vous d'adapter l'histoire en fonction du niveau des groupes.

## → Consignes

- Dans cette partie, est noté ce que l'on raconte directement aux enfants.
- Les consignes sont voulues courtes et avec un maximum de simplicité.
- Vous n'êtes pas obligé, s'il y a plusieurs étapes, de tout raconter en une fois. N'hésitez pas à laisser du suspense et à rappeler les enfants en cercle pour raconter la suite de l'activité.
- Un appeau ou un instrument de musique peut servir à les rassembler. Avec l'habitude, ils reviennent rapidement et sont attentifs à écouter la suite, comme s'il s'agissait d'un jeu à part entière.

## → Variantes / suite possible

- Ici, quelques pistes pour transformer les activités et en faire de nouveaux jeux, mais n'hésitez pas à fabriquer vos propres adaptations.
- Quelquefois des pistes pour poursuivre le travail a posteriori, vous sont proposées.

## Cercle de partage / final

- Ce dernier temps permet de valoriser et d'intégrer plus profondément l'expérience vécue.
- Parfois, une visite des lieux est proposée avec les enfants. Ils expriment seul ou en équipe ce qu'ils ont vu ou réalisé.
- A d'autres moments, les enfants sont invités à former un cercle et écouter chacun.

## Vigilances / conseils

- Ici sont proposés des points de vigilance spécifiques à chaque activité pour faciliter le déroulement, que ce soit en termes de sécurité ou de pratique facilitante.
- A quoi faut-il faire attention ? Qu'est-ce qu'il ne faut pas oublier ?
- Globalement, soyez présent tout simplement (éviter l'oeil continuellement sur le téléphone).

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Ici vous sont présentées des idées destinées aux enfants ayant une attention limitée, des difficultés à se concentrer sur un temps long ou des difficultés à comprendre. Ces difficultés cognitives sont prises en considération.
- A vous de réduire le temps de l'activité si besoin, mais n'hésitez pas à renouveler l'expérience, il faudra peut-être plusieurs tentatives avant que l'activité fonctionne pleinement.
- Si l'activité semble trop complexe pour des jeunes enfants, vous trouvez ici des pistes d'adaptation pour les tout-petits.



## Au-delà du son

- Pour les enfants malentendants ou sourds, vous découvrez ici des variantes qu'ils peuvent réaliser plus facilement.



## Au-delà de la vue

- Pour les enfants malvoyants ou non-voyants, ici sont développées d'autres astuces pour vivre pleinement l'activité.



## Au-delà de la marche

- Ici sont proposées des pistes pour les enfants ayant des difficultés pour se déplacer ou en fauteuil roulant.
- Globalement, il est important de vérifier que le sol du lieu de découverte soit assez compact pour permettre l'accessibilité d'un fauteuil roulant. Les sols humides, en sable ou le gravier sont à déconseiller.
- Envisagez de disposer d'une joëlette pour faciliter les déplacements.
- Vous pouvez quelquefois proposer aux enfants de s'asseoir au sol sur une couverture ou une bâche si besoin.

Ce document a pour vocation à être évolutif.  
N'hésitez pas à nous partager vos expériences et utilisation de l'outil  
afin que nous puissions prendre en compte vos retours.

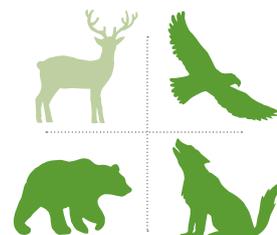
Vous pouvez nous contacter à l'adresse:  
[pedagogie@mercantour-parcnational.fr](mailto:pedagogie@mercantour-parcnational.fr)



# 1. La caresse de l'arbre

## Intention

Créer une relation forte avec un arbre



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 10 à 20 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Bois, parc, forêt

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
« Repose-fesses » : carrés de lino pour s'asseoir au sec si besoin.

### → Présentation / mise en ambiance

Avez-vous déjà vraiment pris le temps de communiquer avec un arbre ?  
Est-ce possible ? Je vous propose de partir à la découverte de votre arbre personnel !

### → Consignes

- Choisissez chacun un arbre qui vous plaît, puis, prenez le temps de l'observer : regardez son tronc et ses branches les plus hautes.
- Ensuite, asseyez-vous à son pied, dos contre le tronc. Fermez les yeux de temps en temps puis sentez l'arbre contre vous et écoutez ce qui vous entoure.
- Profitez de ces sensations, arrêtez de penser, de réfléchir. Détendez-vous et ressentez !
- (Rappelez les enfants à l'aide d'un appeau ou d'un instrument de musique.) Quand le signal retentira, avant de revenir, remerciez-le intérieurement en posant votre main délicatement dessus comme une caresse.

### → Variantes / suite possible

- N'hésitez pas à reproduire l'expérience plusieurs fois en rallongeant le temps proposé.
- Emportez quelques feuilles de chaque arbre pour pouvoir les identifier par la suite.

## Cercle de partage / final

- « Comment vous sentiez-vous au pied de votre arbre ? Détendu, calme, énervé, impatient, fatigué ? »
- « Avez-vous vu ou entendu des animaux ? Si oui, les avez-vous reconnus ? »
- « Avez-vous eu des difficultés ? Si oui, comment y remédier ? »
- « Pourriez-vous donner un nom à votre arbre ? »
- Auriez-vous envie de retrouver votre arbre une prochaine fois ? »

## Vigilances / conseils

- Veillez à ce que les enfants ne communiquent pas entre eux pendant l'exercice, invitez-les au silence.
- Choisissez un lieu avec un sol dégagé sans ronces.
- Donnez des limites de terrain si besoin.
- Plusieurs tentatives seront peut-être nécessaires avant que les enfants soient calmes et attentifs.
- Au retour, demandez aux enfants s'ils ont remercié leur arbre. Il n'est peut-être pas trop tard pour y retourner avant que tout le monde ne soit installé dans le cercle de partage.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Vous pouvez réaliser un exercice physique avant cette activité, ainsi les enfants se seront dépensés et pourront être plus attentifs.
- Invitez les enfants trop dynamiques pendant cet exercice à aménager leur lieu en fabriquant une mini cabane par exemple.
- Proposez un temps court la première fois (5 minutes), puis augmentez la durée les fois suivantes.



## Au-delà du son

- Proposez à chaque enfant de se placer sur un lieu d'où il vous verra faire un signe de rassemblement. Exemple : A distance, vous pouvez utiliser une perche avec un bandeau accroché au sommet et la remuer quand il sera temps de revenir.
- Passez vers chaque enfant pour faire un signe de ralliement.
- Proposez aux enfants de se concentrer sur les mouvements autour d'eux ; qu'est-ce qui a bougé ? était-ce proche ou éloigné ?



## Au-delà de la vue

- Placez chaque enfant au pied d'un arbre et donnez la consigne de toucher l'arbre du sol jusqu'aux parties les plus hautes.
- Si le sol est bien dégagé, proposez aux enfants de revenir eux même, si besoin avec un accompagnateur jusqu'au cercle de partage en jouant une musique ou un son pour les orienter.
- Renouvelez l'exercice en proposant aux enfants de retrouver leur arbre en partant du même point de départ.
- Tentez de nouveau l'exercice où chacun doit retrouver son arbre plusieurs jours plus tard.



## Au-delà de la marche

- Vérifiez l'état du sol avant l'exercice : évitez un sol meuble ou boueux.
- Placez le fauteuil au plus près de l'arbre pour que l'enfant puisse toucher l'écorce ou une branche pendante.
- Asseyez les enfants qui le souhaitent au pied de l'arbre qu'ils ont choisi, pour qu'ils soient davantage en contact avec celui-ci.

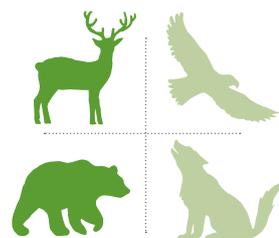




## 2. L'oeil de lynx

### Intention

Développer l'attention et la mémoire



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 10 à 20 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Bois, parc, forêt

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Carré de tissu blanc (1 mètre par 1 mètre).

