

Grandir pour être soi
Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Grandir pour être soi
Alimentation, Mouvement et Image corporelle
des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

1

Dossier Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Sommaire :

La Pédagogie par la Nature : c'est quoi ?	p.2
Pourquoi aller régulièrement en nature avec les enfants ?	p.6
Le jeu libre de l'enfant	p.13

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

La pédagogie par la nature

La pédagogie par la nature : c'est quoi ?

Extrait d'un article paru dans Résonances, le Mensuel de l'Ecole valaisanne, juin 2014, N.Barras, pp.10-11.

*Crois-moi, j'en ai fait l'expérience,
Tu feras plus de découvertes
Dans les forêts que dans les livres
Arbres et pierres t'enseigneront
Ce qu'aucun maître ne te dira.*
Bernard de Clairvaux (1091-1153)

2

La pédagogie par la nature, vous connaissez ?

Ses précurseurs en sont des enseignant/es danois/es qui, dans les années '60 aux alentours de Copenhague, ont commencé à emmener les enfants dans les forêts alentour de la capitale, faute de place suffisante en ville. La valeur pédagogique de ce type d'enseignement ayant été reconnue quelques 30 années plus tard, l'Etat danois finance aujourd'hui plusieurs centaines d'écoles en nature sur son territoire. Après le Danemark, c'est au tour de la Suède, dans les années '80, de se lancer dans la pédagogie par la nature. Puis l'Allemagne, en 1993, a vu l'ouverture de sa première école en plein air officiellement reconnue par l'Etat; elles sont désormais 400 sur sol allemand. Et les initiatives se propagent de ce côté-ci du Rhin puisque, depuis la fin des années '90, nombre de cantons suisse-allemands, St-Gall, Bâle et Zurich notamment, voient l'ouverture de classes en plein air. Les bases de cette pédagogie sont notamment véhiculées de ce côté-ci de la Sarine par l'ouvrage de Sarah Wauquiez: « Les enfants des bois. Pourquoi et comment sortir en nature avec de jeunes enfants », 2008 (1). Le constat des conséquences néfastes d'un déficit de nature se fait outre-Atlantique également, notamment par Richard Louv, qui explique les graves risques qui pèsent sur la santé physique et psychique des enfants grâce à son concept du « syndrome du manque de nature » (2).

Apprendre dans, par et avec la nature : il semble bien que cela puisse être un plus pour les enfants d'aujourd'hui !



Un « canapé forestier » surmonté d'une bâche pour s'abriter en cas de fortes précipitations : voilà un type de structure d'accueil pour des enfants en milieu forestier

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barrasraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans

Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

(1) disponible auprès de l'auteure : Sarah Wauquiez, sarah.wauquiez@gmail.com.

(2) Richard Louv : „Last Child in the Woods : Saving Our Children from Nature Deficit Disorder“, 2005.

Bases pédagogiques

Malgré les différences structurelles de crèches, jardins d'enfants et écoles en nature, on trouve des bases pédagogiques communes: L'idée d'un apprentissage global et intégral, d'une approche multisensorielle de l'environnement, de l'apprentissage de la vie quotidienne, du principe de „aide-moi à le faire moi-même“ - et de la pédagogie par la nature. Parmi les autres objectifs des projets dans la nature, on trouve souvent: la stimulation de la motricité, de la perception par les sens, de l'imagination et de la créativité par le jeu avec le matériel naturel, le renforcement du système immunitaire, l'expérience du silence, l'expérience de vivre avec les cycles des saisons, l'apprentissage social, l'apprentissage intégral par tous les sens et avec main, coeur et tête, la sensibilisation aux liens écologiques, et – plus récemment – la contribution à un mode de vie durable.

