

LIVRET PÉDAGOGIQUE

# COMMENT LA NATURE NOUS FAIT DU BIEN

RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES DES JEUNES PAR DES ACTIVITÉS EN LIEN AVEC LA NATURE

RETOUR SUR  
L'EXPÉRIMENTATION  
MENÉE EN MILIEU  
SCOLAIRE  
2022 · 2024

# PRÉFACE

## Pour une éducation à la sensibilité



L'éducation à la santé, tout comme l'éducation à l'environnement, font partie de la sphère d'intervention des « éducations à » (la paix, la citoyenneté, la solidarité internationale, l'alimentation...). En ce sens, **elles traversent à la fois l'éducation formelle** de l'institution scolaire et universitaire, **l'éducation non formelle** de l'éducation populaire et de l'animation socioculturelle, et aussi **l'éducation informelle**, celle des parents, des groupes sociaux, du jeu spontané de l'enfant ou des compagnonnages autres que humains. Par les « éducations à » c'est **toute une société qui participe à l'éducation de ses enfants ou de sa nation**. Souvent elles se déploient dans des zones de friction et de tension car si elles émergent c'est que ses initiateurs perçoivent un manque dans l'éducation instituée. Transdisciplinaires, à forte dimension éthique, remettant souvent en question les valeurs dominantes d'une époque, les « éducations à » immiscent de la vie au sein des enseignements.

L'éducation à la santé et l'éducation à la nature **re-mettent des compétences essentielles au cœur de l'éducation, des compétences qui ne servent pas à apprendre à gagner sa vie, mais à vivre bien**. Les auteurs le spécifient dès l'introduction : « *véritables **compétences de vie permettant aux êtres humains de mieux vivre ensemble**, les compétences psychosociales favorisent aussi la compréhension des bienfaits engendrés par le contact avec la nature, le renforcement du sentiment d'attachement au monde du vivant et plus largement le développement des compétences pour*

*agir en faveur de la santé humaine et de celle des écosystèmes.* » Il n'y aura pas **de soin du climat si l'on n'installe pas un climat de soin**, diraient aussi la philosophe Cynthia Fleury et le designer Antoine Fenoglio<sup>(1)</sup>.

Pour ce faire, la voie essentielle est celle de **l'expérience de nature**. Faire classe dehors, vivre une classe de découverte, remettre du vivant dans la cour d'école, planter des arbres et des haies, créer un potager, fabriquer un refuge à oiseaux, un hôtel à insectes... comme il est relaté des projets, c'est entrer dans **l'apprentissage du double mouvement du soin à la terre et du soin à soi-même**. Cela demande du temps et de la répétition. La nature d'abord est étrangère, tant nos vies sont devenues urbaines, minérales, et détachées du vivant. Il faut apprivoiser la matière terre, souvent perçue comme sale, apprivoiser l'insecte, source de mille peurs, apprivoiser l'inconnu qui se cache derrière les arbres, derrière un talus, au fond de la forêt.

Il faut que le corps entre en mouvement, éveille ses sens, qu'il joue le rôle d'intermédiaire avec le vivant. Que le corps touche, sente, goutte, malaxe, observe, caresse, sans détruire... et réciproquement qu'il laisse venir à lui et qu'il accueille les frôlements, les chants, les cris, les formes, les couleurs, les textures, les mouvements de ce monde vivant. Les sens sont à l'entre-deux de la rencontre. Ils vont faire ce travail d'appropriation et de reconnaissance. **Le travail du pédagogue est de lentement autoriser ces rencontres, et de faciliter les mises en lien**, de faire passer le vivant de l'ombre à la lumière, de l'étrangeté au connu, de l'inexistant au compagnonnage existentiel. Tout ce monde inconnu révèle sa présence au fil des sorties et des expériences. L'attention alors s'accroît envers lui, et un cercle vertueux se met en place : je valorise ce à quoi je prête attention et je prête encore plus attention à ce que je valorise. Le champ de perception s'amplifie. L'enfant devient **sensible au moindre surgissement du vivant car il a appris à rendre intéressant ce qui surgit** (la fuite d'un oiseau, le bourdonnement d'une abeille, l'odeur de la terre, le son de la pluie sur un feuillage, le rouge vif du coquelicot...). Et lorsque **cette sensibilité est installée en soi, les gestes de respect et de soin deviennent spontanés car évidents**.

<sup>1</sup> Cynthia Fleury et Antoine Fenoglio, *Ce qui ne peut être volé. Charte du Verstohlen*. Tracts Gallimard, 2022, p. 11

Le philosophe Baptiste Morizot affirme que la chute du monde vivant en dehors du champ de l'attention collective et politique, en dehors du champ de l'important, provient d'une crise de la sensibilité dans notre société occidentale. «*Par crise de sensibilité, j'entends un appauvrissement de ce que nous pouvons sentir, percevoir, comprendre, et tisser comme relations à l'égard du vivant. Une réduction de la gamme d'affects, de percepts, de concepts et de pratiques nous reliant à lui*<sup>(2)</sup>. Si l'on donne toute sa place à **cette éducation du sensible, le vivant pénètre dans le champ de la conscience et des intérêts partagés**. Et en retour ce vivant nourrit nos besoins fondamentaux. Il nous offre toute la palette des relations que l'humain peut avoir avec lui : trouver de la ressource, du réconfort, des coins où se cacher et abriter ses peines, des coins où se poser et se reposer, des lieux où rencontrer le silence, des alliés pour jouer, de la beauté à contempler, de la curiosité à éveiller... **La nature devient bavarde en apprenant à l'écouter**.

En remettant l'éducation dans le plein vent du monde, nous transformons la posture de la séparation, qui domine nos rapports au vivant, en posture de connivence avec ses milieux, ses espèces, ses sujets, ses matières et ses éléments. Au-delà même de l'acquisition de compétences que l'on peut énoncer et inventorier, c'est **un**



La nature devient  
bavarde en apprenant  
à l'écouter.

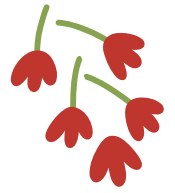
accompagnement à la formation de l'être-au-monde dans sa totalité qui est opérée. Au travers l'éveil de la sensibilité, la joie d'être vivant au milieu du vivant s'inscrit dans le corps et dans l'esprit. ■

Dominique Cottureau,  
Docteure en Sciences de l'éducation et de la formation

<sup>2</sup> Baptiste Morizot. *Manières d'être vivant. Enquêtes sur la vie à travers nous*. Actes sud, Babel, 2020, p. 21



# INTRODUCTION



Il est largement admis désormais que les activités humaines et nos modes de vie ont un impact sur les perturbations des écosystèmes, sur la diminution des espaces sauvages, sur la perte de la biodiversité, et sur les fluctuations climatiques. De nombreuses études scientifiques montrent que la **fréquentation régulière de nature est un facteur déterminant de la santé** pour une majorité de personnes.

Depuis plusieurs générations, le temps passé par les populations dans des espaces fermés et devant des écrans, en particulier chez les jeunes, augmente constamment, tandis que le temps de contact avec la nature diminue.

La santé physique, mentale et sociale des enfants et des adolescents en est altérée, par exemple : temps de sommeil et niveau d'activité physique en deçà des recommandations de santé publique ; augmentation des troubles de la vision, développement des situations de surpoids, des allergies, des troubles de l'attention, diminution du sentiment d'appartenance au monde vivant et naturel.

Des études montrent que **notre investissement dans la protection de la santé, de la nature et de la biodiversité est intimement lié à une meilleure connaissance des bénéfices que la nature nous apporte**. Il est aussi étroitement lié à des expériences émotionnelles fortes et positives vécues au contact de la nature, à l'émerveillement et à la gratitude, qui entraînent du plaisir, de la joie, de la fierté. Il est également associé à notre capacité à éprouver une grande variété d'émotions, à les nommer, à les comprendre et à les exprimer.

Afin de promouvoir l'engagement des jeunes vers plus de contact et d'attention à la nature et au vivant, des projets pédagogiques sont réalisés, par exemple **le développement de l'école du dehors, l'apprentissage en plein air, l'éducation à la nature et pour la santé**.

Cette éducation se fait par le développement de compétences cognitives, émotionnelles et sociales, réunies sous le terme général de compétences psychosociales. Véritables **compétences de vie** permettant aux êtres humains de mieux vivre ensemble, **les compétences psychosociales favorisent aussi la compréhension des bienfaits engendrés par le contact avec la nature, le renforcement du sentiment d'attachement au monde du vivant et plus largement le développement des compétences pour agir en faveur de la santé humaine et de celle des écosystèmes**. Les compétences écologiques quant à elles se traduisent par la connaissance et la conscience de son environnement.

## Un projet expérimental sur trois ans

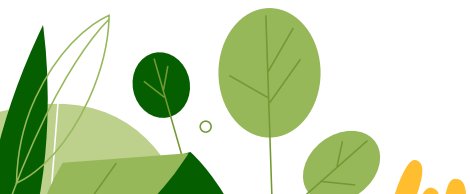
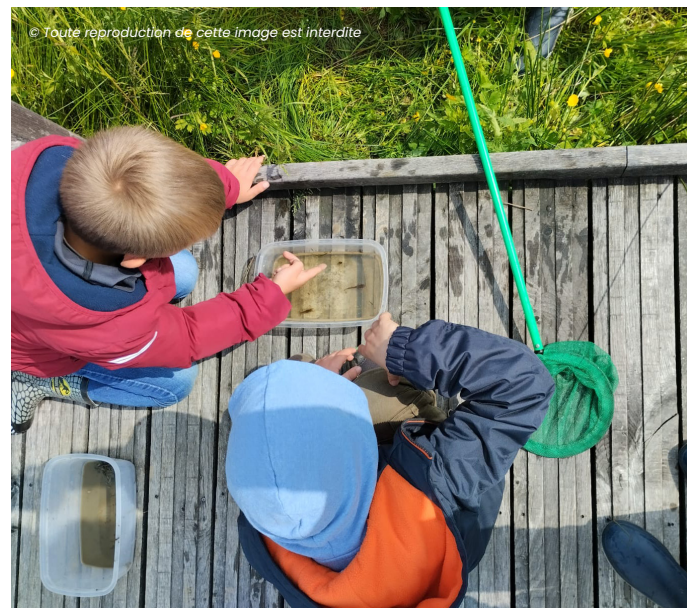
C'est ainsi que le Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne et l'association Promotion Santé Bretagne (anciennement IREPS Bretagne) se sont associés pour construire et coordonner un projet innovant « Comment la nature nous fait du bien » sur trois ans (2022-2024).

Il s'agit d'un projet expérimental de renforcement des compétences psychosociales des élèves par des actions pédagogiques en lien avec la nature et la biodiversité, réalisé dans le cadre des 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> Plans Régionaux Santé Environnement Bretagne (2017-2021 et 2022-2027), et associant sept établissements scolaires sur l'ensemble du territoire breton, de la maternelle au lycée.

Ce guide pédagogique présente les éléments contextuels du projet, les modalités de sa mise en œuvre, les activités pédagogiques réalisées et les ressources mobilisables.

Nous espérons que la capitalisation de ces expériences vous donnera envie, à votre tour, de réaliser avec vos publics enfants et jeunes, au sein de vos établissements scolaires ou dans le cadre d'activités périscolaires, **des activités pédagogiques dans la nature pour renforcer leurs compétences psychosociales et les accompagner vers une meilleure santé humaine et planétaire**.

Nous tenons à remercier vivement l'ensemble des parties prenantes de ce projet, pour leur soutien actif. ■



**Anne Vidy et Christophe Valnet, ingénieurs santé environnement à l'Agence régionale de santé Bretagne reviennent, dans le cadre du 4<sup>e</sup> Plan Régional de la Santé Environnement (PRSE 4), sur l'importance du lien santé et nature.**

L'environnement et la biodiversité sont des déterminants majeurs de notre santé. L'approche « One Health » (une seule santé) promeut en ce sens **la prise en compte intégrée de la santé des personnes, des animaux et des écosystèmes**, celles-ci étant étroitement liées et interdépendantes. Ainsi, les atteintes récurrentes aux écosystèmes et à la biodiversité, le changement climatique, participent à l'augmentation des maladies humaines, notamment infectieuses (via la propagation d'espèces végétales toxiques ou animales vectrices de pathogènes : moustiques, tiques...).

A l'inverse, la nature est aussi source de bienfaits pour la santé, du fait de la réduction des expositions aux stress environnementaux (pollution de l'air, chaleur...), l'opportunité d'activité physique, la restauration des capacités d'attention, la réduction de la pression artérielle et du stress, le bien-être, etc. Les recherches démontrent **les bénéfices de la classe dehors, tant sur la motivation des élèves et des professeurs que sur les résultats scolaires** : renforcement du langage, meilleure maîtrise des concepts en mathématiques et en sciences, meilleure capacité de communiquer, développement de la coopération au sein de la classe...

La prise de conscience de notre lien à la nature est **un préalable fondamental au développement de la conscience écologique** : de fait, les enfants en relation régulière avec la nature sont non seulement plus heureux, mais manifestent aussi davantage de comportements écoresponsables.

A ce titre, la promotion de l'impact positif de la nature sur la santé fait partie des priorités du plan régional santé environnement 4 breton (PRSE 4 2023-2027) qui a été adopté le 22 décembre 2023 par la Préfecture de région, l'Agence régionale de santé et le Conseil régional de Bretagne (axe 2, priorité 9, objectif 17). C'est dans ce cadre que ces institutions ont soutenu l'expérimentation « Comment la nature nous fait du bien » (2022-2024) co-portée par Promotion Santé Bretagne et le REEB et qui contribue à développer des actions d'éducation et de promotion de la santé favorisant le lien à la nature. ■



**PRSE 4**  
**BRETAGNE**  
4<sup>e</sup> Plan Régional Santé  
Environnement 2023-2027



Dans le cadre de cette expérimentation, une vidéo récapitulative présentant une partie des projets a été réalisée. Nous vous invitons à la découvrir en scannant ce QR code. De plus, tout au long de ce livret, vous aurez l'occasion d'explorer des vidéos dédiées à chaque établissement, mettant en lumière leurs initiatives spécifiques.

Bon visionnage !



# SOMMAIRE



## PARTIE 1

*Le contact avec la nature et la biodiversité est un facteur déterminant de la santé*

- Un constat documenté par la recherche scientifique : l'éloignement de l'environnement naturel s'accroît de génération en génération **8**
- La qualité de notre environnement naturel et son niveau de biodiversité sont des déterminants de la santé **8**
- Développer des compétences psychosociales pour agir favorablement sur sa santé et sur son environnement naturel **10**
- La collaboration de deux réseaux éducatifs : l'environnement et la santé **11**

## PARTIE 2

*Une expérimentation auprès de plusieurs établissements d'enseignement bretons*

- Les établissements d'enseignement engagés dans le projet et leurs accompagnants **12**
- Une expérimentation en plusieurs temps **17**

## PARTIE 3

*L'analyse des résultats de l'expérimentation*

- Les modalités de l'évaluation **18**
- Le retour des équipes pédagogiques **18**
- Le retour des accompagnants **20**
- Le retour des élèves **20**
- Le retour des parents **21**
- Les leviers de réussite, les difficultés rencontrées et les recommandations des participants au projet **22**

## PARTIE 4

*Les modalités pour construire et réaliser son projet pédagogique*

- Mettre en œuvre des critères de qualité relatifs au renforcement des compétences psychosociales **25**
- Prévoir un accompagnement par des éducateurs-rices en santé/environnement **26**
- Les points d'attention à la fréquentation de nature **26**
- Les points de vigilance communs aux activités pédagogiques dans la nature **26**



# PARTIE 5

## Les fiches pédagogiques

### LES FICHES D'ACTIVITÉS AVEC LES TOUT-PETITS

● Mon espace nature éducatif	30
● La chasse au trésor	31
● Un peu, beaucoup	32
● La chasse aux couleurs	33
● De 1 à 10	34
● Bingo nature	35
● Sorties nature	36

### LES FICHES D'ACTIVITÉS AVEC LES PLUS GRANDS

● Club écologique et potager pédagogique	38
● Marcher pour se rapprocher de soi, des autres et de la nature	40
● Interviews nature	42
● De la photosynthèse à la photographie	44
● Création d'un refuge LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux)	46
● Fabrication de maquettes de cabanes	48
● Recherche et trouve mon coin de nature	50
● Aménager les espaces extérieurs du lycée	51

### LES FICHES D'ACTIVITÉS TOUS NIVEAUX

● Faire classe ou école dehors	52
● La balade aux miroirs	54
● La cible sonore	56
● Végétalisation des espaces extérieurs	58
● Fabrication d'œuvres de land-art	60
● Réaliser des défis nature	62
● Le tableau végétal	64
● Percevoir la beauté de la nature	66
● L'arbre ami	68

## REMERCIEMENTS 70

## ANNEXES

● Ressources pédagogiques complémentaires	71
● Glossaire	72
● Exemples de questions pour échanger autour des compétences psychosociales	72
● Témoignage d'un enseignant	74

# PARTIE 1

## Le contact avec la nature et la biodiversité est un facteur déterminant de la santé

### UN CONSTAT DOCUMENTÉ PAR LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE : L'ÉLOIGNEMENT DE L'ENVIRONNEMENT NATUREL S'ACCENTUE DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION

Nos modes de vie sont de plus en plus urbains : en 1900, 10% de la population mondiale vivait en zone urbaine, contre 50% actuellement. On estime que **ce chiffre passera à 75% en 2050** ; 6,5 milliards de personnes vivront en ville, contre 3,3 actuellement<sup>(1)</sup>. En France, nous sommes 80% à vivre en zone urbaine, et 95% à vivre sous l'influence de la ville<sup>(2)</sup>. Nous passons près de **90% de notre temps dans des espaces fermés** : travail, école, logement, véhicule de transport, commerces, espaces de loisirs fermés... Nous passons en moyenne 32 heures par semaine devant les écrans, ce qui représente un tiers de notre temps éveillé<sup>(3)</sup>.

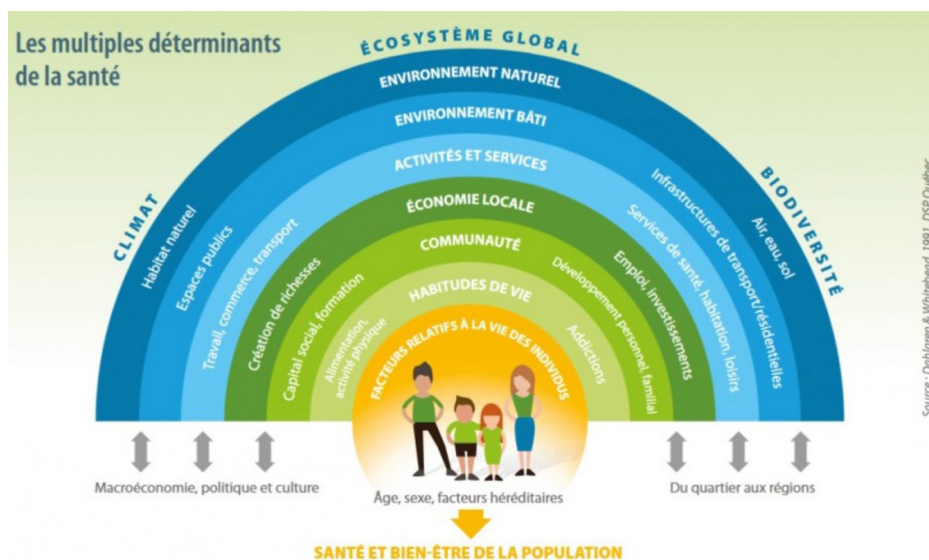
C'est ainsi que notre expérience de contact avec la nature diminue de génération en génération, entraînant ce que certains chercheurs nomment « **une amnésie environnementale générationnelle** »<sup>(4)</sup>. Le manque d'éducation, la diminution des occasions, la baisse du désir d'expérimenter librement, font qu'au moment de la construction de leur identité, les jeunes ont de moins en moins de contact avec la nature, et ont de moins en moins d'expériences libres et personnelles<sup>(5)</sup>. Or, avec une identité environnementale plus faible à l'âge adulte, le besoin de nature devient moindre et l'envie de prendre soin de soi par la nature, ainsi que le désir de protéger la nature et la biodiversité s'affaiblissent.

### LA QUALITÉ DE NOTRE ENVIRONNEMENT NATUREL ET SON NIVEAU DE BIODIVERSITÉ SONT DES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ :

La santé des individus et des populations est conditionnée par **un ensemble de facteurs appelés «déterminants de la santé»**, tel que l'indique le schéma ci-contre<sup>(6)</sup>.

Ces déterminants sont multiples : âge, sexe, hérédité ; habitudes de vie ; conditions de vie sociales et économiques ; qualité des liens sociaux, accès à l'emploi, aux loisirs, et aux services ; qualité de l'environnement bâti, qualité de l'environnement naturel et niveau de biodiversité ambiant.

Les facteurs environnementaux pèsent pour 20 à 25 % de l'état de santé de la population européenne<sup>(7)</sup>. Ces facteurs sont reliés et interagissent, ce qui explique que le fait de prendre soin de notre environnement naturel entraîne une meilleure santé et davantage de bien-être.



<sup>1</sup>INED - Institut National d'études démographiques

<sup>2</sup>INSEE 2020

<sup>3</sup>Ministère de l'Économie, des Finances et de l'Industrie et Ministère chargé du Budget et des Comptes publics

<sup>4</sup>Anne-Caroline Prévot, Chercheur CNRS au Centre d'écologie et des sciences de la conservation (CESCO) au Muséum national d'histoire naturelle - 2015

<sup>5</sup>Lisa Garnier, *Psychologie positive et écologie*, éditions Actes Sud 2019

<sup>6</sup>Dahlgreen et Whitehead, 1991

<sup>7</sup>Bureau Europe de l'Organisation mondiale de la Santé



Parmi les facteurs environnementaux, le contact régulier avec un espace de nature (entre 3 et 5 heures par semaine selon les dernières études scientifiques) améliore notre santé, cela est mesuré avec des indicateurs<sup>(8)</sup> :

- **Physiologiques** : baisse du taux de cortisol, augmentation de l'immunité, harmonisation du rythme cardiaque...
- **Psychiques** : hausse du sentiment de bien-être et d'estime de soi, baisse du sentiment de stress, meilleure régulation des émotions perturbatrices...
- **Sociaux** : hausse des comportements prosociaux, du niveau d'entraide et de solidarité, meilleure résolution de problèmes, hausse du niveau d'empathie...

En agissant de manière favorable sur notre environnement naturel, nous améliorons notre santé, celle de la collectivité et celle de notre écosystème : il s'agit là d'un cercle vertueux : **prendre soin de soi par la nature, prendre soin de la nature pour prendre soin de soi.**

Des chercheurs de l'Université Laurentienne au Canada ont décrit en 2024 un modèle holistique de la promotion de la santé, appelé « promotion de l'écosanté », qui fait apparaître les liens interactifs entre la santé et notre environnement naturel.

L'écosanté est une « approche systémique pour promouvoir la santé des personnes, des animaux et des écosystèmes dans le contexte des interactions sociales et écologiques. Elle met l'accent sur notre capacité d'agir et sur la pensée systémique pour promouvoir le bien-être et la qualité de vie. La participation à des activités récréatives en nature peut favoriser le développement personnel, les comportements prosociaux, le rétablissement de la santé mentale et la gestion de l'environnement. Elle favorise également la forme physique, le sentiment d'être en meilleure santé, l'acquisition de compétences, la confiance, l'autonomie et le renforcement de la spiritualité. La promotion de l'écosanté est le processus intentionnel qui consiste à aider les gens à utiliser leur bon vouloir (volonté) et leur volonté d'agir (action) pour prendre des décisions personnelles et penser systématiquement à améliorer leur propre santé et celle de l'écosystème ou du milieu environnant. Ainsi, en favorisant l'écosanté, on encourage les gens ou on leur enseigne à faire des choix et à adopter des comportements de manière à pratiquer délibérément le mieux-être. »<sup>(9)</sup>

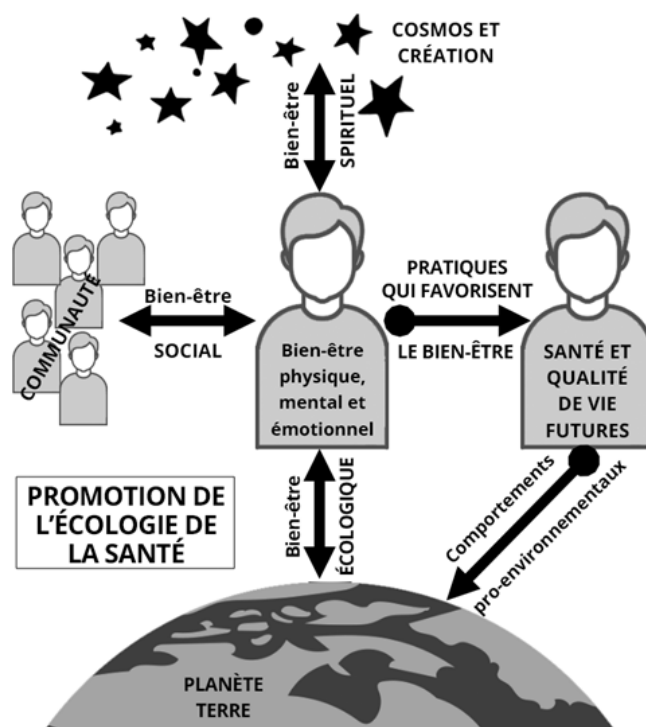


Illustration graphique du modèle holistique de promotion de l'écosanté  
Stephen D. Ritchie, Jonah D'Angelo, Ginette Michel, Jim Little et Sébastien Nault

L'ensemble des compétences citées par cette définition rejoint le champ des compétences psychosociales.

