



# Les aventures à l'extérieur: Niveau novice!

**Kim Thomliston**

**ACPI 2025**

# Les 400 coups

Dans le cadre du 30<sup>e</sup> anniversaire  
des éditions **Les 400 coups**, une surprise attend  
les participant·e·s des ateliers du Bloc C!

**30**ans, ça se fête!





# Reconnaissance territoriale

## Traité 4









# Mise à jour

1

Introduction

2

Pourquoi?

3

Comment commencer

4

Idées et excursions







1

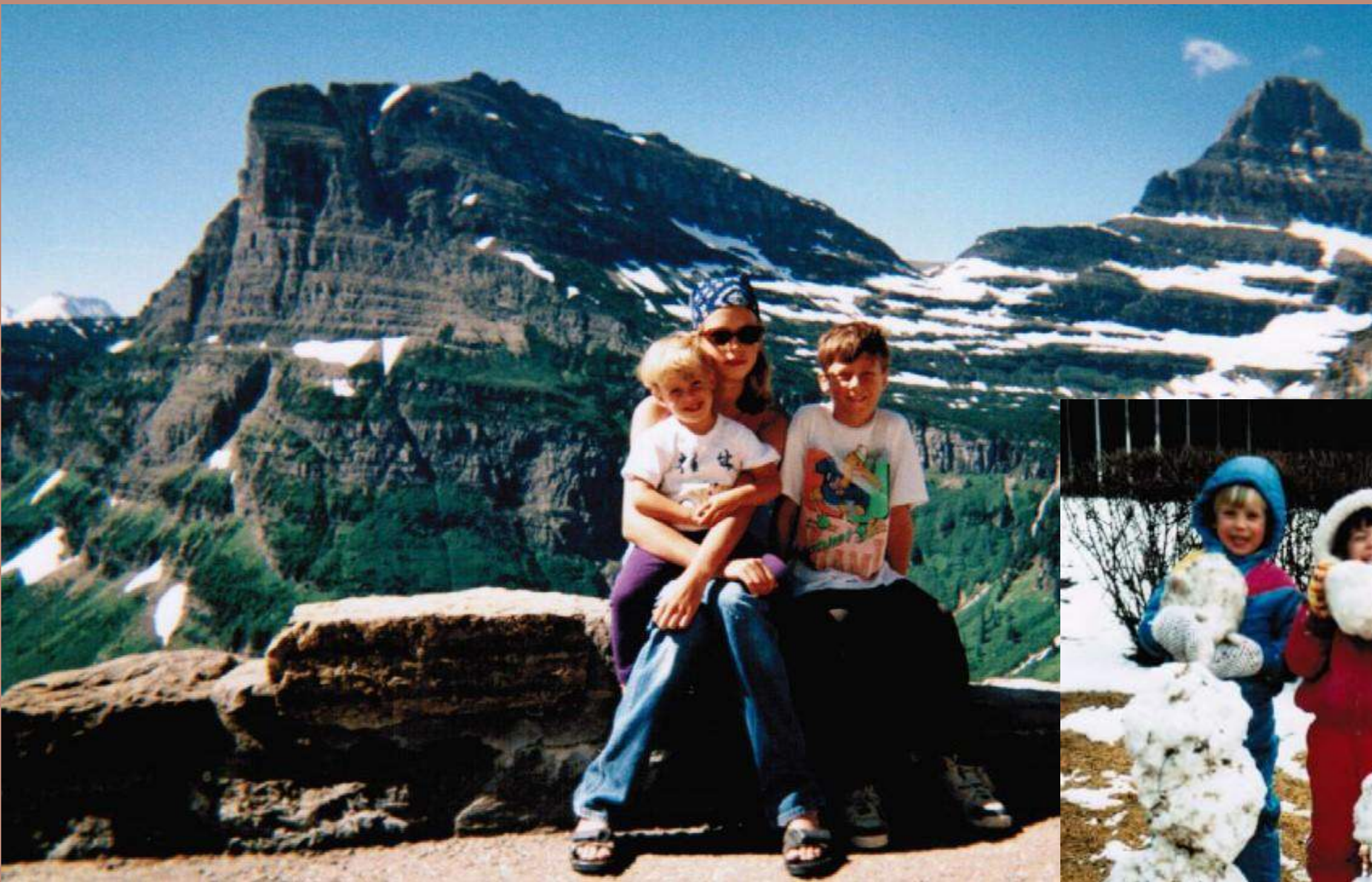
# Introduction

Kim Thomliston









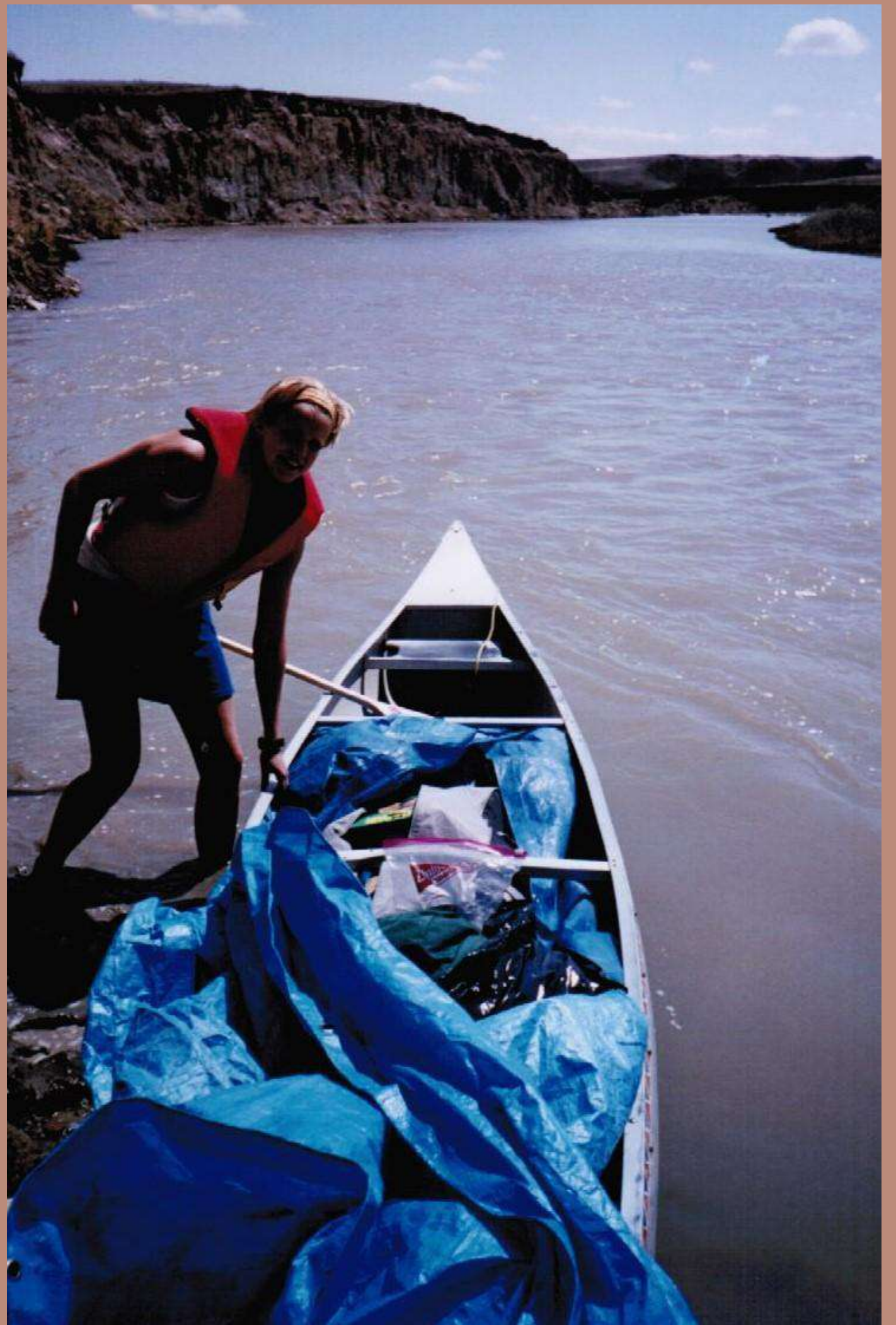
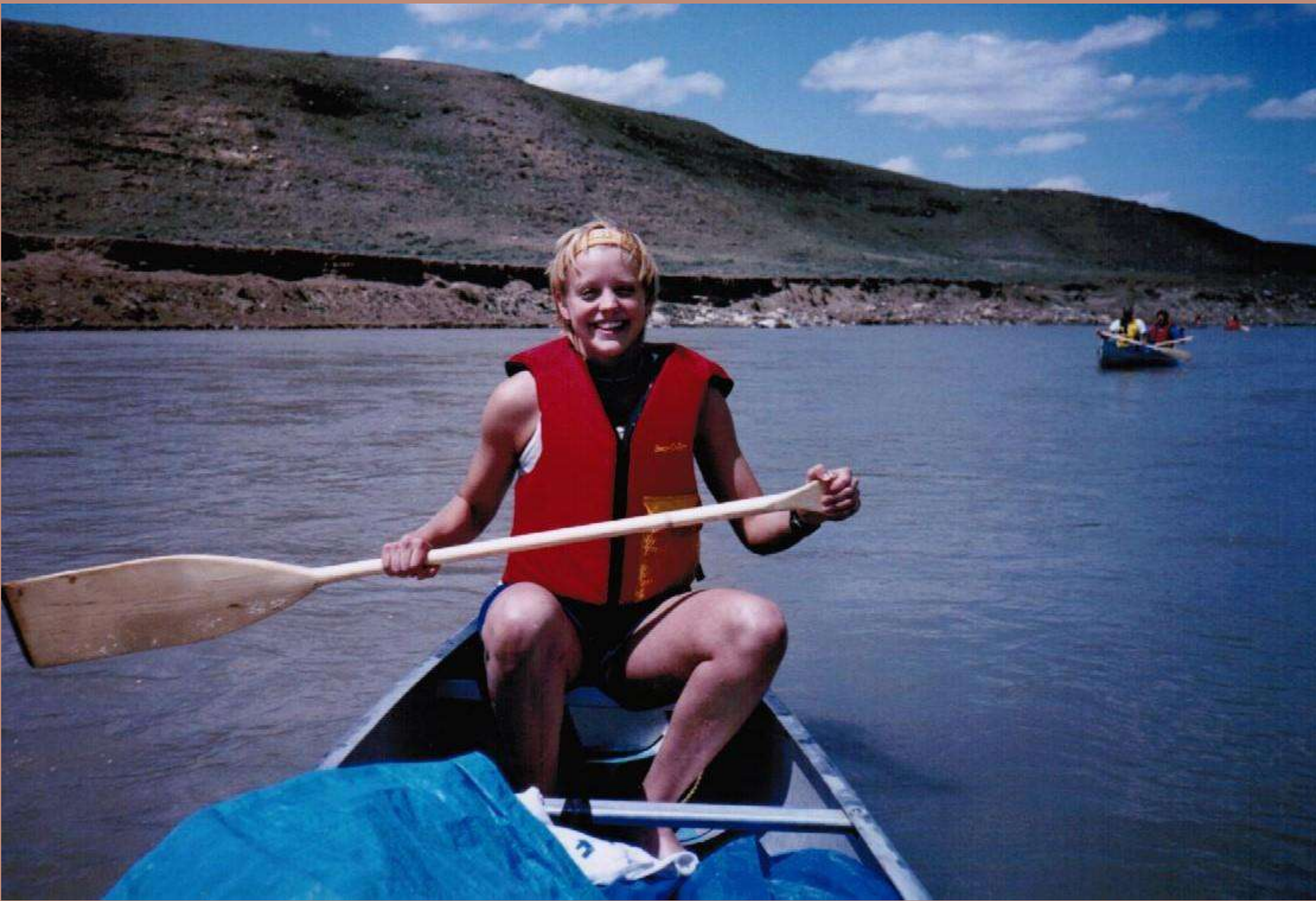
Les enfants sont  
heureux à l'extérieur!





Éducation en plein air





Shannon (Funk) Kell



# Mon “club” de levers et couchers de soleils...



Nov 19, 2024 - 59 mins left

## How to Let Joy Heal Us with Ross Gay

We Can Do Hard Things >

▶ Resume

Ross Gay teaches us how to notice delight and joy in our everyday lives. We discuss: concrete ways to rediscover and capture joy every day; how to rebuild your “delight muscle”; how to dissolve the myth of disconnection between us; and how to “unknow” our people so we can delight in them.















