



# La carriole nature

*Sens, sensoriel, sensible, sensas...*

*Ça roule en tous sens !*

Ce livret et les fiches ont été réalisés par l'association  
Nord Nature Chico Mendès.



Rédaction en écriture inclusive :  
Aurélie David et Eric Dubois

Dessins :  
Eric Dubois

Maquette et mise en page :  
Céline Garnier

Avec le soutien financier de :



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



DREAL HAUTS-DE-FRANCE



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



DREAL HAUTS-DE-FRANCE



# Intro

"Je me suis promené dans les bois et suis sorti plus grand que les arbres."

Henry David Thoreau

Les enfants, et même les adultes, sont de plus en plus éloignés de la nature. Pourtant, au même titre qu'une alimentation équilibrée ou qu'un sommeil approprié, **nous avons besoin de nature**. La nature nous fait du bien et est inspirante.

À Chico Mendès, depuis plus de 30 ans, nous emmenons enfants et adultes dehors. Forts de cette expérience, nous sommes convaincus qu'un nombre croissant d'enseignant-e-s, d'éducateur-rice-s ou encore de parents prennent conscience de ce syndrome de manque de nature. Nous avons donc eu l'idée de la *carriole nature* : une multitude d'**activités sur roues** pour prendre le chemin de la **(re)connexion à la nature**. Avec la *carriole nature*, vous serez outillé-e-s pour transmettre ce lien aux enfants et devenir des passeur-euse-s de nature. Osez vous lancer dans cette aventure et en route pour la nature !

## Sommaire

La carriole nature, c'est quoi ? .....	p. 2
La nature nous fait du bien .....	p. 3
Se reconnecter à la nature .....	p. 4
Principes et méthodes .....	p. 5
Les fiches, comment ça marche ? .....	p. 7
Sommaire des fiches .....	p. 8
Animations clés en main .....	p. 9
Pour aller plus loin....	p. 10

## Pour aller plus loin...

Afin de prolonger les activités proposées dans la carriole nature, nous vous proposons une **bibliographie** indicative d'ouvrages naturalistes et pédagogiques.

### Éduquer dehors

**Passeur de Nature** de Emilie Lagoeyte et Cindy Chapelle, plume de carotte / terre vivante, 2019  
**L'école à ciel ouvert** de Sarah Wauquiez, Nathalie Barras et Martina Henzi, la Salamandre, 2020  
**Pistes: Pour découvrir la nature avec les enfants** de Louis Espinassous, Broché, 2018  
**Sortir ! Dans la nature avec un groupe**, Réseau école et nature et Écologistes de l'Euzières, 2017  
**Ces milieux qui nous trans-forment** de Dominique Cottureau, L'Harmattan, 2017  
**Trésors du Dehors** par le collectif belge Tous Dehors, 2017  
**Les enfants des bois** de Sarah Wauquiez, 2014  
**Vivre la nature avec les enfants**, Joseph Bharat Cornelle, Jouvence, 2017

### Les cahiers techniques des CPN

**À la rencontre des Diptères**

**À la rencontre des abeilles solitaires**

**Dans les yeux des araignées errantes**

**Les "Loca-Terres du sol"**

**La vie secrète des vers de terre**

**Guide des escargots et des limaces**

**Reconnaître les nids...**

Et notamment : **L'approche sensible en éducation à la nature**, de François Lenormand, 2022