<sup>8</sup>Jordy Stefan, Laboratoire CRPCC-LESTIC, Université Bretagne Sud revue de littérature 2015

<sup>9</sup>Nouveau modèle holistique de promotion de l'écosanté (2024), par Stephen D. Ritchie, Jonah D'Angelo, Ginette Michel, Jim Little et Sébastien Nault

# DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES POUR AGIR FAVORABLEMENT SUR SA SANTÉ ET SUR SON ENVIRONNEMENT NATUREL



Pour atteindre un état de santé favorable, l'Organisation mondiale de la Santé préconise de **renforcer les compétences psychosociales des publics, en particulier les enfants et les jeunes**. Ce sont des compétences de vie qui permettent de **faire face efficacement aux situations et problèmes du quotidien**. Elles contribuent à **favoriser le bien-être mental, physique et social, la réussite éducative, l'insertion professionnelle, et à prévenir des comportements défavorables à la santé**. De nombreuses recherches ont démontré qu'elles pouvaient avoir des effets bénéfiques.

C'est pourquoi elles sont aujourd'hui intégrées aux politiques publiques éducatives relatives à l'enseignement, à la culture, à la jeunesse et aux sports, ainsi que dans le champ du travail social et dans celui du handicap, selon l'Instruction Interministérielle du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – 2022-2037.

L'agence Santé publique France a réactualisé en 2022 et mis à jour en 2025 **ces 17 compétences, réparties en trois blocs** (compétences cognitives, émotionnelles et sociales), selon le schéma ci-dessous. Le renforcement d'une ou de plusieurs compétences permet d'agir favorablement pour une meilleure santé de l'enfant ou de l'adolescent, dans des conditions qui sont décrites en partie 4 de ce document.



## LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Synthèse actualisée par Santé Publique France - 2022 - mise à jour en 2025

### COGNITIVES

#### RENFORCER SA CONSCIENCE DE SOI

- ✓ ACCROÎTRE SA CONNAISSANCE DE SOI ET SAVOIR PENSER DE FAÇON CRITIQUE
- ✓ CONNAÎTRE SES VALEURS, BESOINS ET BUTS ET PRENDRE DES DÉCISIONS CONSTRUCTIVES
- ✓ S'AUTO-ÉVALUER POSITIVEMENT
- ✓ RENFORCER SA PLEINE ATTENTION

#### RENFORCER SA MAÎTRISE DE SOI ET SON ACCOMPLISSEMENT

- ✓ ATTEINDRE SES BUTS PERSONNELS
- ✓ GÉRER SES IMPULSIONS
- ✓ RÉSOUDRE DES PROBLÈMES DE FAÇON CRÉATIVE ET EFFICACE ET SAVOIR DEMANDER DE L'AIDE



### ÉMOTIONNELLES

#### RENFORCER SA CONSCIENCE DES ÉMOTIONS

- ✓ COMPRENDRE LES ÉMOTIONS
- ✓ IDENTIFIER SES ÉMOTIONS

#### RÉGULER SES ÉMOTIONS ET SON STRESS

- ✓ EXPRIMER SES ÉMOTIONS DE FAÇON CONSTRUCTIVE
- ✓ RÉGULER SES ÉMOTIONS AGRÉABLES ET DÉSAGRÉABLES
- ✓ COMPRENDRE ET GÉRER SON STRESS



### SOCIALES

#### DÉVELOPPER DES RELATIONS CONSTRUCTIVES

- ✓ COMMUNIQUER DE FAÇON EFFICACE ET POSITIVE
- ✓ COMMUNIQUER DE FAÇON EMPATHIQUE
- ✓ DÉVELOPPER DES LIENS ET DES COMPORTEMENTS PROSOCIAUX

#### RÉSOLURE DES DIFFICULTÉS RELATIONNELLES

- ✓ S'AFFIRMER ET RÉSISTER À LA PRESSION SOCIALE PAR L'ASSERTIVITÉ ET LE REFUS
- ✓ RÉSOUDRE LES CONFLITS DE FAÇON CONSTRUCTIVE

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes

Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisée en 2021, [www.santepubliquefrance.fr](http://www.santepubliquefrance.fr)

#### Compétences psychosociales en promotion de la santé

[www.promotionsantebretagne.fr](http://www.promotionsantebretagne.fr) > onglet thématiques > compétences psychosociales

## LE PLAN RÉGIONAL SANTÉ ENVIRONNEMENT BRETAGNE EN SOUTIEN D'UN PROJET PARTENARIAL

Depuis 2004, les politiques publiques se sont saisies des liens entre la qualité de l'environnement et la santé, pour élaborer les Plans Nationaux Santé Environnement (PNSE). Leurs déclinaisons en régions (Plans Régionaux Santé Environnement – PRSE) et leurs mises à jour tous les 5 ans ont été inscrites dans le code de la santé publique. Ces plans permettent de donner un cap et des objectifs précis pour orienter les énergies et les financements publics vers des actions.

En Bretagne, le 4<sup>ème</sup> Plan Régional Santé Environnement 2023-2027 a été approuvé le 22 décembre 2023 par le Préfet de la Région Bretagne, le Président de la Région Bretagne et le Directeur général de l'Agence régionale de santé Bretagne. Il est le fruit d'un travail coopératif autour de grandes ambitions partagées et fédératrices :

- La protection de la santé en agissant sur les déterminants environnementaux,
- La prise en compte des impacts sanitaires et sociaux du changement climatique,
- Une approche unifiée autour du concept de « One Health », ou « Une seule santé », intégrant la santé humaine, la santé animale et la santé des écosystèmes,
- Et enfin la réduction des inégalités sociales, environnementales et territoriales.

Le PRSE 4 comporte 12 priorités et 24 objectifs dont la priorité 9 « **Faire connaître et promouvoir l'impact positif de la nature sur la santé** » et l'objectif 17 « **Développer les actions d'éducation et de promotion de la santé favorisant le lien avec la nature** », dans lesquels s'inscrit cette expérimentation.



© Toute reproduction de cette image est interdite

## LA COLLABORATION DE DEUX RÉSEAUX ÉDUCATIFS : L'ENVIRONNEMENT ET LA SANTÉ



Depuis 2012, les associations REEB (Réseau d'Education à l'Environnement en Bretagne) et Promotion Santé Bretagne (anciennement IREPS) œuvrent ensemble dans le champ de la santé environnement. Elles ont **organisé et animé conjointement plusieurs formations auprès des acteurs de la sphère éducative, sociale, médico-sociale et environnementale, afin de valoriser les liens entre la santé et l'environnement et de promouvoir les projets communs.**

De 2018 à 2020, ces deux réseaux ont porté une première expérimentation : « *Prendre soin de soi, des autres et de la terre – Éduquer à la santé environnementale dans les établissements d'enseignement professionnel* ».

Forts de ce contexte institutionnel et des enjeux de santé environnement sur le territoire breton, Promotion Santé Bretagne et le REEB ont décidé de collaborer à nouveau autour d'une nouvelle expérimentation « *Comment la nature nous fait du bien* » (2022-2024).

# PARTIE 2

## Une expérimentation auprès de plusieurs établissements d'enseignement bretons

L'expérimentation « Comment la nature nous fait du bien » s'est déroulée de septembre 2022 à juin 2024. L'objectif général de ce projet **était de construire, expérimenter et diffuser un programme d'activités pédagogiques de renforcement des compétences psychosociales des jeunes par l'action sur le déterminant « nature et biodiversité ».**

Un appel à manifestation d'intérêt, lancé au printemps 2022, a permis la sélection de sept établissements scolaires. Une attention particulière a été portée sur leur diversité (terre-mer, établissements privés-publics, de la maternelle au lycée, répartis sur les quatre départements bretons).

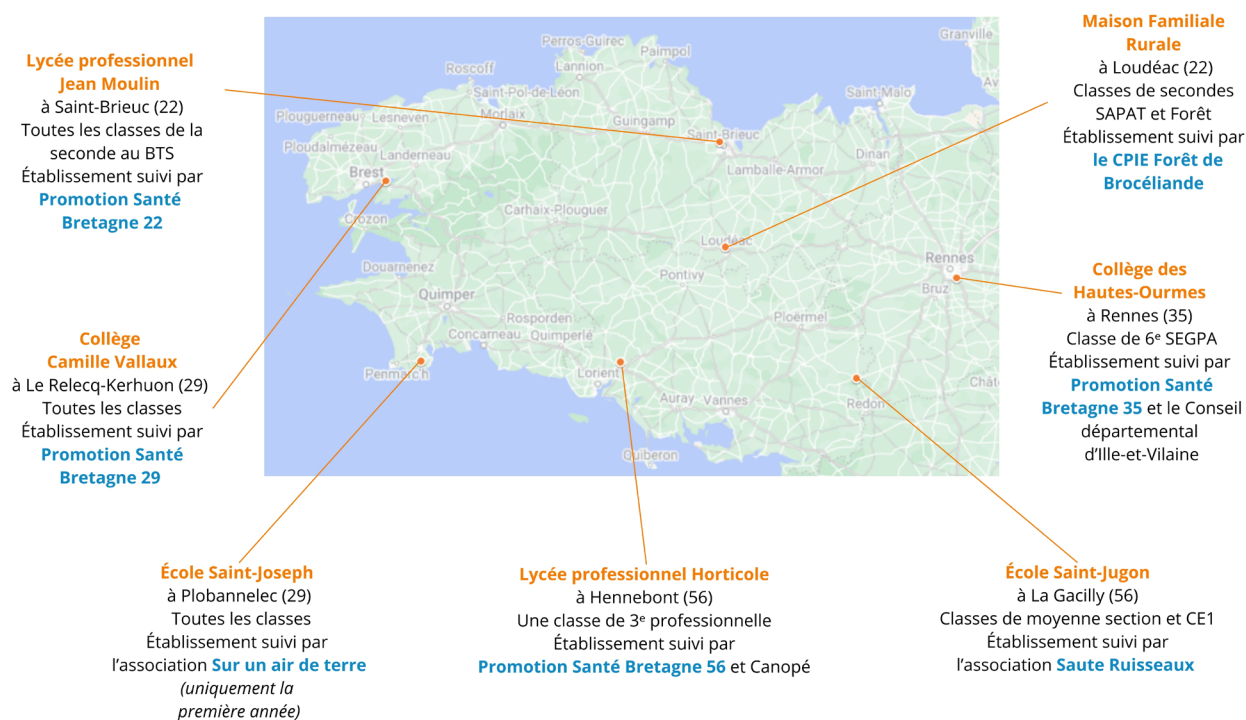
Les équipes pédagogiques ont ensuite construit et animé leur **propre programme d'activités pédagogiques** et ont **été accompagnées individuellement par un-e animateur-trice nature d'une structure d'éducation à l'environnement adhérente au REEB ou un-e chargé-e de mission de Promotion Santé Bretagne.**

Des temps de travail collectifs sous forme de **séminaires ont été réalisés régulièrement tout au long du projet afin de faciliter un processus de co-construction des actions** dans les établissements scolaires avec les équipes pédagogiques, les accompagnants et les coordinateurs du projet.

Tout au long de l'expérimentation, le REEB et Promotion Santé Bretagne ont été soutenus et accompagnés par un comité de pilotage composé :

- de l'État (la Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement – DREAL, et la Direction Régionale de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Forêts – DRAAF),
- de l'Agence régionale de santé Bretagne,
- de la Région Bretagne,
- des Conseils départementaux d'Ille-et-Vilaine et du Finistère
- de la Région Académique de Bretagne,
- des Directions Diocésaines de l'Enseignement Catholique (DDEC),
- de l'Union Régionale des CPIE (Centres Permanents d'Initiatives en Environnement),
- de l'association Eau et Rivières de Bretagne,
- de la Maison de la Consommation et de l'Environnement de Rennes (MCE),
- de l'association Bretagne Vivante.

### Cartographie des établissements scolaires et des accompagnants Expérimentation "Comment la nature nous fait du bien"



## Lycée professionnel public Jean Moulin - Saint-Brieuc (22)

Accompagné par l'association Promotion Santé Bretagne antenne 22 (et Atelier Canopé 22 sur la première année).



➡ **Niveau des élèves** : toutes les classes de la seconde au BTS

➡ **Enjeux spécifiques à l'établissement** : projet réalisé au sein de l'établissement dans un espace de travail spécifique et autour du lycée, avec un groupe d'élèves volontaires de tous niveaux

➡ **Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation** :

- Sensibilisation de l'équipe enseignante sur la pédagogie par la nature et les compétences psychosociales
- **Avec les jeunes** :
  - Développement de la classe dehors
  - Découverte de la biodiversité de proximité
  - Valorisation des espaces verts du lycée au service du bien-être des élèves : co-définition et co-construction des espaces de détente, des espaces de lecture et des espaces d'activités physiques

➡ **Compétences développées** :

**Compétences psychosociales** : gérer ses émotions, gérer son stress, avoir conscience de soi et des autres

**Compétences écologiques** : améliorer les connaissances sur la biodiversité locale, éveiller un intérêt pour la nature

➡ **fiche pédagogique associée** : Aménager les espaces extérieurs du lycée



## Lycée professionnel privé Maison Familiale Rurale - Loudéac (22)

Accompagné par le CPIE Forêt de Brocéliande

➡ **Niveau des élèves** : classes de première SAPAT (Service Aux Personnes et Aux Territoires) et Forêt

➡ **Enjeux spécifiques à l'établissement** : le projet était orienté vers le changement de comportement : actions durables, renforcement de l'estime de soi, se sentir concerné, modifier ses habitudes

➡ **Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation** :

**Avec l'équipe enseignante** :

- Faire évoluer les pratiques éducatives des enseignant-e-s (en production agricole notamment) vers des postures plus respectueuses de la nature

**Avec les jeunes** :

- Mise en place de rituels de détente dehors en début de journée
- Réaménagement et végétalisation des espaces extérieurs, création d'espaces extérieurs de détente/ressourcement
- Observer la biodiversité de proximité et comprendre son rôle dans l'environnement
- Sensibilisation à l'économie durable et à la production agricole respectueuse de l'environnement

➡ **Compétences développées** :

**Compétences psychosociales** : conscience de soi et des autres, gérer ses émotions et son stress, développer une pensée critique et créative

**Compétences écologiques** : développer les connaissances sur la biodiversité et son intérêt sur le tri sélectif, ouverture vers de nouvelles pratiques agricoles respectueuses de l'environnement, comprendre l'impact des activités humaines sur l'environnement et la santé, développer une éducation nutritionnelle

**Autres compétences** : se réapproprier son corps, développer la reliance au vivant

➡ **fiche pédagogique associée** : Création d'un refuge LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux)



## Collège public Camille Vallaux - Le Relecq-Kerhuon (29)

Accompagné par l'association Promotion Santé Bretagne antenne 29

⇒ Niveau des élèves : élèves volontaires de la 6<sup>e</sup> à la 3<sup>e</sup>

⇒ Enjeux spécifiques à l'établissement : label "E3D" (École en Démarche globale de Développement Durable) et Finistère collège durable

⇒ Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation :

- Mise en place d'un potager : participation à sa création, à son entretien, à la gestion de sa production
- Gestion de l'eau, découverte de la biodiversité, installation de nichoirs, ...
- Dessin du potager en collaboration avec l'agent de maintenance du collège (plan choisi : mandala)
- Travail de la parcelle : désherbage, préparation du sol / plantations et semis
- Entretien : arrosage, récolte, observation de la faune associée, implantation d'un collecteur d'eau de pluie, paillage avec les tontes

⇒ Compétences développées :

**Compétences psychosociales :** maîtrise de soi, mieux communiquer, prendre des décisions, résoudre des difficultés

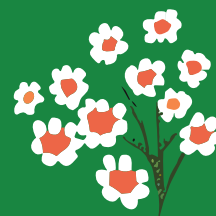
**Autres compétences :** développement de l'autonomie, capacité à s'organiser (savoir prioriser les tâches), développer le goût du travail en équipe, l'écoute, la curiosité, le respect des règles, la gestion du temps, le sens des responsabilités, l'adaptabilité au changement

**Compétences écologiques :** création d'un jardin potager, prise de conscience des saisons, du fonctionnement de la nature, rapport au temps, les enjeux du changement climatique

⇒ Fiche pédagogique associée : Club écologique et potager pédagogique

## École primaire privée Saint-Joseph - Plobannalec (29)

Accompagnée par l'association Sur Un Air de Terre (la première année)



⇒ Niveau des élèves : toutes les classes de l'école (de la très petite section au CM2)

⇒ Enjeux spécifiques à l'établissement : favoriser le bien-être à l'école des enfants et des adultes, végétaliser et aménager la cour pour favoriser la mixité (récréations bien-être et égalité des espaces de jeux filles-garçons)

⇒ Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation :

- Végétalisation de la cour d'école et création de zones de bien-être
- Découverte de l'environnement proche de l'école (milieux naturels variés)
- Découverte de la faune et de la flore : plantes aromatiques, plantes sauvages (comestibles, médicinales)
- Découverte du littoral : les dunes sensibles
- Classes de mer en grande section et CP

⇒ Compétences développées :

**Compétences psychosociales émotionnelles :** repérer, exprimer, réguler ses émotions puis dépasser ses peurs, ses appréhensions

**Compétences psychosociales sociales :** communiquer et développer des relations constructives (coopération, entraide, écoute de soi et des autres)

**Compétences écologiques :** Éveiller les sens des élèves, connaître la biodiversité, le milieu proche

⇒ Fiche pédagogique associée : Végétalisation des espaces extérieurs





## Collège public Les Hautes-Ourmes - Rennes (35)

Accompagné par l'association Promotion Santé Bretagne antenne 35 et le Département 35

➡ Niveau des élèves : classe de 6<sup>e</sup> SEGPA

➡ Enjeux spécifiques à l'établissement : le collège est classé réseau d'éducation prioritaire + (REP+) et référencé "école promotrice de la santé". L'idée est de lutter contre la sédentarité, l'omniprésence des écrans et le manque de culture écologique

➡ Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation : marches en pleine conscience pour découvrir et ressentir les bienfaits sur la santé et découvrir la nature de proximité puis de plus en plus loin du quartier (sorties à la mer et en forêt)

➡ Compétences développées :

**Compétences psychosociales cognitives** : avoir conscience de soi

**Compétences psychosociales émotionnelles** : avoir conscience de ses émotions et de son stress, et les réguler, avoir de l'empathie pour son environnement

**Compétences écologiques** : avoir conscience de son environnement, de son impact sur nous, et de notre impact sur lui, apprendre à observer le vivant, avoir conscience de la biodiversité, de son intérêt, de son impact sur nous, et de notre impact sur elle

➡ fiche pédagogique associée : Marcher pour se rapprocher de soi, des autres et de la nature



## École primaire privée Saint-Jugon - La Gacilly (56)

Accompagnée par l'association Saute Ruisseaux

➡ Niveau des élèves : une classe de moyenne section et une classe de CE1

➡ Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation :

- École dehors (sorties hebdomadaires dans la nature)
- Observation de la biodiversité et des changements de comportement des enfants à son contact
- Mise en place du jeu libre lors des récréations

➡ Compétences développées :

**Compétences psychosociales cognitives** : avoir conscience de soi, capacité de maîtrise de soi, prendre des décisions constructives

**Compétences psychosociales sociales** : développer des relations constructives, résoudre des difficultés

**Compétences psychosociales émotionnelles** : avoir conscience de ses émotions et de son stress et savoir les réguler

**Compétences écologiques** : reconnaître et nommer les espèces vivantes de proximité, comprendre l'impact des activités humaines sur leur évolution

➡ fiches pédagogiques associées :

- Sorties nature
- Faire classe ou école dehors



## Lycée professionnel public Horticole - Hennebont (56)

Accompagné par l'association Promotion Santé Bretagne antenne 56 (et l'Atelier Canopé 56 la première année)

➡ **Niveau des élèves** : classe de 3<sup>e</sup> professionnelle "Aménagement paysager"

➡ **Enjeux spécifiques à l'établissement** : donner l'envie de venir et d'étudier au lycée, favoriser l'expression des émotions, donner du sens. Le projet est réalisé sur le site du lycée et avec un espace de travail spécifique aux alentours de l'établissement scolaire (forêt)

➡ **Activités pédagogiques dans le cadre de l'expérimentation** :

- Débats mouvants sur le thème de l'écologie, la nature, la biodiversité
- Réalisation de photographies et films (par les élèves) sur le thème de l'arbre et des liens Hommes/Arbres
- Réalisation d'espaces de détente / refuge dans la nature de proximité
- Aménagement d'un espace extérieur semi-ouvert pour réaliser des activités pédagogiques
- Construction d'abris, cabanes
- Différentes expériences de reconnexion à la nature : observation de la faune, relaxation dans la nature...

➡ **Compétences développées** :

**Compétences psychosociales** : conscience de soi et des autres, empathie

**Compétences écologiques** : apprentissages sur le vivant, envisager des futurs possibles

➡ **Fiches pédagogiques associées** :

- Interviews nature
- De la photosynthèse à la photographie
- Fabrication de maquettes de cabanes
- Fabrication d'œuvres de land-art
- Réaliser des défis nature

En parallèle de cette expérimentation, les lauréats de l'appel à projet 2022/2023 "Éduquer à et dans la nature" financé par la DREAL Bretagne (Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement) ont été invités à s'associer au projet en participant notamment aux sessions d'accompagnement collectives (les séminaires).

Ainsi, **des établissements scolaires, accompagnés de cinq associations d'éducation à l'environnement ont été conviés**. Sans pour autant s'inscrire dans le cadre strict de l'expérimentation, ils ont pu bénéficier **des groupes de travail pour participer aux échanges et venir nourrir leur propre projet ainsi que ce projet expérimental**.

➡ **En Ille-et-Vilaine** :

- Lycée général privé René Cassin à Montfort-sur-Meu (en autonomie)
- École élémentaire publique Jean Rostand à Rennes, accompagnée pendant un an par l'association Aroéven (classes de maternelle)

➡ **Dans le Morbihan** :

- École primaire privée du Sacré-Cœur à Noyal-Muzillac, accompagnée par Maggie O'loghin
- École primaire publique Théodore Botrel à Loyat, accompagnée pendant un an par l'association Passeur de nature
- École Stanislas Poumet à Palais, accompagnée par le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement (CPIE) de Belle-Ile-En-Mer
- École publique Le Taureau Bleu et école privée Saint-Laurent à Concoret, avec le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement (CPIE) Forêt de Brocéliande

➡ **Dans les Côtes-d'Armor** :

- École publique Gabriel Lebras à Paimpol, accompagnée par l'association Bretagne Vivante

➡ **Dans le Finistère** :

- École publique Le Keramporiel à Concarneau, accompagnée par l'association Bretagne Vivante





## UNE EXPÉRIMENTATION EN PLUSIEURS TEMPS

Pendant l'année scolaire 2022-2023, les équipes pédagogiques et leurs accompagnants ont construit les programmes d'activités en lien avec la nature dans les établissements d'enseignement.

Pour cela, ils ont été sensibilisés de différentes façons :

- **Des séminaires d'accompagnement collectif** : tous les enseignant-e-s et éducateur-rices à l'environnement / chargé-e-s de mission santé engagés dans le projet étaient invités, par les structures co-porteuses de l'expérimentation (Promotion Santé Bretagne et le REEB), à se réunir sur une journée pour travailler collectivement les objectifs et des thématiques ciblées.
- **Un accompagnement individuel** : chaque équipe pédagogique engagée dans l'expérimentation était accompagnée par un-e éducateur-riche à l'environnement ou un chargé-e de mission santé. Ces binômes ont été créés au tout début du projet avec un critère géographique pour permettre à l'accompagnant de se rendre dans l'établissement scolaire pour aider à construire et à réaliser des séances avec l'enseignant-e.

Trois volets ont été abordés lors des temps de sensibilisation collective :

### 1. La compréhension des liens entre la nature et la santé

- Immersion pédagogique dans la nature et éveil des sens
- Partage de données scientifiques sur les liens entre la nature et la santé : les bienfaits, les conditions de mise en œuvre des activités, les limites et les contre-indications

### 2. La découverte du champ des compétences psychosociales et des principes d'intervention en promotion de la santé :

- Sensibilisation aux compétences psychosociales
- Sensibilisation à la démarche de participation active des élèves à la construction et à la réalisation des actions
- Sensibilisation aux inégalités de santé

### 3. La co-construction des programmes pédagogiques :

- Constitution des binômes/trinômes équipes éducatives / accompagnants
- Définition du rôle des accompagnants
- Co-construction des activités pédagogiques
- Élaboration d'une méthode d'évaluation
- Définition des modalités de capitalisation des expériences pédagogiques

## FOCUS SUR LE RÔLE DES ACCOMPAGNANTS MÉTHODOLOGIQUES

Les accompagnants ont une mission principale de **soutien méthodologique** aux équipes pédagogiques pour **la mise en œuvre des actions** dans les établissements, **de leur construction à leur réalisation**.

En fonction des besoins des établissements accompagnés, les accompagnants peuvent :

→ Renforcer **la sensibilisation des équipes éducatives sur les compétences psychosociales** ou les compétences écologiques

→ Les aider à **bâtir leur programme d'actions** à différentes étapes :

- Réalisation d'un diagnostic local et recueil de données utiles (par exemple, collecte d'informations sur les actions déjà mises en œuvre dans l'établissement, sur les autres professionnels déjà engagés sur l'éducation à la santé et/ou à la nature, sur les souhaits des élèves et des enseignant-e-s ...)
- Mise en lien des équipes éducatives avec d'autres professionnels ou bénévoles dans et hors de l'établissement
- Définition de modalités pratiques pour associer les élèves au projet et soutenir leur participation active
- Aide pour définir des objectifs clairs aux programmes éducatifs de chaque établissement
- Appui pour définir et prioriser les actions prévues
- Accompagnement pour trouver les moyens de la réalisation des actions : matériel, finances, intervenants extérieurs...
- Soutien pour définir des modalités d'évaluation des actions
- Les missions de chaque accompagnant sont définies sur mesure avec l'enseignant-e et chaque établissement, pour mieux répondre à leurs besoins.



Au cours de l'année scolaire 2023-2024, les équipes pédagogiques ont mis en œuvre leurs activités au sein des établissements scolaires, avec le soutien des accompagnants. Lors de cette expérimentation, environ **250 élèves ont participé à une ou plusieurs activités en lien avec la nature et avec le développement des compétences psychosociales**.