'A hymn of love to the world'  
ELIZABETH GILBERT

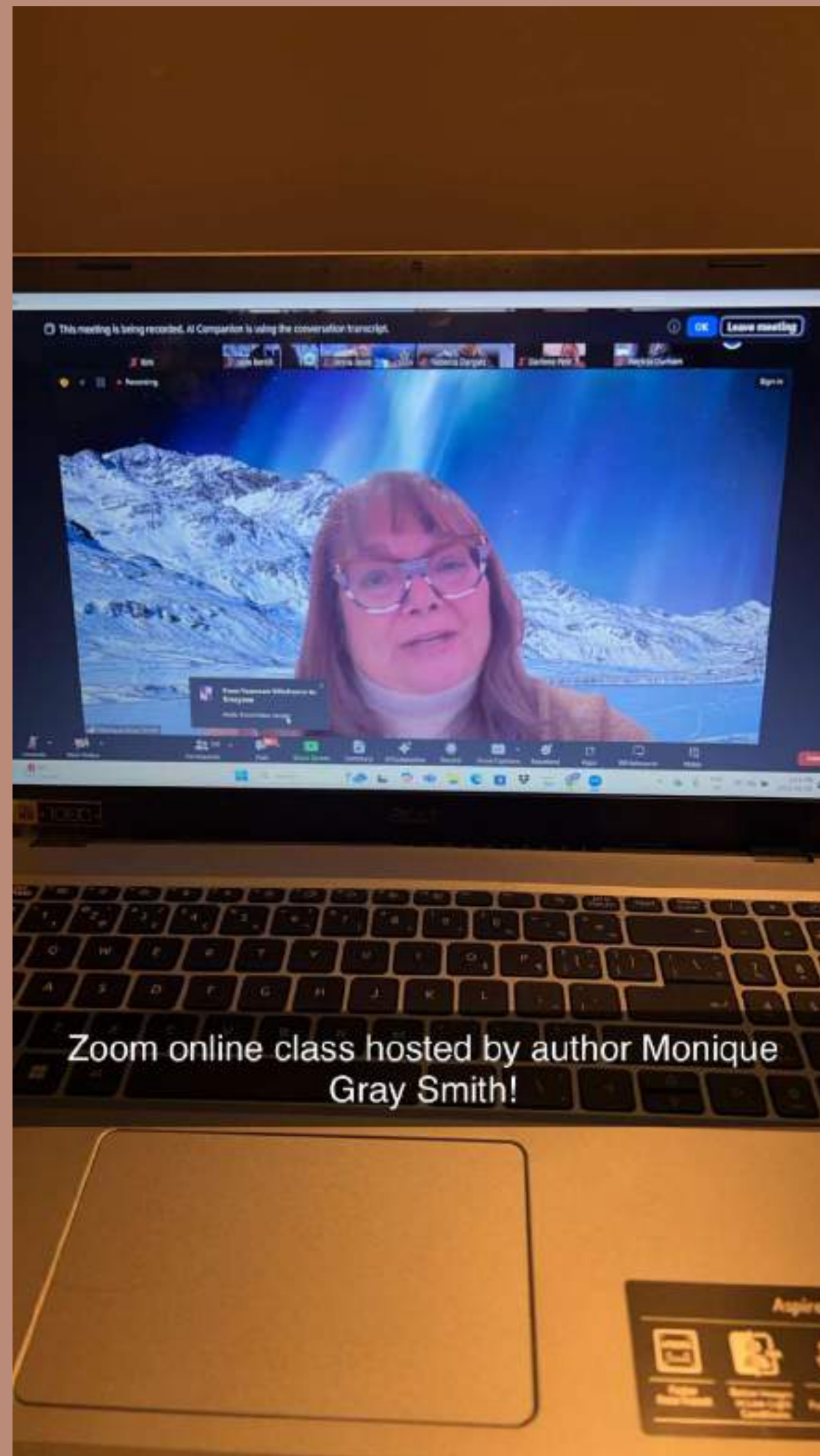


# BRAIDING SWEETGRASS



Indigenous Wisdom,  
Scientific Knowledge and  
the Teachings of Plants

ROBIN WALL KIMMERER



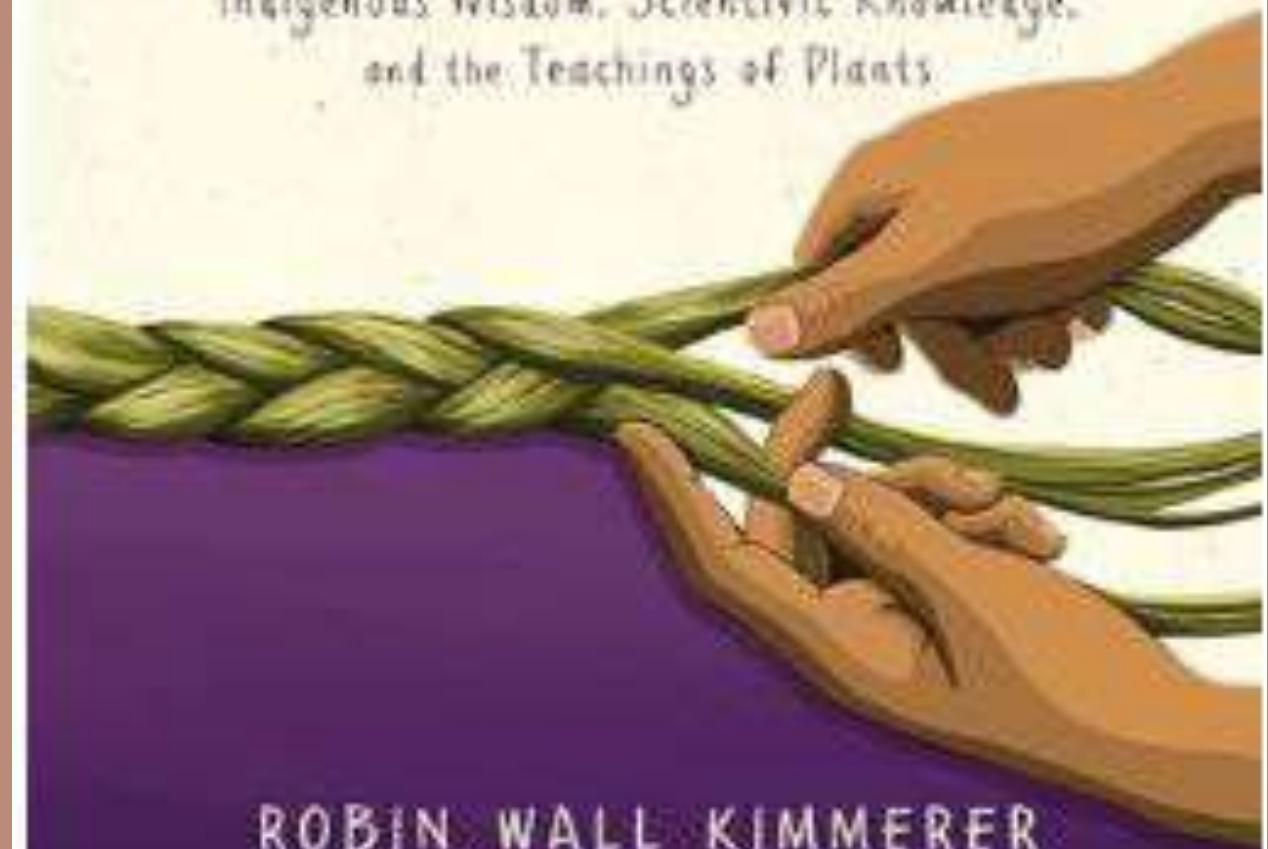
Zoom online class hosted by author Monique  
Gray Smith!

ADAPTED FROM THE NEW YORK TIMES BESTSELLER

# BRAIDING SWEETGRASS

FOR YOUNG ADULTS

Indigenous Wisdom, Scientific Knowledge,  
and the Teachings of Plants



ROBIN WALL KIMMERER

ADAPTED BY MONIQUE GRAY SMITH

ILLUSTRATIONS BY NICOLE NEIDHARDT





# THE SERVICEBERRY

Abundance and Reciprocity  
in the Natural World

ROBIN WALL KIMMERER

AUTHOR OF BRAIDING SWEETGRASS





# Discute

Quelle est une  
activité à  
l'extérieur que tu  
adores?

Partage un bon  
souvenir d'enfance  
d'une excursion à  
l'extérieur.



**3 minutes**



2

Pourquoi?





# Pourquoi?



## La réduction du stress

Le temps dehors est une des manières les plus efficaces pour réduire le stress.



## La productivité

La productivité s'améliore quand on a pris une pause



## Moins d'écrans

Les écrans mènent à moins d'interaction entre enfants, ce qui mène à l'anxiété.



## La curiosité

On veut inspirer la curiosité chez nos élèves pour qu'ils restent curieux tout au long de leur vie



# Pourquoi ?

- Accroît la performance scolaire;
- Améliore le comportement de l'étudiant et ses capacités de coopération;
- Incite les étudiants à focaliser leur attention;
- Réduit les symptômes du TDAH;

La Fondation David Suzuki

<https://davidsuzuki.org/wp-content/uploads/2018/09/Nature-Comme-Salle-de-Classe-French-language-get-back-outside-resource.pdf>





# Pourquoi ?

“En plein air, les élèves sont plus heureux, moins stressés et en meilleure santé physique.”

“Passer du temps dans la nature favorise le rappel, la mémorisation, la résolution de problèmes et la créativité.”

La Fondation David Suzuki

<https://davidsuzuki.org/wp-content/uploads/2018/09/Nature-Comme-Sallede-Classe-French-language-get-back-outside-resource.pdf>





# Pourquoi ?

“Si nous voulons que nos enfants contribuent à protéger la Terre, il nous faut les amener à l’apprécier, et leur donner le sentiment qu’ils y sont reliés.”

La Fondation David Suzuki

<https://davidsuzuki.org/wp-content/uploads/2018/09/Nature-Comme-Salle-de-Classe-French-language-get-back-outside-resource.pdf>





# Pourquoi?

## Pour eux!





# Pourquoi?! Pour TOI!





# Pourquoi?

## Pour ton école!

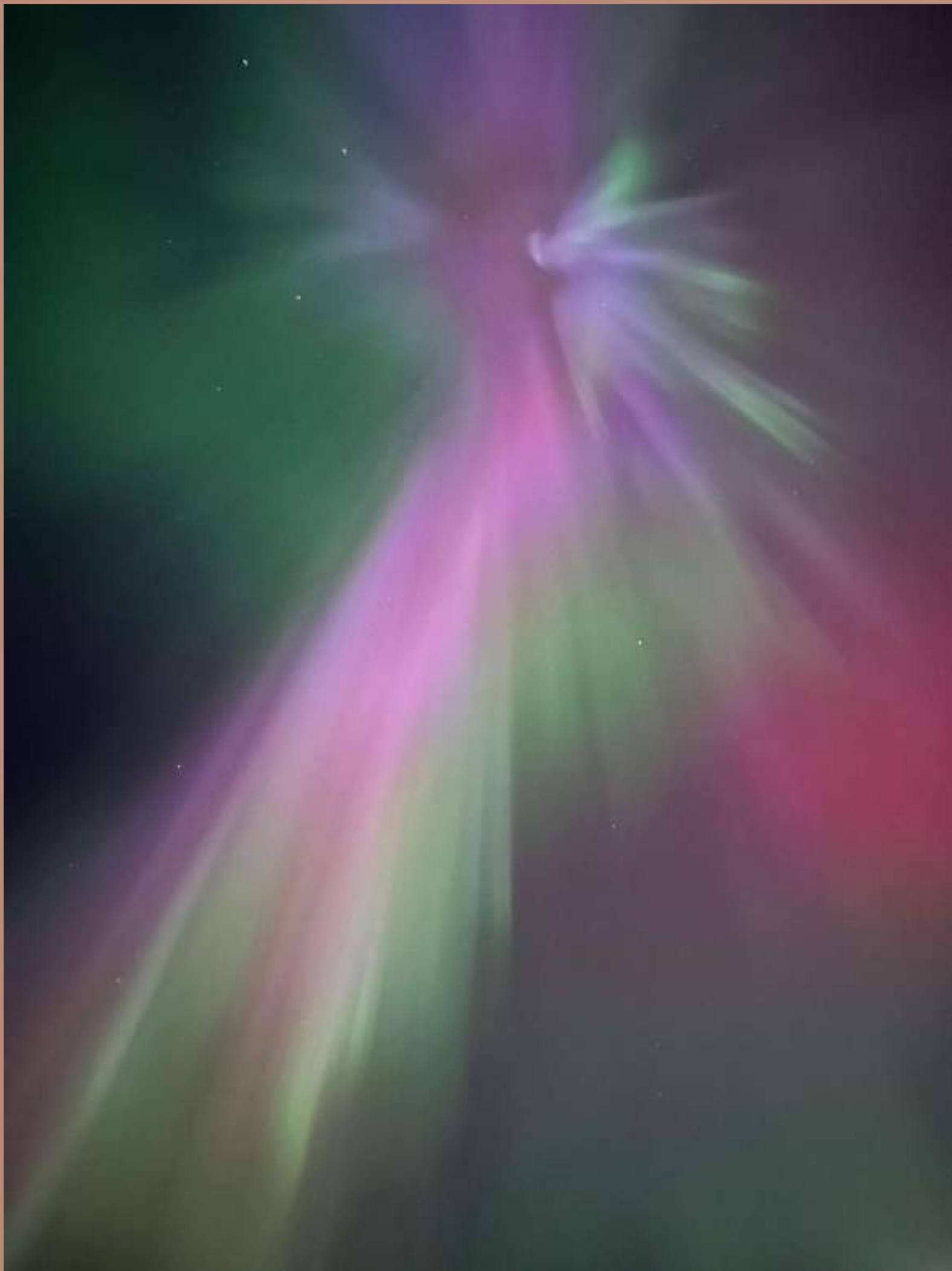
Une étude du King's College à Londres, Royaume-Uni, suggère que ce type d'enseignement rend les éducateurs **plus confiants** et **emballés** par leur travail, ainsi que **plus inventifs** dans leurs stratégies pédagogiques. Par extension, les écoles profitent du leadership de leurs enseignants et de l'influence qu'ils exercent en enseignant aux enfants en plein air.

La Fondation David Suzuki

<https://davidsuzuki.org/wp-content/uploads/2018/09/Nature-Comme-Salle-de-Classe-French-language-get-back-outside-resource.pdf>









3

**Comment  
commencer**





# Balado:

## *"The Role of Play and the Outdoors in Education"* avec Dr. Shannon Kell

### Un

20 minutes

### Deux

Jeux non structurés

- résolution de problèmes
- établissements de limites personnelles

### Trois

Exercice

### Quatre

La gestion du stress





# Webinaire:

## Enseignement extérieur au secondaire: Par où commencer ?

### Un

On a une déficite nature

### Deux

Les enfants sont sédentaires

- ils ont besoin de plus de mouvement!

### Trois

Des opportunités pour apprendre autrement

### Quatre

La délicieuse incertitude

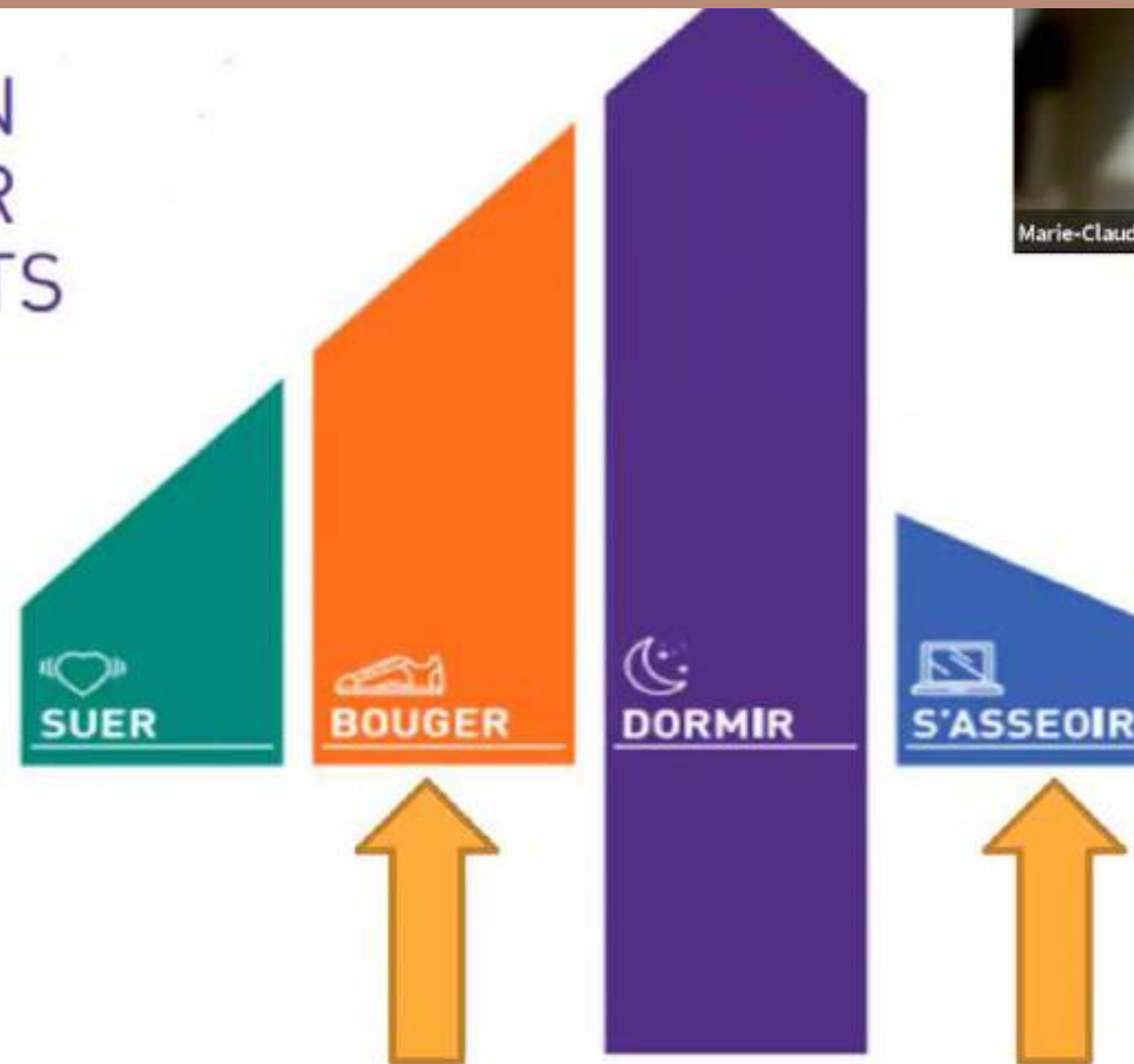




# DIRECTIVES CANADIENNES EN MATIÈRE DE MOUVEMENT SUR 24 HEURES POUR LES ENFANTS ET LES JEUNES :

une approche intégrée regroupant l'activité physique, le comportement  
sédentaire et le sommeil

Un truc! Accepter le  
mouvement en  
classe, préparera  
tout le monde à  
vivre l'enseignement  
extérieur!



## SUER

ACTIVITÉ PHYSIQUE  
D'INTENSITÉ MOYENNE  
À ÉLEVÉE

L'accumulation d'au moins  
60 minutes par jour d'activité  
physique d'intensité moyenne  
à élevée comprenant une  
variété d'activités aérobies.

## BOUGER

ACTIVITÉ PHYSIQUE  
D'INTENSITÉ LÉGÈRE

Plusieurs heures d'une variété  
d'activités physiques d'intensité  
légère structurées et non  
structurées.

## DORMIR

SOMMEIL

De 9 à 11 heures de sommeil  
par nuit sans interruption  
pour les 5 à 13 ans et de 8 à 10  
heures par nuit pour les 14 à 17  
ans, et des heures de coucher  
et de lever régulières.

## S'ASSEOIR

COMPORTEMENT  
SÉDENTAIRE

Un maximum de 2 heures par  
jour de temps de loisir devant  
un écran.  
Un minimum de périodes  
prolongées en position assise.





# Le début



Commence peu à peu



La confiance en soi



Un approche échafaudé





Ressources:

Sitewebs:

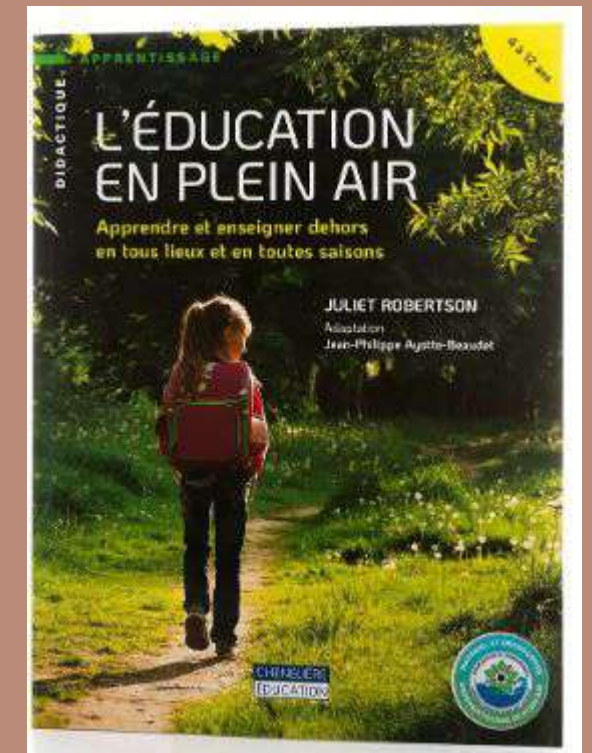
[Pépa](#) (Portail éducation en plein air)

