



YOUP'LA BOUGE!
AUTOMNE 2021

L'IDÉE DE L'AUTOMNE

RESSOURCES POUR DES STRUCTURES PRÉSCOLAIRES ACTIVES AU QUOTIDIEN



Tous dehors ! Investir les extérieurs

CATHERINE GIACOBINO, PÉDAGOGUE PAR LA NATURE SILVIVA -
CO-FONDATRICE DE L'ÉCO-CRÈCHE "EVEIL EN FORÊT"

Après l'été, l'automne nous invite à des promenades colorées dans les parcs ou dans les bois.

Cette année, Youp'la bouge ajoute à son catalogue une nouvelle formation axée sur le mouvement dans la nature. C'est l'occasion d'en savoir un peu plus sur les sorties en nature avec un groupe et vous inviter à formuler un projet à votre mesure.

Alors à vos bottes, cirés et envies de découvertes !

CET AUTOMNE

ON INVESTIT LA NATURE POUR
BOUGER ET SE FAIRE DU BIEN

1. LA PÉDAGOGIE PAR LA NATURE
- PAGE 2
2. YOUP'LA BOUGE NATURE -
PAGE 3
3. RENDRE LA NATURE
ACCESSIBLE - PAGE 3
4. RESSOURCES ET ACTIVITÉS EN
EXTÉRIEUR - PAGES 4 ET 5

LA PÉDAGOGIE PAR LA NATURE



Venue du nord de l'Europe, la pédagogie par la nature met en avant l'apprentissage global et actif par les sens. Vivre la nature au fil des saisons pour créer un lien avec celle-ci.

BOUGER DEHORS POUR

1. FAVORISER UNE BONNE SANTÉ **PHYSIQUE**
2. FAVORISER UNE BONNE SANTÉ **PSYCHIQUE**

LES BÉNÉFICES



Sortir en nature est bénéfique pour la **santé**

- Stimule les capacités motrices
- Renforce le système immunitaire
- Favorise un poids corporel équilibré



Les **sorties en nature** favorisent

- L'entraide et la collaboration
- L'autonomie
- La concentration

Être dehors participe

- A renforcer l'estime et la confiance en soi
- Améliore le bien-être
- Aide à la gestion du stress



LES DIFFÉRENTES APPROCHES DE LA NATURE

Nul besoin d'être naturaliste pour sortir en nature avec un groupe d'enfants. A vous adultes de trouver **l'approche** qui vous parle.

Langagière - raconter une histoire mettant en scène des éléments naturels

Motrice - monter puis rouler depuis une pente, grimper aux arbres etc.

Ludique - proposer des jeux de groupe

Basée sur la collaboration - faire tous ensemble un grand tas de feuilles pour sauter dedans

Créatrice - créer des tableaux nature au sol dans un espace délimité par des branches

Cognitive - apprendre sur les plantes, comment vivent les animaux

YOUP'LA BOUGE NATURE



Youp'la bouge ajoute une nouvelle formation spécifique à son catalogue. **Youp'la bouge nature** - bouger dehors, car cela fait du bien à la tête et au corps.

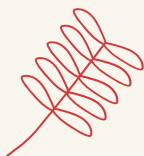
DEHORS À PETITS PAS

PROJET MENÉ PAR SILVIVA ET LE WWF

Dehors à petits pas ! offre un accompagnement flexible de formation-animation-conseil pour les structures d'accueil de la petite enfance dans le but d'amener davantage les jeunes enfants au contact de la nature.

www.dehorsapetitspas.ch

RENDRE LA NATURE PLUS ACCESSIBLE



" Il n'y a pas de mauvais temps, juste un mauvais équipement " dit le proverbe.

Pour des sorties régulières, la salopette cirée permet d'explorer la nature librement quel que soit l'état du sol et en toute saison. Le plaisir des mouvements tels que - rouler, se mettre à quatre-pattes, ramper deviennent accessibles pour les enfants dans la nature.

Les petits + de la



- L'enfant peut la retirer seul en descendant la bretelle par-dessus l'épaule
- L'élastique ajustable à placer sous les chaussures
- L'adulte s'équipe également pour explorer et accompagner les enfants dans leurs mouvements

Youp'la bouge nature

Lieu : en extérieur dans la région lausannoise

Date : mardi 9 novembre

Durée : 6 heures de formation

Inscription : www.youplabouge.ch

De plus en plus de professionnels de la petite enfance souhaitent sortir régulièrement avec leur groupe d'enfants. Des obstacles organisationnels, d'horaires, de ressources humaines ou pour trouver des idées d'activités les freinent dans leur élan. Parfois il s'agit de quelques questions ou de voir une-e collègue animer pour faire le pas.