Une **évaluation qualitative** a été réalisée par une étudiante en santé publique de l'Université d'Aix-Marseille, en stage à Promotion Santé Bretagne.

# PARTIE 3

## L'analyse des résultats de cette expérimentation

Chaque établissement scolaire engagé dans l'expérimentation avait son propre projet et ses propres modalités. Ainsi, chacun des projets était unique (niveau scolaire différent, actions pédagogiques variées, diversité des compétences psychosociales travaillées). **La méthodologie de projet et l'accompagnement** par un-e éducateur-riche à l'environnement ou un-e chargé-e de mission en promotion de la santé sont **les facteurs communs à l'ensemble des projets menés** au sein des établissements scolaires.



Afin d'analyser cette pluralité d'actions, une **évaluation qualitative** a été réalisée, au troisième trimestre de l'année 2024, grâce à un recueil de données standardisé élaboré par Virginie Faucheur, étudiante en santé publique, en stage à Promotion Santé Bretagne.

Plusieurs modalités d'évaluation ont été proposées et réalisées dans les établissements porteurs de projets :

- Des **entretiens individuels et collectifs** semi-dirigés auprès des équipes pédagogiques, appuyés sur un guide d'entretien
- L'**observation d'une activité pédagogique** par établissement, à l'aide d'une grille d'observation
- Des **questionnaires** à destination **des parents**
- Deux **focus groupes semi-dirigés** auprès des accompagnants du projet (temps d'échanges collectifs)
- Un **entretien collectif** avec les coordinateurs du projet (REEB et Promotion Santé Bretagne)
- Une **prise de contact téléphonique et par mail**, auprès des établissements ayant répondu à l'appel à projet de la DREAL "Éduquer à et dans la nature" en 2022-2023.

Les participants à cette étude qualitative étaient :

- **14 membres des équipes pédagogiques** (6 établissements d'enseignement)
- **70 élèves** (5 activités observées)
- **10 accompagnants**
- **3 coordinateurs**
- **64 parents d'élèves**

## LES RETOURS DES ÉQUIPES PÉDAGOGIQUES SUR LE PROJET

Lors des différents échanges avec les équipes pédagogiques, plusieurs observations et constats ont été soulignés, permettant de mettre en lumière les notions stratégiques travaillées lors de cette expérimentation.



### UNE RECONNEXION À LA NATURE

Autant pour les enfants que pour les adultes, la reconnexion à la nature était un objectif et une notion importante dans chacun des projets. En amont de la réalisation de ces derniers, un travail sur la vision de la nature a été nécessaire. Il a permis de partager **collectivement des représentations de la nature**. Aussi, grâce à ce travail, les connaissances sur la faune, la flore et la découverte de la biodiversité ont pu être développées.



### LE LÂCHER PRISE

Très abordée par les équipes pédagogiques, **la notion de « lâcher prise »**, notamment sur **les objectifs pédagogiques et sur le déroulé de l'activité a permis de mener à bien les actions**, tout en continuant de poser le cadre (respect des uns et des autres...).





## SE LAISSER SURPRENDRE PAR LES ÉLÈVES

L'**adaptabilité des enfants et des jeunes** face aux sorties dans la nature a souvent étonné les enseignant-e-s. Ils ont témoigné que **chaque élève s'adaptait à son environnement propre et aux difficultés qu'il pouvait rencontrer**, tout en atteignant un objectif commun. L'enseignant-e pouvait imaginer un déroulement linéaire de l'activité mais il se rendait compte qu'au final, l'objectif était atteint d'une façon différente.

### UNE ÉVOLUTION DE LA POSTURE ÉDUCATIVE

Naturellement les enseignant-e-s changeaient de posture et se **positionnaient plutôt en tant qu'observateur ou partenaire** :



*Je pense que ma position a changé avec l'école dehors. Je suis plus dans la parole avec eux, dans la communication justement, sur leurs émotions, dans la classe aussi* - [Enseignante de cycle 2]

Ce changement de posture **favorisait la relation et les échanges entre enseignant-e-s-élèves à tous les niveaux** :

*C'est plus détendu, plus informel avec les élèves, c'est plutôt agréable* - [Enseignante en lycée]

*Ils se rendent bien compte que c'est un cours différent, où on peut échanger avec son prof et échanger entre élèves différemment et puis découvrir des choses* - [Enseignant au collège]



*Ce qui a été très important, ce sont les relations. Ça change le regard de nos relations avec les enfants. Par exemple, de voir la maîtresse mettre ses bottes, changer ses chaussettes, être sale elle aussi. On n'a pas la même posture dedans et dehors. Je trouve que ça donne plus de proximité, peut-être plus de respect aussi* - [Enseignante cycle 2]

### UNE AUTRE MANIÈRE D'ENSEIGNER

A tout âge, que ce soient les enfants ou les jeunes, ils aimaient le côté "jeu" dans les activités proposées :

*Ça nous rappelait l'époque des colos (rires), ils aiment bien jouer, ils sont contents et puis, ça les mobilise, ça fait travailler la mémoire* - [Enseignant en lycée]

Les règles étaient plus "souples" avec un sentiment agréable partagé «*Ça change, c'est plaisant*». Dans cette continuité, le côté "animateur" des accompagnants donnait de nouvelles perspectives aux enseignant-e-s dans la manière de transmettre et d'enseigner.



### UN EFFET BOULE DE NEIGE

Avec le «*bouche à oreille*», les élèves ou les enseignant-e-s, **communiquaient leur plaisir à aller dehors/faire cours dehors et donnaient envie aux autres enseignant-e-s.**

## LES RETOURS DES ACCOMPAGNANTS SUR LE PROJET

Des focus groupes (temps d'échanges collectifs) thématiques semi-directifs avec les accompagnants (éducateur-riche-s à l'environnement ou chargé-e de mission santé) ont permis de souligner les notions stratégiques et la posture de l'accompagnant.

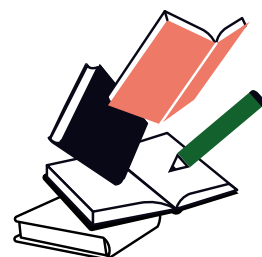


### LA MÉTHODOLOGIE DE PROJET

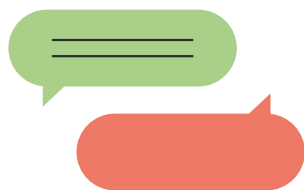
Pour l'accompagnant, il s'agit de **mettre ses compétences au service des besoins de l'établissement scolaire accompagné**. En **recentrant, orientant et suivant le projet**, l'accompagnant permet de **faire le lien et d'assurer la continuité entre le projet et ses objectifs**.

### LA POSTURE DE L'ACCOMPAGNANT

En apportant ses compétences de terrain, l'accompagnant est **une personne ressource disposant d'une expertise** (nature ou santé) et **de connaissances**. Le regard extérieur de l'accompagnant est souvent souligné comme nécessaire pour **conserver la ligne directrice du projet et proposer des activités et outils pédagogiques complémentaires**. Aussi, la nécessité d'une **relation de confiance entre les binômes** (enseignant-e et accompagnant) a plusieurs fois été citée pour permettre **le bon déroulement du projet et conserver la motivation sur la période donnée**. De plus, il a été précisé que l'accompagnant doit s'adapter au contexte de la classe et à la dynamique de groupe pour construire une culture commune tout au long du projet.



### LA COMMUNICATION ENTRE LES BINÔMES



La mise en place **d'outils de communication entre les accompagnants et les équipes pédagogiques s'est avérée être un levier pour faciliter les échanges**. Par le biais de padlets ou l'utilisation d'une plateforme d'échange de données internes à l'établissement, **les outils numériques facilitent la communication et l'échange de ressources** entre les membres. La régularité des échanges, adaptés aux besoins de l'établissement accompagné, permet une réflexivité collective.

## LES RETOURS DES ÉLÈVES SUR LE PROJET

### UN SENTIMENT DE LIBERTÉ

Les jeunes partagent également ce sentiment de liberté dans la nature, ce « lâcher prise » et un souhait de renouveler certaines activités.

*Ça aère l'esprit - [Lycéenne]*

*Je me sens libre, et en fait, quand on est dans la nature, on ne pense pas forcément au monde extérieur, on pense surtout à notre personne [...] C'est comme si la nature était avec nous [...] On se sent bien, car la nature ne peut pas nous juger, ni dire quoi que ce soit de mal ou de négatif. Elle peut nous écouter et en retour on peut la remercier - [Lycéenne]*

## UNE MOTIVATION PROGRESSIVE

La motivation s'installait quand le projet devenait plus concret.



*Au début j'étais un peu réticent  
mais à la fin ça allait, c'était mieux -*  
[Lycéen]

*J'ai appris qu'au final j'aimais la nature, puisqu'avant je  
restais toujours enfermée sur mon téléphone, alors que  
depuis qu'on a fait le projet, j'ai envie de sortir, de prendre  
l'air, d'aller voir d'autres choses -* [Lycéenne]

## UNE VOLONTÉ DE POURSUIVRE LES ACTIVITÉS

Lors des entretiens, les élèves se sont montrés particulièrement **enthousiastes à poursuivre les projets initiés et à recommencer certaines activités**, notamment celles de construction en groupe (faire des cabanes, des nichoirs...), des marches et des sorties nature.

## LES RETOURS DES PARENTS SUR LE PROJET

4 établissements sur 7 ont obtenu des retours de parents. Avec un total de 64 questionnaires remplis, 39 proviennent du même établissement scolaire. Par conséquent, nous ne pouvons pas conclure à une représentativité pour la globalité du projet, mais il est intéressant d'observer les retours de manière qualitative. Dans ce questionnaire, les parents ont été interrogés sur la perception des activités vécues et sur l'évolution des émotions de leurs enfants.

### DES PARENTS MAJORITAIREMENT INFORMÉS DU PROJET

Dans deux établissements (écoles du premier degré), la quasi-totalité des parents étaient informés et la quasi-totalité des élèves parlaient des séances à leurs parents. Pour les deux autres établissements (collèges), un tiers des parents étaient informés et la moitié des élèves parlaient des activités à leurs parents.



### UNE AMÉLIORATION DES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

L'utilité du projet était ressentie comme plus importante par les parents des plus petits et moins par les parents des plus grands. Bien qu'ayant plus de difficulté à répondre à la question, les parents des plus petits ont presque tous indiqué que leur enfant montrait du bien-être dans la nature. En majorité, les parents ont noté **une amélioration dans la gestion et la régulation des compétences psychosociales de leurs enfants** (colère, peur, appréhension).

### UNE RECONNEXION À LA NATURE

Pour la majorité des parents, leur enfant/jeune a été «*capable d'être plus attentif à son environnement naturel*». Aussi, la **curiosité, la découverte**, avec une approche différente d'apprentissage, se retrouvaient dans les commentaires des parents. Il y avait même **des encouragements à continuer le projet** et des **remerciements à l'équipe pédagogique**.

Les parents ont notifié que leur enfant/jeune montrait un «*mieux-être en contact de la nature*», que «*cela lui permet d'être au contact de la nature, de se détendre et d'apprendre autrement*». Le projet a aussi **permis à plusieurs parents d'«aimer la nature» à leur tour**.



## LES LEVIERS DE RÉUSSITE DES ACTIONS ET LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

Au cours des entretiens avec les équipes pédagogiques, certains leviers et difficultés ont été identifiés concernant cette expérimentation :

### → LES LEVIERS

#### DES CONVICTIONS PERSONNELLES

Plusieurs enseignant-e-s ont exprimé **des motivations personnelles et une sensibilité à la nature** qui ont permis leur engagement dans le projet.

#### LA COMMUNICATION DU PROJET DANS L'ÉTABLISSEMENT

Les équipes pédagogiques ont essayé **d'associer les différents professionnels** de l'établissement à **adhérer, contribuer et participer aux projets**. Tous les acteurs susceptibles d'intervenir participaient au **développement d'une culture commune** et à **l'amélioration du climat scolaire** :

*Par exemple, le jardinier, c'est vraiment important qu'il soit au courant, qu'on l'informe de tout ce qui existe, qu'on l'associe, qu'on le rassure* - [Enseignante en lycée]



#### ÊTRE ACCOMPAGNÉ PAR UNE STRUCTURE

« On n'était pas seuls ». Unaniment apprécié, l'accompagnement était décrit comme **important dans chaque étape du projet**, selon la totalité des interrogés. Notamment pour la complémentarité des compétences entre les accompagnants et les établissements.

*Ça nous a vraiment aidé à ne pas lâcher* - [Enseignant de collège]

Les activités proposées par l'accompagnant aidaient à la reconduction des activités par les enseignant-e-s. D'ailleurs, **des moyens de communication ont été mis en place par les coordinateurs du projet pour faciliter les échanges**, notamment via une plateforme ou un padlet, pour y déposer des fiches pédagogiques, photos, ressources bibliographiques, etc. Pour certains, **une présentation du projet et des objectifs a été faite aux parents, avec l'accompagnant, lors d'une réunion de rentrée**.

Dans le cadre de cette expérimentation, l'accompagnement annuel moyen était de 5 à 6 jours par établissement scolaire (temps collectifs de séminaire et accompagnement individuel confondus). D'après le retour des enseignant-e-s et des accompagnants, il semblerait important de renforcer cet accompagnement et idéalement de tendre vers une dizaine de jours par établissement scolaire par année scolaire.

#### MOBILISER LES ÉLÈVES DANS LA CONSTRUCTION DU PROJET

**La participation des élèves dans la construction et la réalisation du projet était motrice**. Ce critère variait selon l'âge des élèves : les plus âgés étaient plus en autonomie pour proposer des idées et les confronter avec celles des enseignant-e-s. Beaucoup d'établissements ont permis un degré de participation plutôt élevé dans les actions.

## → LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES PAR LES ÉQUIPES PÉDAGOGIQUES



### APPRÉHENSION DES ENFANTS/JEUNES

Il y a des élèves qui ont peur, parce qu'ils ne connaissent pas la nature. Ou encore, des jeunes qui craignent de se salir, d'avoir froid, de se mouiller, qui ont peur des insectes, etc.

### LE NOMBRE D'ÉLÈVES PAR CLASSE

Pour l'école dehors, la concentration était plus difficile à mobiliser en grand groupe. Certains établissements ont proposé des **activités en petits groupes**.

### LA MISE EN PLACE DU PROJET

Le début du projet et la construction méthodologique a semblé long, avec un questionnement sur l'intérêt pour les élèves :

*Enfinement, on est contents à la fin* - [Enseignant de collège]

### LA COMPLEXITÉ DE L'ÉVALUATION DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

La réalisation de l'évaluation a été difficile pour les équipes pédagogiques, ainsi que pour les accompagnants. Notamment le suivi rigoureux des compétences psychosociales, en espérant un impact à long terme :

*On a réussi à tenir [le projet]. On en est presque fiers d'avoir tenu, parce que je pense que ce sont des compétences difficiles à travailler. C'est plus simple d'enseigner que 2+2 font 4 que d'enseigner un comportement* -  
[Enseignant de collège]



# LES RECOMMANDATIONS ET CONSTATS DES ÉQUIPES ÉDUCATIVES POUR UNE RECONDUCTION DES ACTIONS PÉDAGOGIQUES



## DANS LA CONSTRUCTION DU PROJET

- ⇒ Être motivé et animé par la thématique nature
- ⇒ "Ne pas voir trop grand", faire simple, se focaliser sur 1 ou 2 objectifs
- ⇒ Privilégier les demi-groupes
- ⇒ Se former sur les compétences psychosociales
- ⇒ Être accompagné par un acteur de l'éducation pour la santé et/ou un acteur de l'éducation à l'environnement



## DANS LES ACTIONS MISES EN PLACE

- ⇒ Prévoir du matériel pour améliorer le confort (protection des vêtements, mobilier : chaises, support pour prise de note, bâche, coffre de stockage...)
- ⇒ Être vigilant à la météo et prévoir "un plan B"
- ⇒ Les activités demandent une préparation en amont ; "ça ne s'improvise pas"
- ⇒ Prendre en compte la participation active des élèves

## UN SENTIMENT DE BIEN-ÊTRE PARTAGÉ

Ressenti par les élèves et par les enseignant-e-s, un sentiment de bien-être était régulièrement exprimé, surtout de la part des élèves avec un cadre plus souple. Quelques exceptions chez les élèves qui ont peur de se salir et de se confronter au "manque de confort" dehors.

## LES ÉQUIPES PÉDAGOGIQUES VOUS ENCOURAGENT

Les enseignant-e-s prennent la parole pour encourager leurs futurs collègues intéressés :



***Il faut vraiment oser sortir, ça fait peur au début et une fois qu'on l'a fait une fois, deux fois, on ne peut plus s'en passer*** - [Enseignante de maternelle]

***Il faut expérimenter pour apprendre***  
- [Enseignante en lycée]

***On est un peu comme des élèves aussi, on apprécie de sentir l'air qui passe, d'entendre un oiseau. On est comme eux parce qu'on est aussi enfermés dans les salles de classe toute la journée*** - [Enseignante en lycée]

## UN SOUTIEN IMPORTANT : L'ACCOMPAGNEMENT

L'un des avantages de l'accompagnement était la complémentarité des rôles enseignant / accompagnant. Un équilibre permettant la construction d'un projet adapté à leur besoin.

Aussi, par le biais de ces actions pédagogiques, les **compétences écologiques sont grandissantes**. Elles correspondent à un ensemble de connaissances sur **un environnement naturel favorisant une connexion à la nature**, telles que le jardinage, le vocabulaire de la biodiversité, de la faune et de la flore. D'autres évolutions ont été observées chez plusieurs élèves :

- Être plus attentif à son environnement naturel
- Exprimer du bien-être à participer aux activités dehors
- Demander à aller dehors plus souvent
- Échanger plus facilement avec les parents
- Mieux faire les devoirs
- Passer moins de temps sur le téléphone portable





# PARTIE 4

## Les modalités pour construire et réaliser son projet pédagogique

### METTRE EN ŒUVRE DES CRITÈRES DE QUALITÉ RELATIFS AU RENFORCEMENT DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Un projet de renforcement des compétences psychosociales reconnu comme efficace doit répondre à un certain nombre de critères définis dans le référentiel de Santé Publique France en 2022.



#### DES COMPÉTENCES COGNITIVES, ÉMOTIONNELLES ET SOCIALES DES JEUNES

- Pour cela, des temps formels et structurés sont animés avec les élèves pour échanger autour des compétences ; ils découvrent la ou les compétences, ils s'expriment sur ce qu'ils en pensent, sur comment ils la ou les vivent au quotidien, sur ce qui est difficile pour eux, sur ce qui peut les aider.
- Avant ou après une animation, il y a un temps d'échanges avec les élèves sur ce qui s'est passé en lien avec les compétences choisies. Le temps « après » est essentiel pour conscientiser et ancrer dans la mémoire les bienfaits et les apports des animations.

Des exemples de questions et d'outils d'animation sont proposés dans l'annexe "Exemples de questions pour échanger autour des compétences".

#### LES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES SE SONT APPUYÉES SUR DES MÉTHODES INTERACTIVES ET EXPÉRIENTIELLES

- Le projet est bien expliqué aux élèves dès sa mise en œuvre, on s'assure qu'il a été bien compris,
- Il est construit et animé à partir des représentations et des connaissances que les élèves ont sur les compétences psychosociales et sur la nature,
- Il favorise la participation des élèves aux activités ; celles-ci sont proposées et mises en œuvre par les élèves et par les enseignant·e·s,
- Les méthodes d'animation sont interactives ; elles favorisent les échanges, les expériences, les découvertes, la créativité, les mises en situation,
- Les animations sont répétées tout au long de l'année scolaire à un rythme régulier et identifié (ex : un mardi midi toutes les deux semaines).

#### L'ENVIRONNEMENT ÉDUCATIF EST SOUTENANT

- Le projet est porté par plusieurs personnes de l'équipe éducative,
- Cette équipe opérationnelle est sensibilisée sur les compétences psychosociales et écologiques,
- La direction soutient clairement le projet et lui donne les moyens de sa réalisation,
- Les autres professionnels de l'établissement sont informés du projet et peuvent s'y associer lors de sa réalisation,
- Les parents sont informés du projet, voire associés quand c'est possible,
- L'équipe opérationnelle a repéré des personnes / structures ressources internes et/ou externes qui pouvant l'aider à cheminer.

#### IL Y A EU UN APPORT DE CONNAISSANCES ACTUALISÉES EN LIEN AVEC LES THÉMATIQUES ABORDÉES

- Les compétences psychosociales et les compétences écologiques abordées sont bien expliquées,
- On s'assure que les élèves ont bien compris de quoi il est question.

#### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

##### Les compétences psychosociales : un levier pour éduquer à la santé-environnement

Fiche disponible en ligne : [agir-ese.org/methode/les-competences-psychosociales-un-levier-pour-eduquer-la-sante-environnement](http://agir-ese.org/methode/les-competences-psychosociales-un-levier-pour-eduquer-la-sante-environnement)



##### La participation en promotion de la santé : par où commencer ?

Plaquette disponible en ligne : [www.promotionsantebretagne.fr](http://www.promotionsantebretagne.fr)

## PRÉVOIR UN ACCOMPAGNEMENT PAR DES ÉDUCATEURS-RICES EN SANTÉ/ENVIRONNEMENT

### LE RÉSEAU D'ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT EN BRETAGNE (REEB)

Les éducateur-ric-e-s à environnement rattachés au REEB peuvent accompagner les questions liées à la biodiversité, la nature, les écosystèmes ainsi que les animations pédagogiques avec les enfants et les jeunes. Au quotidien, aux côtés des enseignant-e-s, ils accompagnent des établissements scolaires à mettre en œuvre des projets autour du lien à la nature tels que l'école dehors, les aires éducatives, la végétalisation de cours d'école...



Pour trouver un-e éducateur-ric-e en environnement près de chez vous : [www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)

### PROMOTION SANTÉ BRETAGNE

Les chargé-e-s de projets de l'association Promotion Santé Bretagne peuvent accompagner la structuration des projets en apportant conseil et accompagnement dans la durée pour la mise en place de chaque étape, la sensibilisation des équipes éducatives aux compétences psychosociales, la recherche d'intervenants et de moyens matériels, et les animations avec les jeunes, en lien avec la santé et les compétences psychosociales.



Pour trouver un-e chargé-e de projets en promotion de la santé près de chez vous : [www.promotion-sante-bretagne.org](http://www.promotion-sante-bretagne.org)

## LES POINTS D'ATTENTION À LA FRÉQUENTATION DE NATURE

Les activités en pleine nature ne conviennent pas à tous les élèves, pour diverses raisons. C'est pourquoi la **phase initiale de recueil des représentations sur leur lien à la nature est essentielle avant de sortir**. Ces appréhensions sont propres à chacun et leur intensité est variable d'une personne à l'autre. Certaines peuvent être dépassées, d'autres non. Les peurs les plus courantes sont **celles de se salir, d'être confronté à un danger animal ou végétal, de se retrouver seul et perdu**.

Certaines activités ne conviennent pas à tous les enfants ou les jeunes, en particulier ceux ou celles qui sont en **mauvaise santé** le jour de la sortie, ou **qui ont un traitement médical pouvant interagir avec les activités, qui se sentent limités dans leur corps, ou qui sont en situation de mal-être prononcé.**<sup>(1)</sup>

## LES POINTS DE VIGILANCE COMMUNS AUX ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES DANS LA NATURE

### PRÉCAUTIONS POUR LES PUBLICS

- Identifier les enfants à risques allergiques
- Repérer les lieux d'activité avant de s'y rendre avec le groupe
- Identifier les dangers potentiels au niveau topographique : plans d'eau, ravins, routes fréquentées, luminosité, et avoir une carte IGN si besoin
- Faire un point météo avant de partir
- Vérifier l'accessibilité des sentiers pour l'ensemble des participants
- Veiller à un nombre suffisant d'animateurs
- Vérifier l'accessibilité de l'eau si nécessaire sur la durée de l'activité – ne pas boire l'eau à disposition dans la nature
- Éviter les zones et les périodes de chasse
- Se protéger contre les risques liés aux animaux
- Bien se couvrir les jambes et les bras pour éviter les piqûres de tiques, d'insectes
- Prévoir une petite trousse d'urgence
- Être joignable
- Communiquer le lieu de la sortie et la durée à une tierce personne
- Prévenir le risque solaire en couvrant ou protégeant les parties du corps exposées
- Prévoir une tenue adaptée aux conditions météorologiques du moment

<sup>1</sup> Stephen D. Ritchie, Jonah D'Angelo, Ginette Michel, Jim Little et Sébastien Nault : <https://ecampusontario.pressbooks.pub/lapprentissageenpleinairaucanada/chapter/nouveau-modele-holistique-de-promotion-de-lecosante/>



## PRÉCAUTIONS À L'ÉGARD DE LA NATURE

Quelques précautions peuvent être apportées au groupe au cours de la sortie quant au respect de la nature durant l'activité :

- **La cueillette de plantes, fruits et champignons** : de nombreuses espèces végétales sont protégées, ou peuvent être toxiques par contact ou ingestion. Les cueillettes doivent rester modérées et concerner des espèces rustiques et ne doivent pas être pratiquées dans les espaces naturels protégés. Attention aux poisons et allergies : champignons, plantes sauvages inconnues ou faux amis...
- **Bruits** : le respect de la tranquillité de la nature est nécessaire à certaines fonctions vitales des animaux, dont leur reproduction. De plus, la tranquillité favorise l'observation de la faune.
- **Risques d'incendies** : éviter de faire du feu. Si vous prévoyez d'allumer un feu, informez-vous sur les arrêtés préfectoraux régulant les autorisations de faire du feu. Pour les fumeurs, ne jetez pas vos mégots par terre.
- **Déchets** : proscrire le jet de déchets dans la nature, prévoir des sacs poubelles, limiter la production de déchets lors des repas.