### Guides naturalistes

**Les petits animaux des jardins et des maisons** de Lars-Henrik Olsen et Jakob Sunesen, 2019

**Les petits animaux des lacs et des rivières** de Lars-Henrik Olsen, Jakob Sunesen et Bente Vita Pedersen, 2005

**Les petits animaux des bois et forêts** de Lars-Henrik Olsen, Jakob Sunesen et Bente Vita Pedersen, 2012

**440 oiseaux** de Volker Dierschke, 2008

**Quelle est cette plante ?** de Margot & Roland Spohn et Marianne Golte-Bechtle, 2021

### Pour raconter des histoires

**Mille ans de contes sur les sentiers** de Louis Espinassous, 1998

**Secrets de jardins** d'Anne Lascoux et Yukiko Noritake, 2019



# Animation clé en main

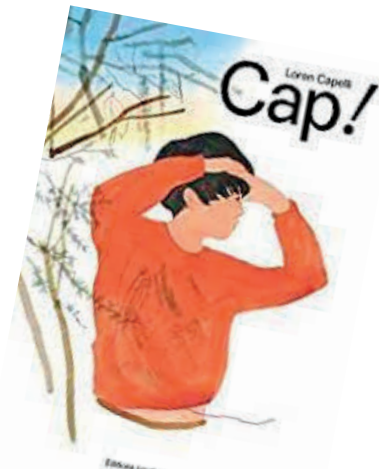
## Le fil rouge

Avec l'album *Cap !* de Loren Capelli comme fil conducteur...

*La petite fille aime la forêt. Sa fraîcheur apaisante et mystérieuse. Elle n'a pas peur. Elle joue. Elle explore. Elle rêve. Jusqu'à ce que les animaux entrent en scène...*

*Cap ! est un merveilleux éloge du temps qui passe, de la découverte de soi et du monde. Et Loren Capelli façonne cette histoire de ses mains artistes.*

*Alors "cap !" de rentrer dans son monde...*



1. Trésors (activité 8)
2. Lire l'album
3. Parcours secret (activité 1)
4. Jeux de Kim (activité 7)
5. Voleur de couleurs (activité 17)
6. Les bestioles (activité 23)
7. Envole-moi ! (activité 3)
8. Land art (activité 21)
9. La nature des mots (activité 15)
10. Cercle de parole



Double page de *Cap!*, 2018

# La carriole nature, c'est quoi ?

Un kaléidoscope d'activités sur roues pour aller partout où la nature est présente ! La *carriole nature* va vous permettre de sortir et de pratiquer la **pédagogie par la nature** avec les enfants. Nous avons rassemblé pour vous, enseignant-e-s, animateur·rice-s, éducateur·rice-s ou encore parents, le matériel qui nous paraît nécessaire pour vivre des animations, des expériences dehors, dans la nature, avec des **enfants de 4 à 12 ans** (maximum 25 enfants). La carriole peut être emmenée partout : dans la cour de l'école, sur le terrain nature d'Anstaing, dans d'autres coins nature...

Pour bien utiliser le matériel de la *carriole nature*, il est indispensable de consulter ce livret et les fiches d'activités qui l'accompagnent. Pas besoin d'être spécialiste, naturaliste ou tout autre mot finissant en -liste pour exploiter la *carriole nature*. Nous avons fait le choix d'**activités sensorielles, sensibles et scientifiques** qui ne demandent pas de connaissances particulières mais qui, nous l'espérons, vous donneront envie d'en savoir plus sur la nature qui nous entoure.

## Le contenu de la carriole

La carriole contient le matériel et les documents nécessaires pour vous permettre de réaliser toutes les activités proposées. Vous disposez de **ce livret** qui propose quelques bases théoriques pour comprendre la démarche et la philosophie des activités nature proposées, de **30 fiches d'activités** qui se veulent simples, pratiques et concrètes ainsi que du **matériel** ci-dessous :

- 1 sécateur
- 1 Opinel
- 1 chiffon
- 1 tableau blanc et ses feutres
- 1 nappe cirée blanche
- 1 appeau (coucou)
- 1 boîte aux trésors
- 6 loupes
- 15 pinceaux et 25 petites boîtes pour prélever les petites bêtes
- 6 boîtes plastique pour classer
- 5 sacs à toucher
- 25 planchettes, support pour écrire ou pour s'asseoir
- 15 miroirs
- 25 pinces à linge
- Pastels gras
- 25 bandeaux pour les yeux
- 1 pelle
- 25 crayons
- 5 cadres vides
- ficelles
- corde



- Fiches animaux
- Fiches plantes
- Fiches arbres
- album *Cap !* de Loren Capelli
- 6 "Miniguide 112 : Oiseaux des villes"
- 6 "Miniguide 69 : Clé des feuillus"
- 6 "Miniguide 62 : Fleurs des prairies"
- 6 "Miniguide 50 : Les stars de la haie"
- 6 "Miniguide 81 : La faune du sol"



# La nature nous fait du bien

Les enfants passent trop de temps à l'intérieur. Le constat est sans appel : **4 enfants sur 10 ne jouent jamais dehors**. L'abîme ne cesse de se creuser entre l'enfant et la nature. L'Homme hors-sol est né. Pourtant de nombreuses études récentes montrent que la nature nous fait du bien...