### → Présentation / mise en ambiance

Savez-vous observer la nature attentivement ? Le lynx repère le moindre mouvement dans la nature, et quand il revient sur un lieu, il reconnaît ce qui a changé. Et vous, avez-vous l'oeil du lynx ? Nous allons tester votre pouvoir d'observation.

### → Consignes

- « Rapportez chacun un ou deux éléments naturels (mousse, fleur, graine, caillou, feuille) »
- « Revenez et posez les éléments sur le drap blanc, qui est ici au sol. »
- « Maintenant, placez-vous en cercle autour du drap. Je vais retirer un élément sans que vous sachiez lequel. Vous devrez deviner celui qui a disparu. »
- « Observez attentivement les objets sur le drap. Vous êtes prêts ? Placez-vous de dos. Ok, c'est bon retournez-vous, alors lequel a disparu ? »
- « Renouvelez l'exercice plusieurs fois en proposant à celui qui a deviné l'élément disparu de retirer lui-même un nouvel élément. »
- Proposez d'autres consignes (voir les variantes).

### → Variantes / suite possible

- Rajoutez un nouvel élément que vous avez caché dans votre poche.
- Inversez deux éléments.
- Faites pivoter un élément ou modifiez le légèrement.

### Cercle de partage / final

- « Est-ce que c'était difficile ou facile ? »
- « Vous souvenez-vous du premier élément qui a disparu ? Et des autres ? »
- « Pourriez-vous refaire ce jeu avec des amis ? »

### Vigilances / conseils

- Choisissez un lieu comportant une diversité d'éléments au sol.
- Si un enfant trouve régulièrement l'objet manquant, proposez-lui d'offrir son rôle de « cacheur » à un camarade.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Commencez par très peu d'éléments, puis augmentez le nombre des objets petit à petit en fonction de la capacité cognitive des enfants.
- Placez des objets sur le tissu, par paire. Ensuite il suffit de découvrir quel élément n'a plus son double.
- Proposez de mettre un élément « intrus », comme un élément artificiel (exemples : une cuillère, un sucre, un jouet, un stylo) ou un élément naturel mais étranger au lieu (exemples : une banane, un kiwi, une carotte).



## Au-delà du son

- Présentez les éléments un par un, en les signant. Vérifiez que chacun puisse les nommer et les identifier en langue des signes.
- Les enfants se mettent en demi-cercle devant le drap. Un adulte se place derrière eux, ainsi quand ils se retourneront, ils pourront voir le signe de cet adulte qui les invite à se retourner face au drap, tous en même temps.



## Au-delà de la vue

- Posez quelques éléments naturels sur le drap, faites toucher les éléments en les nommant, puis ôtez un objet. De nouveau faites les toucher. Lequel a disparu ?
- Placez les enfants par deux. Même exercice, l'un enlève un élément l'autre doit deviner lequel a disparu par le contact. N'hésitez pas à réaliser cet exercice aussi avec des enfants voyants en leur proposant de leurs bander les yeux.



## Au-delà de la marche

- Préparez vous-même les éléments à déposer sur le drap et invitez les enfants avec leur fauteuil à se placer en cercle autour.
- Demandez aux enfants l'élément qu'ils veulent placer sur le drap et faites-le pour eux.
- Proposez à un enfant de s'asseoir par terre à côté du drap pour qu'il enlève ou déplace lui-même un élément et ainsi face jouer le reste du groupe.

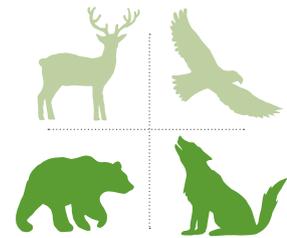




### 3. Le parfum du hérisson

#### Intention

Développer le sens de l'odorat



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 10 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Bois, parc, haie, jardin

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Un petit gobelet par enfant ou une large feuille d'arbre repliée (voir variante).

#### → Présentation / mise en ambiance

Connaissez-vous le hérisson ? Il a toujours le nez au sol à renifler pour trouver à manger. Il a un odorat très développé et peut capter des centaines d'odeurs différentes. Et si on se transformait en hérisson pour, nous aussi, découvrir toutes ces odeurs cachées ?!

#### → Consignes

- « Prenez chacun un petit gobelet (ou feuille d'arbre repliée) pour rapporter des odeurs de la nature. »
- « N'hésitez pas à fouiller, gratter, creuser, ramasser. Froissez les feuilles que vous trouverez pour que l'odeur apparaisse. »
- « Prenez un petit bout de bois et remuez votre soupe à odeurs de temps en temps pour faire ressortir les différents parfums. »
- « Mélangez plusieurs odeurs pour fabriquer un parfum unique. »
- « Quand le signal retentira, revenez tous au point de départ car nous partagerons nos découvertes. »

#### → Variantes / suite possible

- Faites fabriquer des mini sacs naturels à la place des boîtes, grâce à de larges feuilles pliées puis piquées avec un petit bâton en superposant les bords de la feuille (comme un point de couture).
- Faites sentir l'odeur d'une feuille cachée dans votre main et demandez aux enfants de retrouver la même plante.

#### Cercle de partage / final

- « Comment pourrait s'appeler votre parfum ? Et si vous lui donniez un nom ! »
- « Mettez-vous par deux et faites sentir votre parfum à un camarade puis allez rencontrer quelqu'un d'autre pour que tout le monde sente votre parfum. »
- « Après avoir senti l'odeur, donnez un mot qui évoque cette sensation. »
- « Quel était le parfum qui vous a semblé le plus agréable ? »
- « Sont-ils tous identiques ou tous différents ? »

#### Vigilances / conseils

- Choisissez un lieu avec une diversité de plantes et d'arbustes (haie, sous-bois).
- Proposez aux enfants de prendre le temps de fouiller et d'explorer sans précipitation.
- Évitez un site contenant des plantes rares ou protégées.
- Évitez la cueillette intempestive, les plantes sont vivantes ; respectons-les.
- Si vous faites l'activité dans un jardin, demandez aux enfants de prélever un tout petit morceau de plante.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Accompagnez l'enfant dans sa recherche de parfums et froissez les feuilles avec lui pour lui faire sentir les différents parfums.
- Réalisez l'activité dans un jardin aromatique en leur demandant de prélever quelques feuilles délicatement.
- Proposez aux enfants de créer un parfum collectif en réalisant un ramassage / ou une légère cueillette tous ensemble puis mélangez le tout dans un pot commun et faites sentir à chacun.



## Au-delà du son

- Proposez aux enfants d'inventer un nom à leur parfum pour ensuite le signer.
- Invitez les enfants à écrire sur un petit papier le nom de leur parfum. Exposez (sur un tronc par exemple) les petites boîtes à odeurs avec leurs mots.



## Au-delà de la vue

- Accompagnez l'enfant dans sa découverte en l'aidant à toucher des plantes.
- Veillez à éviter les orties et autres plantes piquantes en reconnaissant à l'avance le terrain.
- Proposez sur un support (tronc, table) une série de plantes que l'enfant choisira pour faire son parfum.



## Au-delà de la marche

- Demandez aux enfants quelles sont les plantes qui les attirent. Rapportez-leur un échantillon qu'ils sentiront eux même et mélangeront dans leur gobelet.
- Faites l'activité dans un jardin ou les bacs de plantes sont en hauteur et à portée de main.

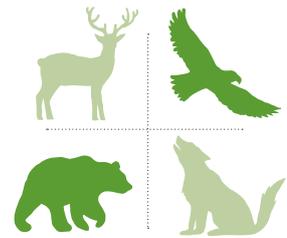




## 4. Le village des lutins

### Intention

Développer l'imagination et la dextérité manuelle



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 30 à 45 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Sous-bois

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Prévoir un appareil photo pour  
remporter des souvenirs.