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

- **Où sortir ? - Avant : j'organise ma classe dehors - reseau-canope.fr**

[www.reseau-canope.fr/faire-classe-dehors/les-essentiels-pour-faire-classe-dehors/avant-jorganise-ma-classe-dehors/ou-sortir.html](http://www.reseau-canope.fr/faire-classe-dehors/les-essentiels-pour-faire-classe-dehors/avant-jorganise-ma-classe-dehors/ou-sortir.html)

- **Se protéger du soleil - Ameli.fr**

[www.ameli.fr/assure/sante/themes/coup-soleil/prevention](http://www.ameli.fr/assure/sante/themes/coup-soleil/prevention)

- **Bien se protéger du froid - Ameli.fr**

[www.ameli.fr/assure/sante/themes/froid-pathologies-sante/savoir-protoger-froid](http://www.ameli.fr/assure/sante/themes/froid-pathologies-sante/savoir-protoger-froid)

- **La santé à tout âge - Santepubliquefrance.fr**

[www.santepubliquefrance.fr/la-sante-a-tout-age/la-sante-a-tout-age](http://www.santepubliquefrance.fr/la-sante-a-tout-age/la-sante-a-tout-age)

- **Les conseils de prudence, la tactique anti-tiques**

[www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/tiques\\_brochure.pdf](http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/tiques_brochure.pdf)



© Toute reproduction de cette image est interdite



# PARTIE 5



## Les fiches pédagogiques

Cette partie présente des fiches d'activités pédagogiques réalisées par les équipes éducatives participant au projet, et d'autres conçues par les coordinateurs du projet.

Elles sont classées en fonction de l'âge du public :

-  LES FICHES D'ACTIVITÉS AVEC LES TOUT-PETITS
-  LES FICHES D'ACTIVITÉS AVEC LES PLUS GRANDS
-  LES FICHES D'ACTIVITÉS TOUS NIVEAUX



Les compétences psychosociales citées dans les activités ne sont pas exhaustives ; il s'agit de celles qui ont été travaillées par les équipes éducatives, et d'autres qui ont été observées pendant et à l'issue des travaux avec les élèves.

Il est tout à fait possible de choisir de se centrer sur une compétence psychosociale lors de l'activité, même si elle n'est pas citée dans le descriptif.

Pour vous aider dans la réalisation des activités, nous avons indiqué sur les fiches **une proposition de déroulé, l'indication des moyens nécessaires et des points de vigilance.**



Il est aussi possible de joindre les auteurs des fiches d'activités ; leurs coordonnées sont indiquées sur les fiches.



Des **ressources « pour aller plus loin »** sont proposées et vous permettront **d'approfondir les sujets abordés, de trouver des ressources complémentaires** ainsi que **des idées pour de nouvelles activités.**

Vous trouverez dans la partie « Annexes » un récapitulatif des ressources proposées.



# FICHES PÉDAGOGIQUES





# MON ESPACE NATURE ÉDUCATIF



## Objectifs

- Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
- Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre
- Instaurer des règles spécifiques aux temps de classe nature
- Poser des rituels lors de ces sorties



## Public concerné

Enfants de maternelle



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Prendre des décisions constructives
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives



## Durée de l'action

1h30

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

Avant de commencer, une présentation du projet sera faite aux enfants et à leurs parents. L'objectif principal de cette séance est **de lancer le projet de classe nature**, un moment privilégié pour **éveiller la curiosité des enfants face à la richesse de la nature qui les entoure**.

Ensuite, l'idée est d'expliquer aux enfants que **ce projet vise à partir à la découverte de la nature dans le cadre de la classe nature**. Il faut alors présenter les limites et les règles associées.

### Déroulement de la séance

La découverte commence par une balade autour du lieu, conçue pour **éveiller les sens des enfants et leur permettre d'interagir directement avec la nature** :

- Ouïe : fermer les yeux et écouter / identifier les différents bruits,
- Vue : faire un cadre autour de ses yeux et observer les différentes couleurs,
- Toucher : sur une zone, toucher différentes textures (*herbes, écorces, ...*),
- Sentir : sur une zone sentir les différents éléments végétaux présents sur la zone.

Des seaux seront mis à disposition pour que les enfants puissent ramasser des petits « trésors de la nature » : feuilles, cailloux, pommes de pin, morceaux d'écorce, etc. Les enfants pourront ainsi échanger autour de leurs différentes trouvailles.

Avant de quitter le lieu, chaque enfant ramassera une feuille qu'il pourra décalquer. Cette activité marquera symboliquement leur première sortie nature et constituera un souvenir tangible de cette journée.

### En aval de la séance

Pour ancrer les apprentissages de cette séance, les enfants réaliseront des affiches illustrant les règles de la nature, basées sur leurs découvertes et leurs échanges. Ces affiches serviront **de repères tout au long du projet et rappelleront l'importance de préserver et respecter la nature**.



## → Point de vigilance

Il est important de bien repérer en amont la zone de balade, pour trouver les différents points d'arrêt. Pour le goût, il peut être utile de prévoir des aliments en lien avec la saison afin d'explorer également ce sens.

## → Moyens nécessaires

Des paniers ou des seaux

## STRUCTURE RESSOURCE

Aroéven Bretagne

www.aroeven-bretagne.fr  
aroeven@ac-rennes.fr



# LA CHASSE AUX TRÉSORS



## Objectifs

- Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
- Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre
- Poser des rituels lors de ces sorties
- Enrichir le vocabulaire des élèves
- Permettre à l'enfant d'explorer ses sens



## Public concerné

Enfants de maternelle



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives



## Durée de l'action

1h30



## → Déroulé de l'activité

- En amont de la séance**  
 Réaliser et imprimer sur des feuilles cartonnées des étiquettes représentant des éléments de nature, mot + image : par exemple, le mot « châtaigne » et une image de châtaigne.
- Déroulement de la séance**  
 Cette séance est la continuité de la première séance (*voir la fiche « mon espace nature éducatif »*). Une balade autour du lieu d'animation est faite en début ou fin de séance.  
  
 Première partie : **découverte libre où les enfants explorent la zone de « classe nature »**. Un adulte est présent par groupe et assiste les enfants pour **utiliser leurs sens pour explorer** (*toucher l'herbe, regarder sous les feuilles, ...*).  
  
 Deuxième partie : les enfants doivent ramener des « trésors » désignés par l'adulte avec plusieurs variantes possibles :
  - Tout le monde doit ramener le même trésor,
  - Chaque élève a le même trésor, mais doit en ramener un certain nombre.
 Un temps est pris autour des trésors pour enrichir le lexique des enfants.
- En aval de la séance**  
 Faire un coin nature dans la classe avec des barquettes des éléments ramassés.
- Évaluation**  
 Les enfants savent reconnaître et ramener les différents éléments présents dans le lexique.

## → Moyens nécessaires

- Des paniers ou barquettes
- Des étiquettes avec un mot d'élément de nature et la photo associée



## STRUCTURE RESSOURCE

### Aroéven Bretagne

www.aroeven-bretagne.fr  
aroeven@ac-rennes.fr



# UN PEU, BEAUCOUP



## Objectifs

- Découvrir les nombres et leur utilisation
- Dire combien il faut ajouter ou enlever pour obtenir des quantités ne dépassant pas dix
- Identifier des quantités
- Reconnaître les nombres sous forme de points sur un dé



## Public concerné

Enfants de maternelle



## Compétences psychosociales

- Prendre des décisions constructives
- Résoudre des difficultés



## Durée de l'action

1h30

## → Déroulé de l'activité



### En amont de la séance

Pour cette activité, il est nécessaire de prévoir des coloriages d'écureuils. Imprimer et coller l'écureuil sur une structure rigide, découper au niveau de la bouche afin d'avoir un trou permettant de « nourrir » l'écureuil.

### Déroulement de la séance

Présentation des écureuils qui accompagneront la classe toute l'année – les élèves peuvent donner un prénom à cette mascotte de l'école du dehors.

Les enfants doivent nourrir l'écureuil : un temps de balade est organisé où **les élèves doivent ramasser des glands.**

- Pour les enfants de petite et moyenne section : suivre un parcours et nourrir l'écureuil un petit peu ou beaucoup,
- Pour les enfants de grande section : tirer au dé et nourrir l'écureuil suivant le nombre.

### En aval de la séance

Faire des affiches des règles de la nature.

### Évaluation

Réussir à replacer le nombre ou quantité indiqué.

## → Variante

Sous la forme du jeu du béret, chaque enfant a dans son camp, un élément de la nature. Lorsque son élément est appelé, il doit venir au centre et nourrir son écureuil suivant le nombre indiqué sur le dé, lancé au préalable.

**Retour sur le lexique** : les enfants reçoivent une carte du lexique et doivent aller chercher leur élément nature. Pour les enfants de grande section, ils tireront au dé pour savoir la quantité qu'ils doivent ramener. Sur chaque période, un lexique en fonction de la saison et de l'environnement sera constitué en amont.

### Les compétences psychosociales développées si l'activité est adaptée :

- Leur mettre un temps imparti visible (*sablier par exemple*) = régulation du stress et capacité à atteindre ses buts,
- Les mettre en groupe pour cet exercice = développer des liens sociaux, des attitudes, des comportements prosociaux et leur capacité d'écoute empathique,
- Après l'activité, leur demander d'exprimer ce qu'ils ont ressenti = identification des émotions, du stress et expression des émotions de manière positive.



## STRUCTURE RESSOURCE

### Aroéven Bretagne

[www.aroeven-bretagne.fr](http://www.aroeven-bretagne.fr)  
[aroeven@ac-rennes.fr](mailto:aroeven@ac-rennes.fr)

## → Moyens nécessaires

- Pastels, carton plume
- Écureuil (*coloriage à imprimer en ligne*)



# LA CHASSE AUX COULEURS



## Objectifs

- Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
- Apprendre et utiliser 60 mots autour du lexique de la nature
- Identifier et reconnaître les différentes couleurs
- Associer les éléments naturels aux différentes couleurs
- Identifier des éléments de différentes couleurs dans la nature



## Public concerné

Enfants de maternelle



## Compétences psychosociales

- Capacité à résoudre des problèmes

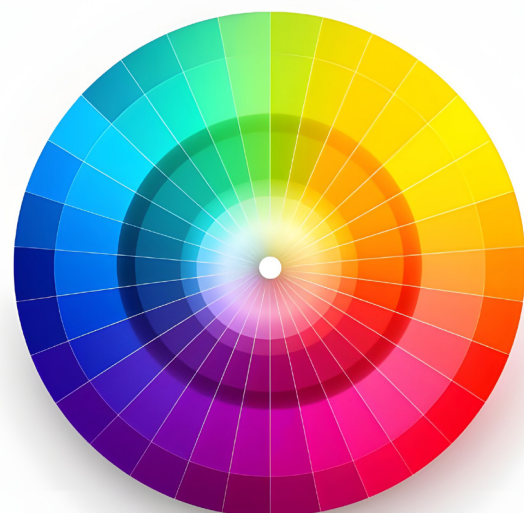


## Durée de l'action

1h30

## → Déroulé de l'activité

- **En amont de la séance**  
Pour organiser cette activité, il sera nécessaire de préparer des pochettes contenant une roue des couleurs.
- **Déroulement de la séance**  
Les enfants, répartis en binômes, sont chargés d'aller chercher ensemble des éléments de nature différents pour **compléter leur roue des couleurs, en remplissant les pochettes.**  
  
Un retour en classe est possible en constituant des planches de couleur, sur lesquelles les enfants pourront coller leurs trouvailles en fonction de la couleur correspondante.
- **En aval de la séance**  
Constitution des planches communes.
- **Évaluation**  
Les enfants arrivent à compléter leur palette de couleurs et à identifier les différentes nuances.



## → Variante

Il est possible de faire la chasse aux couleurs sous forme de balade avec des arrêts suivant les éléments trouvés.

## → Moyens nécessaires

- Roue des couleurs
- Pochettes plastiques

## STRUCTURE RESSOURCE

### Aroéven Bretagne

[www.aroeven-bretagne.fr](http://www.aroeven-bretagne.fr)  
[aroeven@ac-rennes.fr](mailto:aroeven@ac-rennes.fr)



### Objectifs

- Découvrir les nombres et leur utilisation
- Dire combien il faut ajouter ou enlever pour obtenir des quantités ne dépassant pas dix



### Public concerné

Enfants de maternelle



### Taille du groupe

6 à 16 participants



### Compétences psychosociales

- Prendre des décisions constructives
- Résoudre des difficultés



### Durée de l'action

1h30

## → Déroulé de l'activité

- **En amont de la séance**  
Pour organiser cette activité, il faudra préparer les numéros, de 1 à 10.
- **Déroulement de la séance**  
Les enfants, répartis en binômes, disposent d'une planche numérotée jusqu'à 10. Ensemble, ils doivent collecter différents éléments de la nature afin de compléter leur planche.
- **Évaluation**  
Les enfants complètent leur planche avec des éléments différents.

## → Variante

Il est possible de mettre les enfants en groupe pour cet exercice. Les compétences psychosociales renforcées si l'activité est adaptée :

- Développer des liens sociaux, des attitudes et des comportements prosociaux,
- Développer leur capacité d'écoute empathique.

## → Moyens nécessaires

- Planches numérotées à plastifier (une planche pour deux)



© Toute reproduction de cette image est interdite

### STRUCTURE RESSOURCE

#### Aroéven Bretagne

www.aroeven-bretagne.fr  
aroeven@ac-rennes.fr





# BINGO NATURE



## Objectifs

- Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
- Apprendre des mots nouveaux autour du lexique de la nature
- Identifier et reconnaître des éléments de la nature



## Public concerné

Enfants de maternelle



## Compétences psychosociales

- Résoudre des difficultés



## Durée de l'action

1h30

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

Avant de commencer, il est intéressant de proposer une lecture ou un moment de méditation à partir d'une histoire sur le thème de la nature.

### Déroulement de la séance

Photographiez les éléments de l'aire pédagogique. Imprimez les photos et apposez-les sur des cartons pour en faire des cartes de bingo. Un carton de bingo peut être composé de 6 cases, correspondant à 6 emplacements pour récolter les éléments dans une boîte à œufs. Assurez-vous de préparer des cartes différentes, et ce, en quantité suffisante.

Les enfants doivent ensuite aller chercher un élément de leur carte et revenir avec pour qu'il soit validé. Le but étant de finir sa carte de bingo. Retour en grand groupe autour des différents éléments trouvés. De retour en classe, il peut être envisagé de prendre un temps pour écrire les différentes trouvailles.

### En aval de la séance

Reconstituer les lettres des éléments trouvés.



## → Variantes

Plusieurs variantes sont possibles :

- Placez les éléments de la nature dans un sac et faites piocher les enfants à tour de rôle. L'enfant qui a l'élément pioché sur sa carte pourra y apposer un caillou.
- Divisez les éléments amassés également entre tous les enfants du groupe. Piochez une photo et invitez les enfants qui ont cet élément en leur possession à le déposer sur leur carte.
- Fabriquez une carte de bingo géante pour tout le groupe. Distribuez les éléments amassés également entre les enfants. Lorsque vous piochez une image, les enfants qui ont cet élément doivent aller le déposer sur la case correspondante, sur la carte géante.

### Les compétences psychosociales développées si l'activité est adaptée :

- Leur mettre un temps imparti visible (sablier par exemple) = régulation du stress et capacité à atteindre ses buts, (s'ils ont une notion du temps, ils vont s'organiser pour atteindre leurs buts en fonction du temps imparti)
- Les faire se mettre par groupe pour faire ce bingo = développement de liens sociaux ; communication efficace et développement de comportement prosociaux,
- Après l'activité, leur demander d'exprimer ce qu'ils ont ressenti = identification des émotions, du stress et expression des émotions de manière positive.

## → Point de vigilance

Les boîtes à œufs peuvent être compliquées à manipuler pour les plus jeunes. Si le bingo nature se fait au cours d'une balade, les boîtes à œufs risquent d'être retournées par les élèves. Dans ce cas, utiliser plutôt une pochette en plastique.

## → Moyens nécessaires

- Prendre en photo les éléments à rassembler
- Boîtes à œufs ou pochettes en plastique

## STRUCTURE RESSOURCE

### Aroéven Bretagne

www.aroeven-bretagne.fr  
aroeven@ac-rennes.fr

# SORTIES NATURE



## Public concerné

Classes maternelles et primaires



## Durée de l'action

Entre 2h30 et 3h  
(Temps de déplacement vers le lieu d'activité compris)



## Objectifs

- Découvrir la nature proche de l'école
- Acquérir un langage riche autour de la nature et de la biodiversité
- Développer une bonne condition physique et une résistance psychique



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi et avoir de l'empathie pour les autres
- Prendre des décisions constructives
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Réguler ses émotions
- Gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés
- Développer la coopération et la collaboration



## → Déroulé de l'activité



© Toute reproduction de cette image est interdite

### En amont de la séance

Un temps de découverte autour des 5 sens aura été réalisé en classe. Des étiquettes représentant les 5 sens auront été fabriquées, elles seront utilisées pendant l'animation.

### Déroulement de la séance

Après un temps collectif de préparation et d'habillage (15 min), la classe se met en route vers une zone de nature à proximité : une prairie, par exemple. Pendant le cheminement (15 min), les règles de sécurité sont rappelées ; les enfants sont invités à **ouvrir leurs sens et à mémoriser ce qu'ils perçoivent** :

- Observer la nature autour d'eux, proche et lointaine,
- Écouter les différents sons dans la nature,
- Sentir les différentes odeurs (*chaque saison porte des odeurs différentes*),
- Ressentir des sensations sur la peau : le visage, les mains, les bras.

Arrivés à la prairie, on se regroupe sur une bâche ou un tapis de mousse et **on prend le temps d'écouter, d'observer, d'expliquer les ateliers**. Il est possible de proposer un **chant de rassemblement** (*comptine pour les plus petits ou chant inventé pour les plus grands*) ou d'emmener **une mascotte spécifique à la classe** et au programme (*par exemple, une peluche « animal de la forêt »*) (10 min).

Ensuite, les enfants sont répartis en deux groupes (20 min x2) :

- Le premier groupe travaille sur les 5 sens, les enfants sont invités à partager ce qu'ils ont perçu lors de la marche vers la prairie. L'attention est portée sur le vocabulaire de la nature, et sur leurs ressentis. Les éléments cités lors des échanges sont portés sur la feuille, et classés par type de sens.

- Le second groupe réalise une création collective avec des éléments de nature : par exemple un bonhomme, un animal, une maison...

Au bout de 20 minutes, les groupes inversent leurs activités.

Puis on se regroupe, on fait le bilan des activités, et on répète les règles de sécurité pour lancer le temps de jeu libre.

Ce temps de jeu libre-découverte et coin « patouille » est proposé aux enfants (45 min). Le coin patouille est un moment pendant lequel les enfants jouent avec **des matériaux de récupération proche d'un point d'eau** (*flaque, ruisseau...*) : **mélanger, transvaser, manipuler les matières différentes, observer leurs transformations...**

Pour terminer, les enfants sont invités à se regrouper, à choisir une carte-émotion « Je me sens » et à exprimer leurs sentiments : la parole est proposée à chacun à tour de rôle à l'aide d'un bâton de parole.

Une histoire est racontée. Puis nous remercions la nature de nous avoir accueillis.  
Retour vers l'école (15 min).



## → Variantes

Prendre un objectif du programme de classe (*français, maths...*) et transposer les activités en extérieur : mesure de longueurs, de masses, récitation de poésie, utiliser les verbes d'action...

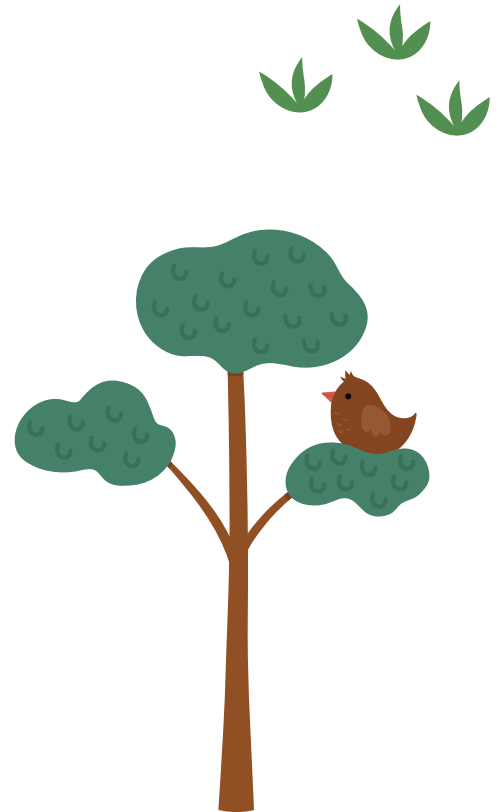
Prendre un carnet, un cahier spécifique pour les sorties permettra de noter et dessiner les éléments de nature perçus.

## → Moyens nécessaires

- Chariot pour le matériel
- Cartes émotions « je me sens » (*exemple ci-dessous*)
- Cartes des 5 sens
- Tapis mousse et bâche
- Trousse de secours
- Change
- Pot troué
- Matériel divers pour coin patouille : ustensiles de récupération
- Appareil photo
- Carnet, cahier (*pour adulte ou par enfant*)
- Sac à dos avec gourde remplie
- Possibilité d'un grand thermos (*eau l'été et tisane l'hiver*) avec gobelets
- Sac poubelle (*on en profite pour ramasser les déchets sur le chemin*)
- 2 encadrants

## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop
- Tenue adaptée à la météo (*combinaison imperméable ou combinaison de ski par grand froid*)
- Répertoire téléphonique des parents
- Sac à dos avec eau
- Trousse à pharmacie (*désinfectant, pansements...*) et téléphone chargé



### PERSONNES RESSOURCES

#### Stéphanie Lanson et Evelyne Le Meur

Enseignantes à l'école Saint-Jugon  
à La Gacilly (Morbihan)

[stephanie.lanson@enseignement-catholique.bzh](mailto:stephanie.lanson@enseignement-catholique.bzh)

[evelyne.lemeur@enseignement-catholique.bzh](mailto:evelyne.lemeur@enseignement-catholique.bzh)

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### • WWF France : « Les sorties nature, c'est classe ! »

Guide pédagogique à l'usage des professeurs des écoles primaires. Disponible en ligne sur [www.wwf.fr](http://www.wwf.fr)

#### • Cartes : « La météo des émotions ». Clerpée Illustrations

2023, 15 € - Commande en ligne sur [www.site.claire-p.com/LA-ME-TEO-DES-EMOTIONS](http://www.site.claire-p.com/LA-ME-TEO-DES-EMOTIONS)





# CLUB ÉCOLOGIQUE ET POTAGER PÉDAGOGIQUE



## Objectifs

- Expérimenter une activité de jardinage – maraîchage
- Découvrir le fonctionnement des écosystèmes de proximité
- Échanger sur l'impact du changement climatique



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi, de ses forces et de ses limites
- Prendre des décisions constructives
- Réguler ses émotions
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives



## Public concerné

Collège, élèves de la 6<sup>ème</sup> à la 3<sup>ème</sup>



## Durée de l'action

Temps hebdomadaires de 45 minutes lors de la pause méridienne, à adapter en fonction des conditions météorologiques et des tâches à effectuer



## Taille du groupe

15 élèves sur la base du volontariat

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

Des temps d'échanges autour des compétences psychosociales sont réalisés avec les élèves (*voir en annexes "exemples de questions pour échanger autour des compétences psychosociales et écologiques"*). Les échanges se font par petits groupes et à l'aide d'une carte mentale. Ce temps en amont permet aux élèves de **s'approprier les notions et de comprendre le contexte**.

### Déroulement de la séance

Les élèves sont tous volontaires ; ils participent selon leurs souhaits à la réalisation du potager pédagogique ou à d'autres activités en lien avec l'écologie.

Dans notre cas, le potager pédagogique a été remis en état par un agent de maintenance ayant des compétences en jardinage et maraîchage. Il se présente sous forme de mandala créé collectivement. L'activité requiert donc un espace dédié au potager déjà élaboré ou en cours de construction avec des personnes ressources.

Les élèves participent à la réalisation **des semis, de l'entretien, de l'arrosage et de la récolte**. Des temps de découverte des écosystèmes de proximité sont réalisés : découverte de la faune et de la flore spécifique à une mare, par exemple.

Des temps d'échanges, animés en classe avant ou après les activités, ou aussi pendant les temps dehors, sont proposés pour découvrir le lien entre le jardinage et l'alimentation ; la saisonnalité des cultures, du semis à la récolte ; la lutte contre le gaspillage alimentaire ; le tri des déchets ; le compostage ; le fonctionnement des écosystèmes ; le réchauffement climatique.

### En aval de la séance

Des activités complémentaires peuvent être envisagées, par exemple :

- Plantation de haies et d'arbres fruitiers dans les espaces du collège
- Faire un lien avec l'unité locale de production de biogaz pour recycler les déchets organiques du collège

**Perspectives** : sensibiliser la communauté scolaire à la lutte contre le gaspillage alimentaire et au tri des déchets



© Toute reproduction de cette image est interdite

## → Variante

L'activité «jardin pédagogique» peut se réaliser avec des enfants de maternelle ou primaire. Des maquettes pédagogiques «*Les Chemins de la Santé – Léo et la terre*» sont empruntables dans les centres de ressources de Promotion Santé Bretagne. Plus d'infos sur [www.promotion-sante-bretagne.org](http://www.promotion-sante-bretagne.org) (onglet Appui documentaire).