## La nature est bonne pour la santé.

Être au contact de la nature favorise notre bien-être physique et psychologique. Plusieurs études observent une **réduction du stress** et de la dépression. Elle participe également à notre **bien-être physique** : réduction de la douleur, de la pression artérielle, de l'obésité ou encore accélération de la guérison et prévention de certaines maladies.

## La nature fait grandir.

Elle génère des effets bénéfiques sur tous les aspects fondamentaux du développement des enfants :

- **physique et moteur** : l'enfant repousse davantage ses limites ;
- **social et affectif** : il manifeste une meilleure confiance en lui ;
- **langagier** : il a un discours narratif plus élaboré ;
- **cognitif** : il fait preuve d'une plus grande créativité et acquiert de nouvelles connaissances sur le monde.

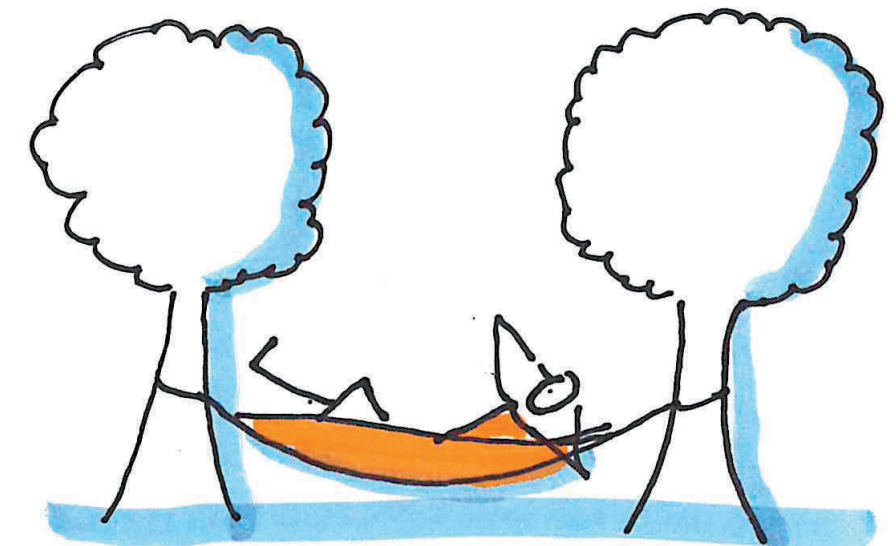
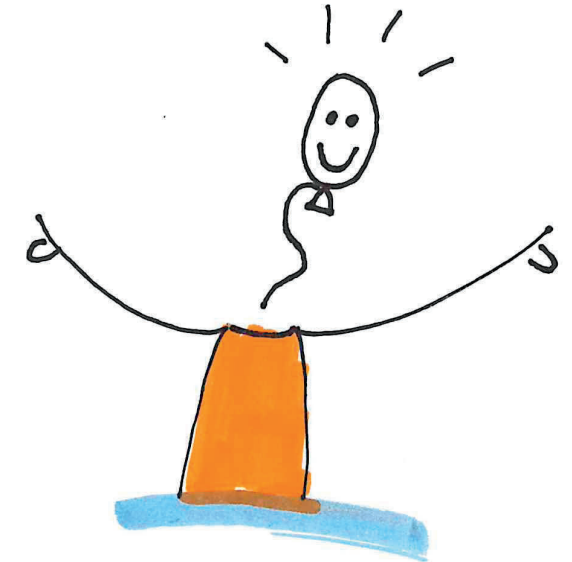
## Dehors, c'est la vie.