### → Présentation / mise en ambiance

Une légende raconte qu'ici vivent des lutins. Ils sont très discrets et presque impossible à observer. Malheureusement, une tempête a détruit leur village. Et si on les aidait à reconstruire leurs maisons ; il leur faut un lit, un foyer pour faire du feu, un jardin...

### → Consignes

- « Mettez-vous par deux et trouvez un lieu pour construire votre maison de lutin, vous pourrez utiliser du bois mort ou des pierres et même de la terre. »
- « Dans cette maison, il leur faut : un endroit pour faire du feu et se réchauffer, un lit pour dormir, une table et des chaises et de la nourriture avec des bols et des assiettes. »
- « Ne soyez pas trop proches les uns des autres, les lutins aiment bien le calme et la tranquillité. »
- « Vos lutins ont sûrement un métier, quel est-il ? Construisez les objets correspondants. »
- « N'hésitez pas à décorer leur cabane, ils seront contents de la découvrir toute belle ! »
- « Maintenant que vous avez terminé, réalisez un chemin entre les maisons. Les lutins aiment se rendre visite pour partager de temps en temps leur repas ou jouer ensemble. Prenez des petits cailloux ou des branches pour représenter les chemins. »

### → Variantes / suite possible

- Faites réaliser une grande cabane « salle des fêtes » pour tous les lutins.
- Faites construire des cabanes en hauteur sur des rochers ou dans les arbres.

### Cercle de partage / final

- « Visitons les cabanes une par une et racontez-nous ce que vous avez réalisé. »
- « Quel est le métier de votre lutin ? »
- « Vit-il seul ou en famille ? »
- « Est-il ami avec des animaux ? »
- « Maintenant que nous avons terminé, quittons les lieux pour que les lutins découvrent leurs nouvelles maisons tranquillement. »

### Vigilances / conseils

- Choisissez un espace riche en éléments et présentez bien la diversité des matériaux à disposition : pierre, branche, mousse, terre, feuille herbe.
- Promenez-vous dans le village en construction et offrez votre aide aux enfants qui en éprouvent le besoin.
- Prenez quelques photos des réalisations.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Donnez quelques exemples de constructions simples ; un cercle de pierre avec par-dessus des branches de bois mort recouvertes ensuite de mousse. Présentez des lieux facilitateurs ; un creux naturel au pied d'un arbre, une souche, une cavité sous un rocher, un large trou dans un tronc...
- Proposez différents métiers de lutin, qu'ils choisiront ; jardinier, bucheron, cuisinier, éleveur de souris (pour tirer les charrettes), cueilleur de fruit, fabricant de tables et chaises, instituteur ou institutrice pour petits lutins, explorateur, artiste sculpteur ou peintre, musicien, poète...



## Au-delà du son

- Présentez au sol sur un drap blanc les différents éléments permettant la construction des maisons de lutins (mousse, bâtonnet, pierres, herbe, argile, feuilles, graines) puis signez les éléments un par un pour bien les reconnaître.
- Proposez aux enfants de rapporter ces mêmes éléments pour les placer à côté des éléments d'origine et ainsi se familiariser avec les matériaux disponibles et les lieux où les trouver.



## Au-delà de la vue

- Rassemblez préalablement les éléments nécessaires à la construction et mettez-les à disposition des enfants (cailloux pour les murs, petits morceaux de bois pour le toit et mousse pour les tuiles) ainsi ils pourront réaliser une maison simple.
- Proposez la réalisation d'une maison de lutin en deux dimensions en incrustant des éléments naturels sur une plaquette d'argile au sol ou sur une table pour ensuite la faire découvrir tactilement.



## Au-delà de la marche

- Offrez aux enfants de l'argile pour qu'ils réalisent leur lutin en modelage, pour ensuite le placer dans la nature.
- Mettez des éléments naturels et de la ficelle sur une table ou un plateau ainsi les enfants réaliseront de petites maisons ou des accessoires que vous pourrez ensuite placer au sol.

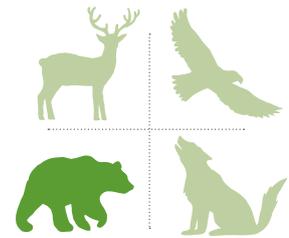




## 5. Le fil de l'araignée

### Intention

Développer le sens du toucher



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Bois, parc, forêt

### MATÉRIEL/PRÉPARATION

Cordelette (20 mètres) à accrocher aux arbres  
7 sacs en tissu à fixer à la cordelette.  
Bandeaux pour les yeux.

### → Présentation / mise en ambiance

Une araignée magique a tendu un fil entre les arbres et a disposé des sacs tout le long. Suivez le fil les yeux bandés. Dans chaque sac, il y a un élément naturel. Vous mettrez votre main à l'intérieur et devinerez les objets touchés.

### → Consignes

- « Voici le départ du chemin de l'araignée. Suivez le fil les yeux bandés et quand vous sentirez un noeud, c'est qu'il y a un sac accroché dessous. Glissez la main dedans et devinez l'élément naturel caché à l'intérieur. »
- « Vous allez passer un par un. Prenez le temps de vous déplacer et essayez de vous souvenir des différents éléments. »
- « Ne dites rien à vos camarades pour leur réserver la surprise de la découverte ! Laissez bien l'élément au fond du sac car chacun passera le toucher. »

### → Variantes / suite possible

- Faites l'activité sans la cordelette en distribuant les sacs.
- Une équipe place un objet secret de son choix dans un sac et fait deviner à l'autre équipe ce qu'il y a dedans, puis les rôles s'inversent.
- Proposez de dessiner ou mimer les objets touchés avant de les voir.

### Cercle de partage / final

- « Avez-vous eu peur ?  
Le parcours était-il compliqué ? »
- « Combien de sacs y avait-il le long du fil ? »
- « Citez dans votre tête les éléments touchés dans l'ordre de votre découverte. »
- « Qui veut citer les éléments un par un ? »
- « Et si on recommençait... avec d'autres éléments ? »

### Vigilances / conseils

- Espacez les enfants de plusieurs mètres sur le fil pour éviter qu'ils ne se perturbent.
- Un adulte doit être présent au départ ainsi qu'à l'arrivée du parcours.
- Évitez évidemment les éléments trop piquants.
- Il y aura des temps d'attente au départ et à l'arrivée de l'exercice, un adulte doit être présent pour les réguler le flux et mobiliser les enfants.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Proposez un seul sac pour tous sans parcours. Faites deviner l'élément puis passez au sac suivant.
- Faites suivre uniquement le chemin de cordelette (cet exercice est déjà toute une aventure !) puis proposez si besoin un deuxième passage avec les sacs placés tout au long.
- Proposez l'activité sans masque pour les plus inquiets.
- Démultipliez le parcours pour permettre davantage de rotations et éviter l'attente.



## Au-delà du son

- Difficile pour certains enfants malentendants d'avoir les yeux bandés ; cela peut occasionner pour quelques-uns la perte de l'équilibre. Proposez donc le chemin sans bander les yeux mais sans qu'ils regardent dans le sac.
- Proposez en fin de parcours à chacun une planchette, une feuille et un crayon pour qu'ils puissent dessiner, de mémoire, les éléments touchés.
- Félicitez et récapitulez les découvertes en signant les éléments.
- Donner un sac à un groupe de deux ou trois enfants, faites-leur toucher puis proposez-leur de dessiner les éléments touchés. Faites tourner les sacs pour renouveler l'exercice.



## Au-delà de la vue

- Insérez un objet intrus (non naturel, comme une cuillère ou une barrette) ensuite demandez aux enfants de retrouver de mémoire l'élément en le décrivant.
- Si le jeu paraît trop facile pour eux, placez deux éléments dans chaque sac et demandez leur de les présenter oralement de mémoire dans l'ordre du parcours.