## → Moyens nécessaires

- Un lieu ensoleillé et accessible pour installer le potager
- Un ou plusieurs coins de nature dans le collège ou à proximité
- Au moins deux encadrants, dont un ayant des compétences en jardinage et/ou maraîchage
- Des outils adaptés
- Des tenues adaptées aux activités et aux conditions météorologiques
- Un abri sécurisé pour y mettre les outils, les tenues, les plants, les récoltes
- Un accès à de l'eau pour l'arrosage (*eau de recyclage si possible*)



© Toute reproduction de cette image est interdite

## → Points de vigilance

- Protéger les élèves contre les risques liés au soleil et aux insulations
- Bien expliquer le maniement des outils de jardinage
- Être formé aux compétences psychosociales
- Avoir le soutien de la direction
- Limiter le nombre d'objectifs pédagogiques
- Définir un cadre de réalisation structurant
- Être accompagné par un-e chargé-e de projet en promotion de la santé



### PERSONNES RESSOURCES

#### **Dorothee BETTAN**

Professeur de Sciences de la vie et de la Terre  
Collège Camille Vallaud du Relecq-Keruon (Finistère)  
dorothee.traineau@ac-rennes.fr

#### **Lucie RIGAUDIERE**

Chargée de projets en promotion de la santé  
Promotion Santé Bretagne, antenne du Finistère  
contact29@promotion-sante-bretagne.org

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### **Ministère de l'Éducation Nationale**

- Document Eduscol : « Jardins pédagogiques »
- Document Eduscol : « Projet jardinage »
- Document Eduscol : « Un potager à l'école maternelle »

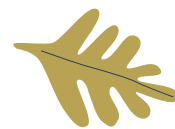
Retrouvez les documents en ligne sur :  
[www.eduscol.education.fr](http://www.eduscol.education.fr)



## UN APERÇU EN VIDÉO



Dans le cadre de cette expérimentation, plusieurs vidéos ont été produites au sein des établissements scolaires. Ces vidéos mettent en lumière les actions menées tout en intégrant les témoignages des acteurs du projet.



# MARCHER POUR SE RAPPROCHER DE SOI, DES AUTRES ET DE LA NATURE



## Objectifs

- Découvrir à travers la marche ses goûts, ses peurs, ses forces, ses limites
- Découvrir les autres
- Découvrir la nature, le vivant et sa diversité
- Développer des qualités de patience, de calme, de concentration
- Apprendre à verbaliser clairement et à communiquer sans agressivité
- Se rendre disponible pour des apprentissages
- Apprendre le silence



## Public concerné

Adolescents en difficulté



## Durée de l'action

Marches hebdomadaires de 2 heures – une sortie trimestrielle à la journée dans un lieu de nature éloigné



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Réguler ses émotions
- Communiquer de façon constructive
- Renforcer l'estime de soi
- Développer l'empathie



## Taille du groupe

7 à 10 participants

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

Réaliser une ou plusieurs séances pour permettre aux adolescents d'exprimer leurs représentations sur l'activité et recueillir leurs propositions (à l'aide d'un photo-expression par exemple).

### Déroulement de la séance

L'activité consiste à réaliser **une marche de deux heures chaque semaine** dans un lieu comprenant des éléments de nature autour de l'établissement : une rue, un parc urbain, un cimetière, un quartier en phase de renouvellement urbain...

Une fois par trimestre, la marche est réalisée dans un lieu éloigné et habituellement peu fréquenté par les jeunes, progressivement de plus en plus loin de l'établissement : une forêt, la lande, le bocage, la rivière, une ferme pédagogique ou autre lieu avec une médiation animale, un étang, le littoral...

L'attention est portée vers **la connaissance de soi** (ce qui aide à réaliser les activités, ce qui limite ou empêche), et vers **le lien avec les autres** (marcher ensemble, échanger, apprendre à écouter, comprendre que les autres peuvent avoir un regard différent du nôtre...).

Elle est également portée vers **le repérage du vivant sous toutes ses formes** et des éléments de nature qui sont dans ces environnements urbains et ruraux : les observer, les photographier, comprendre leur implantation et leur développement, et leur place dans l'écosystème.

Les autres sens sont mis à contribution : écouter, sentir, toucher, goûter, ressentir. Les participants sont invités à exprimer leurs ressentis (forces et limites) et leurs émotions avant, pendant et après la marche : repérer ce qui agréable et qui fait du bien, repérer aussi ce qui est plus difficile.

### En aval de la séance

Il est possible de réaliser en classe plusieurs activités complémentaires pour donner une suite aux marches. Par exemple :

- Constituer un herbier
- Décorer la salle de classe avec des éléments de nature, ou avec les photos prises pendant les marches
- Faire un lien avec les autres enseignements pour que la nature y soit prise en compte : arts plastiques par exemple
- Réfléchir ensemble à la végétalisation de l'établissement, faire des propositions (ex : planter des haies)
- Expérimenter la classe dehors





## → Moyens nécessaires

- Un endroit de nature calme, facilement accessible
- Sac à dos et gourdes
- Un pique-nique pour prolonger la marche sur le temps du midi et lors des sorties à la journée
- Être au moins deux encadrants

## → Points de vigilance

- **Repérer les lieux en amont** pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité et diversifiés (milieux fermés de type forêt ou ouverts de type prairie, terrestres ou aquatiques, chaque milieu ayant un impact émotionnel différent).
- La marche ou la fréquentation de nature peut être difficile pour certains jeunes : la **phase préalable d'exploration** de leurs représentations est essentielle pour déceler ces situations et trouver ensemble des réponses satisfaisantes.
- Après la marche, organiser **un temps de réflexion**, porter l'attention et les **échanges sur les ressentis et les émotions**, en collectif mais aussi si possible individuellement car l'expression peut être inhibée ou modifiée par le collectif. Dans le cadre de ce projet, ces retours ont pris la forme d'interviews vidéos ou audio.
- L'instauration d'un cadre **bienveillant permettant l'écoute, le respect de la parole de l'autre, la confidentialité** dans les échanges, est essentiel pour des activités avec des jeunes en difficulté.
- Laisser des **espaces d'adaptation du déroulement**, de décision collective par rapport à ce qui est prévu, d'exploration libre...
- Les effets bénéfiques peuvent se faire ressentir surtout quand ces jeunes sont en activité dans la nature, et pas au-delà ; d'où l'importance de réaliser cette activité au long cours, sur plusieurs années.



### PERSONNES RESSOURCES

#### Frédéric Ballestracci

Enseignant au collège des Hautes-Ourmes à Rennes  
frederic.ballestracci@ac-rennes.fr

#### Benoît Subileau

Animateur nature du service Patrimoine naturel du  
Département d'Ille-et-Vilaine  
benoit.subileau@ille-et-vilaine.fr

#### Camille Lebouvier

Chargée de projets en promotion de la santé  
Promotion Santé Bretagne, antenne d'Ille-et-Vilaine  
contact35@promotion-sante-bretagne.org



## UN APERÇU EN VIDÉO



Dans le cadre de cette expérimentation, plusieurs vidéos ont été produites au sein des établissements scolaires. Ces vidéos mettent en lumière les actions menées tout en intégrant les témoignages des acteurs du projet.

# INTERVIEWS NATURE



## Objectifs

- Aller à la rencontre d'un membre du personnel de l'établissement pour réaliser une interview sur le thème de sa relation à la nature et un portrait photographique
- S'interroger et interroger l'autre sur les relations à la nature



## Public concerné

Élèves de 3<sup>e</sup>



## Compétences psychosociales

- Prendre des décisions constructives
- Exprimer ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Taille du groupe

21 élèves en binômes ou trinômes

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

Recueillir les représentations des élèves sur les relations de l'humain au végétal ou à la nature :

- Sous forme de nuage de mots : chacun choisit 10 mots décrivant ce que recouvre la nature ; la mise en commun se fait sous forme de nuage de mots (utiliser un logiciel spécifique en ligne).

- Sous forme de carte mentale : par binômes ou trinômes, représenter dans une carte mentale les relations de l'humain à la nature ; faire émerger les thèmes cités (alimentation, habitat, consommation, santé...) ; échanger autour de la notion de bien-être.

### Déroulement de la séance

1 – **Explication de l'activité** : réaliser un entretien auprès d'un adulte de l'établissement sur le thème des relations à la nature et réaliser un portrait photographique de cette personne

#### 2 – Présentation des objectifs et du déroulement aux élèves

- Distribution d'un document support « Les temps du projet »
- Créer un questionnaire commun, base de l'entretien
- Tester le questionnaire et la réalisation d'un portrait photographique
- Identifier un adulte de l'établissement auprès duquel ils réaliseront l'entretien
- Solliciter cet adulte (*prise de rendez-vous et formulation de son objet*)
- Réaliser l'entretien et le portrait photographique

#### 3 – Proposer aux élèves de remplir un questionnaire de positionnement individuel pour évaluer l'évolution des compétences psychosociales ciblées (*compétences cognitives, compétences sociales*)

#### 4 – Création du questionnaire commun pour les interviews

- Distribution d'un document support « Réaliser une interview » (*d'après une ressource du CLEMI*)
- Lecture - compréhension par groupes de 4 élèves (*un élève secrétaire sera le rapporteur du groupe*)
- Consignes : formuler correctement 5 questions que vous allez pouvoir poser à une personne sur le thème de ses relations à la nature
- Mise en commun : validation des questions, rédaction correcte, édition d'un document informatique

#### 5 – Tester le questionnaire et s'entraîner à réaliser un portrait photographique (*activité en binôme*)

- Prise en main de l'outil (*smartphone*) : enregistrement de la voix, prise de vue photo
- Choisir un espace de réalisation optimal pour l'enregistrement et la prise de vue (*autonomie*)



6 – **Solliciter un adulte de l'établissement pour réaliser l'entretien et le portrait photographique** (*activité en binôme*)

Identifier – Prendre un rendez-vous – Formuler la demande – Demander l'autorisation d'enregistrement de la voix (*en précisant que ce ne sera pas diffusé*) et de faire un portrait photographique (*en précisant qu'il sera utilisé dans le cadre du projet*).



7 – **Réaliser l'entretien et le portrait photographique** (*activité en binôme*)

Au préalable, préciser ce qu'est une interview et quel comportement adopter

8 – **Récupérer les informations recueillies** (*activité en binôme*)

Extraire une citation signifiante et sélectionner le portrait photographique (*cadrage, décor, valorisation de l'interviewé...*)

9 – **Remplir le questionnaire de positionnement individuel pour évaluer l'évolution des compétences psychosociales ciblées** (*compétences cognitives, compétences sociales*).

**En aval de la séance**

Les extraits des interviews peuvent être utilisés pour illustrer une exposition de photographies.

→ **Moyens nécessaires**

- Smartphones ou enregistreurs



**PERSONNES RESSOURCES**

**Franck Caillet**

Enseignant en activités socio-culturelles  
Lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
franck.caillet@educagri.fr

**Aurélié Jacquemond**

Enseignante en aménagements paysagers  
Lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
aurelie.jacquemond@educagri.fr

**Aurélien David**

Photographe chlorophyllien  
www.aureliendavidphoto.com/workshops

**RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN**

**CLEMI (Centre pour L'Éducation aux Médias et à l'Information) : « réaliser une interview »**

Ressource disponible en ligne : [www.clemi.fr/ressources/ressources-pedagogiques/realiser-une-interview](http://www.clemi.fr/ressources/ressources-pedagogiques/realiser-une-interview)



# DE LA PHOTOSYNTHÈSE À LA PHOTOGRAPHIE, LA NATURE ET NOUS



## Objectifs

- Initier les élèves à la pratique de l'anatype (*procédé photographique utilisant la propriété photosensible de la chlorophylle*)
- Découvrir une approche de la nature par le biais de l'art
- S'interroger et interroger l'autre sur nos relations à la nature
- Oser « aller vers » les enseignant-e-s dans une approche nouvelle et les découvrir dans un autre rôle



## Public concerné

Élèves de 3<sup>e</sup> de l'enseignement agricole



## Taille du groupe

21 élèves répartis en petits groupes



## Compétences psychosociales

- Prendre des décisions constructives
- Exprimer ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Durée de l'action

5 séances de 2 heures

## → Déroulé de l'activité

Cette activité demande une technicité pointue. En complément, vous trouverez une vidéo explicative en bas de cette fiche ainsi qu'un contact de professionnel spécialisé.

### En amont de la séance

En prévision du besoin de chlorophylle, une culture d'épinards a été entreprise par les élèves afin d'en utiliser le jus photosensible. Les élèves sont invités à **interviewer les enseignant-e-s et personnels de l'établissement sur leur rapport à la nature**, et à réaliser leur portrait photographique, avec leur accord. Voir la fiche précédente.

Les photographies sont imprimées en noir et blanc sur du film rhodoïde transparent, servant ainsi de négatifs photographiques à poser sur le papier photo à la chlorophylle, fabriqué à une autre étape.

### Déroulement de la séance

Écraser avec un pilon les feuilles d'épinard dans un bol ou un mortier jusqu'à ce qu'elles deviennent une sorte de pâte ; verser le tout dans un bas résille ou une étamine à jus que vous pressez au-dessus d'un récipient pour en recueillir le jus.



Avec un pinceau plat, badigeonner de façon homogène la feuille de papier aquarelle avec le jus de chlorophylle ; laisser sécher, puis badigeonner dans l'autre sens. On peut faire 2 ou 3 couches en laissant sécher entre chaque. Il faut conserver le papier à la chlorophylle à l'abri de la lumière pour éviter qu'il ne réagisse avant de s'en servir.

Poser le négatif photo sur le papier à la chlorophylle, dans un châssis d'insolation composé d'un support rigide et d'une vitre ou un plexiglas transparent maintenu en sandwich avec des pinces sur les bords (*un cadre photo peut faire l'affaire*).

Laisser agir pendant deux heures minimum à la lumière du soleil du midi, en fonction de l'indice UV du lieu et de la saison d'expérimentation. Puis retirer les pinces et le rhodoïde lorsque le fond vert a nettement viré au jaune clair.

L'impression apparaît en nuance de vert et jaune sur le papier photo à la chlorophylle.

Les portraits en chlorophylle font ensuite l'objet d'une exposition, par exemple lors des journées portes ouvertes de l'établissement. Ils sont sous-titrés avec les paroles des enseignant-e-s sur leurs représentations de la nature (*extraits d'interviews*).

## → Variante

Pour obtenir des portraits en nuances de rouges, remplacer **les épinards par des betteraves** mais cela demande beaucoup de temps et d'avoir un indice UV très élevé. L'activité peut être réalisée avec des interviews et des portraits des autres élèves.

## → Moyens nécessaires

- 1 kg d'épinards
- Un mortier, un bol ou un broyeur
- 1 photo noir et blanc sur film transparent
- Du papier aquarelle
- Un pinceau plat
- Un bas résille
- Des pinces
- Un support rigide et plat
- Une vitre ou un plexiglas
- Du film rhodoïde

## → Points de vigilance

Cette activité demande un accompagnement professionnel car le moindre changement de paramètres peut engendrer l'échec de l'expérience.

### PERSONNES RESSOURCES

#### **Franck Caillet**

Enseignant en activités socio-culturelles  
Lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
franck.caillet@educagri.fr

#### **Aurélie Jacquemond**

Enseignante en aménagements paysagers  
Lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
aurelie.jacquemond@educagri.fr

#### **Aurélien David**

Photographe chlorophyllien  
[www.aureliendavidphoto.com/workshops](http://www.aureliendavidphoto.com/workshops)

#### **Maud Begnic**

Chargée de projets en promotion de la santé  
Promotion Santé Bretagne, antenne du Morbihan  
[contact56@promotion-sante-bretagne.org](mailto:contact56@promotion-sante-bretagne.org)



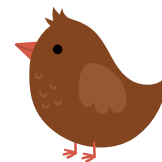
### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### **Les Ateliers Lumière : L'anthotype ou la photographie à la chlorophylle**

Vidéo explicative, disponible en ligne : <https://lesatelierslumiere.com/lanthotype-photographie-a-chlorophylle/>



# CRÉATION D'UN REFUGE LPO (LIGUE POUR LA PROTECTION DES OISEAUX)



## Objectifs

- Sensibiliser les jeunes à la protection des oiseaux
- Apprendre à faire un projet ensemble et répondre à une commande
- Développer l'autonomie
- Développer l'entraide et la coopération
- Développer ses connaissances liées à la biodiversité



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Résoudre des difficultés
- Prendre des décisions constructives
- Communiquer de façon constructive (s'écouter)



## Public concerné

Jeunes en formation professionnelle (production agricole, service à la personne, forêt) et lycéens



## Taille du groupe

Petits groupes



## Durée de l'action

Une semaine sur deux, entre 2 et 4 heures à chaque période

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

L'équipe pédagogique a animé des temps d'échanges avec les jeunes autour des compétences psychosociales (CPS). Un **cahier de bord personnel d'évaluation** des CPS, déjà utilisé avec les élèves en terminale, est adapté pour les élèves de 1<sup>ère</sup>.

Dans notre cas, les élèves sont sensibilisés à la nature et à la biodiversité par trois enseignant-e-s et une éducatrice à l'environnement du CPIE (Centre Permanent d'Initiative en Environnement) de la Forêt de Brocéliande.

Une séance spécifique autour de la « Charte Refuges LPO » est animée, afin de permettre aux jeunes **d'exprimer leurs représentations de la nature et de la biodiversité**, de découvrir le fonctionnement des écosystèmes et le rôle qu'y ont les oiseaux, de **découvrir les oiseaux locaux**, leurs modes de vie et **les actions à réaliser** pour être en accord avec le cahier des charges.

### Déroulement de la séance

Les élèves sont répartis en petits groupes correspondant à des activités spécifiques :

- Fabrication de nichoirs pour les mésanges
- Plantations d'arbres fruitiers pour créer un verger
- Plantation de bulbes de fleurs
- Réalisation de semis
- Taille des haies

Les élèves réalisent un temps de sensibilisation du personnel de l'établissement sur le thème de la taille des haies et la saisonnalité pour préserver les oiseaux. Cela peut se traduire en une action lors d'une journée portes ouvertes de l'établissement.

### En aval de la séance

Le projet propose des extensions pour les années prochaines, soit avec les mêmes élèves, soit avec des nouveaux :

- Végétaliser la cour d'école, et impliquer les jeunes en formation Agroéquipement pour débiter la cour actuelle
- Inscrire le projet de « Refuge LPO » dans le projet d'établissement
- Inscrire le renforcement des compétences psychosociales des jeunes dans le projet d'établissement

## → Variante

Si la création d'un refuge au sein de l'établissement semble trop ambitieuse, privilégiez les **sorties et visites dans des lieux disposant déjà d'un refuge LPO** ou d'aménagements similaires. Vous pourrez ainsi organiser **des activités de découverte des différentes espèces d'oiseaux** et d'autres animaux.



© Toute reproduction de cette image est interdite

## → Moyens nécessaires

- Matériel lié à l'aménagement (*accueil de biodiversité*)
- Mobiliser d'autres personnes qui sont déjà "refuge LPO"
- Appui fort de la direction : avoir un terrain à disposition pour expérimenter
- Concertation avec le jardinier qui entretient les lieux
- Panneaux explicatifs pour présenter la démarche



## → Points de vigilance

- Réaliser les activités en petits groupes
- Impliquer les élèves dans le choix et la réalisation des activités
- Associer la direction et le jardinier avant le début de l'action pour obtenir leur accord et leur soutien. Expliquer à l'ensemble de l'établissement les choix écologiques opérés (*par exemple : pas de taille des haies en saison de reproduction des oiseaux ; zones de nature non fauchées...*)
- Prévoir des tenues adaptées aux conditions météorologiques
- Sensibiliser à la diversité des espèces (*oiseaux et autres*) : prévoir intervenants ou connaissances naturalistes pour le faire



### PERSONNES RESSOURCES

#### Stéphanie Maheo

Monitrice en enseignements sociaux-culturels à la Maison Familiale Rurale de Loudéac (22)  
stephanie.maheo@mfr.asso.fr

#### Léa David

Monitrice en connaissance des territoires et nutrition à la Maison Familiale Rurale de Loudéac (22)  
lea.david@mfr.asso.fr

#### Charlène Briard

Coordinatrice des actions pédagogiques au CPIE de la Forêt de Brocéliande  
charlene.briard@cpie-broceliande.fr

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### • Ligue pour la protection des oiseaux : « Créer un refuge LPO »

[www.lpo.fr/s-engager-a-nos-cotes/creer-un-refuge-lpo](http://www.lpo.fr/s-engager-a-nos-cotes/creer-un-refuge-lpo)

#### • Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement (CPIE) de la forêt de Brocéliande

[www.cpie-broceliande.fr/cpie/presentation/206771/Qui-sommes-nous](http://www.cpie-broceliande.fr/cpie/presentation/206771/Qui-sommes-nous)



## UN APERÇU EN VIDÉO

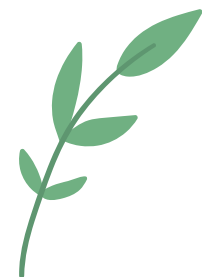


Dans le cadre de cette expérimentation, plusieurs vidéos ont été produites au sein des établissements scolaires. Ces vidéos mettent en lumière les actions menées tout en intégrant les témoignages des acteurs du projet.





# RÉALISER DES MAQUETTES DE CABANES EN BOIS



## Objectifs

- Se relier à la nature
- Découvrir une approche différente de reconnexion à la nature
- Réaliser une œuvre collective



## Compétences psychosociales

- Maîtrise de soi
- Prendre des décisions constructives
- Exprimer ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Public concerné

Élèves de 3<sup>e</sup>



## Taille du groupe

21 élèves répartis en groupes de 4



## Durée de l'action

Plusieurs rencontres de 2h ; l'action est intégrée à l'enseignement « aménagements paysagers »

## → Déroulé de l'activité

### En amont de la séance

L'activité peut s'inscrire dans le cadre d'un projet global d'éducation à la nature, et en être un des volets.

### Déroulement de la séance

Lors d'une première rencontre, nous explorons le lien des jeunes avec la nature, et proposons le thème de l'habitat naturel.

Une seconde rencontre est centrée sur la découverte des **différents types d'habitats nomades dans le monde**.

Puis il est proposé aux jeunes **d'imaginer le type d'habitat en bois dans lequel ils aimeraient loger, s'ils vivaient en osmose avec la nature**, tels les habitants de la planète Pandora dans le film *Avatar*.

Par groupes de 4, les élèves **dessinent un modèle de cabane** qu'ils vont ensuite **construire en modèle réduit avec des matériaux mis à disposition par le lycée**.

Ils peuvent partir d'une page blanche, ou s'inspirer de modèles de cabanes du monde, ou de modèles disponibles dans la littérature pour la jeunesse.

Pendant la réalisation de l'activité, l'attention est portée sur **la dynamique du groupe : pouvoir exprimer ses idées, écouter les autres, valoriser les autres, décider ensemble, repérer les compétences de chacun, répartir les tâches en fonction des compétences de chacun**.

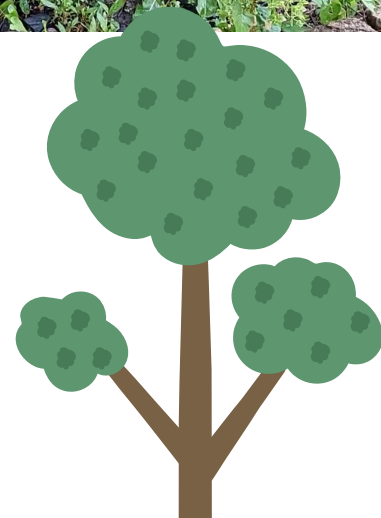
### En aval de la séance

Les maquettes peuvent être exposées lors des journées portes ouvertes de l'établissement.

## → Variante

Il est possible, à partir des maquettes construites par les jeunes, de réaliser collectivement une cabane en grandeur réelle.

Ensuite, on peut organiser un bivouac avec les jeunes dans cette cabane.





## → Moyens nécessaires

- Feuilles de dessin
- Crayons, feutres, règles, gommes
- Planchettes de bois, morceaux de palettes de tailles différentes
- Scie
- Colle à bois
- Vis, clous, marteau
- Ficelles de différentes épaisseurs
- Pincettes à linge
- Éléments décoratifs de nature : branches, mousses, feuilles de fougères et d'arbres
- Support rigide pour y poser une maquette
- Chiffons
- Chaussures de sécurité
- Trousse à pharmacie



## → Points de vigilance

- Bien expliquer le maniement des outils et les gestes pour ne pas se blesser
- Protections pour les mains et pour les yeux lors du maniement des outils
- Veiller à ce que chaque élève trouve sa place dans l'activité :
  - Risque que les plus à l'aise avec la technique laissent peu de place aux autres dans l'expression des idées et dans leur réalisation
  - Risque d'exclusion des filles par les garçons
- Accompagner les élèves dans le projet qu'ils ont choisi
- Être plusieurs encadrants



© Toute reproduction de cette image est interdite



### PERSONNES RESSOURCES

#### **Franck Caillet**

Enseignant en activités socio-culturelles au lycée horticole d'Hennebont, Campus Sciences et Nature du Morbihan  
franck.caillet@educagri.fr

#### **Aurélie Jacquemond**

Enseignante en aménagements paysagers au lycée horticole d'Hennebont, Campus Sciences et Nature du Morbihan  
aurelie.jacquemond@educagri.fr

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

**Ouvrages pour apprendre à construire des cabanes ou des maquettes de cabanes en bois**

[www.5livres.fr/livres-construction-cabanes](http://www.5livres.fr/livres-construction-cabanes)



# CHERCHE ET TROUVE MON COIN DE NATURE



## Objectifs

- Développer l'attention à l'environnement extérieur
- Prendre des décisions en collectif
- Partager ses goûts et émotions



## Public concerné

Adolescents - jeunes adultes



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Communiquer de façon constructive
- Résoudre des difficultés



## Taille du groupe

6 à 16 participants



## Durée de l'action

1 heure (ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité)

## → Déroulé de l'activité

- Constituer des petits groupes (2 à 4 élèves selon la taille du groupe).
- A partir d'un point de regroupement, les groupes **déambulent dans des directions différentes et choisissent un paysage qui leur plaît particulièrement**. Chaque groupe complète la grille sensorielle pour décrire le coin de nature choisi (*prévoir 20 minutes*).
- Tous les croquis sont ensuite rassemblés et distribués à des groupes différents (*prévoir 10 minutes*).
- Les groupes doivent ensuite explorer le terrain et retrouver le paysage croqué.

## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop
- Lors du retour réflexif, porter l'attention et les échanges sur les ressentis et les émotions

## → Moyens nécessaires

- Un endroit de nature calme, facilement accessible, et varié en paysages différents
- Des feuilles de papier rigides et des crayons de couleurs
- Grille sensorielle imprimée en A3
- Supports rigides



## PERSONNES RESSOURCES

En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-riche-s à l'environnement ou éducateur-riche-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).

## RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

**Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne (REEB) : « Prendre soin de soi, des autres et de la terre »**

Livre pédagogique, disponible en ligne :  
[www.reeb.asso.fr/IMG/pdf/livret\\_ese\\_reeb\\_vf\\_bd.pdf](http://www.reeb.asso.fr/IMG/pdf/livret_ese_reeb_vf_bd.pdf)

**Grille sensorielle**

Modèle téléchargeable en ligne : [urlz.fr/tN06](http://urlz.fr/tN06)



# AMÉNAGEMENT DES ESPACES EXTÉRIEURS POUR FAIRE CLASSE DEHORS



## Objectifs

- Sensibiliser les jeunes à la méthodologie du recueil de données
- Réfléchir à l'utilisation des espaces de nature du lycée pour y développer des activités d'apprentissage et des activités de bien-être
- Augmenter le temps « dehors » pour les élèves et pour les enseignant-e-s
- Prendre conscience de son environnement naturel



## Public concerné

Lycée professionnel et général de la seconde au BTS



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Réguler ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Prendre des décisions constructives



## Taille du groupe

Un groupe de 8 à 12 élèves volontaires

## → Déroulé de l'activité

Le **groupe d'élèves volontaires est formé et accompagné par les enseignant-e-s** pour réaliser une enquête auprès des lycéens et des autres enseignant-e-s, portant sur deux volets :

- Quelle sont nos représentations de la nature et de son influence sur notre bien-être ?
- Comment peut-on aménager les espaces naturels du lycée pour renforcer le bien-être de tous ?

Les espaces naturels de l'établissement peuvent être affectés à :

• **La classe du dehors** (par exemple, pour les cours d'anglais, de mathématiques, d'art appliqué, de français, d'histoire, de géographie, de biologie, d'écologie...)

• **La détente**

• **La pratique d'activité physique**

• **Le refuge en cas de besoin de retour sur soi**

• **La lecture**

• D'autres activités à définir pour chaque établissement (création d'un poulailler, zone de biodiversité protégée...).

## → Moyens nécessaires

- Un ou plusieurs espaces de nature dans l'établissement
- Un endroit abrité des intempéries (préau)
- Du mobilier adapté à l'extérieur
- Des supports rigides pour les prises de note des élèves
- Un accompagnement méthodologique

## PERSONNES RESSOURCES

### Laureline GARDEY

CPE au Lycée Jean Moulin à Saint-Brieuc (22)  
laureline.gardey@ac-rennes.fr

### Lydie Gavard-Vétel et Élodie Faure

Chargées de projet en promotion de la santé  
Promotion Santé Bretagne, antenne des Côtes-d'Armor  
contact22@promotion-sante-bretagne.org

## → Points de vigilance

- La phase de sensibilisation commune avec le groupe d'élèves et les enseignant-e-s accompagnant-e-s est nécessaire et porte sur les liens entre la nature et la santé, ainsi que sur la méthodologie d'enquête et le traitement des données
- Les actions proposées sont priorisées pour pouvoir être mises en œuvre une par une
- Vérifier que les actions proposées aient les moyens de leur réalisation
- Les propositions des élèves sont bien prises en compte



Découvrez un aperçu en vidéo



## RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

• **Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne (REEB) :**  
« Aujourd'hui, on fait école dehors »

Brochure disponible en ligne : [www.reeb.asso.fr/spip.php?page=article&id\\_article=1443](http://www.reeb.asso.fr/spip.php?page=article&id_article=1443)

• **Atelier Canopé : Kit pour faire classe dehors**

Disponible en ligne : [www.reseau-canope.fr/actualites/actualite/prenez-appui-sur-notre-nouveau-kit-pour-faire-classe-dehors.html](http://www.reseau-canope.fr/actualites/actualite/prenez-appui-sur-notre-nouveau-kit-pour-faire-classe-dehors.html)

• **IFSEC Bretagne (Institut Supérieur de Formation de l'Enseignement Catholique) : Soutien pour l'école dehors**

Disponible en ligne : [www.digipad.app/p/455435/b665b547a5afc](http://www.digipad.app/p/455435/b665b547a5afc)



# FAIRE CLASSE OU ÉCOLE DEHORS



## Objectifs

- Découvrir des modalités d'apprentissages dans la nature
- Améliorer la santé physique et mentale des enfants et adolescents
- Améliorer les apprentissages en situations authentiques
- Découvrir la biodiversité de proximité
- Améliorer l'entraide et le climat scolaire



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Prendre des décisions constructives
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Réguler ses émotions
- Gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés
- Améliorer l'estime de soi et la confiance en soi



## Public concerné

De la maternelle au lycée



## Taille du groupe

Une ou plusieurs classes



## Durée de l'action

1 une fois par jour, ou par semaine, ou plus  
- à décider en équipe selon les possibilités

## → Déroulé de l'activité (source : brochure « Aujourd'hui, on fait école dehors », REEB)



### L'école dehors, qu'est-ce que c'est ?

L'école dehors est un temps pédagogique dont les apprentissages sont issus du programme officiel de l'éducation nationale et qui couvre toutes les matières. Les apprentissages vus en classe se prolongent en pratique à l'extérieur et les expérimentations faites à l'extérieur se poursuivent en classe.

L'école dehors se déroule **toujours au même endroit, dans un lieu choisi à proximité de l'école**. C'est une **pratique régulière** qui se répète tout au long de l'année. C'est une alternance d'activités qui permet de couvrir un large éventail des besoins des enfants.

### L'école dehors, comment ça se passe ?

Sur un temps identifié dans la semaine et tout au long de l'année, le temps de classe va se dérouler à l'extérieur afin de mettre en place des activités spécifiques.

Avant de partir, les enfants se préparent et mettent une tenue appropriée.

Le groupe se rend, en général à pied, sur le site choisi. Le **trajet fait lui-même partie du temps d'apprentissage**, on commence à **observer, échanger, réfléchir...**

Dehors, les temps pédagogiques sont variés : leçons, ateliers, expériences ; des temps collectifs, des temps individuels, actifs ou calmes...

L'exploration de différentes modalités d'apprentissage favorise la (re)connexion à soi, au groupe, à l'environnement. Après la séance, des liens seront faits en classe avec ce qui a été vu en extérieur.

### L'école dehors : par qui ? Pour qui ?

- De la maternelle au lycée
- Assurée par un-e enseignant-e, c'est l'établissement scolaire qui porte le projet
- L'enseignant-e peut être accompagné par un-e éducateur-ice à l'environnement qui aidera à mettre en place les premières séances
- L'enseignant-e fait appel à du personnel ou à des parents pour encadrer les sorties

### L'école dehors, ça se prépare :

- Repérer le terrain en amont
- Veiller à ce que les enfants aient des tenues adaptées aux conditions météorologiques
- Choisir à l'avance les matières qui seront enseignées dehors



## → Moyens nécessaires

- Trousse à pharmacie (désinfectants, pansements, crème solaire, quelques morceaux de sucre...)
- Cahier d'appel
- Numéros d'urgence
- Une bâche pour s'asseoir
- Des supports rigides pour écrire ou dessiner
- Papier + crayons + ciseaux
- Loupe + petit outil de jardinage
- Papier toilette
- Essuie-tout
- Sacs poubelles
- Eau, collation
- Appareil photo

### Pour les enfants :

- Gourde + eau
- Vêtements adaptés à la météo
- Protection solaire (chapeau, vêtements, crème solaire si besoin)



## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop : définir des limites avec les élèves
- Avoir une tenue adaptée à la météo
- Prévoir des endroits ombragés
- Téléphone chargé



### PERSONNES RESSOURCES

#### Stéphanie Lanson

Enseignante à l'école Saint-Jugon à La Gacilly (Morbihan)  
stephanie.lanson@enseignement-catholique.bzh

#### Sarah Roellandt

Animatrice nature à l'association Saute-Ruisseaux  
sauteruisseau.asso@gmail.com

#### Juliette Crespon

Animatrice réseau au REEB  
contact@reeb.asso.fr

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### • École Saint-Jugon à la Gacilly (56) : Faire école dehors

[www.ecolesaintjugon.com/index.php?id\\_menu=32&id\\_article=269](http://www.ecolesaintjugon.com/index.php?id_menu=32&id_article=269)

#### • Association Saute-Ruisseaux à Peillac (56)

[www.saute-ruisseaux.fr](http://www.saute-ruisseaux.fr)

#### • Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne (REEB) :

##### « Aujourd'hui, on fait école dehors »

Brochure disponible en ligne : [www.reeb.asso.fr/spip.php?page=article&id\\_article=1443](http://www.reeb.asso.fr/spip.php?page=article&id_article=1443)

#### • Atelier Canopé : Kit pour faire classe dehors

Disponible en ligne : [www.reseau-canope.fr/actualites/actualite/prenez-appui-sur-notre-nouveau-kit-pour-faire-classe-dehors.html](http://www.reseau-canope.fr/actualites/actualite/prenez-appui-sur-notre-nouveau-kit-pour-faire-classe-dehors.html)

#### • GRAINE (Groupe régional d'accompagnement et d'initiation à la nature et à l'environnement) Bourgogne-Franche-Comté : Éduquer et enseigner dehors

Vidéo disponible en ligne : [www.youtube.com/watch?v=AN2aNqwfVuo](http://www.youtube.com/watch?v=AN2aNqwfVuo)



## UN APERÇU EN VIDÉO



Dans le cadre de cette expérimentation, plusieurs vidéos ont été produites au sein des établissements scolaires. Ces vidéos mettent en lumière les actions menées tout en intégrant les témoignages des acteurs du projet.



# LA BALADE AUX MIROIRS



## Objectifs

- Découvrir autrement l'environnement naturel qui se situe au-dessus de nous
- Marcher en regardant le ciel et la cime des arbres dans un miroir



## Public concerné

De la maternelle au lycée



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Prendre des décisions constructives
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Réguler ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Taille du groupe

6 à 16 participants



## Durée de l'action

30 minutes - ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité

## → Déroulé de l'activité



© Toute reproduction de cette image est interdite

L'activité se déroule en **binôme** : un accompagnant et un accompagné. Elle se situe sur **un sentier non accidenté, dans un lieu de nature** si possible varié avec présence d'arbres et d'arbustes. Le point de rassemblement initial servira de départ et de retour pour la marche, ainsi que de lieu d'échanges après l'activité.

Pour commencer, l'animateur-riche de l'activité explique précisément le but et le déroulé de l'activité. **Un échange est proposé** avec les participants pour **recueillir leurs émotions et leurs ressentis** avant de passer à l'action. Puis, un miroir est présenté à chaque binôme. Les rôles accompagné/accompagnant sont définis pour la partie « aller », et inversés pour la partie « retour ». L'endroit du changement de rôle est également défini.

L'accompagné tient à deux mains le miroir horizontalement sous son nez, afin de ne regarder que ce qu'il verra dans le miroir. Pendant l'activité, il est recommandé de ne pas porter son regard hors du miroir et de **faire confiance à l'accompagnant** qui le guidera sur le sentier. L'accompagnant emmène l'accompagné pour une marche lente sur le sentier, en le tenant par les épaules, ou par le bras, de façon à lui éviter tout risque de chute. Lors de la marche, l'accompagné regarde dans le miroir (*le ciel, les nuages, les branches des arbres...*) et **fixe son attention à la fois sur les éléments regardés et sur ses ressentis**.

Il est recommandé à l'accompagnant de **faire des pauses lors de la marche**, afin de permettre à l'accompagné de prendre le temps de **regarder, de ressentir, de s'émerveiller**.

**La communication** entre les membres du binôme **est essentielle** : pour savoir si l'accompagnant peut toucher l'accompagné et à quel endroit du corps ; pour signaler des obstacles lors de la marche ; pour choisir ensemble le rythme de la marche ; pour signaler le souhait de s'arrêter à certains endroits.

Les rôles sont inversés pour la partie « retour ».

Au retour de l'ensemble des binômes, l'animateur-trice propose un échange sur le vécu de l'animation.

## → Moyens nécessaires



- Choisir un lieu de marche peu accidenté, riche en arbres et arbustes, permettant de se protéger des reflets du soleil dans les miroirs
- Un miroir par binôme (*les miroirs peuvent être remplacés par des rétroviseurs de voiture, qu'on peut trouver dans des casses automobiles*)
- Un sac pour transporter les miroirs
- Une feuille d'indicateurs de bien-être « avant – après » par participant



## → Points de vigilance

- Le lieu de réalisation de l'activité est repéré en amont par l'animateur-riche
- L'activité est déconseillée aux personnes pouvant souffrir de vertiges ou de troubles en lien avec la réduction du champ de vision
- Par temps ensoleillé, veiller à ne pas regarder le soleil se refléter dans les miroirs, même avec des lunettes de soleil
- Certaines personnes ne veulent pas être touchées physiquement : il est important d'en parler avant le début de l'activité, et de proposer un mode d'accompagnement convenant au binôme concerné

### PERSONNES RESSOURCES

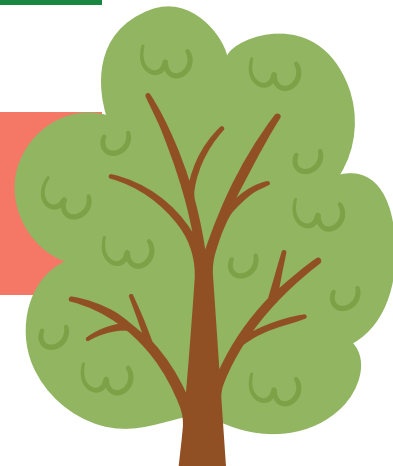
En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-riche-s à l'environnement ou éducateur-riche-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

**Feuille d'indicateurs de bien-être "avant-après"**

Modèle téléchargeable en ligne : [www.urlz.fr/tXub](http://www.urlz.fr/tXub)





# LA CIBLE SONORE



## Objectifs

- Apprendre à écouter les différents sons de la nature
- Apprendre à être attentif aux effets que provoquent ces sons sur nos ressentis et nos émotions



## Public concerné

Enfants, adolescents et jeunes adultes



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Communiquer de façon constructive



## Taille du groupe

6 à 16 participants



## Durée de l'action

20 minutes - ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité

## → Déroulé de l'activité



Le groupe se rend dans un endroit de nature le plus éloigné possible des activités humaines bruyantes.

Il est remis à chacun une feuille représentant une cible traversée par une croix et un crayon. Puis chacun s'éloigne et trouve un endroit où se poser, seul et en silence.

Calmement, peut-être en fermant les yeux, les participants sont invités à **écouter les sons de la nature et à reporter sur la cible l'endroit d'où ils proviennent** (devant soi, derrière, à gauche, à droite, plus ou moins loin).

Pendant l'activité, les participants sont attentifs à :

- **Identifier la nature des sons** (*chants d'oiseaux, bruissement des feuilles dans le vent, vol d'une mouche ...*)
- Percevoir **leurs ressentis et leurs émotions** : sont-ils agréables ou non ? Peut-on les nommer ?

Ensuite, les participants se regroupent et sont invités à partager leurs observations et leurs ressentis avec les autres.

## → Variante

Cette activité peut se réaliser sans le support de la cible. Les sons perçus, leur caractérisation et leurs effets sur nos ressentis et nos émotions sont mémorisés.

## → Moyens nécessaires

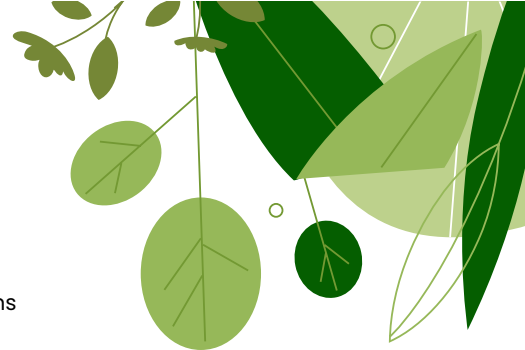
- Un endroit de nature calme et accessible
- Une cible sonore imprimée par participant
- Un support rigide par participant
- Un crayon par participant





## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'il n'y aura pas de bruits intempestifs (*engins de jardin motorisés, route à proximité...*)
- S'assurer que les participants peuvent s'asseoir sur des éléments de nature (*pierres, herbe sèche, arbres couchés...*)
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop
- Lors du retour réflexif, porter l'attention et les échanges sur les ressentis et les émotions

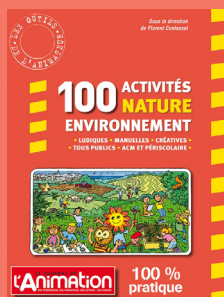


### PERSONNES RESSOURCES

En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-ric-e-s à l'environnement ou éducateur-ric-e-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN



**Florent Contassot**  
**100 activités nature environnement**  
2017  
143 pages  
Martin Media  
21,90 €



# VÉGÉTALISATION DES ESPACES EXTÉRIEURS



## Objectifs

- Faire entrer la nature et la biodiversité dans l'école
- Replacer le bien-être et la santé des enfants et des adultes au cœur du projet d'école
- Réaliser un projet pédagogique commun associant toutes les parties prenantes de l'établissement



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Prendre des décisions constructives
- Communiquer de façon constructive
- Résoudre des difficultés



## Public concerné

Enfants de la maternelle au lycée, parents, ensemble de la communauté scolaire



## Taille du groupe

Ateliers en petits groupes



## Durée de l'action

Plusieurs mois

## → Déroulé de l'activité (source : CEREMA, « pourquoi et comment végétaliser les cours d'école »)



Cette action se réalise en suivant les étapes de la méthodologie de projet : diagnostic, définition des priorités, des objectifs, des actions, des partenaires opérationnels, des moyens, du calendrier.

La **concertation avec l'ensemble des parties prenantes** de l'établissement, dont les élèves et les parents, et les différentes personnes de la collectivité, est fondamentale : elle permet de recueillir les points de vue et les propositions, et de décider ensemble du projet. Se **faire accompagner** (voir la rubrique « Annexes ») peut être fort utile pour définir le projet, trouver les moyens de le réaliser, le mener à bien.

Chaque projet est différent ; un **diagnostic de la situation initiale permet de recueillir des données** sur les usages actuels de la cour.

Un **temps d'expression** des représentations de chacun est à organiser, afin de pouvoir laisser s'exprimer les réticences et l'appréhension des nuisances possibles (propreté, dangers).

Il sera complété par un temps de sensibilisation commun sur le sujet, dans lequel des réponses seront apportées : réponses issues des pratiques et réponses issues d'études scientifiques montrant la prédominance des bienfaits sur la santé des enfants par rapport aux risques.

Puis, des **réflexions par petits groupes sous forme d'ateliers**, de réunions d'échanges, de réflexion sur plans, sont organisées pour imaginer le futur de la cour, et faire des propositions : quels sont les besoins, les contraintes, les pratiques ? Quel est le calendrier idéal pour réaliser les travaux ?

Souhaite-t-on faire entrer la nature dans la cour ? Mieux gérer les eaux pluviales ? Rafraîchir la cour en été ? Aménager des aires de jeux ? Proposer un coin de nature pour permettre aux enfants de découvrir le monde du vivant ? Installer un jardin pédagogique ? Faire des plantations ? Un temps de définition des règles d'usage est à prévoir également.

Le **projet est participatif**, aussi la place de chaque partie prenante est à définir : quelle place ou quelles actions lors de la réalisation du projet souhaitent avoir les enfants, les parents, la communauté éducative, le personnel non éducatif ? Quel rôle, quelles tâches pour chacun ?

La gouvernance est à définir, qui sera représentative des parties prenantes, ainsi qu'un pilote qui coordonnera le projet et communiquera auprès de tous.

Ensuite vient la phase de recherche de partenaires opérationnels spécialisés et réalisation de devis (*entreprises de débitumisation, et d'aménagements paysagers...*) puis la recherche d'aides financières.



## → Moyens nécessaires

- Dégager du temps scolaire et péri-scolaire pour chaque phase du projet
- Etre accompagné par une structure compétente
- Faire un projet pédagogique et participatif autour de la végétalisation de la cour
- Faire émerger les compétences psychosociales des enfants tout au long du projet
- Solliciter différents soutiens financiers



## → Points de vigilance

- Le projet est pédagogique et participatif : les propositions des parties prenantes sont entendues et prises en compte
- Un temps d'expression des représentations, des souhaits et des appréhensions est réalisé
- Une gouvernance et un pilotage clairement identifiés et fonctionnels
- Une communication claire et régulière sur l'avancement du projet

### PERSONNES RESSOURCES

Pour être accompagné dans le projet

#### **CAUE**

Conseils d'Architecture, d'Urbanisme et de l'Environnement  
[fncaue.com](http://fncaue.com)

Pour trouver un financement

#### **Le « Fonds Vert » de l'Etat**

[www.ecologie.gouv.fr/fonds-vert](http://www.ecologie.gouv.fr/fonds-vert)

Pour visiter des sites en Bretagne et être aidé

#### **Association BRUDED**

Bretagne Rurale et Urbaine pour un Développement Durable  
[www.bruded.fr/vegetalisation-de-cours-decoles-decouvrez-nos-retours-dexperiences-suite-au-cycle-de-visites/](http://www.bruded.fr/vegetalisation-de-cours-decoles-decouvrez-nos-retours-dexperiences-suite-au-cycle-de-visites/)

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### **CEREMA : Pourquoi et comment végétaliser une cour d'école**

[www.cerema.fr/fr/actualites/pourquoi-comment-vegetaliser-cours-ecole](http://www.cerema.fr/fr/actualites/pourquoi-comment-vegetaliser-cours-ecole)

#### **Classe de demain : Aménagement des espaces éducatifs**

[www.classe-de-demain.fr/accueil/cest-vous-qui-le-dites/7-conseils-pour-reussir-la-vegetalisation-de-la-cour-de-recreation](http://www.classe-de-demain.fr/accueil/cest-vous-qui-le-dites/7-conseils-pour-reussir-la-vegetalisation-de-la-cour-de-recreation)



# FABRICATION D'ŒUVRES DE LAND-ART



## Objectifs

- Développer l'attention à la nature
- Découvrir une approche artistique de reconnexion à la nature
- Réaliser une œuvre individuelle
- Réaliser une œuvre collective



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Prendre des décisions constructives
- Réguler ses émotions, gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Public concerné

Élèves de la maternelle au lycée



## Taille du groupe

Une classe ou demi-classe



## Durée de l'action

Une ou plusieurs rencontres de 1h à 2h

## → Déroulé de l'activité



Cette activité peut se réaliser seul ou en collectif, en petits groupes ou en grand groupe. Il est possible d'opérer une progression entre ces trois approches.

Les participants sont invités à **composer une œuvre à partir d'éléments de nature trouvés à proximité**, végétaux ou minéraux. Il est possible d'utiliser des matériaux complémentaires : planchettes de bois, ficelle, corde...

Dans un premier temps, il est remis à chaque participant un panier pour déposer les éléments collectés. Les participants **réfléchissent ensuite au thème de l'œuvre qu'ils voudraient réaliser ; l'inspiration peut se trouver en déambulant dans la nature, ou en échangeant avec les autres élèves.**

Puis, chacun-e déambule et cueille ou ramasse des éléments de nature susceptibles de composer son œuvre : **feuilles, fleurs, fruits, branches, herbes, cailloux, ...**

L'animateur-riche veille à ne prélever que des éléments se trouvant en grande quantité, et **à ne pas prélever de plantes rares ou protégées.**

Les techniques utilisées pour créer l'œuvre peuvent être **l'empilement, la juxtaposition, la superposition, la construction et la gravure.** Des éléments de nature sont utilisés pour consolider l'œuvre : herbes, lianes, tiges. Chacun est invité à donner un nom à sa création.

Ensuite, le groupe visite les œuvres de chaque participant qui présente alors son tableau et le nom qu'il lui a donné. L'animateur-trice propose des échanges sur l'œuvre de chacun.

Un échange collectif est proposé en fin d'animation autour du vécu de chacun sur cette animation.

Les œuvres sont éphémères : il est possible de les photographier pour en garder le souvenir.

## → Moyens nécessaires

- Un endroit de nature calme et varié d'un point de vue végétal et minéral
- Un panier par participant
- Un ou plusieurs sécheurs (facultatif)
- De la ficelle
- Des ciseaux
- Un petit couteau
- Des craies de couleurs différentes
- Des planchettes



## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop : définir des limites géographiques
- Attention à ne pas toucher de plantes allergisantes
- Prévoir une protection contre le soleil



### PERSONNES RESSOURCES

#### **Franck Caillet**

Enseignant en activités socio-culturelles au lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
franck.caillet@educagri.fr

#### **Aurélié Jacquemond**

Enseignante en aménagements paysagers au lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
aurelie.jacquemond@educagri.fr



### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

#### **Région académique de Normandie : Fiche pédagogique Land-Art**

[https://lillebonne.circonscription.ac-normandie.fr/IMG/pdf/Dossier\\_landart.pdf](https://lillebonne.circonscription.ac-normandie.fr/IMG/pdf/Dossier_landart.pdf)

#### **Région académique Grand-Est : Fiche pédagogique Land-Art**

[https://cpd67.site.ac-strasbourg.fr/arts\\_visuels/wp-content/uploads/2016/03/DEMARCHE-PEDAGOGIQUE-EN-LAND-ART.pdf](https://cpd67.site.ac-strasbourg.fr/arts_visuels/wp-content/uploads/2016/03/DEMARCHE-PEDAGOGIQUE-EN-LAND-ART.pdf)





# RÉALISER DES DÉFIS NATURE



## Objectifs

- Découvrir une approche créative en lien avec la nature
- Développer sa créativité
- Réaliser un défi collectif



## Compétences psychosociales

- Prendre des décisions constructives
- Exprimer ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Public concerné

Élèves de la maternelle au lycée



## Taille du groupe

Une classe ou demi-classe



## Durée de l'action

1 séance de collecte de matériaux  
1 à 2 séances de réalisation (4 à 6h)

## → Déroulé de l'activité



Les « défis nature » sont des activités ponctuelles à réaliser à partir d'éléments de la nature. Les activités **peuvent être proposées par les élèves** à partir de leurs envies et de **leurs connaissances et expériences**, ou proposées par les enseignant-e-s.