Définitions

„Grâce à l'exploration directe avec tous les sens et des expériences positives dans la nature, nous pouvons développer une relation profonde avec tout ce qui vit. Une relation affectueuse avec la nature est la base nécessaire pour un rapport responsable avec notre environnement. Ce que nous aimons et respectons, nous aimerons aussi le protéger et conserver. L'objectif principal du jardin d'enfants en plein air est de permettre aux enfants d'établir une relation pérenne avec la nature, fondée sur le plaisir et le respect.“

Jardins d'enfants en nature „Dusse Verusse“

« La pédagogie par la nature offre du **temps** et de l'**espace** pour aller la rencontre de la nature et y vivre une expérience. Elle stimule ces expériences par des méthodes et approches variées. Son but est de faire re-vivre des morceaux oubliés ou perdus de notre relation envers la nature, et de construire ainsi un nouveau lien entre l'homme et la nature; un lien qui se fonde sur le respect. Par une fréquentation intense et variée, l'homme découvre différentes facettes de sa relation avec la nature. La pédagogie par la nature veut fournir la base émotionnelle pour une fréquentation durable de nos espaces et ressources naturelles.

Elle travaille consciemment et de manière ciblée avec différentes méthodes et possibilités d'expériences vécues avec la nature, adaptées à la situation et au public cible. »
(www.naturschule-freiburg.ch)

« La pédagogie par la nature veut aller contre la désensibilisation de la vie. Au contraire, elle nous propose d'utiliser nos sens, et par là peut-être de trouver un sens. »

Barbara Gugerli-Dolder, enseignante, musicienne, géographe et pédagogue par la nature, ex-professeur à l'HEP Zurich, auteure des livres en éducation à l'environnement et au développement durable

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Les vertus et les limites de la pédagogie par la nature

La vertu majeure de la pédagogie par la nature est qu'elle constitue un concept qui aide l'enfant à tisser un lien émotionnel positif à l'égard de la nature. L'expérience ludique y joue un rôle central.

L'éducation classique à l'environnement est souvent trop cérébrale et compliqué pour des enfants en bas âge. La pédagogie par la nature éveille l'intérêt des jeunes enfants d'une manière plus adaptée et répond mieux aux besoins liés à leur développement. La pédagogie par la nature se concentre sur la rencontre avec la nature, sur la formation du cœur, qui devrait éveiller l'amour pour tout ce qui vit, base indispensable pour agir d'une manière responsable. Par contre, elle néglige souvent de montrer comment on peut agir dans le quotidien, et de réfléchir pourquoi on agit ainsi, et pas autrement.

Pour une éducation à l'environnement intégrale, il serait favorable d'y intégrer les autres composants de l'univers quotidien de l'enfant : son logement, sa commune, son école. Il serait souhaitable d'y inclure aussi d'autres thèmes comme le recyclage, les transports, les économies d'énergie, l'alimentation, la construction, les traditions populaires, l'histoire de sa commune : un peu de tout du patrimoine humain.

La pédagogie par la nature avec les jeunes enfants

Dans la définition de la pédagogie par la nature, trois éléments pédagogiques clés sont évoqués : Laissez assez de temps, assez d'espace et un environnement adapté aux enfants, pour qu'ils puissent aller à la découverte de la nature. Donner du temps et de l'espace veut dire : donner le temps aux enfants de pouvoir s'immerger dans une activité, avec le moins de restrictions possibles (règles, limites, interventions). Transmettez-leur votre enthousiasme et votre respect pour la nature. Puis laissez-les jouer, en les accompagnant.

A cet âge, le but principal de l'éducation à l'environnement est de faire des expériences positives et directes dans la nature, de s'y sentir bien. Pour atteindre ce but, les enfants ont besoin d'un adulte qui les immerge dans l'espace naturel (espace qui est parfois complètement inconnu des enfants), qui les amène à vivre des expériences positives et intenses, qui pose un cadre sécurisant, qui amène des approches nouvelles et variées, qui veille à ce que les enfants puissent être actifs et découvrir par eux-mêmes. Les plus jeunes n'ont même pas besoin d'une approche variée ; ils profitent surtout du jeu libre avec les autres enfants. La variation des approches entre en jeu dès que vous commencez à proposer des activités dirigées. Leur application doit rester très simple : on ne raisonne pas encore la consommation de bois de feu et la construction des valeurs, mais on vit ses valeurs dans le quotidien : reprendre les déchets non-compostables de son goûter à la maison, remercier la forêt d'avoir pu lui rendre visite.