Dehors, c'est le plus grand terrain de jeu du monde. Dans la nature, les enfants, **tous les sens en éveil**, jouent, explorent, observent, expérimentent... La nature nous remet à notre place. Elle nous montre quelque chose de plus grand, que **nous faisons partie d'un tout**, elle nous signifie ce qu'est la vie. La nature est en perpétuel changement. Chaque sortie nous offre son lot de surprises et de **nouvelles expériences**.

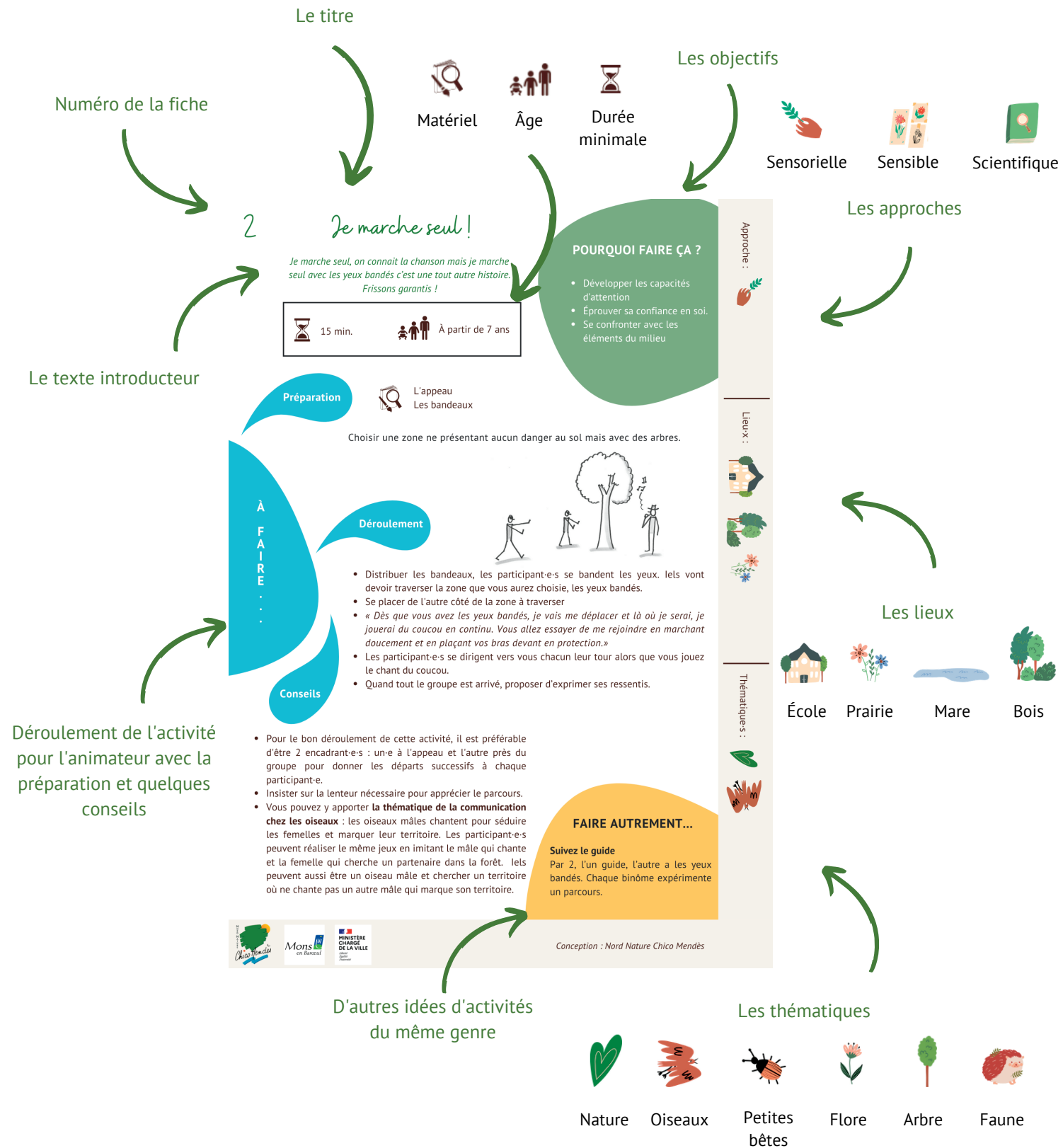
*"Je ne puis regarder une feuille d'arbre sans être écrasé par l'univers."*  
Victor Hugo