Ils peuvent être réalisés individuellement ou collectivement.

Voici quelques exemples d'activités possibles :

- Réaliser des cartes postales de Noël ou des cartes de vœux avec des collages végétaux sur du papier rigide
- Réaliser des bijoux ornementaux avec des éléments recueillis dans la nature
- Fabriquer du brou de noix, qui sera ensuite utilisé pour colorer des meubles en bois
- Fabriquer des bouquets ou des couronnes de fleurs
- Fabriquer des animaux avec des feuilles, des fruits, des petites branches
- Décorer la salle de classe avec des éléments de la nature
- Faire un mini-jardin dans des coquilles d'œufs évidées
- Bricoler un terrarium

## → Variante

Si vous souhaitez mener l'action sur l'année, les défis peuvent être menés en plusieurs étapes : un premier défi individuel (*choisi dans une liste – chacun choisissant un défi différent*) puis, les défis peuvent être menés en binôme, puis en petit groupe, pour finir par un défi collectif classe.

## → Moyens nécessaires

- Du matériel simple adapté aux activités choisies
- Des matériaux collectés dans la nature ou dans un parc



## → Points de vigilance

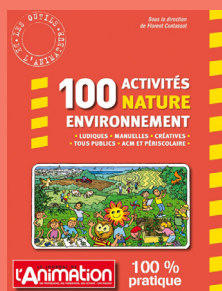
- Prévoir une zone « atelier » pour pouvoir gérer le nettoyage suite aux activités qui peuvent être salissantes (*exemple : le brou de noix tache les vêtements*)
- Être vigilant vis-à-vis des plantes urticantes, toxiques

### PERSONNES RESSOURCES

#### Aurélie Jacquemond

Enseignante en aménagements paysagers au lycée horticole d'Hennebont  
Campus Sciences et Nature du Morbihan  
aurelie.jacquemond@educagri.fr

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN



**Florent Contassot**  
**100 activités nature environnement**  
2017  
143 pages  
Martin Media  
21,90 €

#### Association Parents-Mômes : 35 idées de bricolage nature pour les enfants

<https://momes.parents.fr/les-tops-des-momes/top-des-momes-bricolage-diy/35-bricolages-nature-pour-les-enfants-850051>



## UN APERÇU EN VIDÉO



Dans le cadre de cette expérimentation, plusieurs vidéos ont été produites au sein des établissements scolaires. Ces vidéos mettent en lumière les actions menées tout en intégrant les témoignages des acteurs du projet.





# LE TABLEAU VÉGÉTAL



## Objectifs

- Développer l'attention à l'environnement extérieur
- Développer la créativité



## Public concerné

Enfants, adolescents et jeunes adultes



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Prendre des décisions constructives
- Avoir conscience de ses émotions
- Communiquer de façon constructive



## Taille du groupe

De 6 à 16 participants



## Durée de l'action

1 heure (ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité)

## → Déroulé de l'activité

Les participants sont invités à composer **un tableau ou une œuvre à partir d'éléments de nature trouvés à proximité.**

Dans un premier temps, il est remis à chaque participant un panier et un cadre évidé : un cadre photo sans la vitre, par exemple ; il peut aussi être constitué de branches ou d'herbes trouvées à proximité.

Puis, chacun déambule et cueille ou ramasse des éléments de nature susceptibles de composer son tableau : feuilles, fleurs, fruits, branches, herbes, cailloux...

L'animateur-riche veille à ce que ne soit prélevés que des éléments se trouvant en grande quantité, et **à ne pas prélever de plantes rares ou protégées.**

Le cadre est posé sur l'herbe, et il est rempli avec les éléments recueillis disposés artistiquement ; chacun est invité à donner un nom à sa création.

Ensuite, le groupe visite les œuvres de chaque participant, ces derniers présentant leur tableau et le nom qu'il lui ont donné ; l'animateur-riche propose **des échanges sur l'œuvre de chacun.**

Un échange collectif est proposé en fin d'animation autour du vécu de chacun sur cette animation.

Les tableaux sont éphémères : il est possible de les photographier pour en garder le souvenir.

Avant de repartir, les cadres sont emmenés, les tableaux restent et se décomposeront dans la nature.



## → Variante

• Une variante possible est d'avoir un cadre en bois sur lequel on a mis du gros scotch avec la partie autocollante vers le haut, ainsi, lorsque les participants posent leurs éléments naturels, ils tiennent sur le cadre et ils peuvent facilement le transporter.

• Une autre variante est de composer une œuvre en trois dimensions, avec des éléments de nature empilés tels une sculpture.

• Une troisième variante est de s'inspirer des éléments de nature à proximité comme support de son œuvre : par exemple la réaliser sur un rocher, entre les branches d'un arbre, sur l'eau telle un radeau...

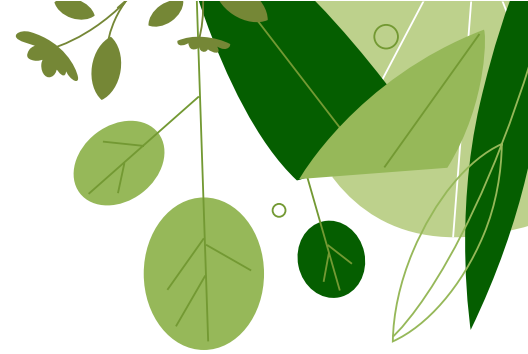


## → Moyens nécessaires

- Un endroit de nature calme et varié en espèces végétales
- Des cadres en bois
- Un panier par participant
- Un ou plusieurs sécateurs (facultatif)

## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop
- Attention à ne pas toucher de plantes allergisantes
- Prévoir une protection contre le soleil



### PERSONNES RESSOURCES

En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-ric-e-s à l'environnement ou éducateur-ric-e-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

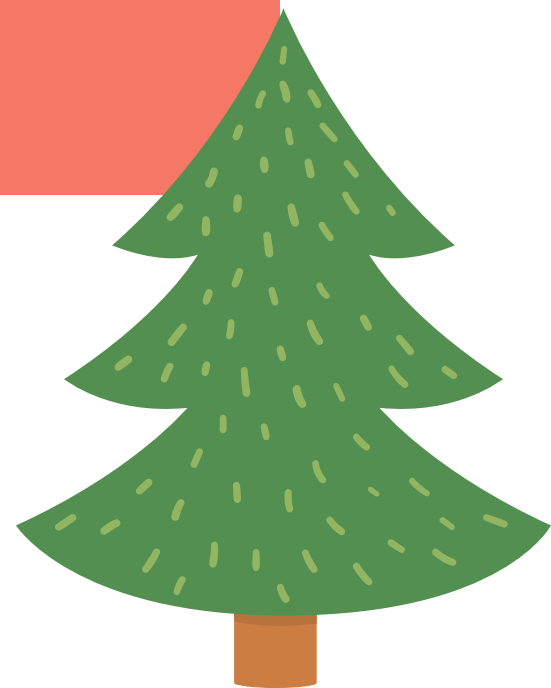
Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).



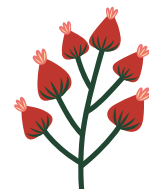
### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN



**Florent Contassot**  
**100 activités nature environnement**  
2017  
143 pages  
Martin Media  
21,90 €



# PERCEVOIR LA BEAUTÉ DE LA NATURE



## Objectifs

- Identifier des éléments de la nature que nous trouvons beaux
- Faire le lien entre l'émerveillement et le bien-être



## Public concerné

Enfants, adolescents et jeunes adultes



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Avoir conscience de ses émotions
- Réguler ses émotions, gérer son stress
- Communiquer de façon constructive



## Taille du groupe

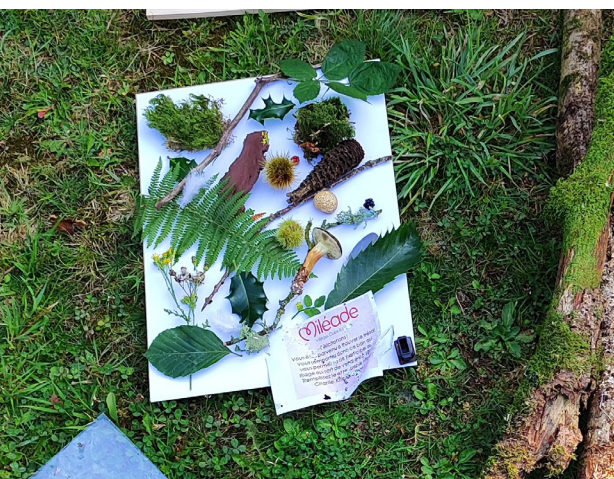
De 6 à 16 participants



## Durée de l'action

30 minutes (ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité)

## → Déroulé de l'activité



Dans un espace de nature choisi, chaque participant s'éloigne et va **repérer un élément de la nature** qu'il trouve beau, qui lui fait du bien ou qui lui procure des **sensations ou des souvenirs agréables** : une plante, une fleur, un nuage, un rayon de lumière, ou autre. L'élément peut être prélevé, **uniquement s'il est en quantité suffisante dans la nature**.

Puis les participants se regroupent et sont invités à rassembler les éléments choisis.

Les éléments physiques peuvent être posés sur un support : sur l'herbe ou sur la terre, sur une grande feuille de papier ou un drap ou autre...

Les éléments immatériels peuvent être simplement évoqués ou dessinés.

Un temps d'échange est ensuite prévu pour permettre aux participants d'exprimer leurs ressentis :

- En quoi l'élément choisi est-il porteur de beauté et/ou de sensations agréables ?
- Est-ce une activité que vous pourriez reproduire dans le quotidien ? De quelle manière ?

## → Variantes

### Variante 1

Cette activité peut se réaliser en binôme. Il y a un accompagnant et un accompagné qui est alors masqué (ou yeux fermés).

L'accompagnant emmène l'accompagné vers un endroit qu'il trouve beau ; le masque est retiré ou les yeux s'ouvrent. L'accompagnant partage avec l'accompagné les raisons de son choix et l'effet que cet élément de nature provoque en lui.

L'accompagné exprime à son tour son ressenti : est-ce le même que celui de l'accompagnant ? Ou est-il différent ?

Ensuite, les rôles sont inversés et l'accompagné devient accompagnant de l'autre participant et l'emmène vers un élément de nature qui lui plaît.

### Variante 2 : « L'appareil photo » :

Toujours en binôme et sur le même fonctionnement que la variante 1, l'accompagnant tape doucement sur la tête de l'accompagné au moment où ils sont devant l'élément de nature choisi, comme si c'était un appareil photographique : l'accompagné ouvre alors les yeux devant l'élément de nature.



## → Moyens nécessaires

- Un endroit de nature calme, facilement accessible et varié en éléments de nature
- Des feuilles de papier et des crayons de couleurs
- Des planchettes ou autres supports rigides
- Des masques pour la variante



## → Points de vigilance

- Repérer les lieux en amont pour s'assurer qu'ils sont adaptés à l'activité
- Veiller à ce que les participants ne s'éloignent pas trop ou donner des limites dans l'espace
- Lors du retour réflexif, porter l'attention et les échanges sur les ressentis et les émotions

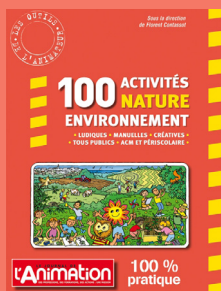


### PERSONNES RESSOURCES

En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-rice-s à l'environnement ou éducateur-rice-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).

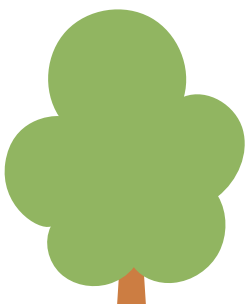
### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN



**Florent Contassot**  
**100 activités nature environnement**  
2017  
143 pages  
Martin Media  
21,90 €

**Office Français pour la Biodiversité : ressources pour les élèves et les enseignants**

[www.ofb.gouv.fr/ressources-pour-les-eleves-et-les-enseignants](http://www.ofb.gouv.fr/ressources-pour-les-eleves-et-les-enseignants)





# L'ARBRE AMI



## Objectifs

- Découvrir l'environnement naturel par une approche sensorielle
- Développer le sens du toucher
- Apprendre à se connecter avec la nature



## Compétences psychosociales

- Avoir conscience de soi
- Capacité de maîtrise de soi
- Prendre des décisions constructives
- Avoir conscience de ses émotions et de son stress
- Réguler ses émotions et gérer son stress
- Communiquer de façon constructive
- Développer des relations constructives
- Résoudre des difficultés



## Public concerné

Enfants, adolescents et jeunes adultes



## Taille du groupe

De 6 à 16 participants



## Durée de l'action

30 minutes (ne comprend pas le temps de déplacement vers le lieu de l'activité)

## → Déroulé de l'activité

L'activité se déroule en binôme : un accompagnant et un accompagné. Elle se situe dans un lieu de nature avec présence d'arbres et d'arbustes facilement accessibles (*éviter la présence de ronces et d'orties*). Pour commencer, l'animateur-riche de l'activité explique précisément le but et le déroulé de l'activité.

Un échange est proposé avec les participants afin de **recueillir leurs émotions et leurs ressentis avant la mise en action**. Les personnes qui peuvent ressentir des difficultés à évoluer dans le noir ou à être touchées par les autres se manifestent. Une adaptation de l'activité est proposée. Il est possible de proposer aux participants de remplir une grille d'indicateurs de bien-être, avant et après l'activité.

Un temps de **recentrage sur soi** est proposé aux participants : respiration lente, attention portée sur les sens pour se sentir relié à l'environnement naturel.

Des binômes accompagnant-accompagné sont formés : un masque est proposé à chaque binôme. La personne accompagnée met le masque sur ses yeux afin de ne plus voir son environnement ; elle évoluera « en aveugle » le temps de l'activité.

La **communication entre les membres du binôme est essentielle** : pour savoir si l'accompagnant peut toucher l'accompagné, et à quel endroit du corps ; pour signaler des obstacles lors de la marche ; pour choisir ensemble le rythme de la marche ; pour signaler le souhait de s'arrêter à certains endroits.

L'accompagnant emmène l'accompagné dans une **marche lente et en ligne sinueuse vers un arbre qu'il a repéré**, en le tenant par les épaules ou par le bras, de façon à lui éviter tout risque de chute et à le sécuriser. Il signale par la voix les obstacles possibles : racines d'arbres, plantes piquantes, etc.

Avant de commencer à marcher, il est possible de faire tourner l'accompagné sur lui-même afin de lui faire perdre le sens de l'orientation.

**Arrivé à l'arbre, l'accompagné fait sa connaissance** en le touchant avec les mains, toujours les yeux masqués ; il touche l'écorce, repère les particularités du tronc à plusieurs endroits, au niveau du sol, puis en remontant petit à petit. Les éléments particuliers sont mémorisés.

Quand l'accompagné se dit prêt, l'accompagnant le ramène au point de départ, toujours en ligne sinueuse. Son masque est alors retiré, et l'accompagné part à la recherche de son arbre.

Une fois l'arbre retrouvé, il est possible de passer un petit moment avec lui, de le découvrir comme étant un être vivant fonctionnant différemment des humains, ayant son rôle dans l'écosystème. Ne pas hésiter à lui parler si l'envie se présente.

Les rôles sont ensuite inversés. Au retour de l'ensemble des binômes, l'animateur-riche propose un échange sur le vécu de l'animation.



© Toute reproduction de cette image est interdite

## → Moyens nécessaires

- Choisir un lieu de marche peu accidenté, riche en arbres et arbustes, sans ronces ni plantes piquantes ou urticantes
- Un masque par binôme
- Un sac pour transporter les masques
- Une feuille d'indicateurs de bien-être « avant – après » et un crayon par participant
- Une tenue et des chaussures adaptées aux conditions météorologiques et au terrain



## → Points de vigilance

- Repérer le lieu en amont
- Déconseiller l'activité aux personnes pouvant souffrir de vertiges ou de troubles en lien avec l'absence du champ de vision
- Certaines personnes ne veulent pas être touchées physiquement : il est important d'en parler avant le début de l'activité, et de proposer un mode d'accompagnement convenant au binôme concerné.

### PERSONNES RESSOURCES

En Bretagne, près de chez vous, de nombreux éducateur-ric-e-s à l'environnement ou éducateur-ric-e-s en santé sont en capacité d'animer ce type de séquence pédagogique ou de vous accompagner dans ces animations.

Consultez l'annuaire du Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne ([www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)) ou Promotion Santé Bretagne ([www.promotion-sante-bretagne.org/equipe](http://www.promotion-sante-bretagne.org/equipe)).

### RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

**Feuille d'indicateurs de bien-être "avant-après"**

Modèle téléchargeable en ligne : [www.urlz.fr/tXub](http://www.urlz.fr/tXub)



# ET DEMAIN ?



Et demain ? Au-delà de l'expérimentation présentée dans ce document, on constate qu'il existe aujourd'hui une dynamique forte en Bretagne autour des sujets santé nature, qui engagent collectivement institutions, établissements scolaires, associations, monde de la recherche...

Pour exemples : les appels à projets "Eduquer à et dans la nature" 2022 (DREAL et Education Nationale) et "Promouvoir la santé et le bien-être des élèves" 2024 (DREAL, ARS, Education nationale) ; une recherche action collaborative sur l'école dehors 2023/2024 (ISFEC Bretagne, For-

miris National, Direction Diocésaine de l'Enseignement Catholique, enseignante-chercheuse Aurélie Zwang) ; projet Recherche Aire Marine Éducative (RAME) 2024-2026 (ENS Rennes, Office Français de la Biodiversité, enseignants-chercheurs...).

L'enjeu de demain sera de mettre en place des dispositifs pour soutenir cet intérêt croissant sur le sujet qui permettront de **faire réseau, fédérer, outiller, faire se rencontrer et mettre en synergie** ces différentes dynamiques et leurs parties prenantes.

## REMERCIEMENTS

Promotion Santé Bretagne et le REEB tiennent à remercier les personnes et structures sans qui cette expérimentation n'aurait pu se réaliser.

Tout d'abord, l'ensemble des établissements scolaires, les équipes pédagogiques, les enfants et les jeunes, les structures accompagnatrices engagés dans cette expérimentation. Aussi, nous remercions tous les partenaires techniques et financiers.

Nous tenons également à remercier Dominique Cottreau, enseignante-chercheuse à l'Université de Tours et ancienne coordinatrice du REEB, qui a contribué activement à concevoir ce projet expérimental. Son regard innovant, sa précision, sa bienveillance et son amour pour la préservation de la vie et la démarche éducative ont grandement contribué à la réussite du projet et à notre enrichissement mutuel.

Nous remercions Virginie Faucheur, étudiante en 2<sup>e</sup> année en santé publique en stage à Promotion Santé Bretagne en 2024 pour sa contribution lors de l'évaluation qualitative des projets au troisième trimestre 2024.

Les porteurs du projet tiennent à remercier l'ensemble des institutions qui ont soutenu cette initiative (logos en couverture), ainsi que l'association ADHEB (Association pour le Développement de l'Hygiène et de l'Epidémiologie en Bretagne) pour son don.

## TÉMOIGNAGE DE CHARLÈNE BRIARD, ÉDUCATRICE EN ENVIRONNEMENT AU CPIE DE BROCÉLIANDE

→ sur le retour des élèves de la Maison Familiale Rurale de Loudéac, quelques mois après la fin de l'expérimentation :

Les élèves, accompagnés de leur enseignante, poursuivent le projet dans un autre contexte : ils seront amenés à faire vivre des activités nature à des enfants en classe élémentaire, à réaliser leurs portraits et à y associer leurs émotions et ressentis sur le fait d'être en nature. Ce nouveau projet mêle culture et nature, avec l'objectif d'en faire une exposition, en plein air si tout va bien !

Plusieurs éléments m'ont marquée :

- A leur demande, le pique-nique devait avoir lieu en pleine nature ; il leur était impensable de s'enfermer pour déjeuner, et ils ont même ajouté : « Ah, c'est sûr, on n'aurait pas dit ça il y a un an »,
- Nous avons volontairement flâné et profité de temps de pause, et j'ai eu droit à des commentaires comme « La meilleure activité c'est de rester là, à écouter les oiseaux »,
- Ils étaient aussi très silencieux lors d'activités individuelles, ils s'isolaient volontairement et ont exprimé se sentir apaisés après ces activités. Ils ont également partagé qu'ils prenaient désormais, par eux-mêmes, des temps de ressourcement en nature pendant leur stage.

Je reste convaincue de l'utilité des projets sur le long terme, et j'avoue qu'en tant qu'éducatrice à l'environnement, où nous rencontrons habituellement nos publics de manière plus ponctuelle que dans la durée, c'est valorisant et enrichissant !



# ANNEXES



## RESSOURCES PÉDAGOGIQUES COMPLÉMENTAIRES

### → Pour approfondir le champ des compétences psychosociales

**Santé Publique France** : Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisée en 2021 > [www.santepubliquefrance.fr](http://www.santepubliquefrance.fr)

**Région académique de Bretagne** : Parcours éducatif de santé : Les compétences psychosociales – Espace pédagogique > [www.pedagogie.ac-rennes.fr](http://www.pedagogie.ac-rennes.fr)

**Atelier Canopé** : Les compétences psychosociales > [www.reseau-canope.fr](http://www.reseau-canope.fr)

**ISFEC** (Institut Supérieur de Formation de l'Enseignement Catholique) : Développer les compétences psychosociales des élèves pour favoriser l'apprentissage et un climat scolaire serein et motivant > [www.isfec-bretagne.org](http://www.isfec-bretagne.org)

**Sirena** (site ressource national sur les compétences psychosociales) : [www.sirena-cps.fr](http://www.sirena-cps.fr)

**Promotion Santé Normandie** : Les compétences psychosociales > [www.promotion-sante-normandie.org](http://www.promotion-sante-normandie.org)

**Le Pôle ressources en promotion de la santé Bretagne** : onglet thématiques > Compétences psychosociales > [www.poleressources.promotionsantebretagne.fr](http://www.poleressources.promotionsantebretagne.fr)

**Promotion Santé Bretagne** : Nos formations > [www.promotion-sante-bretagne.org](http://www.promotion-sante-bretagne.org)

### → Les coordonnées des antennes de Promotion Santé Bretagne pour vous accompagner sur le champ des compétences psychosociales

**Finistère** : [contact29@promotion-sante-bretagne.org](mailto:contact29@promotion-sante-bretagne.org)

**Côtes-d'Armor** : [contact22@promotion-sante-bretagne.org](mailto:contact22@promotion-sante-bretagne.org)

**Ille-et-Vilaine** : [contact35@promotion-sante-bretagne.org](mailto:contact35@promotion-sante-bretagne.org)

**Morbihan** : [contact56@promotion-sante-bretagne.org](mailto:contact56@promotion-sante-bretagne.org)



### → L'école dehors et les activités pédagogiques dans la nature

**REEB** : divers outils disponibles à retrouver sur > [www.reeb.asso.fr](http://www.reeb.asso.fr)

- Brochure parents école dehors
- Polypode « Apprendre dehors »
- Plan Éduquer à et dans la nature
- Livret pédagogique « Prendre soin de soi, des autres et de la terre »

**Atelier Canopé** : Faire classe dehors > [www.reseau-canope.fr](http://www.reseau-canope.fr)

**Office Français pour la biodiversité** : ressources pour les élèves et les enseignants > [www.ofb.gouv.fr](http://www.ofb.gouv.fr)

**La fabrique des communs pédagogiques** : Classe dehors > [www.classe-dehors.org](http://www.classe-dehors.org)

**Graine Bourgogne Franche Comté** : Témoignage d'enseignants sur l'école dehors > [www.graine-bourgogne-franche-comte.fr](http://www.graine-bourgogne-franche-comte.fr)

**Tous dehors France** : Ressources partagées > [www.tousdehors.fr/?Ressources](http://www.tousdehors.fr/?Ressources)

**Ma petite forêt – éducation par la nature** : [www.mapetiteforet.fr](http://www.mapetiteforet.fr)

**L'école dehors à Stanislas Poumet** : vidéo > <https://vimeo.com/872706608>

**L'école dehors, école de la vie** : documentaire disponible sur YouTube > [www.youtube.com/watch?v=o7Sli0bfCFI](http://www.youtube.com/watch?v=o7Sli0bfCFI)

**Peur de la nature. Pistes de réflexion et pistes pédagogiques : dossier pédagogique** > [ediwall.wallonie.be/peur-de-la-nature-pistes-de-reflexion-et-pistes-pedagogiques-2003-numerique-067460](http://ediwall.wallonie.be/peur-de-la-nature-pistes-de-reflexion-et-pistes-pedagogiques-2003-numerique-067460)

**Etre prof** : Tester l'école dehors en milieu urbain > [www.etreprof.fr/boite-a-outils/ecole-dehors-milieu-urbain-elementaire](http://www.etreprof.fr/boite-a-outils/ecole-dehors-milieu-urbain-elementaire)

**Promotion Santé Bretagne** : Plein phare « Comment la nature nous fait du bien » > [www.promotion-sante-bretagne.org](http://www.promotion-sante-bretagne.org)

**Passeur de nature** : Classe Dehors : « Ma classe à ciel ouvert » > [passeur-de-nature-bretagne.com](http://passeur-de-nature-bretagne.com)

**Ouvrage** : *L'école à ciel ouvert*. 200 activités de plein air pour enseigner. Fondation Silviva. Sarah Wauquiez, Nathalie Barras, Martina Henzi, Rolf Jucker. Editions de la Salamandre. 2019

**Ouvrage** : *Sortir ! Dans la nature avec un groupe*. Tome 1. Réseau Ecole et Nature. 2021

### → Des outils pour vous accompagner au dehors

**Fédération des CPN** (Connaître et Protéger la Nature) : site internet avec des ressources gratuites > [www.fcpn.org](http://www.fcpn.org)

**Fédération des CPN** : Cahiers techniques des CPN > [www.fcpn.org/cahiers-techniques-collections-coffret-ctj](http://www.fcpn.org/cahiers-techniques-collections-coffret-ctj)