En conclusion de ce thème de « La Pédagogie par la Nature », voici encore ces quelques propos :

Les jeunes enfants ont une perception du monde à la fois animiste et anthropomorphiste. Pour eux, les animaux, les plantes et les éléments de la nature sont dotés des caractères humains. L'enfant pense : *Le soleil brille parce que j'ai froid, la limace a besoin d'un lit pour dormir, les nuages se déplacent lentement car ils n'ont pas de pieds.* Ce type de représentation du monde permet aux enfants de tisser un lien émotionnel avec la nature.

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

A ce stade de développement, le réel et l'imaginaire se conjuguent encore allègrement. Les enfants peuvent ainsi passer d'une représentation à l'autre ; ils font encore peu la différence entre l'homme, la plante, l'animal et les éléments animés et inanimés de la nature.

D'autre part, la vie du jeune enfant est dominée par le jeu : en jouant, l'enfant apprend à se connaître lui-même, à appréhender ses semblables ainsi que le monde qui l'entoure. **Jeux d'information** (reconnaître des objets), **jeux de fonction** (grimper, se balancer), **jeux de construction** (assembler, dessiner) et **jeux symboliques** (le bâton se fait fusil ou baguette magique), rythment le quotidien de l'enfant. Le monde des jeunes enfants se déploie au fil de leur action.

Ceci implique une attitude particulière de la part de l'adulte qui accompagne les enfants dans la nature, afin de respecter cette perception globale du monde qui est la leur. L'adulte sera observateur plutôt qu'animateur, dans le sens « *Aide-moi à le faire moi-même* ». S'il propose aux enfants des stimuli, ceux-ci s'appuient sur un contexte bien réel : les activités des enfants.

C'est par le biais d'une observation éclairée que l'adulte perçoit les besoins de l'enfant et ceux du groupe. Le savoir-faire de l'adulte consiste donc à s'adapter de façon flexible aux besoins des enfants, et non à appliquer strictement un programme prévu d'avance. Cela requiert patience, spontanéité, créativité et intuition.

D'autre part, la pédagogie par la nature n'a pas comme objectif de transmettre des notions. Son but est bien plutôt de permettre aux enfants de **vivre des expériences personnelles dans et avec la nature, et cela à leur propre rythme**. Pour permettre cela, l'adulte assure un cadre spatial et temporel, à l'intérieur duquel l'enfant peut évoluer et explorer en toute sécurité le monde qui l'entoure.

Pourquoi aller régulièrement en nature avec les enfants ?

Connaissions tout d'abord quelques caractéristiques développementales des jeunes enfants.

Entre 3 et 6 ans, les enfants sont dans l'âge du jeu, de l'imitation, de la magie, de la confiance aveugle en les adultes.

Cela implique au niveau du :

Développement du corps :

Grand besoin de mouvement, le développement du corps est étroitement lié au développement social et psychique. A partir de 5 ans, l'enfant contrôle son corps. Mais celui-ci grandit vite et change beaucoup.

Développement psychique :

Premiers pas de la famille vers les structures extrafamiliales. Besoin de sécurité, de contact corporel.

L'âge du jeu, de la fantaisie sans limites. L'enfant met son monde intérieur autour du monde extérieur. A partir de 5 ans, un équilibre se crée entre les mondes intérieur et extérieur. Stade de l'intelligence préopératoire, pensée concrète : développement du langage, apprendre par le jeu, respect de règles. L'apprentissage des termes est lié à des objets concrets.

Développement du langage : très rapide, à 5 ans l'enfant maîtrise quasiment sa langue maternelle. Il est capable d'enregistrer dans sa mémoire de nombreuses informations, particulièrement des déroulements.

D'abord, jeux élémentaires : découvrir les 4 éléments de la nature. Dès 4 ans, jeux de rôles. Egocentrisme : l'enfant a encore de la peine à se mettre dans la peau d'autres êtres vivants.

Développement social :

Du jeu solitaire et des personnes de référence adultes vers des jeux en petits groupes, vers des rapports aux autres enfants, les premières amitiés. Identification des rôles du genre.

Rapport aux parents, aux éducateurs et animateurs :

Confiance aveugle envers les parents et les éducateurs, recherche la protection et la sécurité.

Rapport à l'environnement naturel :

L'enfant entre dans la forêt avec son monde de fantaisie. L'imagination et la réalité se mélangent. Grande curiosité et envie d'explorer, de découvrir les éléments.