## Au-delà de la marche

- Apportez les sacs à toucher aux enfants sans parcours.
- Tendez la cordelette entre deux piquets à hauteur de fauteuil en vérifiant que le sol soit praticable et réalisez un petit parcours (5 à 10 mètres).
- Proposez aux enfants de fabriquer eux même leur parcours pour d'autres en leur demandant de vous décrire les éléments que vous rapporterez pour qu'ils les placent dans les différents sacs.



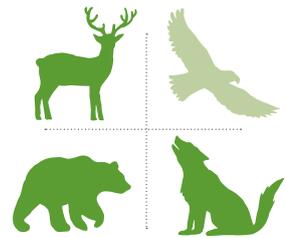


6.

## Le repas de l'écureuil

### Intention

Développer la motricité et la vigilance



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Prairie, parc, sol dégagé

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Trouver un lieu avec des pommes de pins  
ou des glands, des noix ou noisettes.  
Un ou deux bandeaux.

### → Présentation / mise en ambiance

Savez-vous ce que mangent les écureuils ? (Des cônes d'épicéa, des pommes de pins, des noix, des noisettes...). Vous allez vous transformer en écureuil et chercher à manger, mais attention au renard qui vous surveille car lui aussi a faim ! Récoltez un maximum de graines afin de préparer votre réserve pour l'hiver sans vous faire attraper.

### → Consignes

- « Vous êtes tous de jolis écureuils affamés. Devant vous, au sol, des graines à récolter. Autour de vous quelques arbres pour vous protéger, si vous posez la main dessus, le renard n'a pas le droit de vous attraper, c'est comme si vous étiez au sommet de l'arbre. »
- « Ramassez un maximum de graines et venez les déposer au pied de votre arbre pour réaliser des réserves avant l'hiver, faites un cercle avec des branches au sol pour marquer votre grenier. »
- « Quand je dirai **JOUR**, vous quitterez votre arbre pour faire votre récolte, quand je dirai **NUIT** vous reviendrez vite à votre arbre. »
- « Si le renard (qui a un bandeau autour du front) vous touche, vous prenez sa place et devenez renard. »
- Stoppez le jeu au bout d'environ 10 minutes et rassemblez les enfants.
- « Alors, avez-vous fait vos réserves ? Maintenant vous devez vous nourrir. Donnez-moi chacun, par exemple, 5 graines de votre réserve comme si vous les aviez mangées. Si vous n'en avez pas assez, il faudra absolument en trouver la prochaine fois. »
- Relancez les graines sur la zone de jeu et continuez le jeu.

### → Variantes / suite possible

- Vous pouvez utiliser des pâtes de couleur à défaut de graines.
- Faites redessiner la chaîne alimentaire en classe.

### Cercle de partage / final

- « Alors, c'est facile la vie d'écureuil ? »
- « D'après vous, pourquoi l'écureuil fait-il des réserves ? »
- « Connaissez-vous d'autres dangers pour l'écureuil (fouine, voiture, intempéries...). »

### Vigilances / conseils

- Choisissez un sol en herbe, sans pierres ni branches, plutôt plat.
- Évitez les hautes herbes qui rendraient la recherche des graines trop difficile.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Réduisez la zone de recherche des graines.
  - Chaque enfant doit vous rapporter deux graines pour chaque 'JOUR' en faisant mine de les manger avant de les relancer sur la zone de jeu (ici il n'y aura donc pas de grenier).
  - Devenez vous-même le prédateur pour adapter votre course à chacun.
- 



## Au-delà du son

- Avant de jouer, montrez pendant les consignes des images de l'écureuil, de ses prédateurs et de sa nourriture.
  - Proposez un déguisement bien visible au renard (exemple : plusieurs bandeaux oranges sur la tête, aux bras et à la taille).
- 



## Au-delà de la vue

- Signifiez la zone de jeu avec un cercle représenté au sol grâce à une corde. Les enfants non-voyants se mettront comme les écureuils à quatre pattes et devront trouver les graines. Le prédateur se déplacera doucement en produisant un bruit avec des clochettes aux pieds ou un petit appeau. Chaque enfant devra trouver au moins une graine par 'JOUR' puis sortir du cercle quand la 'NUIT' arrivera.
  - Rajoutez un ou deux autres prédateurs si besoin.
- 



## Au-delà de la marche

- Placez les graines en hauteur à portée de main, sur des branches des troncs ou des bancs afin de les rendre accessibles en fauteuil roulant.
- Si un seul enfant a une mobilité réduite, proposez-lui de lancer les graines sur le territoire des écureuils et de crier '**JOUR**' et '**NUIT**' à votre signal.



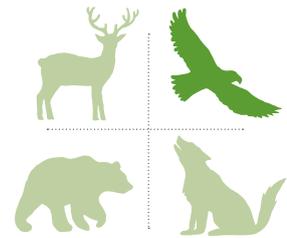


7.

## Le gardien de la forêt

### Intention

Développer la créativité et l'esthétique



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Sol dégagé dans  
un sous-bois ou un parc

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Trouver un lieu dégagé en terre battue  
ou en sable.

### → Présentation / mise en ambiance

Ici, dans ce bois, il y a très longtemps, vivait le gardien de la forêt, il protégeait la forêt et ses habitants. Cet être mystérieux a malheureusement disparu depuis. Nous allons lui redonner vie, ensemble, en le dessinant au sol à l'aide d'éléments naturels ; fleurs, bois, graines, feuilles, terre.

### → Consignes

- « Qui veut s'allonger au sol quelques instants ? Nous allons l'entourer de petits cailloux ou de petits bouts de bois pour tracer la silhouette du gardien de la forêt. »
- « Allez chercher des éléments pour faire le tour de son corps en les déposant délicatement autour de lui. »
- « Maintenant que votre camarade s'est relevé, remplissons sa silhouette avec des éléments naturels ; quelles couleurs pour son pantalon ? Et ses chaussettes ? Et son pull ? »
- « Et son visage avec quoi allons-nous le réaliser ? Quelle est son expression, est-il souriant ? En colère ? ... »
- « Maintenant que nous avons terminé, trouvons un nom à notre personnage et écrivons-le avec des éléments naturels au sol. »

### → Variantes / suite possible

- Plusieurs silhouettes sont possibles en fonction du nombre d'enfants (une silhouette pour 4 minimum).
- Chacun peut réaliser la silhouette de sa main avec des éléments plus fins.
- Imaginons que le gardien murmure à chacun un conseil, que serait-il ? proposez aux enfants de tendre l'oreille et de raconter ce qu'ils pensent avoir reçu comme message.

### Cercle de partage / final

- « Asseyons-nous autour de notre silhouette. Alors, comment s'appelle-t-il ? »
- « Si on regarde son visage, quelle expression a-t-il ? Est-il joyeux, triste, énervé... ? »
- « D'après vous, comment protège-t-il la forêt ? Donnez des exemples. »

### Vigilances / conseils

- Repérez un lieu qui offre une diversité de couleurs et de matériaux différents.
- Évitez la cueillette de plantes rares.
- N'hésitez pas à prendre des photos pour garder un souvenir de votre création commune.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Faites ramasser les éléments naturels par étapes, en présentant vous-même à chaque fois le nouvel élément à rapporter et à poser dans la silhouette.
- Choisissez un lieu riche en éléments facilement accessibles ; mousse sur de vieux troncs, feuilles d'automne de grande taille, terre de taupinière...
- Préparez en amont une zone pour la réalisation de la silhouette en nettoyant le sol et ainsi obtenir une belle surface plane.



## Au-delà du son

- Chaque enfant peut écrire autour de la silhouette un mot avec des éléments naturels qui exprimera pour lui les compétences que devrait avoir notre personnage pour protéger la nature (exemples ; courage, force, patience, bienveillance, gentillesse...).
- Le personnage réalisé, peut être représenté en train de signer, lui aussi. Décidez ensemble du mot qu'il exprimera.