**WWF** (Fonds Mondial pour la Nature) : guide pratique à l'usage des professeurs des écoles primaires > [www.wwf.fr](http://www.wwf.fr)

**Toile de mer** (site collaboratif d'éducation à la mer et au littoral en Bretagne) > [www.toiledemer.org](http://www.toiledemer.org)

**Les conseils de prudence, la tactique anti-tiques** > [sante.gouv.fr/IMG/pdf/tiques\\_brochure.pdf](http://sante.gouv.fr/IMG/pdf/tiques_brochure.pdf)

**Cartes** : « La météo des émotions ». Clerpée Illustrations > [www.site.claire-p.com/LA-METEO-DES-EMOTIONS](http://www.site.claire-p.com/LA-METEO-DES-EMOTIONS)

### → Les coordonnées des différents référents classe dehors pour l'enseignement catholique de Bretagne

**Finistère** : [ddec29@enseignement-catholique.bzh](mailto:ddec29@enseignement-catholique.bzh)

**Côtes d'Armor** : [ddec22@e-c.bzh](mailto:ddec22@e-c.bzh)

**Ille-et-Vilaine** : [ddec35@e-c.bzh](mailto:ddec35@e-c.bzh)

**Morbihan** : [ddec56@enseignement-catholique.bzh](mailto:ddec56@enseignement-catholique.bzh)

### → Ressources et contacts Région académique de Bretagne

**Démarche école promotrice de santé** : [epsa@ac-rennes.fr](mailto:epsa@ac-rennes.fr)

**Éducation au développement durable** : [ce.daac@ac-rennes.fr](mailto:ce.daac@ac-rennes.fr)

### → Pour approfondir les connaissances sur les liens entre l'exposition à la nature et la santé

**La santé environnementale : du concept à l'action** : dossier documentaire > [doc-promotionsantebretagne.fr](http://doc-promotionsantebretagne.fr)

**Cairn.info** : Santé verte et bleue : les bénéfices de l'expérience de nature sur la santé globale > [shs.cairn.info](http://shs.cairn.info)

**Open Library Canada** : Nouveau modèle holistique de promotion de l'écosanté – L'apprentissage en plein air au Canada > [ecampusontario.pressbooks.pub](http://ecampusontario.pressbooks.pub)

**Open Library Canada** : Faire que les enfants et les jeunes renouent avec la nature pour préserver la planète – L'apprentissage en plein air au Canada > [ecampusontario.pressbooks.pub](http://ecampusontario.pressbooks.pub)

**Ouvrage** : *Naturel – Pourquoi voir, sentir, toucher et écouter les plantes nous fait du bien*, Kathy Willis. 2024

### → Pour mieux connaître les politiques régionales santé-nature

Site du Plan Régional Santé Environnement : Éduquer « à et dans la nature » > [www.bretagne.prse.fr](http://www.bretagne.prse.fr)

Le Fonds Vert – cahier d'accompagnement des porteurs de projets pour la renaturation des villes et des villages, dont les espaces d'enseignement : FV\_Cahier\_Axe2\_Renaturation\_v2.1 > [www.ecologie.gouv.fr](http://www.ecologie.gouv.fr)



## GLOSSAIRE

- **ARS** : Agence régionale de santé
- **BTS** : Brevet de Technicien Supérieur
- **CE 1 – 2** : Cours Élémentaire 1 – 2
- **CESCO** : Centre d'Ecologie et des Sciences de la Conservation
- **CMI – 2** : Cours Moyen 1 – 2
- **CNRS** : Centre National de la Recherche Scientifique
- **CP** : Cours Préparatoire
- **CPIE** : Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement
- **CPS** : compétences psychosociales
- **DRAAF** : Direction Régionale de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Forêts
- **DREAL** : Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement
- **INED** : Institut National d'Etudes Démographiques
- **INSEE** : Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques
- **IREPS** : Instance Régionale d'Education pour la Santé, aujourd'hui devenue **Promotion Santé Bretagne**
- **LPO** : Ligue de Protection des Oiseaux
- **OMS** : Organisation Mondiale de la Santé
- **PNSE** : Plan National Santé Environnement
- **PRSE** : Plan Régional Santé Environnement
- **REEB** : Réseau d'Education à l'Environnement Bretagne
- **REP** : Réseau d'Education Prioritaire
- **SAPAT** : Service d'Aide à la Personne et Aux Territoires
- **SEGPA** : Section d'Enseignement Général et Professionnel Adapté

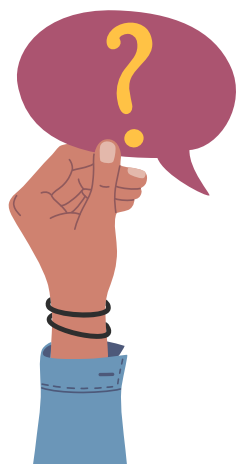
## EXEMPLES DE QUESTIONS POUR ÉCHANGER AUTOUR DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

### AUTOUR DES COMPÉTENCES COGNITIVES :

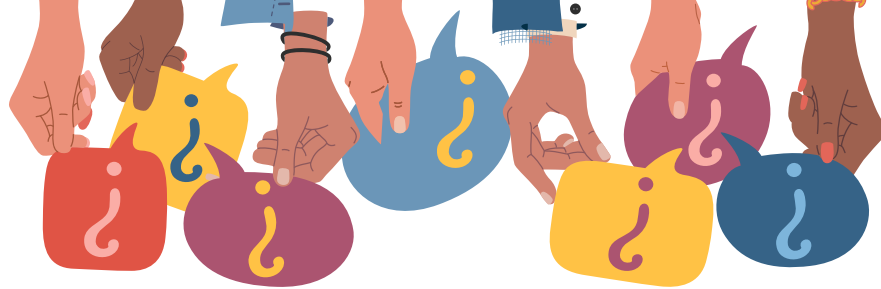
- Qu'est-ce que j'ai appris sur moi ? (mes qualités, mes limites)
- Qu'est-ce que j'ai appris sur les autres ?
- Qu'est-ce que les autres ont appris sur moi ?
- Qu'est-ce que j'ai appris sur la nature ?
- Quels sont les éléments de la nature que j'aime ? Qui me font du bien ?
- Et ceux que j'aime moins ?
- Est-ce que je ressemble à d'autres espèces vivantes ? Lesquelles ?
- Est-ce que je me sens en lien avec la nature ? Ou avec certains éléments de la nature ?
- Est-ce que je me sens faire partie de la nature ?
- Ai-je repéré, dans les activités humaines, celles qui ont un impact sur la nature ?
- Ai-je envie de retourner dans la nature une fois que les animations avec l'école/le collège/le lycée sont terminées ?
- Comment vais-je m'y prendre pour que ça se passe bien ?
- Ai-je repéré des empêchements pour aller dans la nature ? Lesquels ?
- Quelles sont les solutions que je vais mettre en œuvre pour dépasser ces empêchements ?

### AUTOUR DES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES :

- Comment je me sens avant de faire une animation dans la nature ?
- Mettre un mot sur la ou les émotions que je ressens (peur, joie, tristesse, colère, surprise, dégoût...)
- Comment ça se manifeste dans le corps ? Et dans la tête ?
- Est-ce que cette émotion me submerge ? Ou est-ce que j'arrive à la contrôler pour qu'elle ne devienne pas trop forte ?
- Qu'est-ce qui peut m'aider à la contrôler ?
- Qu'est-ce qui peut expliquer pourquoi je ressens cette émotion ?
- Est-ce que je peux dire aux autres l'émotion que je ressens ?
- Est-ce que je peux reconnaître des signes d'émotion chez les autres ?
- Qu'est-ce que ça me fait d'écouter les émotions des autres ?
  - Et après l'animation dans la nature ? (mêmes questions)
  - Pensez-vous que le fait d'être dans la nature peut calmer nos émotions ?
  - Pensez-vous que les autres êtres vivants ressentent des émotions ? Lesquels ?
  - Comment expriment-ils leurs émotions ?
  - Est-ce que les autres êtres vivants nous ressemblent ?
  - Peut-on ressentir des émotions quand on est dans la nature, qui sont directement liées à la nature ? Lesquelles ?
  - Quand vous serez stressés à nouveau, pensez-vous vous mettre dans la nature pour vous calmer ?
  - De quoi auriez-vous besoin pour cela ?







### AUTOUR DES COMPÉTENCES SOCIALES :

- Est-ce que ça m'a plu de faire des activités dans la nature avec les autres élèves ?
- Et avec les enseignant-e-s ?
- Est-ce que ma façon d'être avec eux (élèves, enseignants) a changé depuis que je fais les animations dans la nature ? De quelle manière ?
- Est-ce que je vois les personnes différemment maintenant ? Comment ?
- Est-ce que ça m'est arrivé d'apporter mon aide à quelqu'un pendant ou après les animations ?
- Est-ce que ça m'est arrivé d'être aidé ? Qu'est-ce que ça m'a fait ?
- Est-ce que je sais exprimer mon émotion à une autre personne quand ça ne va pas ?
- Est-ce que je sais mieux écouter les autres quand ils ne vont pas bien ?
- Est-ce que je me sens plus proche d'autres élèves ? Ou des adultes ?
- Est-ce que je comprends mieux ce que certains peuvent ressentir dans certaines situations ?
- Est-ce que j'arrive mieux à me mettre à leur place ?
- Est-ce que je communique plus facilement avec les autres ?
- Est-ce que j'ai appris à surmonter certaines difficultés lors des animations ?
- Est-ce que j'ai eu le sentiment que les surmonter avec les autres m'a fait du bien ? A été utile ?
- Est-ce que ma façon de voir les autres espèces vivantes a changé ?
- Est-ce que je peux communiquer avec d'autres espèces vivantes ? Lesquelles ? De quelle manière ?
- Est-ce que ma façon de vivre a une influence sur les espèces vivantes ? Comment ?
- Est-ce que j'ai envie de mieux respecter d'autres espèces vivantes ? De les protéger ?
- Comment vais-je m'y prendre ?

### EXEMPLES D'OUTILS POUR GARDER LA MÉMOIRE DES ÉCHANGES :

- **ANIMER UN DÉBAT COLLECTIF** : noter les idées de chaque élève au tableau, les regrouper, valoriser ce que le groupe pense, au même titre que ce que pense chacun
- **PROPOSER AUX ÉLÈVES DE DESSINER** ce qu'ils ont appris sur eux, sur les autres, et sur la nature
- **SE POSITIONNER AVEC DES CARTES OU DES DESSINS** représentant des réponses possibles aux questions posées (voir les outils pédagogiques des centres de documentation du REEB et de Promotion Santé Bretagne). *A découvrir : Plein phare sur... les compétences psychosociales - Promotion Santé Bretagne, disponible en ligne sur [www.promotion-sante-bretagne.org/publications/plein-phare-sur-les-competes-psychosociales](http://www.promotion-sante-bretagne.org/publications/plein-phare-sur-les-competes-psychosociales)*
- **FAIRE UN CARNET POUR CHAQUE ÉLÈVE**, pour garder la mémoire des actions réalisées, et pour qu'ils notent les compétences qu'ils pensent avoir développées

Proposer aux élèves de remplir un **QUESTIONNAIRE D'AUTO-ÉVALUATION** (par exemple avec une échelle de 1 à 5 = pas du tout / un peu / moyennement / oui / beaucoup) sur chaque question posée

- **PHOTOGRAPHER - FILMER** les moments où ces compétences sont mises en œuvre





## TÉMOIGNAGE DE FRÉDÉRIC BALLESTRACCI, ENSEIGNANT AU COLLÈGE DES HAUTES OURMES À RENNES

Il est d'abord nécessaire de **parler de mon rapport à la nature et de celui de mes élèves pour comprendre mon investissement et mon intérêt pour ce projet.**

Je suis né et j'ai grandi en région parisienne, pourtant la nature était omniprésente. Mes amis et moi jouions dehors. L'école était entourée de champs de pivoines et de vergers. De vieux arbres étaient des repères. Mes grands-parents avaient un jardin avec des essences locales et sauvages (lilas, mûriers, groseilliers, cerisiers, noisetiers...). Ils avaient également un petit potager. Ils mangeaient donc beaucoup de fruits et de légumes du jardin, mais ils en achetaient aussi sur les marchés locaux. **Mes grands-parents connaissaient le nom des fleurs et des arbres, mais aussi ceux de nombreux oiseaux.** Chez eux, ça sentait la nature fraîchement cueillie et les plats mijotés. En hiver, leur maison était froide, mais douce au printemps, et fraîche en été. Les meubles étaient en bois, les couvertures en laine, et les draps en coton. Les odeurs étaient très présentes dans l'atmosphère, celle du pot au feu en hiver, des lilas au printemps, des fruits en été, de l'encaustique et du linge propre tout au long de l'année.

Tout rappelait que **la vie était issue de la Nature et que nous vivions grâce et avec elle.** Une certaine harmonie naturelle flottait dans l'atmosphère. La Nature n'était pas un artifice, un avatar qui pouvait nous gêner ou nous divertir de temps en temps. La Nature était connue, reconnue, respectée, mais nous sentions bien que le vent tournait. Nous étions dans les années 1970.

Mes parents vivaient dans un appartement. Ils travaillaient tous les deux, et leur objectif était de participer à la vie sociale, culturelle et politique, au détriment, non volontaire, de la Nature, qui était devenue une connaissance et un loisir, et non plus un bien commun partageant naturellement nos vies.

Ensuite, est venu notre tour d'être parents. Mon épouse et moi avons élevé nos enfants dans les années 2000. **Les écrans étaient de plus en plus présents, et nos métiers de plus en plus sédentaires.** Nous étions sportifs et avions besoin de l'extérieur pour compenser cet enfermement et cette sédentarité imposée. Nous consommions alors de plus en plus bio, local, et partions en vacances souvent hors des sentiers battus, en pleine nature, et loin de la foule. Nous avions besoin de la nature et nous savions qu'elle était en danger, et qu'elle était devenue un bien à protéger, un bien plus si naturel que cela. **Nous étions convaincus qu'il fallait participer à l'élan de la promotion de la nature.** Il fallait de nouveau **l'enseigner, mais aussi la réapprendre, pour mieux retravailler ses richesses, les valeurs qu'elle nous enseignait, et son absolu nécessité.**

Étant enseignant en milieu urbain, j'assistais en direct à la déculturation des jeunes et des parents, ainsi qu'à l'amnésie culturelle des élèves face à la nature, mais aussi au manque de respect de cette nature. En tant que citoyen, j'assistais, médusé, au manque de considération accordé à la nature, aux catastrophes naturelles, et au réchauffement climatique. Cette dégradation m'interrogeait et me déprimait parfois. L'État ne me semblait pas à la hauteur, tant dans ses actes, que dans ses politiques nationales, sans parler du manque de communication et de réel investissement autour des programmes de sensibilisation à la nature pour les élèves.

J'ai donc décidé de tenter autre chose que les programmes et j'ai répondu à un appel à projet intitulé : comment la nature nous fait du bien ?

L'idée a été **de refaçonner et repenser avec les élèves tout ce que j'avais appris, compris et ressenti au contact de mes grands-parents et parents concernant la Nature.**

Comment ? En **prenant le temps de marcher, et de marcher le plus en pleine conscience possible.** Sans les contraintes que le covid nous a imposées, je n'aurais sans doute jamais pratiqué la marche en cours d'éducation

physique et sportive avec mes élèves. Jamais je n'aurais pu penser que la marche allait autant leur plaire, leur convenir, et leur permettre de pratiquer une activité physique tout en s'exprimant, tout en exprimant leurs émotions.

*Jamais je n'aurais pu penser que la marche allait autant leur plaire, leur convenir, et leur permettre de pratiquer une activité physique tout en exprimant leurs émotions.*

### LE PROJET ET SA MISE EN PLACE

Il s'agit d'un projet de classe qui s'inscrit dans un projet régional «Comment la nature nous fait du bien» mis en place par Promotion Santé Bretagne et le Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne. La classe est une classe de 6<sup>e</sup> SEGPA (section d'enseignement général et professionnel adapté), du collège des Hautes-Ourmes, localisé dans le sud de Rennes. Il s'agit d'un établissement REP+ (réseau d'éducation prioritaire). Cette classification illustre le contexte social défavorisé de la population qui le fréquente, en moyenne. En effet, la ville et le département, avec l'inspection d'académie, travaillent, chacun avec leurs prérogatives, sur la mixité de la population accueillie. Il n'empêche que cette population d'élèves, notamment en SEGPA, est le reflet d'une tendance actuelle dans le quartier et pour tous les élèves de France, **celle d'une perte de contact avec la nature, d'une accentuation de la sédentarité, d'une augmentation du temps passé devant les écrans, et par conséquent d'une augmentation de certains problèmes de santé** (obésité, troubles du sommeil et de la vue, aggravation du stress et de certains problèmes psychologiques), mais aussi d'une perte de connaissance de la nature et de ses bienfaits sur la santé.

La classe était composée de huit élèves (5 garçons et 3 filles) pour cette année 2023/2024 d'expérimentation du projet. Il s'agissait de **pratiquer la marche, de manière consciente, c'est à dire en tentant de ne penser qu'au moment présent de la marche,** et qu'à ce qui nous entoure. Cette marche était de **deux heures chaque semaine et d'une journée exceptionnelle avant chaque vacance.** Les marches hebdomadaires se déroulaient à proximité du collège, et dans Rennes. Celles qui étaient avant chaque vacances, au nombre de 5, se sont déroulées en parc urbain (parc Oberthur à Rennes), en forêt (forêt de



© Toute reproduction de cette image est interdite

Saint-Sulpice-la-forêt), près d'un étang (domaine de Careil), en bord de mer (Anse Duguesclin), et en campagne (vallée du Canut). L'objectif était **d'observer les comportements des élèves et leurs évolutions tout au long de l'année**, et en fonction des environnements, au travers de critères liés à des compétences psychosociales (CPS).

## EFFETS CONSTATÉS

### • Sur les élèves :

Je souhaite d'abord préciser qu'il n'y a pas eu d'effets miraculeux. Contacter la nature demande du temps, de l'envie et de l'engagement. Cependant, la régularité du projet a pu **permettre d'observer un besoin et une envie de marcher dans des endroits calmes, sans regards extérieurs**, car le jugement des autres les use, les fatigue, et les rend nerveux. Les élèves étaient **plus apaisés en sortie, plus détendus, plus aptes à échanger, et parfois à se confier**. Un climat de confiance s'installait au fur et à mesure de la marche qui permettait aux élèves de réfléchir, d'hésiter et de se lancer dans l'expression de sensations, de ressentis et de sentiments qu'ils ne pouvaient pas dire ou évoquer en classe.

Chaque **sortie hebdomadaire avait un but** (prendre en photo des fleurs, réaliser un bouquet, constater les saisons, repérer des animaux ...) et **un objectif d'explicitation des choix et des ressentis**. Les mots et le vocabulaire ont donc pris d'avantage d'importance, de même que l'écoute des autres, dans un contexte de classe parfois tendu, de fait notamment de deux garçons très agités et difficiles à contrôler.

Sans ces sorties, beaucoup d'échanges et d'évolutions n'auraient pas eu lieu, le contexte de classe ne le permettant pas.

Ces sorties ont surtout **construit des souvenirs uniques**, matérialisés notamment par des photos que les élèves ont apprécié de regarder, alors qu'ils ne souhaitaient pas forcément être pris en photo au début de l'expérimentation.

### • Sur moi, enseignant :

Les sorties nature et plus spécifiquement les marches m'ont permis de **prendre le temps de découvrir les élèves autrement et de manière plus sensible, plus adaptée à mon rôle de transmetteur**.

Les marches m'ont permis de prendre le temps de découvrir les élèves autrement et de manière plus sensible, plus adaptée à mon rôle de transmetteur.



© Toute reproduction de cette image est interdite

En effet, je suis enseignant depuis 26 ans, et la classe fermée, même si je suis enseignant adapté, n'est pas le cadre le plus adapté aux enseignements personnalisés et empathiques.

Marcher permet de **prendre le temps de dire des mots, des mots importants, des mots qui nous dévoient et nous révèlent**. Des mots qui nous permettent de comprendre « l'intimité » des élèves, celle que la posture assise en classe, dans le collectif et le cadre institutionnel et culturel, ne permet pas. Cette « intimité » est choisie par les élèves, ils s'expriment progressivement pour **nous dire ce qu'ils veulent bien nous dire pour nous aider, et s'aider**. En effet, comment aider un élève que l'on ne connaît pas et qui ne se connaît pas ? La marche permet cet échange qui implique chacun, ou pas, et qui révèle plus que la position statique assise face au professeur et à la classe. Se retrouver à marcher, à respirer, à subir le froid ou la pluie, la chaleur, la fatigue, ensemble, permet **de vivre des expériences communes et des ressentis communs**. Ces ressentis qui s'expriment permettent notamment de travailler concrètement, avec des supports d'exemples vécus, les compétences psychosociales.

Ces marches m'ont donc permis de me découvrir **une capacité d'écoute plus importante**, et plus adaptée. Elles m'ont permis de mieux regarder et voir les élèves, de **décaler mes premières impressions, mes premiers jugements**. J'ai ressenti ce que je ressentais parfois avec mes propres enfants, des émotions qui m'ont rappelé l'état d'enfant de mes élèves. Évidemment, nous savons, lorsque nous sommes enseignants, ce que nous travaillons, et avec qui, mais souvent, nous réagissons avec une distance théorique inadaptée au travail des compétences psychosociales, indispensables aux apprentissages.

Suis-je devenu un meilleur enseignant grâce à ces marches ? Oui, je le pense.

J'ai lâché prise avec un cadre plus rigide que mon inconscient d'enseignant me demandait de mettre en place. Cela ne s'est cependant pas fait miraculeusement grâce aux marches, j'étais prêt psychologiquement. Mon expérience et mon travail personnel me l'ont également permis.

Quel rôle a joué la nature dans mon évolution ? Elle a joué un rôle énorme, elle m'a **détendu, elle m'a davantage permis d'être à l'écoute et de relativiser** le monde technique, administratif et opérationnel dans lequel nous vivons. La nature joue un rôle « d'antidépresseur ». Il est donc nécessaire pour moi de ne plus m'en détacher comme nous le faisons trop depuis ces trente dernières années.

La nature a également permis **de déconstruire un peu plus mes idées autour de la notion d'apprentissage**. Apprendre, c'est vivre les choses, et non les subir de plein fouet, comme le subissent trop mes élèves dits "en difficulté".

### Les points forts du projet

- La régularité des sorties,
- La programmation anticipée des sorties à la journée, car elles motivent,
- La confiance accordée entre intervenants eux-mêmes et entre intervenants et élèves,
- L'adaptabilité, la réactivité, et l'ouverture d'esprit des intervenants,
- La complémentarité entre intervenants.

**Comment améliorer le projet ?** En vivant d'autres expériences, en prenant encore **le temps de l'écoute et de l'adaptation**.

Je souhaite remercier le département d'Ille-et-Vilaine, Promotion Santé Bretagne, et tout particulièrement Benoit Subileau et Camille Lebouvier pour leur accompagnement précieux pour la mise en place du projet et l'évolution de mes approches pédagogiques. ■



# LIVRET PÉDAGOGIQUE

## COMMENT LA NATURE NOUS FAIT DU BIEN – RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES DES ENFANTS ET DES ADOLESCENTS PAR DES ACTIVITÉS EN LIEN AVEC LA NATURE

«L'éducation à la santé et l'éducation à la nature remettent des compétences essentielles au cœur de l'éducation, des compétences qui ne servent pas à apprendre à gagner sa vie, mais à vivre bien. Les auteurs le spécifient dès l'introduction : "Véritables compétences de vie permettant aux êtres humains de mieux vivre ensemble, les compétences psychosociales favorisent aussi la compréhension des bienfaits engendrés par le contact avec la nature, le renforcement du sentiment d'attachement au monde du vivant et plus largement le développement des compétences pour agir en faveur de la santé humaine et de celle des écosystèmes." Il n'y aura pas de soin du climat si l'on n'instaure pas un climat de soin, diraient aussi la philosophe Cynthia Fleury et le designer Antoine Fenoglio.» - Extrait de la préface de ce livret, par Dominique Cottereau.

Ce livret pédagogique partage l'expérimentation «Comment la nature nous fait du bien – renforcer les compétences psychosociales des enfants et adolescents par des activités en lien avec la nature». Menée auprès d'enfants et d'adolescents dans des établissements scolaires bretons par des équipes pédagogiques et des structures accompagnatrices engagées, cette expérimentation est co-portée par Promotion Santé Bretagne et le Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne (REEB).

Ce document propose des clés de compréhension, des outils et des exemples d'activités pédagogiques pour vous permettre de réaliser votre propre projet.

**Année de publication :** 2025 · **Rédaction :** Mathilde Penloup, Hervé Strilka · **Maquette :** Maëva Hamonic · **Comité de relecture :** Charlene Briard, Solenne Le Du, Thierry Prestel · **Illustrations :** Adobe Stock · **Vidéo générale de présentation :** Hugo Dubos et Bastien Herlédant de l'association La Maison · **Capsules vidéos :** Tamara Glas

Certaines images contenues dans ce livret sont protégées par le droit d'auteur et le droit à l'image. Leur reproduction, partage ou modification sont strictement interdits sans autorisation préalable.

### Participants à l'expérimentation et partenaires techniques :



collège  
Camille Vallaux  
académie  
Rennes  
Éducation  
nationale



LYCÉE  
HORTICOLE  
Les écoles de la nature - Hennebont



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

Collège Les Hautes Ourmes  
Rennes



FORET DE BROCELIANDE



MINISTÈRE  
DE L'AGRICULTURE  
DE LA SOUVERAINETÉ  
ALIMENTAIRE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

ec  
29 | enseignement  
catholique  
FINISTÈRE



ec | enseignement  
catholique  
Ile-et-Vilaine

ec | enseignement  
catholique  
Morbihan

ENSEIGNEMENT  
PRIVE  
CATHOLIQUE  
CÔTES D'ARMOR



RÉGION ACADÉMIQUE  
BRETAGNE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité