



5 ASTUCES

POUR DÉVELOPPER LA CONNEXION À LA NATURE EN CONTEXTE DE CLASSE EXTÉRIEURE

1

ÉTABLIR DE PETITS RITUELS

Annoncez votre arrivée avant d'entrer dans un milieu naturel, marquez les changements de saisons (ex: par des histoires, dégustations, visites), enlacez un arbre pour vous recentrer et revenir au calme avant de rentrer, etc.

2

ÉVEILLER LES SENS

Sortez régulièrement en toutes saisons, encouragez les enfants à observer la Nature sous tous ses angles, à la toucher, la sentir, l'écouter et à l'occasion, la goûter (sous la supervision d'un adulte), faites des ateliers de pleine conscience en nature et pratiquez-vous à mettre des mots sur les émotions vécues.

3

STIMULER L'IMAGINATION

Racontez et inventez des histoires, contes et légendes en lien avec les saisons et les milieux naturels, encouragez les élèves à s'inspirer du milieu et de la Nature pour jouer et inventer, enrichissez le vocabulaire des jeunes sur la Nature, imaginez son passé, présent et futur...

4

CULTIVER LA GRATITUDE

Expliquez en quoi la Nature est généreuse en cadeaux (nourriture, eau, abris, médicaments, beauté, etc.) et en enseignements (ex : s'entraider, ne pas produire de déchets, s'adapter aux saisons, etc.), prenez le temps de dire merci à la Nature et démontrez-lui votre appréciation (ex: chansons), partagez ses cadeaux, etc.

5

PRENDRE SOIN DE SON MILIEU

Si la Nature prend soin de nous, comment pourrions-nous prendre soin d'elle ? Comment entretenir une relation de réciprocité avec la Nature? Quels sont nos droits et nos responsabilités face à elle? Soyez à l'écoute des idées des jeunes !