## Au-delà de la vue

- Préparez des morceaux de bois ou de petits cailloux pour que les enfants réalisent le contour de la silhouette.
- Installez des éléments naturels en différents tas autour de la silhouette. Puis décidez ensemble des différentes textures à choisir pour chaque partie du corps.



## Au-delà de la marche

- Proposez aux enfants de réaliser la silhouette de leur main sur une souche, un banc ou une planchette et ainsi remplir la forme avec des éléments naturels à disposition.
- Invitez les enfants à s'asseoir au sol à côté de la silhouette et rapportez-leur les éléments appropriés.

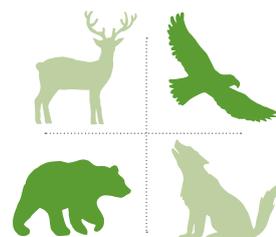




## 8. Le vol de l'aigle

### Intention

Détendre le corps et développer l'imaginaire



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Prairie, parc,  
sol enherbé

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**

Veillez à ce que les enfants soient bien vêtus.  
Couvertures si besoin.

### → Présentation / mise en ambiance

N'avez-vous jamais rêvé d'être un aigle planant entre les nuages, haut dans le ciel ? Je vous propose grâce à votre imagination de vivre cette expérience.

### → Consignes

- « Allongez-vous au sol confortablement, sur le dos. Détendez-vous et respirez profondément. »
- « Sentez la terre sous votre corps, l'air autour de vous, le vent ou le soleil au contact de votre peau. Regardez le ciel, observez les nuages, leurs formes, leurs couleurs. »
- « Maintenant, imaginez-vous devenir un aigle et vous envoler pour décrire de larges cercles et monter petit à petit dans le ciel. »
- « Profitez de cette liberté et prenez le temps de vous imaginer planer entre les nuages, comme vous le souhaitez. »
- Déployez l'histoire et laissez des moments de silence...
- « Maintenant, redescendez tout doucement au sol en planant et réintégrez votre corps en douceur. »
- « Etirez-vous et prenez le temps de vous relever lentement. Vous êtes ici et maintenant. »

### → Variantes / suite possible

- A vous de rallonger l'histoire qui n'est ici qu'une proposition synthétisée.
- Renouvelez l'activité à différentes saisons.

### Cercle de partage / final

- « Alors c'était comment ? Cela vous a semblé trop court, trop long ou comme il faut ? »
- « Avez-vous déjà fait ce genre d'activité ? »
- « Quel était le moment le plus agréable ? »
- « Y avait-il des moments difficiles ? »
- « Avez-vous vu des choses dans le ciel ? Des avions ? Des oiseaux ? »
- « Dans quel sens allaient les nuages ? »
- « Qui veut raconter ce qu'il a ressenti ? »

### Vigilances / conseils

- Choisissez un lieu avec un minimum de bruits parasites.
- Espacez les enfants pour éviter les interactions entre eux et placez-vous au centre.
- Prenez le temps de préparer votre histoire ; si besoin notez la sur un papier préalablement.
- Équipez les enfants en fonction de la météo, même sans soleil l'activité fonctionne.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Réalisez une activité dynamique en amont ainsi les enfants seront plus détendus et disponibles.
- Proposez l'exercice sur un temps court, puis renouvelez l'exercice plusieurs fois en rallongeant la durée, petit à petit.
- Formez deux groupes et offrez ce moment aux enfants qui semblent les plus disponibles à cette expérience, les autres viendront peut-être une autre fois.



## Au-delà du son

- Placez-vous au centre du groupe. Les enfants allongés ont la tête légèrement relevée et vous regardent signer l'histoire.
- Proposez-leur des moments à s'imaginer dans le ciel puis refocalisez l'attention en signant de nouveau pour raconter la suite.



## Au-delà de la vue

- Placez dans votre histoire un maximum de sensations corporelles ; le vent, la chaleur. Décrivez les éléments de façon kinesthésique ; la fraîcheur du nuage, la douceur du vent, la caresse du soleil...
- Proposez des moments où les enfants se focaliseront sur les odeurs, puis les bruits, ensuite sur les sensations tactiles puis enfin sur leurs ressentis intérieurs (calme, détente...).
- Invitez chacun en fin de séance à exprimer ses sensations et ressentis.



## Au-delà de la marche

- Si possible, allongez les enfants qui le souhaitent au sol.
- Proposez l'exercice sur un lieu proche de l'établissement, avec des transats à disposition.
- Placez les enfants en fauteuil devant un paysage dégagé et ouvert pour raconter ensuite l'histoire.



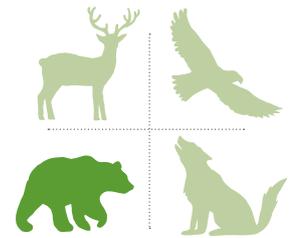


9.

## Pieds nus comme un ver

*Intention*

Développer le sens du toucher



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 30 min à 1 h

**LIEU PROPOSÉ**  
Sous-bois, parc

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Des bandeaux pour les yeux.  
Une cordelette.

### → Présentation / mise en ambiance

N'avez-vous jamais marché pieds nus dans la forêt ? Je vous propose ce défi. Mais comme c'est sûrement la première fois, nous le ferons sur un joli tapis végétal que nous allons construire ensemble.

### → Consignes

- « Nous allons créer un chemin sensoriel, avec des éléments naturels. »
- « Pour cela, il faut réaliser deux équipes et garder secret chacune de nos réalisations. »
- « Imaginez que nous marchons pieds nus dessus, il faut donc des éléments pas trop pointus ni trop piquants. »
- « Chaque équipe se met à bonne distance de l'autre groupe pour bien garder son parcours secret. »
- « Votre chemin fera une dizaine de pas de long et un pas de large. Placez plusieurs éléments différents au sol ; feuilles, mousse, graines, terre, pierres... A vous de découvrir ce qu'il y a à disposition sur le lieu. »
- « Utilisez au moins cinq matériaux bien différents et testez les avant de penser qu'ils conviennent. »
- « Une fois votre chemin réalisé, vous le ferez tester à l'autre groupe qui pourra avoir les yeux bandés ou fermés. Vous pourrez, pour les aider, les accompagner sur le chemin en leur tenant la main. »

### → Variantes / suite possible

- Placez une cordelette le long du parcours pour faire office de rampe.
- Proposez aux enfants un petit parcours naturel, en sous-bois par exemple (chemin que vous aurez testé au préalable).

### Cercle de partage / final

- « Avez-vous reconnu les éléments disposés au sol par vos camarades ? Si oui, lesquels ? »
- « Pouvez-vous les citer dans l'ordre ? »
- « Pour vérifier, retournons sur le parcours. »

### Vigilances / conseils

- Prévoyez une zone neutre pour réaliser les départs les yeux bandés.
- Pensez qu'il y aura des temps d'attente au départ et à l'arrivée des parcours ; faites mémoriser les éléments ressentis, à l'arrivée.
- Si l'effectif du groupe est important, envisagez un 3<sup>ème</sup> chemin.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Faites réaliser la première fois le chemin les yeux ouverts pour les enfants inquiets.
- Proposez aux enfants de passer sur le parcours les yeux bandés avec leurs chaussures pour reconnaître le terrain et ainsi se rassurer. Invitez-les ensuite à renouveler l'exercice sans chaussure.
- Réalisez vous-même un chemin en amont de l'activité puis faites-le découvrir aux enfants ou faites-leur terminer un chemin en partie construit.



## Au-delà du son

- Pour les enfants ayant des déficiences auditives, il est parfois difficile de marcher les yeux fermés cela peut occasionner des pertes de l'équilibre. Sans utiliser les bandeaux, proposez-leur de garder la tête droite sans regarder le sol (comme s'ils fixaient l'horizon).
- Une fois le parcours terminé, partagez avec les enfants sur les textures rencontrées.