[100°](#)

Livres:

[Éducation en plein air](#)

[La nature comme salle de classe](#) (la fondation David Suzuki)





Ressources:

Livres anglais

[The Book of Nature Connection: 70 Sensory Activities](#) for all ages by Jacob Rodenburg

[A Field Guide to Spring: Play and Learn in Nature](#) by Gabby Dawnayds

[Exploring Nature Activity Book](#) for Kids by Kim Andrews

[Let's Take it Outside: Teacher-Created Activities for Outdoor Learning](#) Edited by Charner, Rein & Roberts (early learners)

[How to Teach Nature Journaling](#) by John Muir & Emilie Lygren



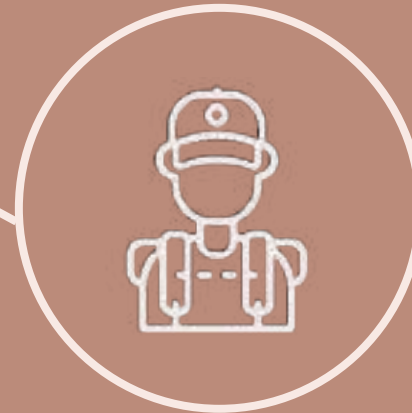
# À considérer...

Le soutien

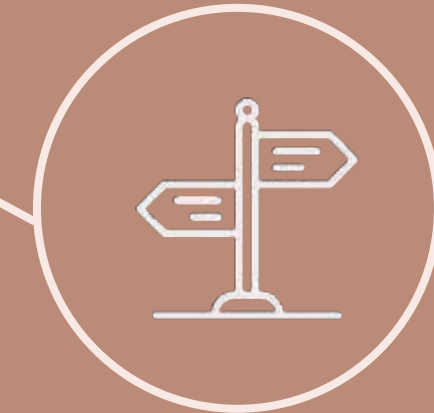
Ton horaire



L'équipement



La météo





# À considérer...



La sécurité et les attentes



Les besoins spéciaux







**Une image  
vaut mille  
mots.**







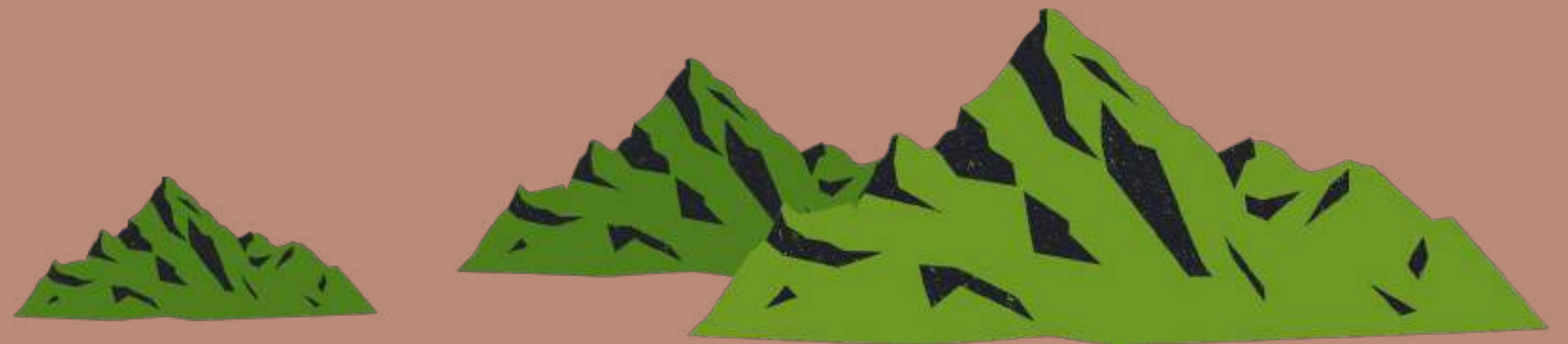
4

# Excursions et activités





Le vocabulaire!!









# Projets d'écriture

Poème des 5 sens

Évaluation d'un ami

Exemplaire- parc

Culbuteur de roches

- Pourquoi j'ai choisi ma roche
- Un moment spécifique dans la vie de la roche





# Projets d'écriture

Décrit un objet trouvé en détail

Journal

Écriture libre

4 saisons- observe les changements













# Les explorations!

Les flaques d'eau

La boue

La différenciation des  
arbres

Les os et la fourrure

Du caca

Les nids

Observe l'eau qui coule

“Pond dipping”,  
exploration de la mare

















# Les crottes...

## "Scat Pack"



## "Predator Scat Pack"









# La pleine conscience

Observe les nuages

Méditation guidée (ex. respiration)

Les 5 sens- observe

Sit spots

Sans une tâche!





















# Projets de science et d'art

Culbuteur

Journal de la nature

[Musée personnel](#)

[Diagramme de Venn: 6 objets](#)

Peindre les feuilles d'automne

Ne-lève-pas-ton-crayon

[Andy Goldsworthy](#)- artiste





1 minute- dessinez ces cocottes SANS lever votre crayon de la page.









# Activités

Compétition boule de neige (grandeur)

Léver du soleil

Ramasse les déchets (journée de la planète)

La pizza (dans la neige)

Free play!

