

Le film du Whippet



# SENS DESSUS DESSOUS

Revivez l'expérience du film  
lors de vos balades en forêt



## CARNET D'AVENTURES



Paris MÔMES



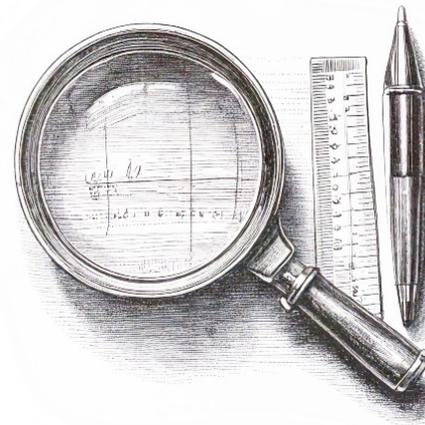
## (DONNER UN BUT À) UNE BALADE EN FORÊT !

Le film « Sens Dessus Dessous » vous invite à plonger au cœur du vivant et à découvrir quatre histoires magiques de la forêt. Ce carnet d'aventure a pour objectif de vous accompagner lors d'une balade en forêt en vous proposant toutes sortes d'expériences stimulantes à faire découvrir à votre enfant pour poursuivre l'aventure du film dans la vraie vie !

En plus de donner un but à cette balade, ce carnet d'aventure permettra à votre enfant de jouer dans la nature, d'observer et d'apprendre des choses, de développer ses habiletés physiques, son langage, son imagination et sa créativité.

Les activités proposées ici sont destinées aux enfants à partir de 3 ans accompagnés d'un adulte pour encadrer la balade. Vous pouvez réaliser ces activités dans l'ordre que vous souhaitez, en une ou plusieurs fois en fonction du temps que vous consacrez à votre visite de la nature, des saisons, de vos envies et du rythme de votre enfant.

*Certaines activités  
nécessitent une petite  
préparation avant de  
partir en balade !*



**Matériel nécessaire :**

- Ce carnet d'aventure
- Un stylo
- Une loupe
- Une règle

## À TOI DE JOUER PETIT EXPLORATEUR !

Un bon moyen de motiver un enfant et qu'il trouve du plaisir à se balader est de lui donner un but. Pour cela, voici une liste de choses à explorer et à découvrir que vous pouvez adapter en fonction des saisons. Dès que votre enfant a trouvé, faites-lui cocher la case :

- un arbre
- des morceaux d'écorces
- des feuilles vivantes
- des feuilles mortes
- des glands
- des pommes de pin
- un champignon
- une fleur
- des fougères
- de la mousse
- un vers de terre
- des fourmis
- une araignée et sa toile
- une abeille
- un papillon
- un oiseau
- des empreintes d'animaux



### LE SAIS-TU ?

Le gland est le fruit du chêne, il est non-comestible pour les humains, mais il est très apprécié des écureuils. Si l'on plante un gland, il y aura très vite un petit chêne qui pourra devenir un arbre immense au bout de très nombreuses années !

## ACTIVITÉ PRATIQUE À RÉALISER AVANT DE PARTIR

### LA CHASSE AUX COULEURS

Prenez une boîte d'œufs vides et coloriez le fond de chaque compartiment d'une couleur.



Emportez cette boîte en balade. Le but sera de la remplir avec des éléments trouvés dans la nature !

Remplissez la boîte avec des éléments trouvés dans la nature, de la couleur du compartiment : un coquelicot rouge, un bouton d'or jaune, une feuille verte, un bâton marron...



## LAND ART EN FORÊT

Le Land Art est un moyen de créer des œuvres en utilisant uniquement ce que l'on trouve dans la nature ! Voici quelques exemples :



Lors d'une balade en nature, on marche beaucoup et il est parfois nécessaire de s'arrêter un moment pour se reposer. Cette activité créative vous permettra d'offrir une pause à votre enfant tout en stimulant son imagination ! Vous pouvez aussi profiter de cette pause pour contempler la beauté de la nature et initier les enfants à prendre conscience de leur respiration (Exercice simple : j'inspire – et j'expire).



## ACTIVITÉ PRATIQUE DE RETOUR À LA MAISON

### LAND ART SUR UNE FEUILLE DE PAPIER

Vous pouvez aussi faire du Land Art à la maison à partir d'éléments récupérés dans la nature (comme ceux que vous avez mis dans votre boîte lors de la « Chasse aux couleurs » de la page 5 par exemple).



Prenez une feuille et demandez à votre enfant de créer quelque chose en disposant divers éléments naturels : un auto-portrait, un animal, une forme quelconque... Les feuilles se prêtent particulièrement bien à cette activité.



Lorsqu'il a terminé sa composition, aidez-le à coller les éléments sur la feuille de papier et affichez cette œuvre dans un endroit bien visible pour valoriser sa création et qu'il se sente fier de son travail. Si vous en avez la possibilité, vous pouvez même plastifier cette feuille pour la conserver très longtemps.



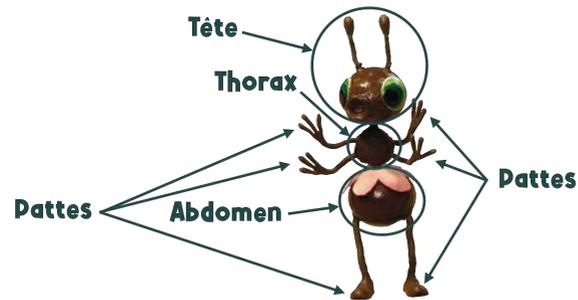
### ATTENTION À LA CUEILLETTE DES PLANTES !

- Éviter de cueillir une espèce menacée ou une essence toxique
- Ne pas cueillir plus de 10 % des plantes présentes et éviter les lieux où la cueillette est interdite
- Ne pas récolter dans des endroits pollués (proximité des bords de routes, voies de chemins de fer, décharges...)

