



AVENTURE À TRAVERS LES PAYSAGES



OBJECTIF

Apprendre à exercer différentes parties du corps pour se déplacer à travers une biodiversité de paysages enchantés.



AVANT DE COMMENCER

MILIEU

Cour de la garderie.



Cette activité peut aussi être réalisée à l'intérieur.



DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

CAUSERIE

Es-tu déjà parti à l'aventure, sur un lac ou dans une forêt? Parfois, pour partir à l'aventure dans la nature, on doit changer notre façon de marcher ou même utiliser d'autres parties de notre corps pour avancer.

EXPLORATION

Partons à l'aventure dans un monde enchanté. Tu marches dans un sentier en forêt. Lève haut tes genoux pour éviter les branches, les fleurs qui se trouvent par terre, les grenouilles et les autres petits animaux qui traversent le sentier. **Que vois-tu? Qu'entends-tu?** Tu te retrouves devant un lac que tu dois traverser. Nage en faisant de grands cercles verticaux avec tes bras (type crawl). Nage maintenant en faisant de grands cercles horizontaux avec tes mains (type grenouille). Tu es tellement bon à la nage que tu deviens toi-même un poisson! Tu dois donc bouger tout ton corps, sauf les mains, pour avancer.

En remontant à la surface, tu aperçois un magnifique petit bateau à rames. Tu redeviens un enfant et tu grimpes sur le bateau. Rame tranquillement. **Entends-tu le chant des oiseaux? Le vent? Les vagues?** Le vent se lève, et tu dois ramer plus fort pour arriver de l'autre côté du lac. Les vagues sont soudainement gigantesques. Rame encore plus fort. Ouf! Te voilà enfin revenu sur la berge. Tu es tout trempé, secoue-toi! Devant toi se trouvent de grands arbres majestueux.

Grimpe dans l'un d'eux. Étire tes bras toujours plus loin pour attraper les branches et lève tes genoux un peu plus haut. Tu te reposes un peu au sommet de ton arbre, et le vent te fait danser légèrement avec les branches. Balance-toi d'une jambe à l'autre pour imiter la danse de l'arbre. **Que vois-tu du haut de ton arbre?** Tu dois maintenant redescendre pour poursuivre ton chemin.

Ah non! Au sol, la terre est très boueuse et tu enfonces à chaque pas. Lève tes jambes plus haut pour pouvoir avancer. Un drôle d'animal passe devant toi et te fait figer de surprise. Ouf! Il est reparti, tu peux donc poursuivre ton chemin. Il n'y a plus de boue, mais plutôt un immense champ de fleurs de toutes les couleurs et de différentes odeurs. À chaque pas, penche-toi pour en cueillir une. Maintenant que tu as un très gros bouquet dans les mains, lance tes fleurs, une par une dans les airs. Peut-être que des oiseaux les attraperont en chemin, qui sait! Mais attention! Tu n'as pas regardé où tu posais les pieds et tu marches maintenant sur des cailloux pointus qui te font mal. Sautille d'un pied sur l'autre. Tu as enfin traversé tout le champ de petits cailloux. Tu arrives maintenant devant une magnifique rivière qui scintille sous le soleil. Sautte à pieds joints, de pierre en pierre, pour la traverser. Arrête sur une pierre et trempe le bout de ton pied dans l'eau en gardant ton équilibre. Aie, c'est froid! Retire-le vite! Trempe ton autre pied. Aie, c'est encore froid! Il vaut mieux ne pas tomber à l'eau!

Continue de sauter de pierre en pierre sans perdre l'équilibre. Te voilà de l'autre côté de la rivière. Tu peux t'asseoir sur un tronc d'arbre pour te reposer. Il y a, devant toi, un paysage enchanté. **Que vois-tu?**

RETOUR

Tu viens de faire un grand voyage à travers plusieurs paysages différents. **Préfères-tu te déplacer sur la terre ou sur l'eau?** Pour ton voyage, tu as utilisé tes pieds et tes mains pour te déplacer. **Est-ce que tu crois que tu pourrais n'utiliser que tes mains pour te déplacer? Que tes pieds? Pourquoi est-ce que tes yeux sont importants quand tu bouges?**

POUR ALLER PLUS LOIN

ACTIVITÉ COMPLÉMENTAIRE

- Faire dessiner aux enfants les paysages enchantés qu'ils ont traversés.

CHANSONS

- *Rame, rame, rame donc*
- *Un kilomètre à pied, traditionnel*
- Dominique Dimey, *Chanson pour un arbre*, album *Mes chansons pour la planète*

LIENS AVEC LES AUTRES FICHES

- Je marche, je nage, je vole, je rampe
- Jouer à la cachette avec l'art