Pique-nique des oursons

L'aire dans la neige

Fabrique une tanière



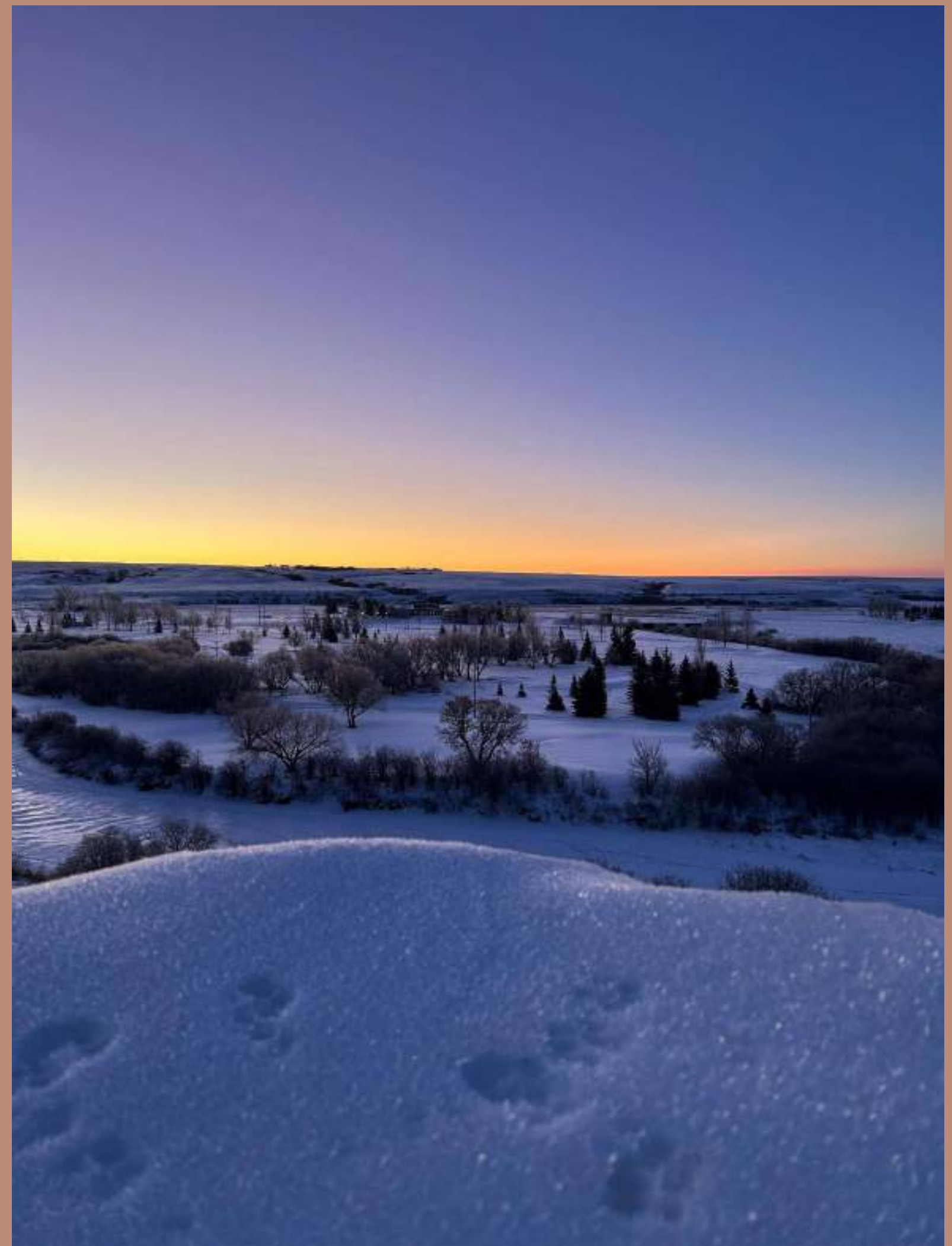


# Compétition: la plus grande boule de neige en 3 minutes





# Le lever du soleil















La journée de la planète



# Jeu: la pizza





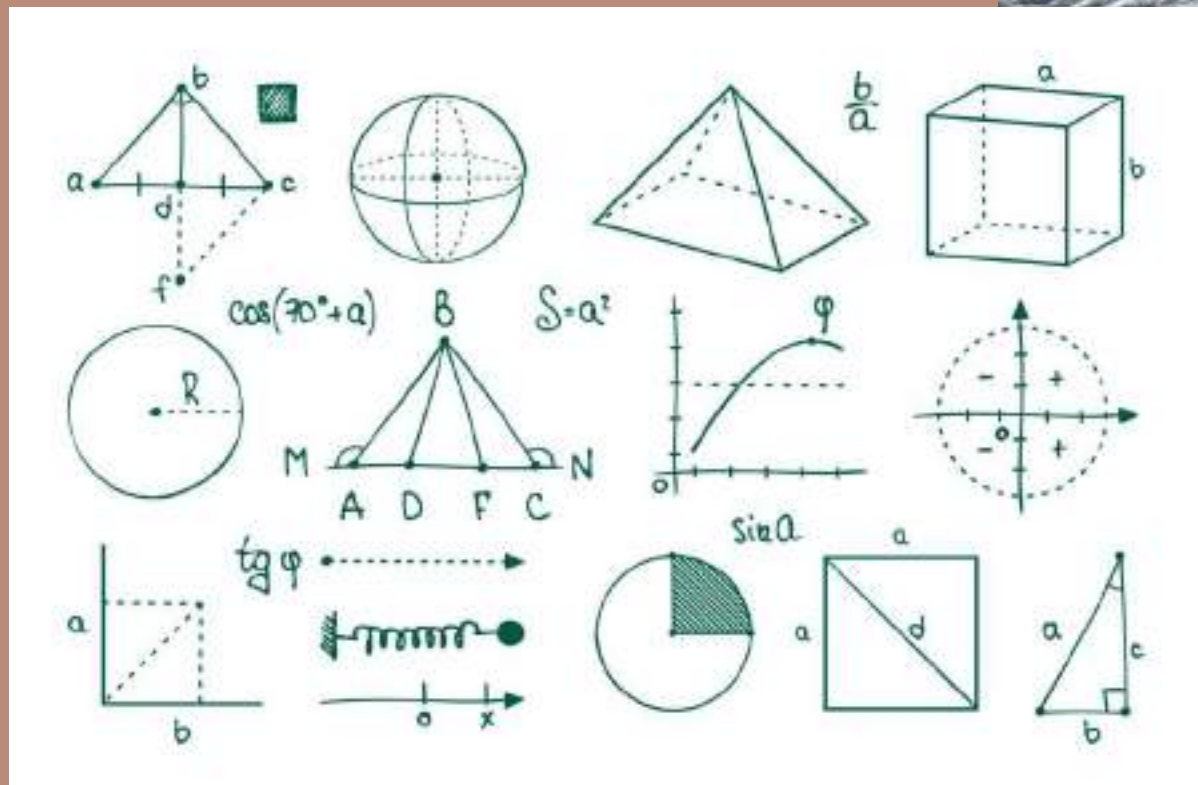




# Le pique-nique des ours









# Fabrique une tanière





# Les activités en classe

La nature dans la salle de classe (ex. les plantes)

Des nids, des os, des bois, des feuilles...

Clips et sons de la nature

Images de la nature

Les os et la fourrure

Un animal de compagnie

Visite virtuelle





# Écoute!

[Les chants d'oiseaux](#)

[Quiz sans photos](#)





# Clips de la nature

Les oiseaux

[https://www.youtube-nocookie.com/embed/HAFIyp3xaXU?playlist=HAFIyp3xaXU&autoplay=1&iv\\_load\\_policy=3&loop=1&start=](https://www.youtube-nocookie.com/embed/HAFIyp3xaXU?playlist=HAFIyp3xaXU&autoplay=1&iv_load_policy=3&loop=1&start=)

Feu de camp <https://www.youtube.com/watch?v=EqqpcFj8G-s>

Grenouilles <https://www.youtube.com/watch?v=8ho8FoV3Ee0>

Fish swimming & piano

[https://www.youtube-nocookie.com/embed/kCl3bHPcw1I?playlist=kCl3bHPcw1I&autoplay=1&iv\\_load\\_policy=3&loop=1&start=](https://www.youtube-nocookie.com/embed/kCl3bHPcw1I?playlist=kCl3bHPcw1I&autoplay=1&iv_load_policy=3&loop=1&start=)