## Au-delà de la vue

- Réalisez vous-même un parcours qu'ils testeront. Récoltez les différents éléments que les enfants vous demanderont de rapporter pour construire ensemble le chemin.
- Fabriquez en amont des cadres au sol avec des morceaux de bois pour signifier le chemin et ses différentes parties, ainsi ils pourront mettre un élément différent par case disponible.



## Au-delà de la marche

- Placez des éléments naturels sur une longue planche ou un banc. Les enfants découvriront les yeux bandés les différents éléments en glissant leur main dessus, depuis leur fauteuil.
- A la fin du parcours, présentez une série d'éléments diversifiés. Les enfants devront reconnaître les éléments qui ont servi à réaliser le chemin sensoriel.

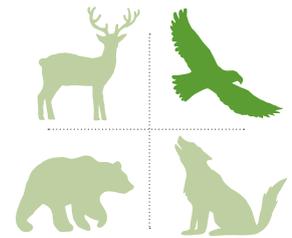




## 10. L'oiseau à vœux

### Intention

Développer la créativité et l'esthétique



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Sous-bois, forêt, verger

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Petits papiers et crayons

### → Présentation / mise en ambiance

Il existe dans ce lieu un oiseau magique car on raconte que quelquefois, il réalise vos souhaits. Pour cela il faut l'attirer en lui offrant un joli nid coloré que vous allez fabriquer entre les branches. Ensuite vous ferez un vœu et peut-être que si l'oiseau à vœux vient visiter votre nid, il réalisera votre souhait !

### → Consignes

- « Vous allez fabriquer un nid avec des éléments naturels, où vous voulez. Soit au sol ou dans le creux d'un arbre ou dans les hautes herbes. »
- « Évitez de réaliser le nid dans votre main. Il sera plus facile à concevoir au sol ou entre les branches. »
- « Pour commencer, trouvez des branches ou des brindilles et quelques herbes. Pensez à rajouter à l'intérieur du nid les éléments les plus doux possible pour que le nid soit tout doux ! »
- « N'hésitez pas à le décorer en rajoutant des couleurs naturelles. »
- « Une fois le nid réalisé, venez me voir, nous écrirons votre vœu sur un papier que vous garderez puis vous choisirez un petit élément naturel qui symbolisera votre vœu (graine, plume, fleur) et que vous glisserez dans le nid. »
- « Attention, l'oiseau magique exauce surtout les vœux qui ne sont pas trop égoïstes. »

### → Variantes / suite possible

- Faites écrire les vœux en classe pour les afficher ensuite tous ensemble au mur avec quelques illustrations.

### Cercle de partage / final

- « Découvrons vos nids. Racontez, si vous le souhaitez, votre vœu chacun votre tour. »
- « Maintenant, nous allons discrètement quitter les lieux pour que l'oiseau magique puisse venir. »
- « Si vous avez d'autres vœux à exprimer, n'hésitez pas à reproduire l'activité dans la nature autour de chez vous. »

### Vigilances / conseils

- Repérez un lieu qui offre une diversité de couleurs et de matériaux différents.
- Évitez la cueillette de plantes rares.
- N'hésitez pas à prendre des photos pour garder un souvenir des nids magiques.
- Réalisez devant les enfants une petite couronne végétale (en lierre, clématite, graminée) pour présenter un début de nid, simple à réaliser.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Fabriquez un grand nid collectif et proposez des éléments à rapporter par étapes : des branches, des brindilles, de l'herbe, de la mousse, du lichen, des matériaux de couleur.
- Accompagnez les enfants dans la réalisation de leur nid ; ils le feront directement au sol, dans un creux, ou dans un arbre.
- Aidez-les à écrire leur vœu ou à le formuler oralement au moment de la présentation.



## Au-delà du son

- Faites écrire les vœux au feutre sur une carte Bristol pour placer le papier à côté du nid qui sera installé dans la nature. Puis réalisez une visite libre où chacun pourra lire les vœux en navigant à sa guise sur le site. Les nids seront faciles à trouver grâce aux papiers, qui rendront l'emplacement choisi visible. En fin de séance, chaque enfant récupérera son papier.
- Proposez-leur de réaliser un dessin à la place de l'écriture.



## Au-delà de la vue

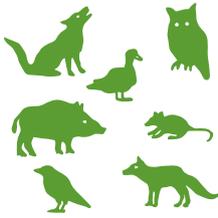
- Offrez aux enfants différents éléments pour qu'ils puissent fabriquer leur nid au sol ; branche, mousse, plumes...
- Faites réaliser des nids avec des couronnes de végétaux pour ensuite pouvoir les passer de main en main et ainsi les toucher pour les découvrir un par un.



## Au-delà de la marche

- Faites réaliser un nid aux enfants sur une table ou une planchette. Puis choisissez un lieu pour placer le nid, avec eux.
- Mettez des matériaux à disposition : herbe, duvet, brindilles, argile, ficelle...
- Choisissez un verger ou un sous-bois pour disposer de branches à la bonne hauteur pour que les enfants en fauteuil puissent eux-mêmes placer leur nid.



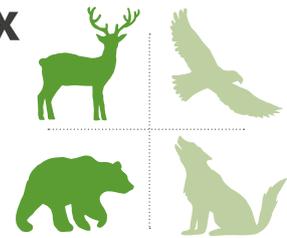


11.

## Le festival des animaux

### Intention

Développer l'expression corporelle  
et la connaissance de quelques animaux



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 30 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Prairie, parc,  
sol enherbé

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**

Petits papiers avec des dessins ou des mots de  
noms d'animaux. Prévoyez plusieurs  
exemplaires de la même étiquette par animal.

### → Présentation / mise en ambiance

Il y a dans la nature toutes sortes d'animaux sauvages. En connaissez-vous ?

Je vous propose de vous transformer en l'un de ces animaux pour participer à la danse des animaux.

Ensuite vous devrez retrouver les compagnons de la même espèce, au milieu de cette danse commune.

### → Consignes

- « Nous allons former un grand cercle. »
- « Aujourd'hui, c'est la grande fête des animaux. Ils se réunissent pour crier et danser tous ensemble. »
- « Je vais vous donner à chacun un petit papier avec le dessin (ou le nom) d'un animal. »
- « Il faudra le mimer en utilisant la nature autour de vous (arbre, feuilles, branches...). Vous pourrez aussi imiter son cri (si il en possède un). Si vous ne savez pas comment faire, je pourrai vous conseiller discrètement. »
- « Lors de cette grande fête, vous ne serez pas le seul animal de votre espèce. Il faudra retrouver vos deux (ou trois) compagnons pour vous mettre ensemble, au milieu de tout ce bruit. »

Une fois les groupes formés...

- « Avez-vous tous retrouvé vos compagnons ? Reformons le grand cercle. »
- « Désormais les équipes vont mimer leur animal sans dévoiler son nom, une par une et devant le reste du groupe qui devra deviner l'animal secret. »

### → Variantes / suite possible

- Bandez les yeux des enfants pour faire l'activité à l'aveugle, seulement avec les sons.
- Réalisez en classe avec les enfants une recherche sur les animaux du jeu pour en savoir plus.

### Cercle de partage / final

- « Est-ce que vous connaissiez tous les animaux présentés ? »
- « Qui veut nous en dire plus sur certains animaux ? Ce qu'ils mangent, où ils vivent... »
- « Connaissez-vous d'autres animaux sauvages qui vivent par ici ? »

### Vigilances / conseils

- Exemple de liste d'animaux : sanglier, renard, grenouille, escargot, araignée, chouette, papillon, écureuil, pic vert.
- Veillez à ce que chaque enfant connaisse l'animal qu'il doit imiter (mime et cri).
- Proposez-leur d'utiliser le milieu naturel pour mimer l'animal ; gratter, grimper...