# Sommaire des fiches

1. Parcours secret
2. Je marche seul !
3. Envole-moi !
4. Dans le nez !
5. L'appel des feuilles !
6. Inouïe ouïe
7. Jeux de Kim
8. Trésors
9. Reconnaître mon arbre
10. Petit Milieu Personnel
11. Objets insolites
12. Randonnée miniature
13. Paréidolie
14. Paysage en 4
15. La nature des mots
16. Clic clac photo !
17. Voleur de couleurs
18. Collection de textures
19. Musée des paysages
20. Visages d'arbres
21. Land art
22. Qui suis-je ?
23. Les bestioles
24. La grande classe
25. Spipoll
26. Le quadrat
27. Tous liés
28. L'affût



# Les fiches, comment ça marche ?



# Se reconnecter à la nature

Reconnecter les enfants à la nature implique de **laisser du temps et de l'espace aux enfants**. L'immersion dans la nature doit être **progressive et régulière**. Il faut donc passer du temps de préférence dans le même lieu, en toute saison. Ralentir, simplifier et offrir du temps aux enfants pour comprendre l'importance de l'équilibre dans la nature.

## En fonction de l'âge

### De 0 à 3 ans

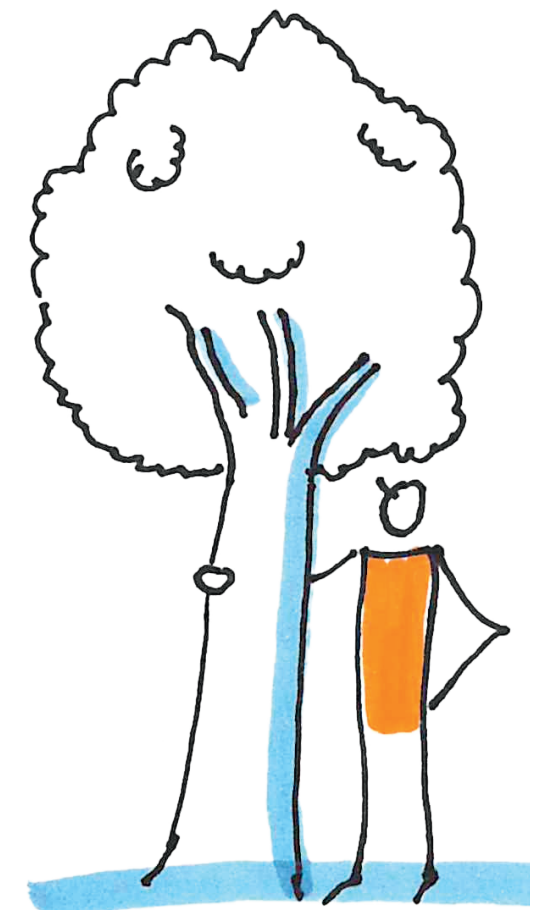
Jusqu'à 3 ans, l'enfant est dans sa bulle et a besoin de jouer. Iel se construit au contact des autres et de son environnement. À cet âge, mettre ses sens en éveil le plus souvent possible.

### De 4 à 7 ans

Iels adorent jouer librement et commencent à suivre des règles. À cet âge, iels créent leur propre univers avec quelques éléments naturels, l'envie de partager avec les autres viendra plus tard.

### De 8 à 12 ans

L'enfant joue avec ses copains. Proposer des activités, l'aider à bricoler... À cet âge, tout est bon dans la carriole.



