

VOYAGES DANS TOUS LES SENS



Les fiches d'animation
LES EXPLOR'ACTEURS, LES 5 SENS

Latitude

**JEU
NES**

BIENVENUE CHEZ LES EXPLOR'ACTEURS, LES 5 SENS !

« Les Explor'acteurs, les 5 sens » s'adresse à des groupes d'enfants de 5 à 8 ans désireux de partir à la découverte de leurs sens. Les explor'actions peuvent être menées à l'école, dans une structure d'accueil de l'enfance, en centre de vacances... Le projet comprend 6 explor'actions que vous pouvez espacer dans le temps. En moyenne, vous devrez consacrer 6 demi-journées si vous désirez aborder les 5 sens et une activité festive de synthèse. Assurez-vous d'avoir tout le matériel avant de vous lancer dans une explor'action :



Le carnet des Explor'acteurs les 5 sens, composé de 56 pages, est à remettre à chaque enfant qui participe aux explor'actions. Il comprend, d'une part, un conte qui relate l'histoire de 7 explor'acteurs voyageant sur différents continents. Chaque continent est directement relié à la découverte d'un des sens. D'autre part, le carnet présente des parties « animation » permettant l'interaction avec les enfants.

Le CD des Explor'acteurs, les 5 sens accompagne le carnet des Explor'acteurs, les 5 sens. A la suite du conte, vous retrouverez aussi du matériel musical pour les animations sur l'ouïe.

Les 6 fiches animation sont là pour vous guider. Elles vous proposent des activités directement reliées au carnet des Explor'acteurs, mais également des activités connexes que vous pourrez développer sur le même thème des 5 sens. Vous disposez d'une fiche par sens et d'une fiche-synthèse permettant la clôture des explor'actions.

La fiche d'évaluation est à compléter à la fin de vos explor'actions. Bien que nous ayons réalisé plusieurs tests dans des écoles, nous pensons que notre outil est toujours perfectible. C'est pourquoi, après avoir utilisé gratuitement notre outil, nous vous demandons de nous renvoyer une fiche d'évaluation et de participer de la sorte à l'identification des points positifs et négatifs du projet.

Nous vous souhaitons un beau voyage dans tous les sens, basé sur la découverte et le plaisir, et nous restons à votre disposition pour toutes les questions, précisions, problèmes avec l'outil...

L'équipe de Latitude Jeunes

LES EXPLOR'ACTEURS, LES 5 SENS : UNE DÉMARCHE SANTÉ

La démarche santé proposée par « Les explor'acteurs, les 5 sens » est particulière et s'éloigne des approches plus traditionnelles d'éducation à la santé.

Ici, pas de conseil sur un mode impératif : « Il faut se brosser les dents avant d'aller au lit », « On doit manger 3 fruits par jour ». De même, pas de réponse théorique sur le fonctionnement physiologique des organes sensoriels. La spécificité du projet « Les explor'acteurs » est d'expérimenter les 5 sens de manière positive, avec ses émotions.

L'élaboration de cette démarche est le fruit d'une réflexion. En faisant un tour de la documentation habituelle, on peut constater un nombre important de données scientifiques concernant les sens : « Comment fonctionne ton œil, ton nez, tes oreilles... » Aucun support cependant ne rentre dans les détails de « ce que je ressens dans mon corps » lors de la découverte d'un sens. Étonnant non ? A propos des sens, il n'est pas question de notion de goûts ou de préférences, encore moins de plaisir...

Le parti pris dans ce projet est de mettre l'accent sur l'expression de ses sentiments

afin de se sentir bien dans sa tête et dans son corps. Il est alors facile de faire le lien avec le développement de compétences santé : apprendre à écouter son corps, à exprimer ce qu'il ressent et, sur ces bases, élaborer ensemble des stratégies pour en prendre soin en développant des comportements sains.

La démarche se veut participative : le partage des ressentis et la confrontation des expériences particulières sont essentiels à l'identification collective des comportements de santé à valoriser. Cette méthode d'apprentissage centrée sur l'expérience des pairs, nous proposons aux enfants de la pousser jusqu'au bout. A l'issue des cinq explor'actions, leur dernière mission sera d'inviter d'autres enfants et de leur faire partager le plaisir des sens. C'est un moment festif qui met en avant les apprentissages et les compétences acquises tout au long des activités. Une fin peu banale pour un projet unique en son genre !

LES OBJECTIFS

Au travers des activités proposées, « Explor'acteurs, les 5 sens », dans une démarche ludique et tournée vers le plaisir, entend favoriser chez l'enfant :

- > la connaissance de soi et de son corps par l'exploration et la prise de conscience de ses sens.
- > l'expression fine des émotions et ressentis à l'égard de son corps.
- > le partage d'expériences en vue de l'identification collective de comportements de santé sains.

