

Thème du mois

08 | 2022



Thème du mois – Sommaire

Dix raisons pour apprendre à l'extérieur	2
Pourquoi il est judicieux d'enseigner dehors	3
Apprendre dehors, mais où?	4
Comment organiser l'enseignement à l'extérieur	5
Bonnes pratiques	
Autour de l'école	6
En chemin	11
Espaces publics	18
En forêt	21
Indications	25
Annexe – Bibliographie	

Catégories

Tranche d'âge: 4-11 ans

Degrés scolaires: cycles 1 et 2

Niveaux de progression: débutants et avancés

FTEM: F1

Toutes et tous dehors!

Bouger et jouer en plein air contribue au bon développement des enfants. Ce thème du mois montre pourquoi il est pertinent de quitter régulièrement la salle de sport afin de profiter de l'inépuisable terrain de jeu que représente la nature. Il illustre les spécificités de l'enseignement à l'extérieur et présente les applications pratiques sur le terrain.

Le site de l'école et ses alentours offrent un cadre propice au développement des capacités motrices et perceptives des enfants. L'apprentissage en plein air, dans différents milieux et au fil des saisons, favorise les nouvelles expériences et affine les impressions sensorielles, bien plus qu'en milieu fermé. La nature stimule la créativité et l'imagination, elle encourage l'exploration et la coopération. Sans compter qu'évoluer à ciel ouvert décuple le plaisir de jouer et de se dépenser.

Découvrir le monde en mouvement

Arpenter les chemins de traverse permet aux enfants de mieux appréhender leur environnement, d'évaluer les éventuels dangers, de respecter certaines règles et de ressentir la connexion avec la nature. Tandis que les plus jeunes effectuent plutôt des sorties à proximité de l'école, leurs aînés commencent à explorer des lieux plus éloignés et diversifiés.

Expériences motrices multiples

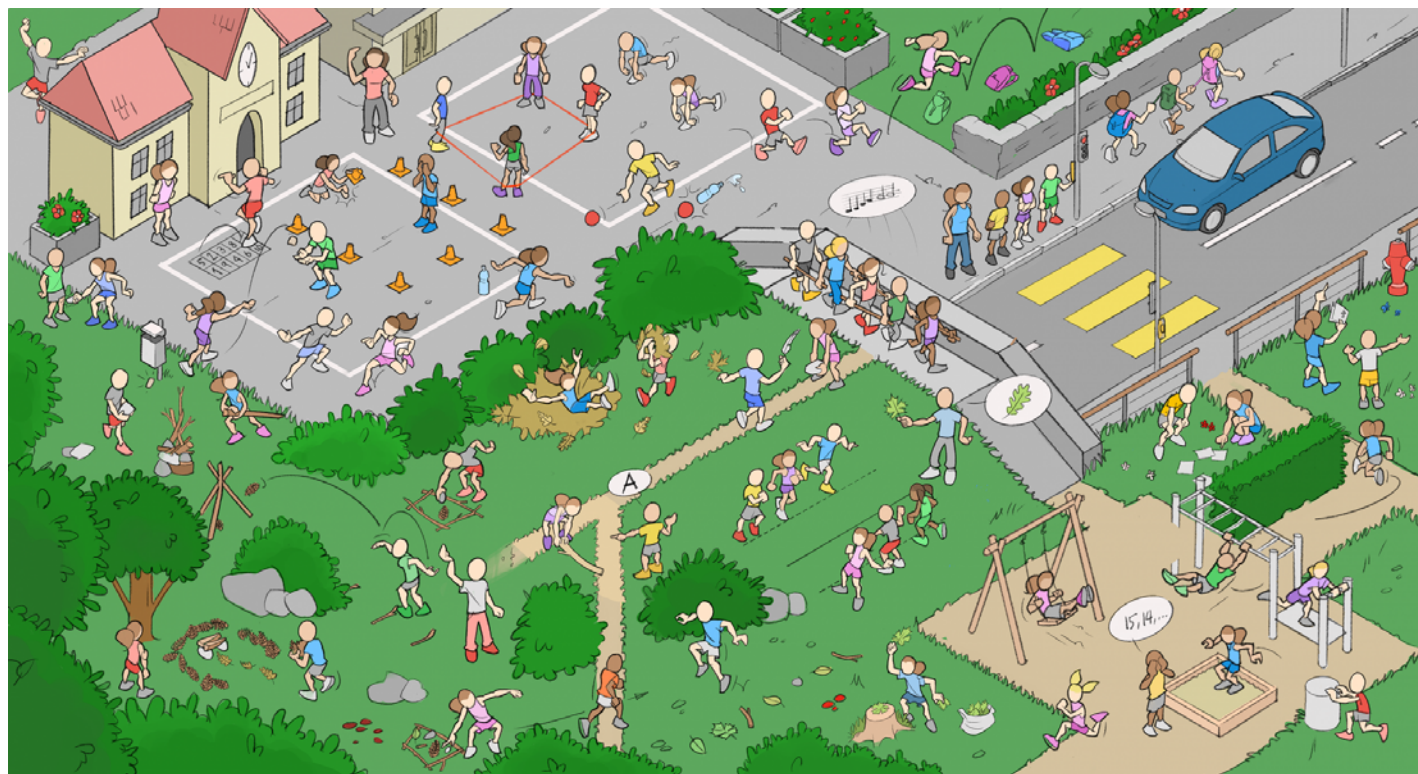
Les enfants aiment les activités à l'extérieur. Ce thème du mois présente des exemples pratiques dans différents contextes qui visent à encourager un enseignement en plein air régulier et à développer des idées de mises en œuvre personnelles. Il souligne les effets bénéfiques pour l'apprentissage induits par les changements réguliers de cadre et il montre également les points cruciaux à respecter lors de la planification ainsi qu'en matière de sécurité.

Les leçons en plein air complètent idéalement l'enseignement en salle. Certains contenus d'éducation physique ou d'entraînement de club se transposent particulièrement bien à l'extérieur. A la question de savoir quels sont les destinataires prioritaires de ce thème, la réponse est claire: les enseignants des cycles 1 et 2 ainsi que les monitrices et moniteurs «Sport des enfants» des clubs. Quant au pourquoi, où, comment et quoi, les différents chapitres y répondront. Les idées de la partie «Bonnes pratiques», qui correspondent au «quoi», sont rattachées pour leur essence aux compétences inscrites dans le domaine «Corps et mouvement» du PER. Elles s'articulent idéalement avec d'autres branches telles que la musique, les mathématiques et les langues.



Dix raisons pour apprendre à l'extérieur

Dans l'optique de la formation globale privilégiée aujourd'hui, les séquences d'apprentissage en plein air développent, sous différents angles, les compétences physiques, cognitives et sociales des enfants. C'est pourquoi il est recommandé de quitter régulièrement les bancs d'école et salles de sport pour vivre des leçons «hors des murs».



- ① Apprendre dehors permet de mieux accorder le rythme de la journée scolaire aux capacités des enfants.
- ② Apprendre dehors favorise les expériences enrichissantes dans l'environnement proche des enfants.
- ③ Apprendre dehors est très stimulant et met tous les sens en éveil.
- ④ Apprendre dehors améliore l'orientation dans l'espace et la sécurité des mouvements.
- ⑤ Apprendre dehors ouvre des espaces d'exploration et de coopération entre pairs.
- ⑥ Apprendre dehors renforce la santé et la confiance en soi.
- ⑦ Apprendre dehors rapproche les enfants de la nature et crée des liens d'attachement avec elle.
- ⑧ Apprendre dehors décuple les possibilités de bouger par rapport aux activités en salle.
- ⑨ Apprendre dehors s'adresse aux enfants de manière globale.
- ⑩ Apprendre dehors offre une expérience totalement distincte de celle des écrans.

Et encore: Les dix avantages répertoriés ci-dessus bénéficient aussi aux enseignants et aux moniteurs. En outre, ils donnent de précieuses impulsions aux parents désireux d'enrichir le quotidien de leurs enfants

A télécharger

Les dix raisons sont listées sur une affiche à imprimer et à placarder sur les murs de sa classe ou à glisser dans une présentation lors d'une séance de parents par exemple.

- [Affiche \(pdf\)](#)

Pourquoi il est judicieux d'enseigner dehors

La plupart des activités d'apprentissage chez les petits se déroulent en salle. Dommage, car les pourtours de l'école offrent des espaces prometteurs pour y dispenser des cours stimulants. Les enfants peuvent ainsi assouvir leur besoin naturel de bouger, de jouer et d'explorer.

L'apprentissage hors murs permet non seulement de varier le contexte d'apprentissage, mais il soutient aussi le développement de compétences précieuses pour la vie scolaire et l'ouverture sur le monde (Kühnis et al., 2022). Explorer, jouer ensemble, se lancer des défis à ciel ouvert renforcent les compétences motrices tout en favorisant les expériences personnelles et sociales fondamentales pour le développement de la personnalité et la santé des enfants.

Les données scientifiques montrent que chez les enfants, l'enseignement en plein air et les sorties régulières ont des effets bénéfiques sur l'activité corporelle, les capacités motrices, la concentration, la capacité de coopération, le bien-être et l'attachement à la nature (Tremblay et al., 2015; Gray et al., 2015; Mygind et al., 2019; Chawla, 2020; Herrington & Brussoni, 2015; Becker et al., 2017). Les enfants qui sont souvent dehors bougent plus, se montrent plus sociables et interactifs. Ils disposent en outre d'une perception de soi plus affinée et d'une meilleure santé psychique.

Egalement bénéfiques pour les formateurs

Hors du cadre strict de la salle, les enseignants et moniteurs découvrent de nouvelles facettes et compétences de leurs élèves. Même s'ils admettent en général que l'enseignement en extérieur occasionne un surcroît de travail, ils reconnaissent aussi qu'il représente une chance inédite de réfléchir à leur propre pratique et de l'adapter (Barford, 2022).