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Utilisez seulement deux animaux pour le jeu, ainsi les enfants auront besoin au final de constituer seulement deux groupes. Puis renouvelez l'activité avec trois puis quatre animaux différents pour complexifier.
- Formez deux groupes ; l'un sera fixe les yeux ouverts et le second les yeux bandés pourra se déplacer. Les enfants immobiles appelleront les autres enfants. Au son de leur animal commun, ils se rejoindront pour former des binômes.



## Au-delà du son

- L'activité se fera tout simplement essentiellement en mimes.
- Réalisez des groupes de 3 à 6 enfants. Proposez-leur de mimer un seul animal en commun. Chacun représentera une partie de l'animal (tête, corps, pattes, queue...). Demandez à chaque groupe de préparer son mime à l'écart des autres groupes pour garder la surprise (environ 10 minutes). Une fois les enfants prêts, ils mimeront leur animal devant le reste du groupe qui devra deviner de quel animal il s'agit. Des éléments naturels pourront être utilisés pour enrichir les mimes en fonction des besoins : branches, herbes, feuilles...



## Au-delà de la vue

- Chuchotez à chaque enfant l'animal qu'il devra imiter par le cri. Ici, seuls les cris des animaux serviront à réaliser l'activité, comme avec les yeux bandés. Évitez évidemment de choisir des animaux qui ne font pas de bruits (exemple : le papillon, l'escargot) ou des animaux émettant des sons difficiles à reproduire.
- Renouvelez le jeu plusieurs fois avec de nouveaux animaux.
- Évitez des animaux aux sonorités trop proches (exemple : grenouille et corbeau, mouche et abeille)



## Au-delà de la marche

- Les enfants en fauteuil peuvent crier le son de leur animal tout en s'éloignant pour que leur binôme (ayant les yeux bandés) mette un peu plus de temps à les rejoindre.



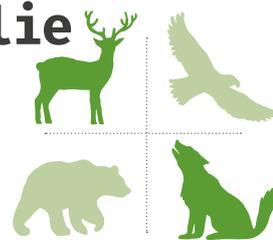


12.

## Les petites bêtes en folie

*Intention*

Découvrir les habitants du sol forestier



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 à 45 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Litière forestière

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**

Petites boîtes avec couvercles, pinceaux.  
Images de petites bêtes. Loupes, tissus clairs.  
Sous-mains ou planchettes, feuilles, crayons.

### → Présentation / mise en ambiance

Savez-vous que sous vos pieds vit une multitude de petites bêtes ? Elles se cachent pour éviter de se faire manger ou pour se nourrir de ce qu'il y a sous les feuilles. Nous allons les découvrir ensemble.

### → Consignes

- « Deux par deux, vous allez partir à la découverte des petites bêtes cachées dans le sol, avec une boîte et un pinceau. »
- « Soulevez délicatement les feuilles et les grosses branches, peut-être qu'elles seront cachées dessous. »
- « Lorsque vous aurez trouvé une petite bête, à l'aide du pinceau, faites-la rentrer tout doucement dans la boîte que vous aurez posée devant. Fermez délicatement le couvercle. »
- « Venez me voir, j'ai des images et nous essayerons de connaître son nom ou celui de sa « famille » en l'observant mieux (exemple : en comptant ses pattes). »

Présentez les images avec des animaux simplifiés : un insecte (6 pattes), une araignée (8 pattes), un cloporte (10 pattes), un mille patte (une centaine de pattes), un ver de terre (0 patte).

- « Une fois reconnu, relâchez votre animal délicatement et continuez votre exploration pour en découvrir d'autres. »

### → Variantes / suite possible

- A l'aide de sous-mains (ou de planchettes), de feuilles et de crayon, faites dessiner les animaux trouvés.
- Pour distinguer plus de détails, regardez avec une loupe.
- Prenez en photo (macro) les animaux récoltés pour réaliser ensuite une exposition.
- Utilisez un guide de détermination pour aller plus loin dans l'identification.

### Cercle de partage / final

- « Qu'avez-vous trouvé ? Est-ce un insecte, une araignée ou autre chose ? »
- « Avez-vous eu peur de ces petits bêtes ? »
- « Est-ce que vous aviez déjà vu ces petites bêtes ? En connaissez-vous d'autres ? »

### Vigilances / conseils

- Évitez cette activité l'hiver car le nombre de petites bêtes cachées dans la litière est plus limité.
- Veillez à la délicatesse de manipulation de ces êtres vivants.
- Remplacez délicatement les souches à la fin des recherches, ce sont des écosystèmes.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Choisissez un sous-bois contenant des souches faciles à rouler, ainsi les enfants trouveront une multitude de petites bêtes dessous.
- Placez des tissus clairs ou draps au pied d'arbustes puis secouez vivement les branches, de nombreuses petites bêtes tomberont. Ainsi les enfants pourront les observer plus facilement (activité à réaliser plutôt au printemps).
- Etalez un drap sur le sol de la forêt et placez de la litière et des feuilles au centre ; les petites bêtes seront plus visibles.



## Au-delà du son

- Inventez avec les enfants de nouveaux signes pour nommer les petites bêtes découvertes et inconnues (Prenez bien le temps de les observer avant de les présenter). Les nouveaux noms donnés pourront s'inspirer de leur mode de déplacement, de leur couleur, de leur attitude, de leur forme ou même de leur odeur.



## Au-delà de la vue

- Récoltez des petites bêtes et posez-les délicatement dans la main des enfants qui le souhaitent : ver de terre, cloporte, petit scarabée, fourmi noire... (évités les chenilles poilues car possibilité de réactions cutanées).



## Au-delà de la marche

- Distribuez aux enfants une grande boîte avec de la litière pour qu'ils fouillent à l'intérieur et récoltent les petites bêtes.
- Proposez aux enfants de s'asseoir au sol pour fouiller dans les feuilles ou sous les branches. Vous pouvez leur fournir une couverture ou une bâche si le sol est humide.



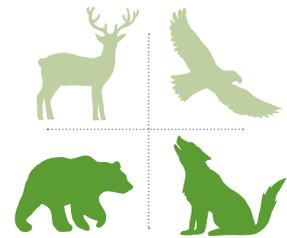


13.

## Le rallye souris

### Intention

Développer la mémoire, l'observation et l'entraide



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 10 à 15 min

**LIEU PROPOSÉ**  
Sous-bois, haie, prairie

### MATÉRIEL/PRÉPARATION

3 carrés de tissu (60cm/60cm). Drap ou carré de tissu plus large. Des objets naturels à sélectionner. Des fiches cartonnées (au moins en 5 exemplaires) de 10cm/10cm, avec des couleurs : vert, marron, jaune, blanc, noir. Des formes : un rond, un rectangle allongé, un ovale, un triangle, un losange. Des mots représentant une texture : doux, mouillé, piquant, dur, mou.

### → Présentation / mise en ambiance

Vous allez réaliser le rallye des souris qui est une épreuve collective. Je vais vous montrer des trésors. Il faudra rapporter les mêmes éléments que vous trouverez dans la nature, jusqu'au point de départ. Une fois réussi, vous pourrez aider les camarades qui n'auront pas encore trouvé.

### → Consignes

- « Sous les 3 tissus qui sont devant vous se cachent des fiches cartonnées sur lesquelles apparaissent un dessin, un mot ou une texture (5 couleurs, 5 formes, 5 textures). »
- « Voici le premier tissu (soulevez-le). Voici 5 couleurs. Prenez le temps de les mémoriser et rappez les mêmes couleurs qui se trouvent dans la nature. Si vous ne vous souvenez plus, revenez me voir. C'est parti ! »
- « Voici le second tissu. Voici 5 formes dessinées, même chose, trouvez-les ! »
- « Voici le troisième tissu avec 5 mots (ou dessins) qui représentent des textures ou des sensations. A vous de jouer ! »

### → Variantes / suite possible

- Proposez de mettre les enfants en binôme.
- Faites varier le nombre d'objets en fonction des capacités des enfants.