# OBSERVER LES PETITES BÊTES

Muni d'une loupe et d'une règle, votre balade dans la forêt est l'occasion pour votre enfant de partir explorer son environnement. À la recherche de petites ou grosses bêtes, il va ainsi comprendre leur importance, leur rôle et leur place dans un écosystème. C'est en ayant toutes ces notions en tête qu'il apprendra à les respecter et à préserver la nature !

## QU'EST-CE QU'UN INSECTE



Quelques chiffres :

- 3 : Le corps des insectes est en trois parties : la tête, le thorax et l'abdomen
- 6 : Tous les insectes possèdent 6 pattes

## RECONNAÎTRE QUELQUES INSECTES COMMUNS

Sauras-tu les reconnaître ? Il y a un papillon, une coccinelle, une abeille, une araignée et une sauterelle.



## AUTRES PETITES BÊTES REMARQUABLES

Mais il existe beaucoup de petites bêtes, autres que des insectes, comme par exemple l'escargot, le vers de terre ou le lézard.



# LA VIE DANS UNE FOURMILIÈRE

Une fourmilière est comme une grande ville où vivent beaucoup de fourmis et dans laquelle chacune a un rôle :

- **La reine** est la maman de toutes les fourmis. Elle reste dans une chambre spéciale et pond des œufs.
- **Les ouvrières**, ce sont les fourmis qui travaillent. Elles nettoient la fourmilière, vont chercher de la nourriture, et s'occupent des œufs et des bébés fourmis.
- **Les mâles** servent juste pour aider à faire des bébés avec la reine et ne vivent pas très longtemps.

Les fourmis travaillent toutes ensemble, elles se parlent avec des odeurs pour se dire ce qu'elles doivent faire. C'est une vraie équipe !



## QU'EST-CE QU'UN ÉCOSYSTÈME

Un écosystème est un lieu où vivent de nombreux êtres vivants et où chacun dépend de l'autre pour exister.

Par exemple, dans une forêt, il y a des arbres, des animaux, des insectes, des plantes, de l'eau et même de l'air. Tout cela forme un écosystème. Les arbres donnent de l'ombre et de l'oxygène, les animaux mangent des plantes ou d'autres animaux, les insectes aident à polliniser les fleurs, et l'eau permet à tout ce monde-là de grandir.

Tout fonctionne ensemble pour que la forêt soit en bonne santé. Si un élément manque ou ne va pas bien, tout l'écosystème peut être en danger.

## ACTIVITÉ PRATIQUE À RÉALISER AVANT DE PARTIR

### DES POCHOIRS FAÇON PHOTOBOOTH

Créez ou imprimez des pochoirs qui serviront de cadre pour mettre en valeur un paysage ou un détail observé pendant votre balade. Pour cela, dessinez une forme sur un morceau de carton puis découpez-la pour créer l'équivalent d'un cadre.

Lors de votre balade, vous constaterez que votre enfant sera beaucoup plus attentif à ce qu'il observe lorsqu'il le fait au travers du pochoir.



Ensuite, à la manière d'un photographe, laissez-le développer son sens artistique en le laissant choisir le paysage qu'il souhaite prendre en photo dans le pochoir. Vous verrez, le résultat est vraiment très original, et cela vous permettra de garder un souvenir de votre balade !

### DES POCHOIRS GRATUITS À IMPRIMER

Rendez-vous sur le site internet du film pour télécharger gratuitement une liste de pochoirs à imprimer :

[www.lesfilmsduwhippet.com/sans-dessus-dessous/](http://www.lesfilmsduwhippet.com/sans-dessus-dessous/)

## ACTIVITÉ PRATIQUE À RÉALISER AVANT DE PARTIR

### LA CHASSE AUX GALETS, VOUS CONNAISSEZ ?



C'est une tendance venue tout droit d'Angleterre sous le nom de « Love on the rocks », et qui se répand partout dans le monde !

Il suffit de peindre et décorer des galets puis de les vernir. Il est également possible d'y écrire un petit message.

Ensuite, le principe de ce jeu est de cacher son galet dans la nature et de se lancer à la recherche des galets cachés par d'autres joueurs !

Ce mouvement est relayé sur différents réseaux sociaux. On poste une photo de son galet au moment de le cacher, mais aussi quand on en trouve un ! On a ensuite le choix de le garder ou de le cacher à nouveau.



### LES SONS DE LA NATURE

À la fin de votre balade, offrez-vous un moment de détente avant de partir. Fermez les yeux et laissez-vous envahir par les sons de la nature. Ensuite, ouvrez les yeux et essayez de trouver d'où ils proviennent.

Vous pourrez aussi transformer ce bruit de nature en musique grâce à des éléments naturels que vous pourrez utiliser pour créer du rythme. Par exemple, vous pouvez improviser un xylophone avec des morceaux de bois ou des maracas avec des cailloux. C'est une manière ludique et créative de stimuler la curiosité des enfants.

## EN RENTRANT DE VOTRE BALADE EN FORÊT

### LE JEU DES DEVINETTES

Si votre enfant a encore assez d'énergie sur la route du retour, vous pouvez l'occuper avec quelques devinettes. Donnez lui des indices afin qu'il trouve l'élément de la nature que vous cherchez.

Voici quelques exemples :

- « *C'est vert et ça pousse au sol* » : l'herbe
- « *Je suis petite, rouge avec des tâches noires, qui suis-je ?* » : une coccinelle
- « *C'est un animal qui dort le jour et vole la nuit* » : la chauve-souris



**Nous espérons  
que vous avez aimé  
cette balade en forêt !**



**Merci  
de votre visite,  
à bientôt !**