Apprendre en plein air s'avère donc fructueux pour les enfants tout en offrant une plus-value aux enseignants et aux moniteurs. Souvent, ces derniers se sentent moins épuisés après une journée passée à l'extérieur. Et plus on répète l'expérience, plus la pratique devient simple et profitable (p. ex. une leçon hebdomadaire en extérieur, une matinée en forêt chaque semaine). Travailler en tandem offre aussi l'occasion de se soutenir mutuellement.

Alternances régulières entre la salle et l'extérieur

Selon les plans d'études actuels orientés vers les compétences, la mission éducative première de l'école consiste à offrir aux élèves des expériences variées liées à la culture et aux objets d'études, à développer les compétences fondamentales disciplinaires et transversales ainsi que leur identité culturelle et leur sens des responsabilités vis-à-vis de l'entourage et de l'environnement. Dans ce processus de développement, l'apprentissage hors des murs de l'école joue un rôle appréciable et la diversification des lieux – terrains extérieurs de l'école, espaces naturels et culturels proches – en augmente les effets.

Apprendre dehors, mais où?

Cour d'école, chemin, parc ou forêt... les enfants disposent d'espaces riches et variés pour engranger de précieuses expériences.

La large palette d'espaces propices au mouvement contribue à élargir le répertoire sensoriel et moteur des enfants. Les expériences «hors murs» accueillent de nouveaux acteurs qui enrichissent l'activité motrice: vent, nuages, pluie soudaine ou chute de neige, verglas ou sable, feuilles mortes, insectes bourdonnants, etc. soit autant de sujets qui nourrissent la curiosité naturelle des enfants et de raisons pour quitter les salles de classe ou de sport à la découverte de nouveaux espaces de mouvement!

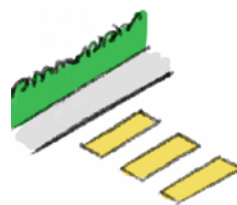
Autour de l'école

Divers espaces du périmètre de l'école, facilement accessibles, se prêtent très bien à des activités sportives et motrices: cour de récréation, surfaces de jeu, terrain naturel à proximité, etc. De manière générale, il est possible d'enseigner dehors partout, aussi différents soient les aménagements extérieurs d'une école à l'autre.



En chemin

Se déplacer avec les enfants est une expérience enrichissante mais exigeante aussi. Grâce à des formes d'organisation simples et ludiques déclinées en quatre catégories – «Cheminer en sécurité», «Cheminer en musique», «Cheminer en observant» et «Cheminer en jouant» –, le cortège des enfants avance en incarnant le principe: le chemin est un but en soi.



Espaces publics

Dans les villes, les écoles se situent plus souvent à proximité d'un parc qu'une forêt; une chance, car les parcs ouvrent un vaste champ d'investigation en matière de mouvement et de jeu. Etant donné que ces espaces sont publics, les enseignants doivent faire preuve de flexibilité et respecter certaines règles de voisinage. Les éléments naturels étant plutôt restreints dans ces lieux, les installations doivent être exploitées judicieusement. Il est aussi possible d'emporter un peu de matériel avec soi.



En forêt

Découvertes et expériences foisonnent dès que l'on entre dans les bois. Tout est prétexte à l'activité physique ou au jeu, c'est pourquoi il est indispensable de prendre en considération plusieurs aspects liés à la sécurité des enfants. Autre élément essentiel: la protection de la nature. Dans le cadre de leurs activités, les enfants apprennent à respecter la flore et la faune.



Plus d'informations

- [Petit guide du savoir-vivre en forêt](#)

Comment organiser l'enseignement à l'extérieur

Quitter la salle de sport demande quelques réflexions préalables. Réunis sous la forme d'une liste de contrôle, ces conseils organisationnels et didactiques accompagnent les enseignants dans leur démarche de planification, de réalisation et d'évaluation de l'activité en plein air.

Planifier

- Quelle infrastructure est requise? Est-il nécessaire de réserver ou de consulter les éventuels propriétaires?
- L'espace choisi a-t-il été soigneusement examiné et les dangers potentiels identifiés?
- Comment la classe arrive-t-elle sur les lieux?
- Les parents ont-ils été informés à temps du déroulement de l'activité et de l'équipement requis (tenue adéquate en fonction de la météo, protection solaire, ravitaillement, prophylaxie contre les tiques)? Certains élèves souffrent-ils d'allergies? Conseils: si l'enseignement est prévu dans les bois, organisez une soirée d'information en forêt. Ainsi, les parents visualisent l'environnement dans lequel évolueront leurs enfants. Rappelez aussi le principe de l'oignon (pour l'habillement) à l'aide d'images.
- Emportez dans votre sac à dos une pharmacie de poche, un téléphone mobile avec les numéros d'urgence enregistrés, la liste des participants, un sifflet d'alarme, de la crème solaire, une bouteille d'eau, des gants de réserve en hiver.
- Accompagnants: respectez les directives de l'institution (école, club) dans laquelle se déroule l'activité.

Météo

Les leçons à l'extérieur peuvent se déployer par tous les temps ou presque. Les enseignants consultent les bulletins météorologiques les jours précédents. Ils observent également le temps le matin de la sortie et tout au long de la journée. Quelques situations, potentiellement dangereuses, nécessitent une alternative:

- En cas d'orages (particulièrement sur les terrains ouverts et exposés)
- Par fort vent (surtout en forêt et sous les arbres)
- Après de fortes chutes de neige, notamment dans la forêt où des branches peuvent céder sous le poids de la neige, sur des pentes raides (avalanches) ou sous des toits inclinés (chute de neige)

Bulletins météorologiques: www.meteosuisse.ch, www.alarmemeteo.ch

Réaliser

- L'occupation des espaces extérieurs est soumise au respect des lieux et des règles en vigueur.
- Définissez sur place le point de rassemblement et le périmètre d'action (à portée de voix).
- Prévoyez suffisamment de temps pour les trajets aller et retour, les activités sur place, les jeux libres et ceux inventés par les enfants.

Evaluer et adapter

- Qu'est-ce qui a bien marché? Quelles adaptations prévoir pour la prochaine sortie?
- Consolidez en classe ou en salle de sport les éléments appris dehors afin d'établir un lien entre l'apprentissage à l'intérieur et à l'extérieur.

Plus d'informations

- [Enseigner dehors](#) | Fondation Siliva
- [L'école en plein air](#) | WWF Suisse
- [Prévention des accidents](#) | Aide-mémoires J+S Sport des enfants et Sport scolaire
- [Sport de camp et trekking](#) | Aide-mémoire J+S

Excursions en forêt

Les règles qui prévalent en chemin, et plus particulièrement en forêt, sont expliquées et respectées. Il est tout aussi important de veiller à leur respect. Le principe: «Je respecte la nature et mes semblables.»

- Ramasser des plantes et des branches: l'enseignant est au clair sur les règles qu'il entend communiquer aux enfants. Ces règles doivent être cohérentes. Exemples: avant de ramasser une plante, les enfants demandent la permission à l'enseignant s'ils peuvent cueillir une fleur ou ramasser du bois qui est au sol.
- Ne pas déranger ni toucher les animaux.
- Ne pas toucher, ni manger les champignons et les baies (risque d'intoxication!).
- Ne rien laisser derrière soi.
- Ne jamais pointer un bâton en direction du visage.
- Lors des jeux, rester à portée de vue/voix des enseignants et ne pas sortir du périmètre défini au préalable.

Bonnes pratiques – Autour de l'école

La majorité des jeux pratiqués en salle se transposent aisément dans la cour de récréation. Les activités suivantes, particulièrement conçues pour l'extérieur, requièrent peu de matériel et sont faciles à mettre en place.



L'apprentissage dehors est un complément important et précieux à l'enseignement en salle. La plupart des leçons peuvent être aisément réalisées en plein air sans opérer de grands changements.

C'est pourquoi nous vous présentons ici des exemples de bonnes pratiques spécialement conçues pour l'extérieur car dépendantes des conditions liées à l'espace.

Jeux d'orientation et de course

Les enfants doivent percevoir leur corps et s'orienter dans le périmètre de l'école. Ces jeux peuvent servir de préludes à différentes formes de courses d'orientation.

Massage à la pierre

Par deux. Un enfant, debout ou couché, ferme les yeux. Son camarade effleure différentes parties de son corps (nombre défini au préalable) avec un petit caillou. Le «dormeur» est-il capable de citer dans le bon ordre toutes les parties du corps touchées?

Variantes

- Au lieu d'énumérer les parties du corps, le premier enfant touche à son tour le camarade en respectant le même enchaînement.
- Tracer un chemin sur le corps avec la pierre.

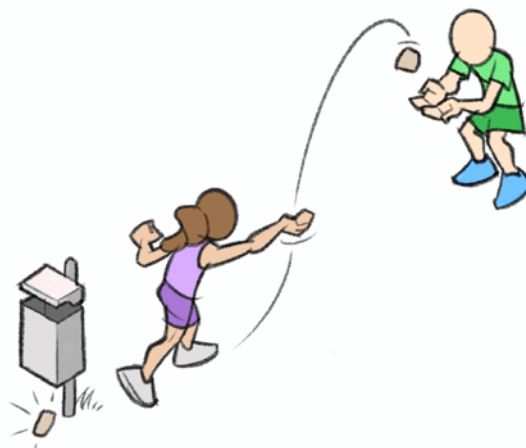


Champ de pierres

Les enfants écrivent leur nom sur un caillou qu'ils cachent dans le pré délimité pour le jeu. Ils reviennent ensuite au point de rassemblement et choisissent un partenaire. Les duos se font des passes avec une ou deux petites pierres tout en expliquant où se trouvent leurs cailloux respectifs. Dès qu'un caillou est déniché, son propriétaire cherche une nouvelle cachette.