Rapport animiste : tout ce que l'enfant découvre peut être vivant : pommes de pin, cailloux, le vent, ...

Importance de la nature et objectifs principaux de l'éducation à l'environnement :

Les expériences à cet âge s'ancrent dans l'inconscient et forment la base pour la relation et le comportement envers la nature plus tard. Objectifs : éveiller l'amour pour tout ce qui vit, former le cœur, se sentir bien en nature.

Méthodes et formes d'apprentissages adaptées pour l'éducation à l'environnement :

Jeu libre, vivre les éléments, travail sur les sens, travail de la motricité, histoires, chansons, comptines, rituels en groupe, explorer, chercher, récolter, cuisiner, jeux de mimes ; dès 5 ans : jeux de rôles, jeux de groupe.

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barrasemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Méthodes et formes d'apprentissages non adaptées :

Jeux avec un grand rayon d'action. Apprentissage intellectuel qui ne passe pas par les sens.

Rôle de l'animateur, du responsable :

Idole ! Retravailler sa propre relation envers la nature.

Accompagnement de l'enfant afin qu'il se sente en sécurité et protégé.

Laisser beaucoup de place pour le jeu libre.

Etre attentif (observer) et réagir d'une manière flexible et adaptée à la situation.

Faire soi-même, être quelque fois le partenaire de jeux afin que les enfants puissent nous imiter.

Se laisser entrer dans un monde merveilleux et fantastique.

Sources :

- Bee H. & Boyd D. : *Psychologie du développement. Les âges de la vie*, De Boeck, 2003.
- Fend Helmut : *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*, Verlag für Sozialwissenschaften.
- Ferland F.: *Le développement de l'enfant au quotidien. Du berceau à l'école primaire*, Hôpital Sainte-Justine, 2004.
- Haug-Schnabel G. & Bensel J.: *Vom Säugling zum Schulkind – Entwicklungspsychologische Grundlagen*, Kindergarten heute, Herder, Freiburg, 2004.
- Mietzel Gerd: *Wege in die Entwicklungspsychologie Kindheit und Jugend*, Beltz, Weinheim.
- Oerter R. & Montada L.: *Entwicklungspsychologie*, Beltz, Weinheim, 2002.
- SILVIVA: *Rendez-vous en forêt. Manuel pratique de pédagogie active en forêt*, Rex-Verlag, Luzern, 2000.
- Winkel G. : *Umwelt und Bildung. Denk- und Praxisanregungen für eine ganzheitliche Natur- und Umwelterziehung*, Kallmayer, Seelze, 1995.
- Les participant/es de la formation continue « Education à l'Environnement par la Nature ».

Et maintenant quelques grandes lignes du Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance en Suisse, Wustmann Seiler, C. & Simoni, H. 2012. Une réalisation du Marie Meierhofer Institut für das Kind sur mandat de la Commission suisse pour l'UNESCO et du réseau suisse d'accueil extrafamilial. Zürich. Grandes lignes extraites par Nathalie Barras-Raemy, octobre 2015.

Chapitre 1 : Principes fondamentaux

L'apprentissage commence dès la naissance. Pendant la petite enfance, les processus d'apprentissage sont globaux et s'accomplissent dans l'environnement naturel immédiat de l'enfant. (p.24)

Dès la naissance, les enfants ont des compétences, ils sont actifs et avides de savoir. Ils tentent de découvrir et de comprendre le monde avec tous leurs sens.

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Eduquer les tout-petits, c'est les encourager à être actifs, à explorer, à s'interroger, à observer et à communiquer. Les enfants ne doivent pas « être formés ». Ils se forment eux-mêmes. La formation des enfants en bas âge repose sur l'apprentissage par l'expérience au quotidien. Les processus d'apprentissage précoces sont strictement individuels.

Accompagner l'apprentissage des tout-petits, c'est leur créer un environnement stimulant dans lequel ils pourront faire des expériences variées avec eux-mêmes et avec le monde. (p.25)

Il n'y a aucune autre période de la vie où le jeu et l'apprentissage, les processus de développement et de formation soient si étroitement liés. (p.26)

Le jeu est le fondement du parcours de formation des enfants. Les enfants apprennent en jouant et jouent en apprenant.

Les enfants apprennent durablement quand ils peuvent percevoir des stimuli sensoriels variés et se les approprier. Chez les tout-petits, l'apprentissage est un processus global. Il est guidé par la motivation interne.

Apprendre, ce n'est pas uniquement engranger des connaissances. L'apprentissage est un processus complexe impliquant des perceptions, des expériences et des découvertes. L'enfant ne retient à long terme que ce qu'il a pris plaisir à apprendre.

L'apprentissage précoce est dynamique : des informations et des stratégies acquises peuvent être mises de côté pour faire place à d'autres, plus récentes.

Les adultes doivent reconnaître et encourager le plaisir naturel d'apprendre qu'ont les enfants. Ils peuvent offrir aux enfants un espace qui leur permettra de se découvrir eux-mêmes et de découvrir le monde. (p.28)

Des questions ouvertes et des réponses encourageantes de la part des adultes aident les enfants à poursuivre leurs explorations activement et à donner libre cours à leurs pensées. (p.30)

Chapitre 2 : Lignes directrices

On considère que les besoins fondamentaux de l'enfant sont les suivants :

- Besoin d'amour et de relations stables
- Besoin de sécurité et droit à l'intégrité physique
- Besoin d'un environnement stimulant
- Besoin d'activités sollicitant le développement
- Besoin de structures et de points de repères
- Besoin d'aide pour comprendre le monde
- Besoin d'être intégré dans une communauté stable et stimulante
- Besoin d'avoir un avenir sûr. (p.34)

L'apprentissage d'un tout-petit ne se fait pas de manière fragmentée, mais globale.

L'enfant apprend par l'action, l'observation et l'interaction avec d'autres personnes. C'est ainsi qu'il développe ses compétences émotionnelles, sociales, motrices, cognitives et langagières. Un enfant a besoin de stimulations qui correspondent à son stade de développement et à ses expériences antérieures.

Toute expérience laisse des traces, mais l'enfant n'apprend pas de toutes ses expériences. (p.47)

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Chapitre 3 : Actions pédagogiques

Accompagner les tout-petits dans leurs processus d'apprentissage et de développement, c'est :

- Faciliter des interactions sérieuses et stimulantes entre les adultes et l'enfant
- Mettre à disposition de l'enfant un environnement d'apprentissage stimulant dans lequel l'enfant peut faire de nouvelles expériences avec des êtres humains (enfants et adultes) et des objets
- Favoriser des formes d'expression variées. (p.52)

Des espaces d'apprentissage stimulants sont souvent considérés comme un troisième éducateur. Cette expression signifie que ces espaces apportent à l'enfant un sentiment de sécurité et des stimulations, comme les adultes. Des espaces stimulants donnent aux enfants :

- De l'autonomie et de l'esprit d'initiative
- La possibilité d'interagir et de communiquer
- Un sentiment de bien-être et de familiarité
- Une structure et des points de repères
- L'expérience de la vie en communauté
- La possibilité de se retirer
- La possibilité de faire des expériences avec leur corps
- De l'espace pour se défouler
- Un lieu de détente
- Un espace pour exercer leur créativité et
- Réaliser des expériences mathématiques, physiques et techniques. (p.54)

Arguments : aller régulièrement en nature avec les enfants...

... 1) Parce que les expériences en nature sont indispensables pour un développement sain

Les jeunes enfants apprennent à se connaître, à appréhender le monde qui les entoure et leurs semblables par l'expérience directe pendant le jeu libre. Plus l'environnement qu'ils fréquentent régulièrement est riche et varié, plus les possibilités d'interactions sont variées, et la possibilité d'un développement sain favorisée. Un environnement naturel est fondamental pour le développement sain d'un enfant: parce qu'il stimule tous les sens, sans les sur-stimuler, et parce que le jeu libre est riche en possibilités d'apprentissages et d'expériences vécues. Les expériences directes en nature par les sens aident les enfants à développer les connexions neurologiques nécessaires pour un développement intellectuel favorable plus tard.