L'hiver- piano calme et oiseaux

<https://www.youtube.com/watch?v=LcOn6z-cf8Y>

Les oiseaux et la pluie

<https://www.youtube.com/watch?v=BO47y61h6Ow>

Un ruisseau

[https://www.youtube.com/watch?v=5uT\\_GN57-MA](https://www.youtube.com/watch?v=5uT_GN57-MA)











# Les promenades: des idées

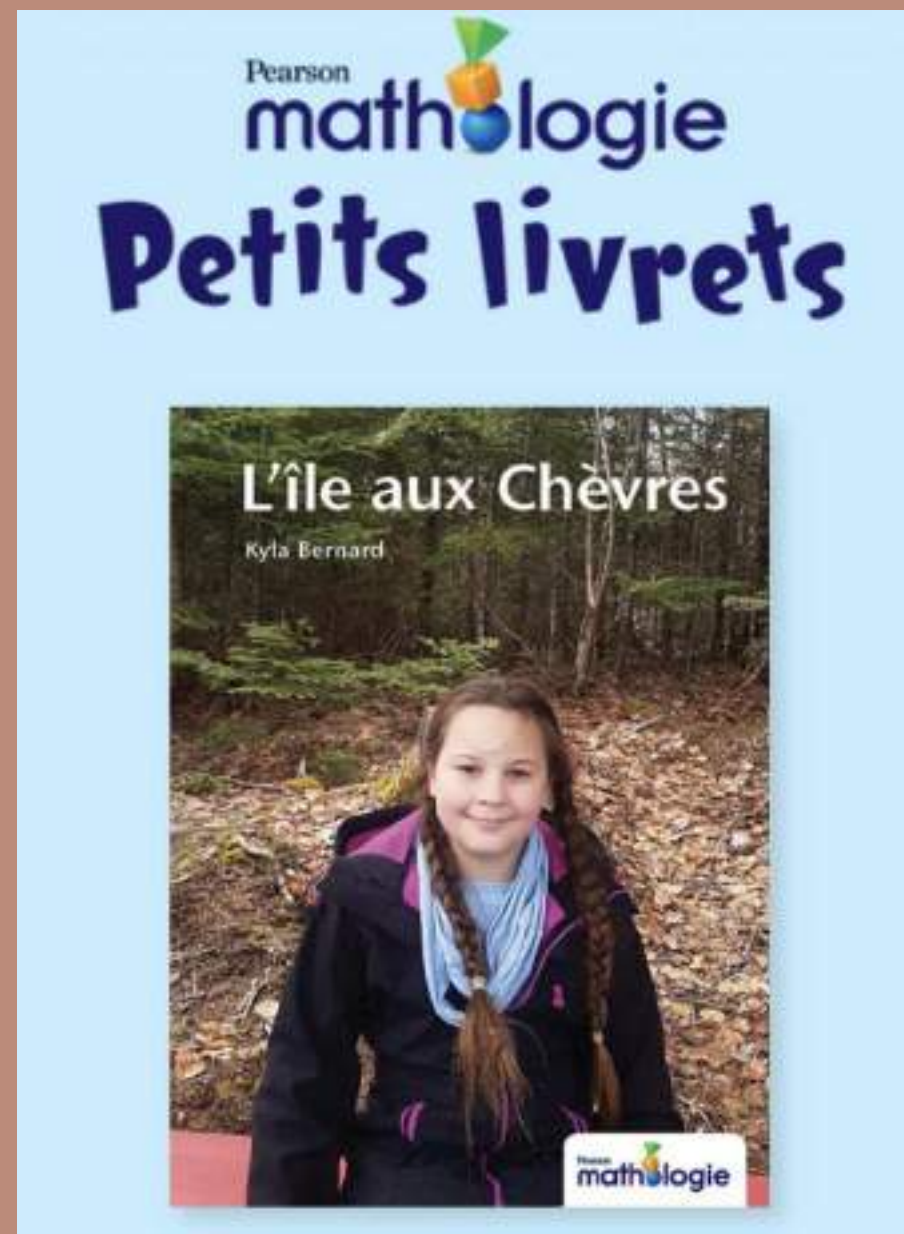
- A- Promenade d'observation
- B- Promenade pour ramasser les déchets
- C- Promenade des 5 sens
- D- Marche de la gratitude
- E- Promenade avec des jumelles
- F- Promenade en nature avec écriture et réflexion
- G- Exploration 'Dice Walk'
- H- Promenade Manie Musicale

[Suivi de promenades](#)





# Promenade Manie Musicale







1	SONS-INS-TANGI	01:44	1	Tighe (Remix Version)	01:00
2	Day	01:07	2	Seul au monde (feat. Gooling)	01:00
3	Minimum je	01:09	3	One Love	01:19
4	La Blanche	01:02	4	Mus	01:40
5	Comment ça va?	01:17	5	Amis	01:09
6	Tout les chemins mènent à toi	01:05	6	Quête	01:19
7	On se recon	01:11	7	Mon regard	01:00
8	C'est la fête	01:08	8	Comment te des ados (Remix)	01:07









# Les albums

[Moi et mon coin nature où j'aime m'asseoir](#) par Lauren MacLean

[Ours, Baleine, et Nous](#) par Cécile Elma Roger

[Débranché](#) par Steve Antony

[Notre planète, notre maison](#) par Aimee Isaac (histoire avec répétitions)

[Nutshimit: Un bain de forêt](#) par Melissa Mollen Dupuis, illustré par Élise Gravel

[Nous sommes les protecteurs de l'eau](#) traduit par Gérard Muguet, par Carole Lindstrom

[La Terre me parle: un livre sur les saisons](#) par Brittany Luby (traduit par Arnaud Bessière)

[Laisse un bel héritage](#) par Leona Prince & Gabrielle Prince (traduit par Rachel Martinez)

[Pleine lune](#) par Camilla Pintonato - illustrations! En rime.

[Une pause juste pour toi](#) par Frank J. Sileo

[Une seule terre](#) par Eileen Spinelli (compter, petite enfance, recycle, réduit)

[Greta et les géants](#) par Zoe Persico

[C'est le printemps, petit ours!](#) Par Elli Wollard & Briony May Smith

[Étranges créatures](#) par Cristina Sitja Rubio & Cristobal Leon









# Discute

Quel sera un point  
de départ dans ta  
salle de classe?

As-tu une bonne  
ressource à  
partager?



**3 minutes**







# Un club plein air

Les randonnées

Du cyclisme

Du camping





Ce que j'ai  
appris...

















# Des questions?

Kim Thomliston

[kthomliston@chinooksd.ca](mailto:kthomliston@chinooksd.ca)









# Credits

**Slides** Carnival

This presentation template is free for everyone to use thanks to the following:

SlidesCarnival for the presentation template

Pexels for the photos

**Happy designing!**