### Cercle de partage / final

- « Vous souvenez-vous des trois tissus ? Nous allons nous rappeler ensemble ce qu'il y avait dessous, en les renommant, un par un. »
- « Quel était le plus facile ? Les couleurs, les formes ou les textures ? »
- « Qu'est ce qui était le plus facile à trouver ? et le plus difficile ? »

### Vigilances / conseils

- Posez au sol vos fiches cartonnées puis cachez le tout avec un autre tissu pour susciter la curiosité.
- Choisissez bien des éléments en fonction des potentiels du site et du nombre d'objets naturels disponibles autour de vous.

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Placez sur votre carré de tissu des éléments naturels à la place des cartons (feuille, fleur, caillou, mousse, écorce...) et demandez aux enfants de rapporter ces mêmes éléments.
- Proposez une seule épreuve, puis les autres une prochaine fois.
- Donnez directement en main un carton à chaque enfant ; ainsi les recherches se feront une par une (préparez plus de cartons que dans l'exercice original).



## Au-delà du son

- Présentez aux enfants un périmètre de recherche bien défini et placez au centre un signal visuel de ralliement, comme un drapeau par exemple. Relevez le signal pour regrouper les enfants et passer à la suite de l'activité. Pour une version plus dynamique, proposez aux enfants de revenir en courant au signal.



## Au-delà de la vue

- Présentez oralement les étapes 2 et 3 (les formes et les textures, par le toucher).
- Déterminez une zone au sol où rechercher ces éléments qui s'y cachent. Délimitez cette zone à l'aide de petites branches ou d'une cordelette.
- Fournir aux enfants un élément naturel et demandez-leur de retrouver son double (ou l'élément le plus similaire) dans une zone définie au sol (litière forestière par exemple).
- Proposez des odeurs à retrouver sur un périmètre bien défini, dans un jardin par exemple.



## Au-delà de la marche

- Trouvez une haie facile d'accès pour que les enfants puissent cueillir les éléments proposés depuis leur fauteuil (vérifiez en amont que les éléments choisis pour le jeu soient bien disponibles et à portée de main).
- Accompagnez les enfants pendant le jeu et rappez-leur ce qu'ils vous pointent du doigt.
- Proposez aux enfants de s'asseoir au sol et de trouver les éléments dans la litière de la forêt.



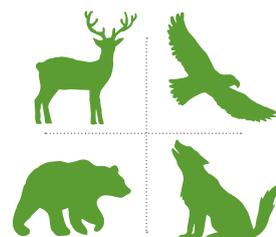


14.

## Libre comme l'air

### Intention

Développer l'autonomie et la prise de décision



**DURÉE CONSEILLÉE**  
De 15 mn à 1 h

**LIEU PROPOSÉ**  
Sous-bois

**MATÉRIEL/PRÉPARATION**  
Aucun

### → Présentation / mise en ambiance

Vous connaissez maintenant bien les lieux, car vous êtes déjà venus plusieurs fois. Je vous propose un temps libre où vous pourrez jouer, explorer, construire ou créer... A vous de choisir. Si aucune idée ne vous vient, venez me voir, je vous aiderai.

### → Consignes

- « Vous disposez de ce temps dans la nature, rien que pour vous, profitez-en ! »
- « Prenez le temps d'explorer, avant de décider de ce que vous voulez faire. »
- « Vous pourrez faire quelque chose seul, par deux ou en groupe. Si vous voulez qu'un camarade vous accompagne, ne lui imposez pas, demandez-lui simplement. »
- « Et si au bout d'un moment vous n'avez aucune idée, je suis à votre disposition pour vous aider. »

### → Variantes / suite possible

- Renouvelez l'exercice plusieurs fois en rallongeant le temps proposé.
- Offrez le choix aux enfants entre une activité définie et ce temps libre.

### Cercle de partage / final

- « Racontez ce que vous avez fait. »
- « Au début vous êtes-vous ennuyé ? »
- « Avez-vous des choses à nous montrer ? Allons visiter. »

### Vigilances / conseils

- Certains enfants s'ennuieront peut-être un peu au début, laissez-leur un peu de temps, ne proposez pas trop rapidement des idées.
- Profitez-en pour les observer, que font-ils ?

# Pistes d'adaptations et conseils en fonction des besoins

(PLUSIEURS PROPOSITIONS POUR CHAQUE DIFFICULTÉ OU HANDICAP, À VOUS DE CHOISIR OU DE MIXER)



## Au-delà de la complexité

- Ce temps libre peut angoisser, s'il n'est pas habituel chez l'enfant. Accompagnez-le pour le laisser faire ce qui lui plaît, petit à petit.
- Proposez ce temps libre sur un lieu où les enfants ont déjà réalisé des activités. Ainsi ils seront un peu plus rassurés dans un espace déjà connu.
- Profitez de ce moment de liberté pour aller voir les enfants un par un et ainsi les conseiller si besoin ; ou tout simplement pour discuter ou explorer avec eux.



## Au-delà du son

- Placer un fanion au centre de l'espace puis dressez-le une fois le temps de liberté terminé ; cela annoncera la fin de ce moment. Un fanion intermédiaire pourra signifier qu'il ne reste plus que 5 minutes avant le regroupement final. Ainsi la fin du temps libre pourrait se terminer en douceur.



## Au-delà de la vue

- Proposez un lieu avec des sons agréables et évitez les sons parasites (route, travaux). Choisissez donc bien le site en amont.
- Aménagez les lieux avec quelques rondins pour s'asseoir.
- Demandez aux enfants qui le souhaitent de partir à la découverte d'un arbre, d'un rocher, de la litière...
- Mettez à disposition différents éléments naturels ; argile, feuilles, baies, graines...



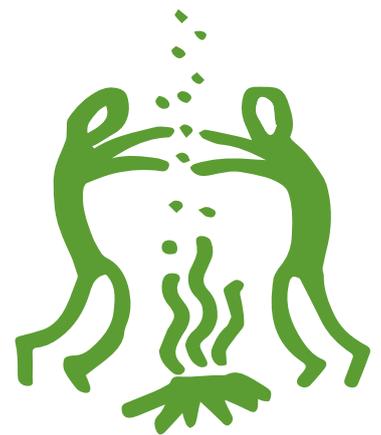
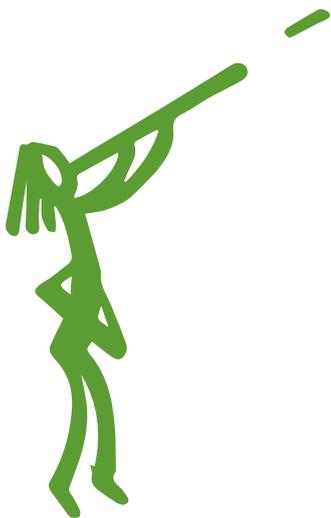
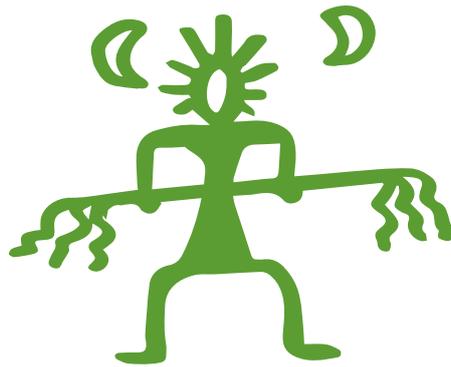
## Au-delà de la marche

- Choisissez un lieu dégagé avec un sol compact pour faciliter l'exploration libre.
- Veillez à ce qu'il y ait des éléments naturels à portée de mains (haie, arbustes, grandes graminées, fleurs...)
- Proposez d'accompagner les enfants dans leurs explorations libres s'ils n'osent pas se déplacer seuls.





“ Au-delà d'un bien être psychologique et physique le rapport à la nature permet d'éveiller l'enfant à une multitude de compétences. ”



Ce projet a été réalisé grâce au soutien financier de :