Les recherches scientifiques ainsi que les observations et expériences de parents et d'enseignants parviennent à la même conclusion: des expériences fréquentes en nature pendant la jeune enfance ont une influence positive sur la relation des enfants avec la nature, le développement de leurs compétences sociales, leur créativité, leur motricité et leur capacité de concentration.

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans

Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Les enfants qui ont la possibilité de sortir régulièrement en nature au sein de l'école enfantine, du jardin d'enfants ou de la crèche :

- développent un plus grand intérêt et une plus grande compréhension vis-à-vis de la nature
- ont moins de conflits entre eux et s'entraident davantage
- sont émotionnellement plus équilibrés
- peuvent mieux se concentrer
- sont moins souvent et moins longtemps malades
- font de grands progrès dans le domaine de la motricité
- sont plus créatifs

que les enfants qui n'ont pas cette possibilité.

La fréquentation de la nature réduit le stress. Le stress peut mener aux maladies physiques et psychiques. La „thérapie nature“ existe déjà pour les enfants avec des troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité, les enfants avec des problèmes de motricité et des enfants dépressifs. Les sorties nature peuvent donc avoir un effet thérapeutique. En plus, elles contribuent à la diminution des accidents : la plupart des accidents pendant l'enfance sont des accidents de chute, qui surviennent parce que les enfants n'ont plus la possibilité de travailler de manière suffisante et variée leur motricité. Jouer avec du matériel non structuré dans un environnement naturel stimule l'autonomie, la connaissance de ses propres limites, et la capacité de les dépasser, la créativité, les compétences communicatives et la responsabilité des enfants.

C'est ainsi que les sorties régulières en nature contribuent à la promotion de la santé, à la prévention contre les drogues et contre la violence.

... 2) Parce que l'apprentissage en nature est intégral, riche et plein de sens

Dans la nature, les enfants apprennent par l'expérience directe, par les sens. Ces expériences sensorielles marquent et imprègnent les enfants, et aident à ancrer les choses apprises d'une manière plus profonde dans la mémoire différée. Les expériences directes en nature sont l'origine de liens émotionnels et exposent à des situations qui font se poser des questions. C'est ensuite que la transmission de connaissances et de savoir-faire a sa place.

Dans la nature il n'est pas nécessaire de préparer artificiellement des situations d'apprentissage. Elles apparaissent naturellement et peuvent être vécues ensemble. L'adulte doit savoir les voir et, s'il les juge intéressantes, il doit savoir les faire partager au groupe. Après, on échange autour des expériences, on les approfondit. Les différents domaines de développement sont stimulés naturellement: la motricité générale et fine, le domaine social, émotionnel, cognitif et créatif.

Un exemple: avec des pives, on peut:

- faire des jeux de lancer, des estafettes, jouer au foot, des jeux de balance (motricité générale)
- toucher différentes traces de grignotage d'animaux, les accrocher à un arbre, marcher pieds nus sur un parcours de pives (motricité fine)
- construire et remplir une mangeoire pour un animal de la forêt, se masser (domaine socio-émotionnel)
- bricoler des nains-météos, faire différentes formes, accompagner une chanson, jouer au théâtre des marionnettes-pives (domaine créatif)

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barrasemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans

Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

- reconnaître des traces de grignotage de différents animaux, lire le temps, écrire son nom, raconter l'histoire de la graine qui se transforme en sapin qui produit des graines, les classer d'après leur taille, chercher l'arbre qui les a portées (domaine cognitif).

La nature offre l'avantage de fasciner et re-crée en même temps. Les enfants doivent rarement être motivés, la nature suscite leur enthousiasme et éveille leur attention. „Flow Learning“ („l'apprentissage qui coule“) décrit un état dans lequel on fait une activité avec une grande motivation intrinsèque. L'activité coule d'elle-même. Cet état d'immersion est fréquent en nature. L'apprentissage est durable, fait plaisir et, de plus, apprendre par sa propre motivation augmente la qualité de vie et diminue le stress. Les personnes qui apprennent souvent par motivation intrinsèque atteignent leurs buts d'une manière plus efficace et apprennent aussi à prendre leur vie en mains de manière autonome.