Youp'la bouge nature s'articule sur quatre points

1. Les bienfaits des sorties en nature
2. Les bases de la pédagogie par la nature
3. Des idées d'activités à expérimenter ensemble
4. Aspects pratiques et outils pour des sorties à sa mesure



LA BONNE IDÉE

En forêt à vélo



Dans le canton de Genève, **L'Espace de Vie Enfantine Acacias Epinettes** a voulu rendre la nature plus accessible grâce aux vélos-triporteurs. La recherche de fonds a porté ses fruits et les vélos cargos roulent tous les jours vers des espaces plus nature pour le plaisir des petits et des grands.

RESSOURCES ET ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR



Penser l'activité extérieure pour l'enfant en adaptant sa posture d'adulte.

BOUGER DEHORS POUR

1. POUR LES ENFANTS
2. POUR LES ADULTES
3. POUR ALLER PLUS LOIN

POUR LES ENFANTS

LE JEU DU MILAN ROYAL

Ce jeu connu sous d'autres noms est un bon moyen de se réchauffer en hiver - *conseillé dès 3 ans*

- On délimite deux lignes parallèles distantes de 10-15 mètres
- Les enfants choisissent deux *milans* qui se placent au milieu du terrain
- Les autres - les *campagnols* traversent le terrain en courant pour rejoindre la ligne opposée
- Le défi - si les *milans* royaux touchent un *campagnol*, celui-ci rejoint le rang des *milans royaux*

Et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de campagnols.

Précision - le *milan royal* mange parfois des *campagnols* et les *campagnols* mangent les racines des légumes plantés par les paysans.



DÉCORER LE PIED D'UN ARBRE

Une activité créatrice qui demande collaboration et patience pour les enfants et les adultes. Répartir les feuilles tombées d'un arbre en forme de cercle à l'extérieur de ses racines. Mettre dessous les plus "vieilles" et les plus récentes dessus pour contraster les couleurs.

Et le voilà couronné !

POUR LES ADULTES

LA POSTURE DE L'ADULTE

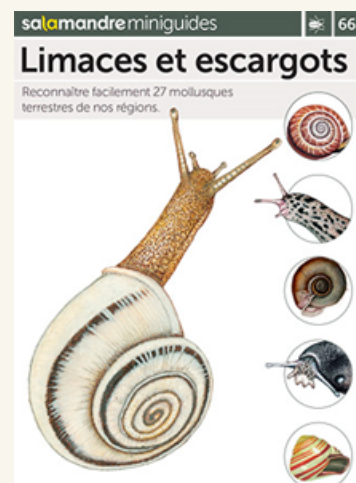
La posture de l'adulte est un élément clé de la pédagogie par la nature. Hors murs il est le repère sécurisant qui soutient les enfants activement. Prenez avec vous

- Une dose de **curiosité** pour la nature
- Beaucoup **d'intérêt** pour les découvertes des enfants
- Une pincée **d'émerveillement**

L'enfant s'imprègne de tout cela pour un plaisir partagé.

Coup d'♥

Les mini-guides de la **Salamandre**
Facile à consulter, ces petits guides sont idéaux pour apprendre la nature avec les enfants. Glissez en 2-3 dans votre sac avant la sortie.





BOUGER DEHORS POUR

1. POUR LES ENFANTS
2. POUR LES ADULTES
3. POUR ALLER PLUS LOIN

POUR LES ADULTES AVEC LES ENFANTS

Assis à hauteur des enfants, les adultes se répartissent dans l'espace. Se donner un temps pour observer les initiatives des enfants

- Comment s'organisent-ils ?
- Comment se parlent-ils ?
- Quels sont leurs mouvements dans cet espace naturel ?

Une belle occasion de découvrir d'autres facettes des enfants et de leur offrir toute notre attention.

POUR SOI

Assis au pied d'un arbre, mettez tous vos sens en éveil

- Fermez les yeux pour écouter tous les sons
- Ouvrez-les pour regarder du plus proche au plus loin
- Et pourquoi pas méditer ?



POUR ALLER PLUS LOIN



Les enfants des bois, Sarah Wauquiez, Ed. Books on Demand, 2008

Pourquoi est-t-il si important de sortir dans la nature avec enfants ? Très complet, écrit par Sarah Wauquiez, pédagogue par la nature, psychologue et institutrice, ce livre répond à toutes les questions théoriques et concrètes pour travailler dehors avec des enfants de 3 à 7 ans.



Mille choses à faire par tous les temps, Fiona Danks et Jo Schofield, Ed. Gallimard Jeunesse, 2013

Pour ne plus jamais s'ennuyer les jours de pluie, de vent, de neige, à tous les âges en plein air.



Photos 4 et 7 : Catherine Giacobino

Photos 1, 2, 3, 6 et 8 : Melinda Toth

Photo 5 : [EVE Acacias Epinettes](#) - Genève