Variantes

- Remplacer la description par les indications «froid» et «chaud».
- Remplacer la description par un croquis. Qui réalise un croquis précis?
- Remplacer la description par une carte (Google Maps ou carte de CO). Quelles sont les «bonnes cachettes» [postes]?
- Se toucher mutuellement avec différents objets et deviner de quel objet il s'agit.



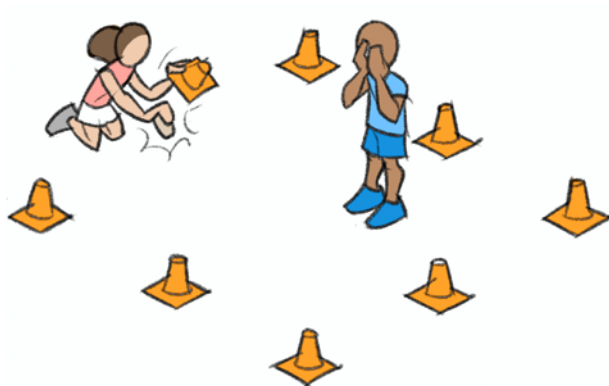
Labyrinthe

Huit cônes sont disposés pour former un rectangle. Un enfant cache un caillou sous un cône et indique l'emplacement sur le document tandis que son camarade ferme les yeux. Réussira-t-il à trouver le caillou?

Variantes

- Les yeux fermés, déterminer avec l'ouïe dans quelle direction son camarade se déplace et sous quel cône il cache le caillou.
- Installer les cônes selon le schéma et utiliser une feuille en couleur.
- Tracer le chemin d'approche sur la feuille et se donner mutuellement des indications.
- Réaliser les exercices en piscine en plaçant les cônes sur le bord du bassin.

A télécharger: [Schéma «Labyrinthe»](#) (pdf)



Parcours fléchés

Huit cônes sont disposés en rectangle. Les enfants choisissent une carte et parcourent le trajet correspondant. Combien de temps mettons-nous, en groupe, pour effectuer tous les trajets?

Variantes

- Changer le mode de déplacement.
- Un enfant mémorise un trajet et se lance dans le parcours. Son camarade muni du plan le suit comme son ombre et lui donne ensuite un feedback.
- Un enfant choisit une carte et effectue le parcours. Le second l'observe et devine de quel trajet il s'agit.
- Un enfant guide son camarade qui a les yeux fermés. Ce dernier essaie de deviner le trajet emprunté (sur un échantillon de deux à cinq cartes).
- Un enfant pilote son robot en touchant ses épaules: les deux épaules = départ et arrêt, une épaule = à gauche ou à droite.
- Memory: imprimer les cartes de trajets à double (deux couleurs différentes). Tous les enfants prennent une carte de la même couleur et effectuent le trajet correspondant. Un seul choisit une carte de couleur différente et observe ses camarades. Qui a la même carte que lui?

A télécharger: [Cartes de parcours](#) (pdf)



Ombres chinoises

Par deux. Un enfant essaie de marcher sur l'ombre de son camarade qui court devant lui.

Variantes

- Un enfant réalise différents mouvements, son camarade imite son ombre.
- Représenter des figures avec son ombre.

Remarque: Afin d'éviter les collisions, introduire progressivement le jeu auprès des plus jeunes qui ont encore de la peine à s'orienter dans le groupe.



Labyrinthe dans la neige

Avant le début du jeu, les enfants foulent la neige pour tracer les couloirs d'un labyrinthe. Une fois le terrain préparé, le jeu de poursuite démarre. Celui qui est pris devient chasseur.

Variantes

- Les chasseurs peuvent sauter par-dessus les lignes tandis que les lièvres doivent suivre les couloirs.
- Des places de parc, sur lesquelles on est à l'abri, sont aménagées dans le labyrinthe. Seul un lièvre peut s'y trouver à la fois. Si un second arrive, le premier laisse sa place.
- Le lièvre touché se fige dans la position d'un glaçon (bras tendus au-dessus de la tête). Il retrouve sa liberté à condition qu'on le réchauffe (effleurer des mains aux pieds).

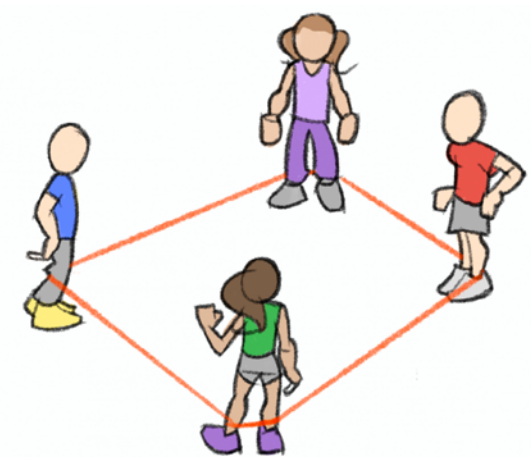


Elastique – Formes mouvantes

Plusieurs élastiques sont déposés sur le sol autour desquels courent les enfants. L'enseignant donne un signal (p. ex. sifflet) et annonce une forme géométrique, «rectangle» par exemple. Les enfants rejoignent le plus vite possible l'élastique le plus proche et se regroupent par quatre pour former un rectangle. Ceux qui restent sur la touche écopent d'un gage (p. ex. parcours de sauts ou de terrain).

Variantes

- L'enseignant donne le signal et montre la forme sur un papier.
- Poursuite: deux chasseurs, dans l'élastique, forment un «trait». Ils crient «trait» et partent à la chasse aux lièvres. S'ils en capturent un (touche), ce dernier entre dans l'élastique pour former un «triangle». Les trois chasseurs crient «triangle» et cherchent une nouvelle proie pour former un rectangle, etc.
- Les enfants qui n'ont pas trouvé de groupe cherchent une solution originale pour représenter quand même la forme demandée.
- L'enseignant annonce le nombre d'enfants devant se placer ensemble dans l'élastique pour constituer une forme originale.



Jeux de saut

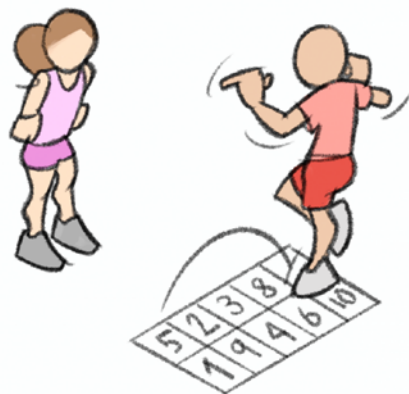
Les enfants sautent et sautillent pour dessiner des formes géométriques, bondissent d'un chiffre à l'autre, comptent en avant et en arrière.

Calculatrice géante

L'enseignant ou les enfants dessinent plusieurs grilles sur le sol en numérotant les cases de 1 à 10 dans un ordre aléatoire. Les enfants sautent d'une case à l'autre le plus vite possible en respectant l'ordre des chiffres. Un tandem observe et donne un feedback (enchaînement correct, vitesse).

Variantes

- Sauter dans l'ordre inverse, de 10 à 1.
- Sauter sur les chiffres pairs/impairs.
- Modifier/agrandir la grille (p. ex. 1-20/50-60).
- Sauter en récitant le livret.
- Sauter les multiples de 2, 5, 10 depuis une case de départ définie par l'enseignant.
- Par deux: le premier saute d'une case à l'autre pour composer un calcul, le second bondit sur le résultat (ajouter les signes +, -, =).



Plus d'informations

- [Autres jeux de saut](#)

Jeux de lancer

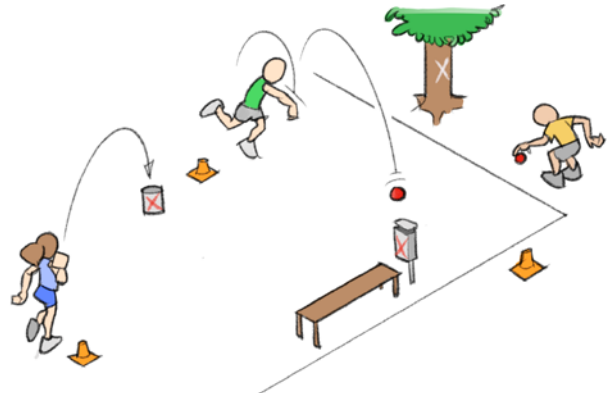
Viser différents types de cibles à des distances plus ou moins éloignées améliore grandement la précision du tir.

Golf freestyle

L'enseignant aménage un parcours de golf avec plusieurs pistes et cibles (seau, poteau, arbre, etc.) comme au minigolf. Le départ et l'arrivée sont marqués de manière différente (p.ex. cônes de couleurs). Les joueurs, munis d'une balle ou d'un objet trouvé dans la nature (châtaigne, pive, etc.), se répartissent sur les pistes et démarrent au poste initial. Le but est de toucher la cible avec le moins de lancers possibles. La relance s'effectue toujours de l'endroit où se sont immobilisés l'objet ou la balle.

Variantes

- Les enfants construisent différentes pistes en petits groupes.
- Lancer avec la main faible ou rouler la balle.
- Shooter la balle avec le pied, la frapper avec une raquette (tennis, badminton, etc.) ou avec une canne de unihockey.



Glisser et rouler

Les enfants apprennent à se déplacer sur une planche ou une trottinette. Ils reconnaissent les situations à risques, comme les collisions, et veillent à bien les négocier.

Jardin de circulation (trottinette)

Dans la cour de récréation, aménager pour chaque groupe de huit à dix enfants un terrain quadrillé de 5x5 jusqu'à 7x7 pierres, cônes ou grosses feuilles. Les enfants sillonnent ce terrain sur leur trottinette de différentes manières.

Variantes

- Traverser les couloirs de bout en bout et revenir au départ en longeant le terrain.
- Traverser le terrain en slalomant autour des objets.
- Effectuer une tâche au passage des objets (p.ex. pierre = toucher les cailloux avec le pied, cônes = tourner autour des cailloux, feuille = faire un aller-retour); respecter un certain ordre: p.ex. pierre, pierre, cône, feuille.
- Sillonner le terrain sans se gêner. Au signal, changer le pied d'appui, croiser les mains sur le guidon, rouler à reculons, etc.
- Rouler en colonne, comme un grand serpent.
- Porter la trottinette pour franchir certains obstacles ou sauter par-dessus.
- Diviser le groupe en deux. Le premier roule «horizontalement» et le second «verticalement» le long des couloirs. Les croisements étant inévitables, les enfants adaptent leur conduite pour éviter les collisions.
- Un chasseur avec sautoir poursuit les lièvres dont l'objectif est de toucher sept objets en roulant. A partir de cinq, ils comptent à haute voix (5, 6, 7). Celui qui est pris recommence à zéro, celui qui parvient à sept marque un point.

Remarque: Toutes les formes d'exercices sont réalisables avec d'autres engins à roulettes ou sans matériel (course).



Sécurité: Sur des engins à roulettes, les enfants doivent toujours porter un casque. Le BPA recommande également de protéger les coudes, les genoux et les poignets.

Plus d'informations sur la sécurité

- [Trottinette, rollers et Cie – En sécurité sur des roulettes](#) | BPA

Jeux aquatiques

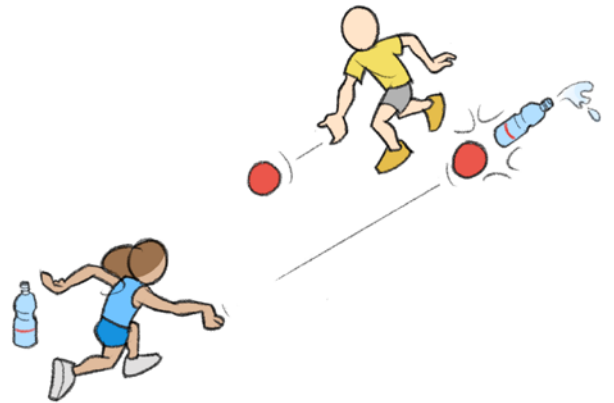
Pétanque avec des bouteilles remplies d'eau, batailles d'éponges et autres jeux divertissants: le plaisir est garanti quand on associe activités ludiques et eau. Ces exercices qui améliorent la précision des lancers se déploient évidemment par temps chaud.

Bowling arrosé

Deux enfants posent chacun une bouteille en PET remplie d'eau (sans bouchon) à une distance convenue. Le but est de vider la bouteille de l'adversaire en la renversant à l'aide d'une balle, comme au bowling. Il est interdit de protéger sa bouteille. Quand la bouteille tombe, le joueur récupère sa balle, redresse la bouteille et effectue un nouvel essai. Le premier qui vide la bouteille de l'adversaire jusqu'à une certaine marque (impossible de la vider complètement) a gagné.

Variantes

- Rouler la balle, la lancer ou la frapper avec le pied.
- Varier la distance en fonction des capacités des enfants.
- Idem à deux contre deux, en alternant les lanceurs.
- Jouer en triangle ou en carré.
- Utiliser différentes balles et des bouteilles de diverses grandeurs. Les bouteilles de 1,5 litre sont les plus appropriées.



Bataille d'éponges

Des sauts remplis d'eau et plusieurs éponges: les ingrédients sont réunis pour lancer une bataille d'éponges où chacun joue pour soi.

Variantes

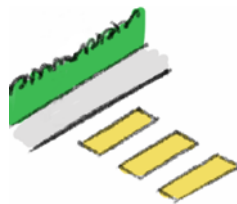
- Par équipes.
- Définir les parties du corps qui peuvent être visées.
- Dessiner des cibles à la craie et remplacer la bataille par des épreuves de précision.
- La couleur de l'éponge détermine la technique de lancer (main gauche, droite, par-dessus la tête, etc.).
- Colorer l'eau avec les enfants (p. ex. avec de la craie réduite en poudre ou des colorants naturels). Lancer ensuite les éponges contre un mur ou sur une grande feuille pour créer une œuvre d'art.

Remarque: Pour laver les éponges, on peut les mettre dans une housse de coussin que l'on glisse dans la machine à laver. Prévoir des éponges de différentes couleurs pour plus de variantes.



Bonnes pratiques – En chemin

Se déplacer avec des enfants représente une aventure parsemée de situations pédagogiques enrichissantes, mais c'est aussi un défi pour l'enseignant. Car le trajet n'est pas seulement le moyen de rejoindre un point (forêt, place de jeu), il est également un but en soi avec ses intermèdes dédiés à l'apprentissage et au mouvement.



Le chemin en lui-même permet à l'enseignant d'ouvrir la porte aux demandes et idées des enfants (p. ex. prenons-nous le chemin à droite ou à gauche?) et de partager leurs réflexions.

Différents jeux, regroupés en quatre catégories, améliorent la sécurité en chemin tout en divertissant les enfants:

- Cheminer en sécurité – Nous sommes attentifs
- Cheminer en musique – Nous marchons en rythme
- Cheminer en observant – Tous nos sens en éveil
- Cheminer en jouant – Soyons créatifs

Cheminer en sécurité – Nous sommes attentifs

Les enfants empruntent différents chemins, agrémentant leurs déplacements avec des chants et des jeux. Ils apprennent à se repérer sur des parcours inconnus.

«Ne bouge pas et tends l'oreille»

A l'arrêt avant de traverser la route, entonner avec les enfants cette chanson sur la mélodie des «canetons»:

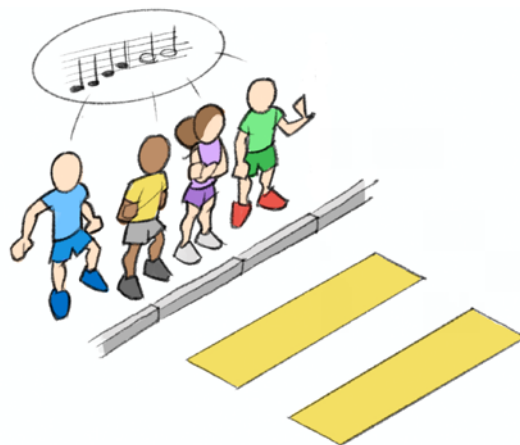
«Stop, regarde et écoute, même si le temps presse, même si le temps presse

Ne bouge pas et tends l'oreille, s'il n'y a rien, vas-y

Ne bouge pas et tends l'oreille, s'il n'y a rien, vas-y»

Variantes

- Chanter en mouvement (stop = piétiner sur place, regarde = tourner la tête à droite et à gauche, etc.).
- Désigner un meneur qui entonne la chanson et décide à quel moment traverser la route.



En file indienne

Les enfants marchent les uns derrière les autres en tenant une corde ou la lanière du sac à dos du camarade de devant (1^{er} enfant avec la main gauche, 2^e avec la main droite, 3^e enfant avec la main gauche, etc.).

Cette variante permet de regrouper les enfants et de les guider. Placer les enfants plus faibles au début de la file indienne.



Locomotive

Tous les enfants, sauf un, sont munis d'un bâton. Ils s'encolonnent et tiennent leur bâton de manière à former une locomotive à vapeur. Le train se met en route, rythmé par les mouvements synchrones des bras.

Variantes

- L'enseignant marche en tête. On commence par activer les bras avant de se mettre en route.
- Par deux, les partenaires tiennent les deux bâtons. Ils avancent en rythme en balançant les bras dans le même sens ou en sens inverse.



Chemin en images

Les enfants déposent toutes les photos au départ et les observent ensemble: quelle photo montre un lieu reconnaissable d'ici? Dès qu'ils ont trouvé la photo du lieu, ils s'y rendent ensemble. Une fois arrivés, ils étalent à nouveau les images pour découvrir le prochain poste. Le jeu se poursuit jusqu'à la dernière photo qui représente l'arrivée.

Variante

- Si les enfants connaissent le chemin, les photos servent de rappel pour le prochain arrêt ou de complément avec les variantes de «Photos à l'appui».

Remarque: Les tronçons dangereux (p.ex. les routes très fréquentées) sont toujours parcourus en groupe, en se tenant à la corde ou en répétant l'exercice de la locomotive p.ex.



Cheminer en musique – Nous marchons en rythme

Quand les jambes commencent à peser et que la destination semble hors d'atteinte, rien de mieux qu'une activité distrayante: chanter, sauter, jouer: autant d'intermèdes bienvenus pour écouter le chemin.

«Viens on marche à petits pas»

Entonner la chanson «Viens on marche à petits» et se déplacer selon les paroles. Laisser les enfants décider du prochain mode de déplacement.

«Viens on marche à petits pas, petits pas, petits pas
Viens on marche à petits pas, les plus petits qui existent
Viens on marche à pas d'géant, pas d'géant, pas d'géant
Viens on marche...»