11

... 3) Parce qu'un développement durable ne peut pas réussir sans expérience de la nature

Notre société souffre de plus en plus d'un déclin des expériences directes avec la nature. Résultats: problèmes physiques et psychiques, crises du sens de l'existence, éloignement de la nature (et ainsi de soi-même), surexploitation des ressources. Un comportement respectueux de notre entourage et de nous-mêmes n'est pas possible si les expériences directes avec l'environnement naturel nous manquent. Des expériences positives et fréquentes en nature pendant l'enfance ont un effet significatif sur notre relation avec la nature, et augmentent la capacité à agir de manière respectueuse vis-à-vis de l'environnement à l'âge d'adulte. Les expériences directes en nature forment ainsi une base indispensable pour un art de vie durable, et donc aussi pour la réussite du développement durable. Aujourd'hui, il est nécessaire d'initier des offres institutionnalisées qui rendent possible de renouer le lien entre l'homme et la nature.

En conclusion de ce thème « *Pourquoi aller régulièrement en nature avec les enfants ?* », nous dirons ceci (extrait d'un article paru dans Résonances, le Mensuel de l'Ecole valaisanne, juin 2014, N.Barras, pp.10-11) :

Diverses études (3) démontrent les effets positifs d'un contact régulier avec la nature, notamment sur la capacité de concentration, le développement social, la motricité générale, la créativité ainsi que la relation à la nature chez les enfants. Au jour d'aujourd'hui où notre existence est de plus en plus fragmentée et déconnectée des différents rythmes naturels (effort/détente, jour/nuit, donner/recevoir, etc.), des enseignant/es constatent chez certains de leurs élèves un patent manque dans les capacités pré-requises pour apprendre : notamment la capacité d'écouter, de collaborer, de ressentir, de se situer dans un contexte et, celle qui fait tant parler d'elle, la capacité de se concentrer.

La pédagogie par la nature n'est pas la panacée qui va répondre à tous les défis qui se posent à l'éducation d'aujourd'hui, mais elle offre de sérieuses pistes en réponse aux difficultés de concentration, collaboration et centrage personnel que rencontrent de plus en plus d'enfants. D'autre part, le cadre différent (forêt, jardin, prairie, vigne ou parc arboré) dans lequel est transmis le savoir, a un impact significatif sur davantage d'enfants que lorsque le savoir est transmis de manière frontale entre 4 murs: la pédagogie par la nature permet en effet de nourrir de manière optimale les intelligences multiples (4) des enfants. Tout cela dans le but de faire des enfants de futurs citoyens complets, qui sachent décider et agir avec leur tête, leur cœur et leurs mains.

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barrasraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans
Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

- (3) Voir notamment Dr. Markus Weissert, neuropédiatre, St-Gall.
(4) [Howard Gardner](#), 1983, traduit en français : « *Les intelligences multiples : La théorie qui bouleverse nos idées reçues* », Retz, juin 2008. [ISBN 978-2-7256-2787-8](#).

Pour approfondir les arguments de « Pourquoi aller régulièrement en nature avec les enfants », consulter notamment :

12

Cardinal François : *Perdus sans la nature. Pourquoi les jeunes ne jouent plus dehors et comment y remédier*, Ed. Québec Amérique, 2010.

→ **Excellent livre traitant des loisirs de plein air pour les enfants, ainsi que de la santé, de l'hygiène, de la condition physique et du jeu chez les enfants.**

Ferland Francine : *Viens jouer dehors. Pour le plaisir et la santé*, Collection du CHU Sainte-Justine pour les parents, Montréal, 2012.

→ **Suggère de nombreux jeux simples, sécuritaires et peu coûteux adaptés à différents âges, différents lieux et à chaque saison de l'année.**

Louv Richard: „*Last Child in the Woods*“: *Saving Our Children from Nature Deficit Disorder*“, 2005.

→ **Traduit en allemand, mais pas encore en français.**

« **Côtoyer la nature améliore notre santé à plus d'un titre** », extraits de l'article « *Le bonheur est dans le pré* » paru dans la revue « environnement », Office fédéral de l'environnement OFEV, 3/2015, pp.28-31 :

« (...) *Des études scientifiques ont en effet prouvé que courir dans la nature ou s'entraîner sur un tapis de course sont deux activités bien différentes sur le plan qualitatif.* (...)