# Principes et méthodes

## Dehors !

La carriole ne sert à rien entre 4 murs, elle est faite pour sortir. Le principe de base c'est de **sortir le plus régulièrement et le plus souvent possible**. C'est ainsi que la nature deviendra familière pour l'enfant. Le mieux est de sortir dans un lieu riche en biodiversité et en matériaux libres et polyvalents : source d'explorations, d'enracinement et d'apprentissages.

## Actif

Pour chaque activité ou expérience de nature, toujours penser à ce que vont faire les enfants à l'issue de la consigne. **C'est en faisant**, en agissant avec son environnement et les autres **que l'on apprend le mieux**.

## Corps en accord

La main, les jambes, le cœur et la tête... C'est avec tout le corps que l'on se confronte à la nature et que l'on fait. **Faire avec son corps tout entier** permet aussi de ressentir des émotions.

## Surprendre

Proposer des situations nouvelles, des **activités surprenantes** pour percevoir un changement, une transformation. La nature elle-même est changeante et **rend chaque sortie unique**. Apprécier la délicieuse incertitude.

## Varié

La carriole va dans tous les sens. Vous pouvez l'emmener partout. Mais il convient aussi de **varier les types d'activités**, la **durée**, les **approches** de la nature (sensorielle, sensible, scientifique...). Les activités peuvent être dirigées ou libres.

## Donner du sens

Donner du sens, ce n'est pas seulement faire passer des connaissances, c'est savoir **pourquoi vous proposez une activité**. Quelle est votre intention ?

## Dites merci !

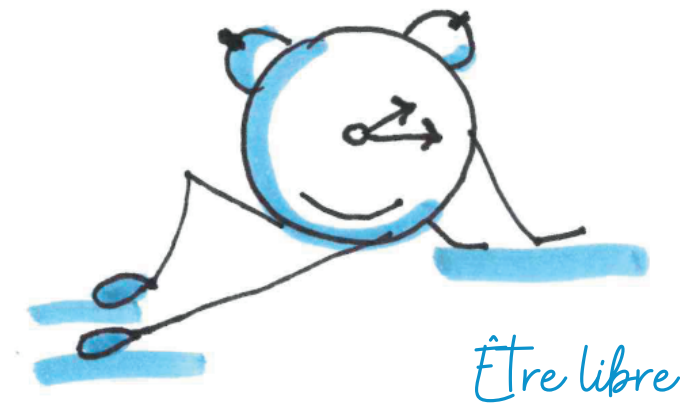
Proposer aux enfants de **dire merci à la nature** en fin de l'activité pour tout ce qu'elle nous apporte.

## De Temps en Temps

Lentement, souvent, régulièrement, longtemps et en tout temps. **Donner du temps au temps**. Une animation ou une sortie de moins de 1h30 ne nous laisse pas le temps de poser, de profiter, de laisser couler le temps, voire d'oublier le temps.

## Tous les sens

Nous percevons la nature d'abord par les sens. Les mettre à l'épreuve pour percevoir la nature est indispensable. Le **toucher**, l'**ouïe**, la **vue**, l'**odorat**, le **goût** et la **proprioception** (considérée comme notre 6ème sens, c'est la capacité de connaître la position exacte de son corps).



## Être libre

Les activités peuvent se prolonger, être détournées ou mieux, se transformer en **jeu libre**. Dans ce cas, "laissons couler". **N'intervenons pas**, sauf si l'enfant nous interpelle. Désolé pour nous les adultes, parents, enseignant·e·s ou éducateur·rice·s, c'est loin de nos yeux que le lien entre la nature et l'enfant se tissent. Un enfant qui va bien n'a pas besoin de nous dans la nature.

Le jeu libre est un jeu élaboré et conduit selon les propres initiatives de l'enfant, **de manière autonome**. Même adulte, vivons régulièrement le "PMP ou sit spot" (cf. activité 10), pour nous en rendre compte et vivre ce tête à tête avec la nature.

## Exprimer ses ressentis

À l'issue d'une activité ou à la fin de l'animation, **donner la parole aux enfants** pour qu'ils expriment leur ressenti. **Mettre des mots sur les émotions** permet de conscientiser les bénéfices de l'expérience et même d'interpréter les effets de la nature sur soi.