- à pas d'géant, pas d'géant, pas d'géant, les plus grands pas qui existent
- en rigolant, rigolant, rigolant, et tout ça en s'amusant
- en zigzaguant, zigzaguant, zigzaguant, des virages à gauche à droite»

Remarque: Mélodie: «[Mulberry Bush](#)»

Variantes

Autres chansons qui se prêtent bien à l'activité:

- «Un kilomètre à pied»
- «Dans la troupe, y pas d'jambe de bois»
- «Un éléphant, ça trompe»
- «Je marche à petits pas»
- «Promenons-nous dans les bois»



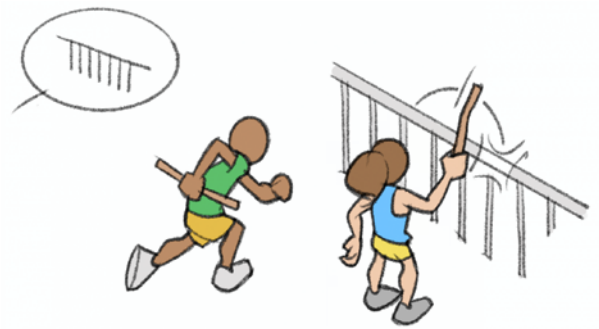
Percussions

Les enfants se munissent d'un bâton en bois. En chemin ou lors des pauses, l'enseignant leur pose des questions: «Quel bruit cela fait quand on tape sur une plaque d'égoût, la main courante du pont, un gril, etc.?» Les enfants cherchent l'objet en question et produisent le son en question avec le bâton.

Variantes

- Deux groupes: «l'original» et «l'écho». Un enfant du premier groupe joue un petit morceau en tapant son bâton. Le groupe «écho» essaie de reproduire le rythme. Changer régulièrement les rôles.
- En rythme: sur le chemin du retour, l'enseignant imprime le tempo en tapant le bâton sur le sol. Le groupe le copie et marche en respectant la cadence.
- Body-percussion: utiliser des parties du corps comme instrument (taper dans les mains, piétiner, etc.)

Remarque: Les bâtons peuvent être rassemblés dans la cour de récréation ou le jardin pour des pauses actives et créatives.



Chiffres interdits

Définir une série de chiffres (p.ex. les multiples de 5). Le groupe marche en rythme en scandant chaque deuxième pas (un, deux, trois, etc.). Quand un chiffre de la série arrive, les enfants crient «tabou» et ils effectuent un saut.

Variantes

- Compter sans crier «tabou».
- Remplacer le saut par d'autres mouvements: lever les bras, taper dans les mains, etc.
- Compter à l'envers.



Cheminer en sécurité – Tous nos sens en éveil

Les enfants cherchent et explorent différents chemins à l'aide des cartes, découvrent les fleurs de saison et observent attentivement la nature. Ils appréhendent ainsi leur environnement avec tous leurs sens.

Photos à l'appui

Les enfants déposent toutes les photos au départ et les observent ensemble: «Quelle photo montre un lieu reconnaissable d'ici?» Dès qu'ils ont trouvé la photo du lieu, ils s'y rendent ensemble. Une fois arrivés, ils étalent à nouveau les images pour découvrir le prochain poste. Le jeu se poursuit jusqu'à la dernière photo qui représente l'arrivée.

Variantes

- A chaque tronçon est assignée une tâche motrice dessinée ou expliquée sur le dos de la photo.
- A différents endroits sont cachées des boîtes proposant des exercices. Une fois que les enfants les ont trouvées, ils effectuent l'exercice en question.
- Sur le dos des photos, les enfants découvrent des questions ou énigmes telles que: «Pouvez-vous mesurer la hauteur de la clôture avec le double mètre?», «Toutes les clôtures sont-elles de la même hauteur?», «Pourquoi les arbres ne sont-ils moussus que d'un côté?», etc.
- Ajouter des photos plus détaillées ou les remplacer par des gros plans (p. ex. poignée de porte ou porte de jardin).

Remarque: Réaliser au préalable une série de photos de l'itinéraire (p. ex. trajet dans la forêt/vers la place de jeu), du départ à l'arrivée comprise, et signaler les endroits particuliers (p. ex. passages critiques qui nécessitent un arrêt). Les enfants doivent être capables de repérer tous les lieux à l'aide des photos. Attention! L'enseignant est responsable de la sécurité des enfants. Il les accompagne tout au long de l'itinéraire et gère le passage des routes.



Bingo des prés

Avant de partir en forêt (ou ailleurs), chaque enfant reçoit une boîte à œufs vide et une feuille où sont représentées différentes fleurs. La mission: chercher les fleurs en question et les déposer dans la boîte. A la fin, on examine la récolte de chacun et on en discute. Les fleurs sont ramenées à la maison pour être séchées et collées sur un grand poster.

Variantes

- Remplacer les fleurs par d'autres images (plumes, cailloux, mousse, etc.).
- Les enfants n'ont pas tous les mêmes feuilles. Ils peuvent ainsi discuter et comparer leurs objets de recherche.

Remarque: Photos imprimées de plantes de saison que l'on peut trouver en forêt ou en chemin. Les adapter à la grandeur et au nombre de cases des boîtes.

A télécharger: [Suggestions pour le printemps et pour l'été](#) (pdf)



Touchez quelque chose...

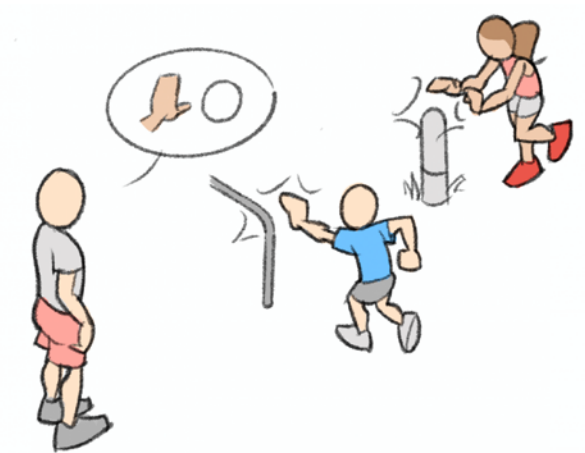
En chemin, l'enseignant propose plusieurs missions: «Touchez quelque chose...

- de pointu, de rond, de dur, de mou, de jaune, etc.
- qui a une odeur sucrée
- qui résonne
- etc.»

Les enfants partent à la recherche de l'objet décrit par l'enseignant et le touchent.

Variantes

- Ramasser les objets qui peuvent servir à réaliser un bricolage (mandala, séchage et collage, etc.).
- Chercher un élément sur lequel on peut tester son équilibre. Présenter son idée et essayer celles des autres.



Recherche d'indices

A chaque enfant est attribué un adjectif qu'il garde secret. Il s'agit alors de trouver un élément dans la nature qui lui correspond. Cette étape accomplie, les enfants cherchent, sans se parler, le camarade en possession de l'objet représentant l'adjectif opposé au sien (p. ex. sec/mouillé).

Variante

- Défi: former des groupes auxquels on donne un adjectif. Les équipiers cherchent le plus d'objets qui se rapportent à cet adjectif. Chaque groupe essaie de deviner ensuite l'adjectif des autres équipes en observant les objets récoltés.

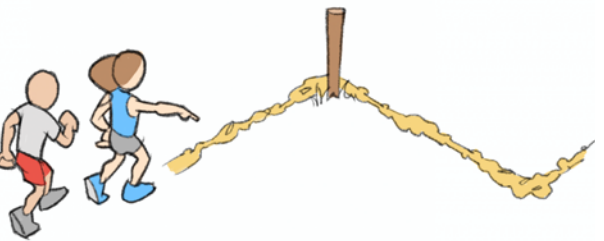


Chasse au trésor

L'enseignant trace au préalable le chemin avec de la craie ou de la sciure. La classe repère le chemin en sa compagnie.

Variantes

- Former deux groupes (les pisteurs et les chasseurs). Prévoir un accompagnant pour les plus jeunes.
- Aménager des fausses pistes.
- Dénicher le trésor caché dans un rayon de 5 m autour d'un signe convenu (p. ex. craie sur le sol).
- Tracer une piste avec un bâton sur le gravier ou le sol de la forêt et la suivre.



Cheminer en jouant – Soyons créatifs

Communication, coopération, concentration et attention: avec des formes de mouvements créatives, les déplacements sont plus variés et instructifs.

Traversée du marais

Par groupes de trois, les enfants ramassent cinq grandes feuilles (châtaigner p. ex.). Le terrain se transforme en marais que les aventuriers ne peuvent traverser qu'en marchant sur leurs feuilles.

Variantes

- Modifier la taille du groupe et le nombre de feuilles.
- Remplacer les feuilles par des bouts de bois.

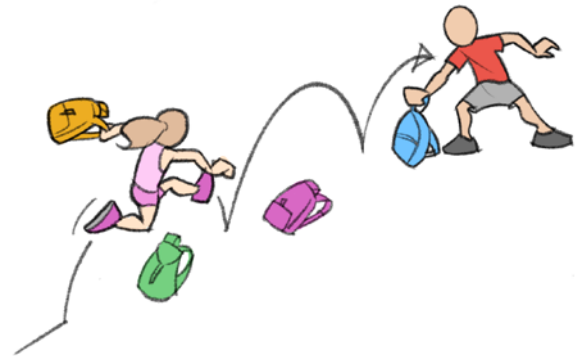


Course d'obstacles

Par petits groupes, les enfants déposent leurs sacs à dos sur le chemin et ils avancent en sautant par-dessus. Le dernier sac est toujours ramassé et placé tout devant.

Variantes

- Autres obstacles: pives, branches, pierres, etc.
- Varier la technique de saut: sur une jambe, à pieds joints, à reculons, avec une rotation, etc.
- Franchir les obstacles (rythme de trois pas p. ex.) sans sauter (course de haies).
- Slalomer autour des objets.



Rimes en route

Un enfant désigne un objet sur le chemin. Après l'avoir nommé, on recherche des rimes. Exemple: escargot – sabot – paquebot, etc.

Variantes

- Par petits groupes.
- Inventer une formule magique en lien avec l'objet («Abracadabra, petite feuille s'envolera»).



Mouvements à gogo

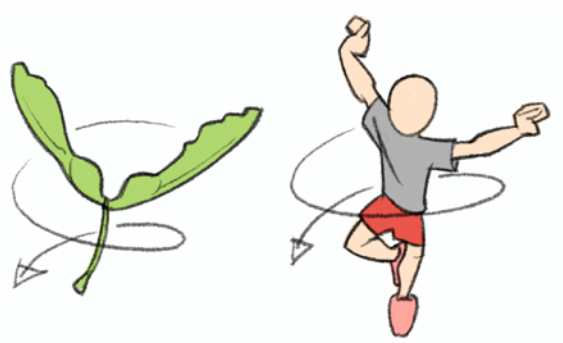
A l'aide des enfants, l'enseignant rassemble divers objets éparpillés dans la nature. Ils leur assignent ensuite un mouvement en lien avec leurs caractéristiques.

- Hélice de l'érable = rotation autour de l'axe longitudinal.
- Pierre plate pour les ricochets = avancer en sautillant.
- Gland/noix = rouler sur le sol, culbute sur un sol mou.
- Fleur = de la position accroupie, se déployer en tendant les bras vers le soleil.
- Bâton = s'étirer en levant les bras au ciel.

L'enseignant annonce «hélice» ou «pierre», puis il tend l'objet vers le haut. Les enfants effectuent le mouvement correspondant.

Variantes

- Les enfants attribuent aux objets des mouvements particuliers.
- Si l'objet montré ne correspond pas à l'annonce de l'enseignant, les enfants restent figés.
- Modifier le nombre d'objets.
- Après quelques tours, les objets sont assignés à d'autres mouvements, p. ex. hélice de l'érable = rester sur place et lever les bras au ciel.



Copies conformes

Les enfants se déplacent par deux. Le «guide» choisit un mode de déplacement que son camarade imite au mieux. Changer les rôles après un certain temps.

Variantes

- L'enseignant joue le rôle du guide et montre différents modes de déplacement. Les enfants élargissent ainsi leur répertoire moteur.
- Les enfants exploitent les particularités du terrain pour inventer de nouveaux modes de déplacement. Par exemple, ils grimpent sur un tronc ou un petit rocher et sautent en contrebas.



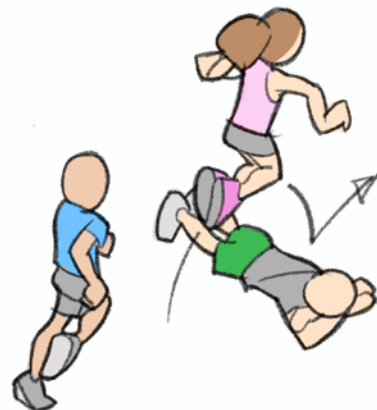
A la queue leu leu

Les enfants courent par groupes de trois ou quatre en file indienne. Le meneur décide du moment opportun pour faire une pause et il se couche sur le sol. Les suivants sautent par-dessus leur camarade et le nouveau meneur conduit le groupe jusqu'à la prochaine pause. Ainsi de suite, chacun choisissant sa technique de saut.

Variantes

- L'enseignant indique le mode de franchissement (p. ex. sauts latéraux).
- Le meneur se couche sur le sol au signal de l'enseignant.

Remarque: Les coureurs sont attentifs à ne pas trébucher sur le camarade au sol.



Bonnes pratiques – Espaces publics

Les parkings et places de jeu, notamment, permettent d'organiser d'intéressantes séquences d'enseignement. De plus, ces lieux situés en ville, à proximité de l'école et des habitations, invitent les familles à s'y rendre aussi durant leurs loisirs.



Dans les parcs publics, les enfants jouent au ballon, courent, sautent, grimpent, prennent appui, se balancent, et bien plus encore. Sans y penser, ils exercent ainsi les formes de base du mouvement, véritables socles des habiletés motrices. Outre le jeu libre, l'enseignant trouve sur les places de jeu un espace inspirant pour dispenser des leçons plus guidées.

Quant aux places de parc, elles offrent encore d'autres perspectives. Les jeux présentés ici sont transposables dans la cour de récréation car ils ne requièrent pas, ou très peu, de matériel supplémentaire.

Jeux d'orientation et de course

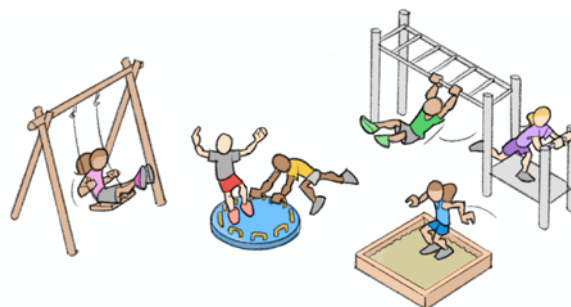
Endurance, orientation, réaction, concentration et prises de décision trouvent dans les espaces publics un terrain idéal pour le développement des enfants, le tout sous forme ludique.

Découvrir la place de jeu

Après une phase de jeu libre, l'enseignant imagine plusieurs aménagements pour transformer les lieux en terrain d'apprentissage.

Variantes

- Toucher avec différentes parties du corps (nez, talon, etc.) certains matériaux/adjectifs (métal, bois, dur, mou, rond, etc.).
- Les enfants lancent une feuille morte en l'air. Si elle retombe à l'envers, ils cherchent une manière de glisser et testent leur idée avant de relancer la feuille. Si elle tombe à l'endroit, ils trouvent un défi d'escalade.
- L'enseignant dépose/fixe des cartes ou des objets ramassés dans la nature sur les équipements de jeux. Les enfants se déplacent librement dans le parc ou selon un circuit défini. Ils mémorisent les objets qu'ils rencontrent, ou même mieux, l'ordre dans lequel ils les voient. Qui peut les redonner dans le bon ordre une fois le parcours terminé?



UNO forestier

Choisir différentes feuilles mortes qui représentent des cartes à jouer (p. ex. hêtre, bouleau). On commence par rassembler toutes les feuilles que l'on dépose dans un sac. Chaque joueur reçoit trois feuilles tirées du sac. Une feuille est déposée sur le lieu du jeu (souche d'arbre p. ex.) pour démarrer la partie. Après une petite course d'obstacles, les enfants posent une carte si elle correspond à celle du tapis ou en piochent une s'ils ne peuvent pas jouer. Le but est de se débarrasser de toutes ses feuilles.

Variantes

- Aligner les cartes au lieu de les empiler.
- Dessiner des feuilles ou utiliser des images de feuilles



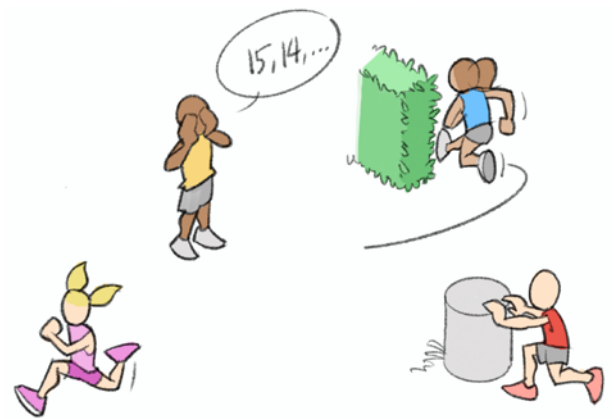
Cache-cache

Un élève, le guetteur, ferme les yeux et compte de 15 jusqu'à zéro. Pendant ce temps, ses camarades se cachent à l'intérieur du périmètre de jeu. Le décompte terminé, le guetteur ouvre les yeux et effectue trois pas à l'intérieur du terrain de jeu. S'il voit quelqu'un, il le nomme ainsi que sa cachette (p. ex. Nino derrière la haie). Celui qui est repéré écope d'un gage (p. ex. contourner la pierre).

Quand le guetteur ne voit plus personne, il recommence à compter de 14 à 0. Les joueurs viennent rapidement toucher son épaule avant de se cacher à nouveau. A zéro, le guetteur ouvre les yeux, avance de trois pas et tente de débusquer ses camarades. Répéter le même scénario en comptant à partir de 13, puis 12, etc. jusqu'à ce que tout le monde ait été découvert.

Variantes

- Ceux qui sont repérés effectuent un gage (p. ex. séries de sauts) et reviennent en jeu au tour suivant.
- Changer le mode de déplacement.

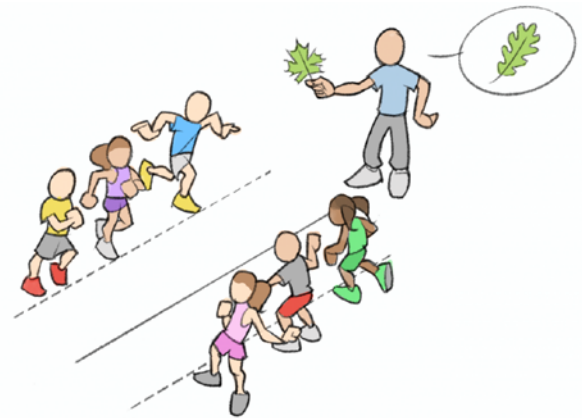


Chouettes et corbeaux

De chaque côté d'une ligne se font face deux groupes, les chouettes et les corbeaux (distance: 1,5 à 2 m). L'enseignant formule des énoncés du type: «cette feuille est une feuille d'érable», «cette feuille vient d'un arbre qui perd ses feuilles en hiver», «le renard creuse toujours sa tanière lui-même», etc. Si l'affirmation est correcte, les chouettes se lancent à la poursuite des corbeaux; si elle est fausse, les rôles s'invertissent. Les fugitifs rattrapés avant la ligne définie au préalable changent d'équipe.