Le pouvoir des arbres : *Nombres d'autres travaux confirment qu'une promenade en forêt procure apaisement et sérénité.* (...)

Se salir pour se protéger : *Pour les enfants en particulier, il est sain de se barbouiller régulièrement de terre humide ou de jouer à la ferme, car un environnement stérile favorise l'apparition d'allergies.* »

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans

Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

Le jeu libre de l'enfant

Le jeu libre est la forme d'apprentissage la plus fréquente dans les jardins d'enfants en nature. Lors du jeu libre, chaque enfant décide individuellement ce que sera son jeu, où, avec qui, avec quoi et combien de temps. Il décide aussi s'il veut participer ou non aux activités proposées. Le jeu libre permet à l'enfant d'apprendre à s'organiser selon les conditions, à prendre les décisions qui découlent de ses choix, à communiquer et à réagir. Pour l'éducateur/trice, le jeu libre offre la chance d'observer certains enfants ou le groupe entier. Le jeu libre est caractérisé par le fait que l'éducateur/trice ne participe pas et ne propose pas d'activités. Tout au plus, il/elle donne des impulsions à certains enfants.

13

Le jeu libre de l'enfant

NB, 30.03.15, avec des apports de J.Membrez : « J'explore ma forêt – accompagner le jeu libre de l'enfant », journée d'échange WAKIGA, Fribourg, 8.11.2014.

La plus grande partie de la sortie en nature devrait être consacrée au jeu libre. En effet, les enfants qui s'y consacrent y sont plongés et absorbés au sens qu'ils vivent une expérience de flow. Le jeu libre des enfants, qui peut être calme, méditatif, ou vif et turbulent, répond à des besoins personnels de l'enfant, besoins qui ne sont pas, à priori, conscients ou verbalisés. Ils sont néanmoins bien réels ! Exemple : un enfant qui a besoin de ressentir les limites de son corps peut s'adonner à des jeux de course au cours desquels il va transpirer et s'essouffler ; un enfant qui se sent fatigué ou a envie de rêver peut se coucher seul sur un tronc et regarder passer les nuages ; un enfant qui a besoin de se sentir rassuré peut vouloir rester tout près de l'éducateur/trice ; un enfant qui a besoin de se défouler peut rire très fort ; etc. Ainsi, au cours des jeux libres, l'éducateur/trice peut apprendre beaucoup sur les enfants, simplement en les observant jouer ! Dans le jeu libre, l'enfant développe sa créativité, se ressource et apprend l'autonomie. « Dans le jeu libre, l'enfant sera généralement et spontanément au plus proche de ses besoins. Cela favorisera entre autre sa confiance en soi, son autonomie, son attention et sa concentration (il sera pleinement dans son jeu), etc. ».

Le jeu revêt une importance de premier ordre pour l'enfant. En effet, en jouant l'enfant va :

- *mettre en action son propre corps,*
- *entrer en contact avec celui de l'autre,*
- *se créer un monde imaginaire avec ou sans objets,*
- *appliquer règles et stratégies.*

Jouer est donc bon pour :

- *le mouvement*
- *le comportement social*
- *la curiosité*
- *la créativité*
- *l'organisation*
- *l'endurance et la persévérance*
- *la planification*
- *développer des intérêts.*

En jouant, l'enfant va donc naturellement développer des compétences :

- *corporelles*
- *sociales*
- *affectives*
- *cognitives.*

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com

Grandir pour être soi

Alimentation, Mouvement et Image corporelle des 0-6 ans

Atelier cantonal 5 octobre 2016, HES-SO, Sierre

En grandissant, l'enfant va évoluer par différentes étapes du jeu.

Pour nous, adultes qui accompagnons le jeu libre de l'enfant, être attentif aux différents types de jeux permet d'avoir une idée d'où en est l'enfant dans son développement ou dans ses besoins.

**Je vous souhaite d'excellentes sorties dans la nature
avec les enfants !**

Atelier « Sortons avec les enfants ! »

Nathalie Barras-Raemy, Pédagogie par la Nature, Route de Crêhavouetta Nord n°7,
3963 Crans-Montana, 027 480 15 88, 079 277 89 36 barraemy@msn.com