Variantes

- Changer la position de départ (assis, couché, etc.).
- L'enseignant laisse un petit temps de réflexion avant de donner le signal de départ (p. ex. sifflet).



Autres jeux d'orientation et de course

- [Appareil de photo](#)
- [Où est ma montagne?](#)

Stimuler la créativité

Les enfants s'expriment au moyen de leur corps et d'éléments de la nature. Ils élaborent une suite de mouvements ou sautent, lancent, se balancent au gré des différents postes qu'ils ont eux-mêmes conçus.

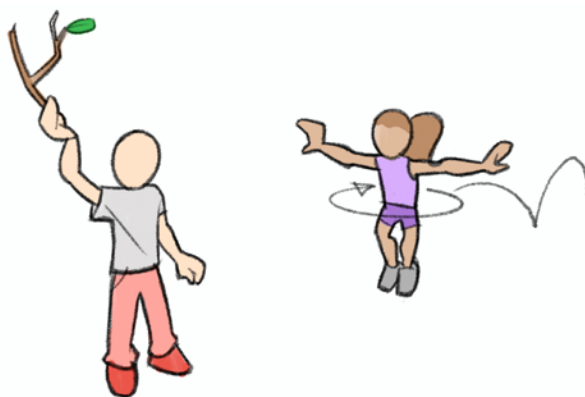
Combinaisons

L'enseignant et les enfants récoltent des objets divers et variés dans leur périmètre. Chaque objet est présenté à tous et associé à des mouvements. Par petits groupes, les enfants choisissent quelques objets et réalisent les suites de mouvements correspondantes.

Variantes

- Modifier les paramètres: espace (formations, trajets, surfaces), tempo (vite/lent), énergie (en lien avec des adjectifs tels que grand/petit, mou/anguleux, etc.), émotions (tristesse, joie, colère, etc.).
- Associer des bruits aux mouvements.
- Apprendre les enchaînements des autres groupes.
- Créer une chorégraphie: certaines suites sont réalisées en synchronisation, d'autres en canon.
- Elaborer la suite en musique.

Remarque: Le jeu «Mouvements à gogo» (voir p. 17) est idéal pour les enfants qui cheminent.



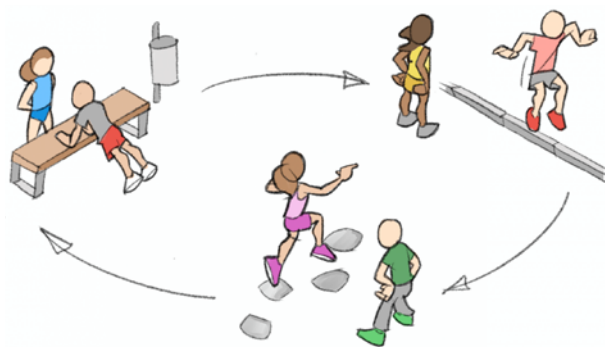
Parcours Vita revisité

Les enfants aménagent différents postes qu'ils présentent aux autres (p. ex. dans le sens des aiguilles de la montre) avant de les parcourir. En cas d'attente à un poste, ils passent au suivant et y reviennent plus tard. Le parcours est répété sur plusieurs leçons avec de petites variantes à chaque fois.

Idées de postes: Sauts sur des dalles en pierre, exercices d'appui sur les bancs du parc, équilibre sur des rebords, appui contre un arbre (pieds contre l'arbre, mains au sol: de l'appui facial à l'appui renversé), slalom autour des arbres, lancer de précision avec des objets trouvés dans la nature, différents bondissements sur des escaliers, jeux dans la cour de récréation (voir pp. 6-10).

Variantes

- L'enseignant définit le thème ou le mode de déplacement pour les différents postes (équilibre, sauter, en arrière, sur une jambe, à quatre pattes, etc.).
- Après chaque tour, les enfants prennent un objet (p. ex. hélice de l'érable, feuille morte) qu'ils enfilent sur une cordelette pour former un collier.



Sauts et sautilllements

Les jeux incluant différents bondissements améliorent la coordination et la détente. Ils se combinent très bien avec des exercices de calcul, de vocabulaire ou de concentration.

Sauts codés

Chercher puis rassembler plusieurs objets (cailloux, feuilles, bâtons, pives, etc.). L'enseignant leur assigne un code: caillou = sauter sur le pied gauche, bâton = sur le pied droit, feuille = à pieds joints, etc. Former de petits groupes qui aménagent leur propre piste avec env. huit objets. Les enfants enchaînent les sauts en respectant le code de chaque objet.

Variantes

- Énoncer à chaque saut un mot ou un chiffre d'une série (jours de la semaine, table de multiplication, partie de l'alphabet, etc.).
- Ajouter une tâche au code initial (p. ex. caillou sur feuille = saut sur le pied gauche et bras tendu de côté).



Bonnes pratiques – En forêt

Le monde forestier regorge de coins secrets que les enfants découvrent au fil de leurs pérégrinations. De plus, les bois offrent un choix de jeux et de matériel naturels propres à stimuler leurs besoins moteurs fondamentaux.



Les idées de jeu suivantes reposent avant tout sur le principe «trouver et utiliser». La première phase consiste à récolter le plus de matériel en vue d'activités motrices et ludiques ultérieures. Ces objets collectés dans la nature ouvrent de nouvelles perspectives pour améliorer les compétences motrices des enfants. L'enseignant emporte uniquement le nécessaire pour garantir la sécurité des élèves (voir p. 5).

Jeux de lancer et de précision

Les pives se transforment en petits projectiles qui se prêtent à de multiples jeux de précision. Organisés sous forme de petits concours, ils décuplent le plaisir des enfants.

Provisions d'hiver

Par petits groupes, les enfants construisent un garde-manger à l'aide d'une corde. Au signal, ils partent à la recherche de pives qu'ils déposent dans le garde-manger. Une seule pive peut être ramenée à la fois. Quel groupe a collecté le plus d'objets à la fin?

Variantes

- Une fois la collecte terminée, organiser un concours de lancer. Exemples de cibles: arbres, souches.
- Par deux: un enfant coince le plus de pives possibles sur le corps de son camarade (entre les jambes, entre bras et buste, menton et poitrine, doigts, etc.). Quel duo transporte le plus de pives sur une certaine distance?
- Pétanque par petits groupes. Un joueur lance un caillou (cochonnet). Qui s'en rapproche le plus avec sa pive?
- Placer de grandes pives sur une souche et les viser avec de petites pives.

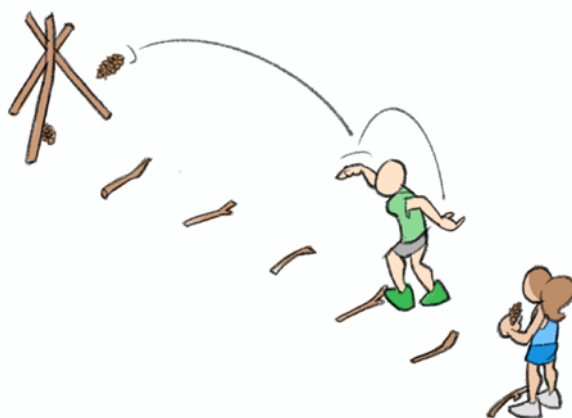


Pyramides

Les enfants ramassent des branches: avec trois branches, ils forment une pyramide qui fait office de cible, les autres bois délimitent les zones de tir (env. 1 m entre chaque marque). Chacun choisit sa «ligne» de départ. Si la pive atterrit dans la pyramide, le joueur recule d'une ligne, si la cible est manquée, il avance.

Variantes

- Aménager plusieurs pyramides et couloirs de lancer afin d'augmenter les possibilités de tirs.
- Reculer d'une marque seulement si la pive reste dans la pyramide.
- Lancer avec la main faible.



Jeux d'orientation et de course

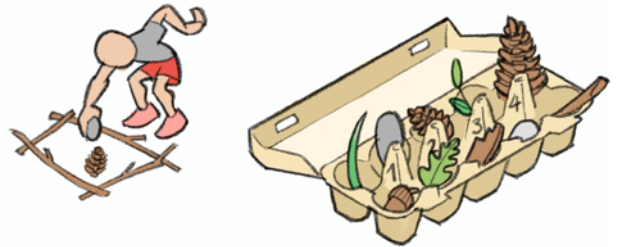
Après une recherche, collecte et dépose d'objets, les enfants mémorisent leur emplacement. Ils vérifient ensuite si certains manquent dans leur dépôt ou si d'autres y ont été ajoutés.

Memory en forêt

L'enseignant rassemble dix objets qu'il dépose dans une boîte à œufs avec des cases numérotées. Pendant ce temps, les enfants ramassent trois à cinq branches afin d'aménager leur camp. L'enseignant montre alors le premier objet (pierre, feuille, pive, herbe, etc.). Les enfants cherchent dans la nature un objet similaire et le déposent dans leur camp. Ils identifient ensuite le second objet et font de même. Le jeu se poursuit jusqu'à ce qu'ils aient trouvé tous les objets. Ceux qui ont terminé avant collectent d'autres éléments qu'ils déposent dans leur camp.

Variantes

- Par groupes de deux.
- Missions spéciales: chercher un objet vert, dur, mou, etc.

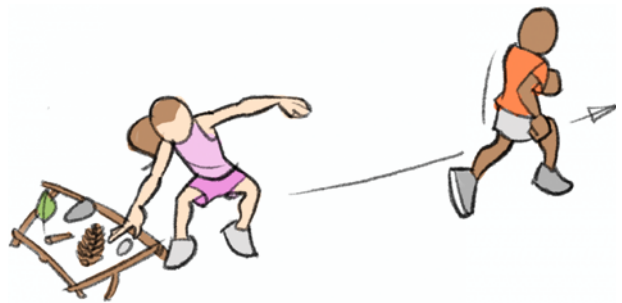


Duo de pies

Le jeu reprend la configuration du memory en forêt (voir ci-dessus). Par deux, les enfants aménagent leur camp et y placent différents objets. Le premier (la pie rusée) mémorise tous les objets avant d'effectuer un circuit (défini par l'enseignant) qui ne lui permet pas de voir son réservoir. Pendant qu'il court, son camarade (la pie voleuse) retire un objet. A son retour, le coureur observe son camp et essaie d'identifier l'objet manquant. S'il trouve, l'objet est remis en place et les rôles s'inversent.

Variantes

- Les enfants décident de concert combien d'objets peuvent être retirés du dépôt.
- La pie voleuse peut retirer plusieurs objets.
- La pie voleuse ajoute de nouveaux objets. La pie rusée les identifie-t-elle?
- La pie rusée met ses mains dans le dos. La pie voleuse y dépose un objet. La première reconnaît-elle l'objet?



Stimuler la créativité

Créer et exprimer son sens artistique répond aux besoins fondamentaux des enfants. Leur imagination vagabonde ne connaît pas de limites, surtout en pleine nature.

Tour de Babel

Former des groupes de deux à quatre enfants. Chaque groupe récolte branches, cailloux, souches, petits troncs et autres objets naturels pour former ensuite la plus haute tour possible. Une fois les constructions terminées, les groupes comparent leurs travaux et discutent des stratégies. Quelle méthode semble la plus efficace? Qu'est-ce qui a bien fonctionné en équipe? Qu'est-ce qui est difficile (p. ex. collaborer) et que pourrait-on améliorer pour la prochaine fois?

Variantes

- Adapter le nombre d'enfants par groupe selon leur niveau de développement.

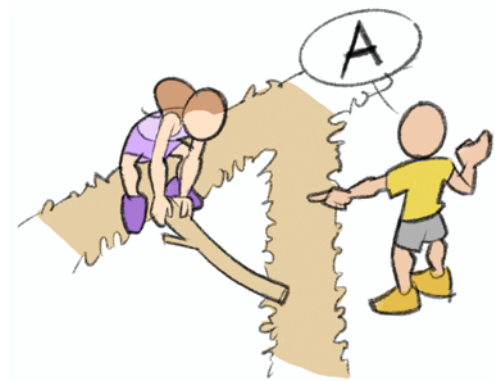


Des chiffres et des lettres

Par deux, les enfants recherchent dans la forêt des éléments (racines, branches, sentiers, etc.) qui ressemblent à une lettre de leur prénom. Quelles sont les lettres les plus faciles à trouver? Et les plus difficiles? Une branche peut-elle m'aider à former une nouvelle lettre (transformer le V en A p. ex.)?

Variantes

- Après avoir trouvé une lettre «naturelle», compléter son prénom à l'aide de branches, cailloux, pives, etc.
- Chercher des chiffres.
- Dénicher ensemble les lettres de l'alphabet, se souvenir de leur emplacement et compléter les lettres manquantes avec différents éléments. Parcourir ensuite l'alphabet dans le bon ordre.
- Imprimer et plastifier les noms des enfants, l'alphabet ou les chiffres en guise de soutien visuel.
- Prendre des photos des lettres trouvées pour les imprimer et les afficher ensuite dans la salle de classe.



Tas de feuilles

Les enfants découvrent le potentiel ludique des feuilles mortes. Ils les collectent et les empilent pour former une grande montagne. Que peut-on faire avec ce nouveau «matériel»?

- Sauter sur le tas.
- Se laisser tomber dans les feuilles.
- S'en couvrir mutuellement.
- Etc.

Variante

- Terminer par une bataille de feuilles mortes.



Musée à ciel ouvert

Avec le matériel utilisé pour les activités (pives, branches, feuilles, cailloux, etc.), les enfants composent, seuls ou en petits groupes, des visages, personnages, animaux, etc. Ils peuvent aussi construire des jardins ou des maisons pour les nains de la forêt. L'imagination se déploie librement. A la fin, chaque groupe découvre l'œuvre des camarades.

Variantes

- Façonner des visages sur des troncs d'arbre avec de la terre, de la glaise, de petites branches, des pives, etc.
- Elaborer un mandala forestier en groupe.



Que faire avec le matériel collecté?

Les enfants peuvent-ils emporter à la maison les objets trouvés dans la nature? Les enseignants doivent réfléchir en amont aux solutions pour garder ces précieuses trouvailles. Par exemple: aménager un dépôt avec des branches dans lequel les enfants placent le matériel qu'ils retrouveront, après une petite chasse au trésor, lors de la prochaine sortie. Ou prévoir un lieu dans l'enceinte ou le jardin de l'école. Les bâtons peuvent alors être utilisés pour jouer et pour construire une petite clôture.

Indications

Ouvrages

- Fondation SILVIVA (Ed.) (2018). L'école à ciel ouvert. 200 activités de plein air pour enseigner le français, les mathématiques, les arts... Neuchâtel: Salamandre.
- Steinmann, P. et al. (2014). Sport des enfants J+S – Jouer. F. Macolin: Office fédéral du sport OFSP0.
- Steinmann P. et al. (2015). Sport des enfants J+S – Exemples pratiques. Macolin: Office fédéral du sport OFSP0.

Liens

- Enseigner dehors | Silviva/WWF
- Education physique avec distance: Leçons divertissantes sans contacts | mobilesport.ch
- Jouer | mobilesport.ch (thème du mois 01/2016)
- Jeux en plein air | mobilesport.ch (thème du mois 06/2014)

Pour ce thème du mois

Pädagogische Hochschule Thurgau.
Lehre Weiterbildung Forschung



ph schwyz

HEFSM

Haute école
fédérale
de sport
Macolin



Partenaires



Impressum

Editeur: Office fédéral du sport OFSP0, 2532 Macolin

Auteurs et auteur:

Sarah Wacker, chargée de cours Education physique et mouvement, HEP Thurgovie

Eliane Schmocker, chargée de cours Sport et mouvement, HEP Schwyz

Jürgen Kühnis, chargé de cours Sport et mouvement, HEP Schwyz

Patricia Steinmann, chargée de cours Didactique du sport, Haute école fédérale de sport de Macolin

Aurelia Eberle, responsable de projet Enseigner dehors, Fondation SILVIVA

Rédaction: mobilesport.ch

Traduction: Véronique Keim

Dessins: [Luzi Etter](#)

Conception graphique: Office fédéral du sport OFSP0

Annexe – Bibliographie

- Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U. & Mess, F. (2017). [Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review on students' learning, social and health dimensions](#). International Journal of Environmental Research and Public Health, 14, 485.
- Barford, K.S. (2022). ['A good thing about this is probably that there's been more freedom to try some things out' - Danish teachers' experience of teaching outdoors during the COVID-19 pandemic](#), Journal of Adventure Education and Outdoor Learning.
- Barford, K.S. (2017). [Maintaining mastery but feeling professionally isolated: experienced teachers' perceptions of teaching outside the classroom](#). Journal of Adventure, Education and Outdoor Learning.
- Chawla, L. (2020). [Childhood nature connection and constructive hope: A review of research on connecting with nature and coping with environmental loss](#). People and Nature, 2, 619-642.
- Deutschschweizer Erziehungsdirektoren-Konferenz (D-EDK) (2016). [Lehrplan 21. Grundlagen](#). Luzern: D-EDK.
- Fondation SILVIVA (Ed.) (2018). [L'école à ciel ouvert. 200 activités de plein air pour enseigner le français, les mathématiques, les arts...](#) Neuchâtel: Salamandre.
- Gray, C., Gibbons, R., Larouche, R., Hansen Sandseter, E.B, Bienenstock, A. Brussoni, M., Chabot, G., Herrington, S., Janssen, I., Pickett, W., Power, M., Stanger, N., Sampson, M. & Tremblay, M.S. (2015). [What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? A systematic review](#). International Journal of Environmental Research and Public Health, 12, 6455-6474.
- Herrington, S. & Brussoni, M. (2015). [Beyond physical activity: the importance of play and nature-based play spaces for children's health and development](#). Current Obesity Reports, 4(4), 477-483.
- Kühnis, J. et al. (2022). [Bewegung und Lernen im Freien. Elemente einer ganzheitlichen Entwicklung und Bildung](#). Bewegung und Sport, 3, 11-15.
- Kuo, M., Barnes, M. & Jordan, C. (2019). [Do Experiences With Nature Promote Learning? Converging Evidence of a Cause-and-Effect Relationship](#). Frontiers in Psychology, 10, 305.
- Mygind, L., Kjeldsted, E., Hartmeyer, R., Mygind, E., Bølling, M. & Bentsen, P. (2019). [Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: a systematic review and quality assessment of the evidence](#). Health Place, 58, 1021-1036.
- Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) (2011). [Die interkantonale Vereinbarung über die Harmonisierung der obligatorischen Schule \(HARMOS-Konkordat\)](#) vom 14. Juni 2007. Bern: Generalsekretariat EDK.
- Steinmann, P., Gyger, M. (2016). [Sport des enfants J+S – Les perturbations dans l'enseignement](#). Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- Steinmann, P., et al. (2014). [Sport des enfants J+S – Jouer](#). Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- Steinmann P. et al. (2015). [Sport des enfants J+S – Exemples pratiques](#). Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- Tremblay, M.S., Gray, C., Babcock, S., Barnes, J., Bradstreet C.C., Carr, D., Chabot, G., Choquette, L., Chorney, D., Collyer, C., Herrington, S., Janson, K., Janssen, I., Larouche, R., Pickett, W., Marlene Power, M., Sandseter, E.B.H., Simon, B. & Brussoni, M. (2015). [Position Statement on Active Outdoor Play](#). International Journal of Environmental Research and Public Health, 12, 6475-6505.