Cette démarche suppose d'encourager chez l'enfant le développement des attitudes et aptitudes suivantes :

- > l'affirmation de soi et de ses goûts,
- > l'expression créative et langagière,
- > l'écoute et l'ouverture d'esprit,
- > l'échange et la coopération,
- > l'enrichissement du vocabulaire et la découverte d'autres cultures.

Si vous êtes enseignant/e nous vous proposons tout au long des explor'actions d'amorcer les socles de compétences. Les compétences que vous pourrez développer sont relatives :

- > à l'éducation artistique,
- > au savoir parler-écouter,
- > à l'éveil scientifique.

Vous trouverez les détails des compétences en annexe 11.

LÉGENDES

Tout au long des fiches animation, vous retrouverez ces pictogrammes qui pourront vous aider à enrichir vos débats ou vous proposer d'autres pistes d'animation.



Idées à exploiter pour mener à bien les discussions



Bonnes idées à développer pour l'explor'action



Proposition de variantes



Compétences relatives à l'éducation artistique



Compétences relatives au savoir parler-écouter



Compétences relatives à l'éveil scientifique

Les fiches d'animation - Les Explor'acteurs, les 5 sens

Editrice responsable

Coline Maxence

**Rue Saint Jean, 32-38
1000 Bruxelles**

Groupe de travail

**Yasmine Thai
Magali Wagner
Eddy Jaumart
Aurélie Nisolle
Julie Durnez
Elodie Orsini
Natacha Lange**

Rédaction, recherche
et suivi de production

**Yasmine Thai et
Magali Wagner**

Relectures

**Karine De Blonde
Bernadette Cornet
Bénédicte Deprez
Marie Leloup
Evelyne Pinchemail**

Mise en page

Lettre Age spl

Remerciements

pour leur collaboration

**Latitude TAM
Latitude Junior Charleroi
Latitude J de la Province
de Namur, Espace Santé,
Cordes asbl**

Aout 2012

**Latitude Jeunes
Rue Saint Jean, 32-38
1000 Bruxelles
02/515 04 02
www.latitudejeunes.be**

SOMMAIRE

EXPLOR'ACTION 1 : L'OUÏE - L'AFRIQUE	6
A. Découvrons nos sens	7
1. <i>S'exprimer en musique</i>	7
2. <i>Produire des sons</i>	10
B. Revenons à la réalité.....	11
C. Variions les plaisirs.....	12
a) <i>Les bruits quotidiens</i>	12
b) <i>Le roi et la reine du silence</i>	12
c) <i>A qui appartient cette voix ?</i>	12
d) <i>Créer sa boîte à bruits</i>	12
e) <i>L'orchestre</i>	12
D. Prenons soin de notre santé.....	13
E. Pour aller plus loin.....	15
F. Résumé de l'explor'action 1.....	16

EXPLOR'ACTION 2 : L'ODORAT - L'OCEANIE ...	17
A. Découvrons nos sens	17
1. <i>Sentir, renifler, flairer</i>	17
2. <i>La balade senteur</i>	20
B. Revenons à la réalité.....	21
C. Variions les plaisirs.....	21
a) <i>Le Memory des odeurs</i>	21
b) <i>Bonne ou mauvaise odeur ?</i>	21
D. Prenons soin de notre santé.....	22
E. Pour aller plus loin.....	23
F. Résumé de l'explor'action 2.....	24

EXPLOR'ACTION 3 : LE TOUCHER - L'EUROPE ... 25	
A. Découvrons nos sens	25
1. <i>Les empreintes</i>	25
2. <i>Toucher et ressentir le toucher</i>	27
B. Revenons à la réalité.....	29
C. Variions les plaisirs.....	29
a) <i>Le tapis tactile</i>	29
b) <i>Froid ou chaud ?</i>	30
c) <i>Reconnaître l'objet décrit</i>	30
d) <i>Classer les objets</i>	30
D. Prenons soin de notre santé.....	31
E. Pour aller plus loin.....	33
F. Résumé de l'explor'action 3.....	34

EXPLOR'ACTION 4 : LA VUE - L'AMERIQUE	35
A. Découvrons nos sens	35
1. <i>L'importance de la vue</i>	35
2. <i>Réaliser un thaumatrope</i>	37
B. Revenons à la réalité.....	38
C. Variions les plaisirs.....	38
a) <i>La main devant le nez ?</i>	38
b) <i>La toupie</i>	38
c) <i>Les illusions d'optique</i>	38
d) <i>Parfois, la vue ne suffit pas</i>	38
D. Prenons soin de notre santé.....	39
E. Pour aller plus loin.....	40
F. Résumé de l'explor'action 4.....	41

EXPLOR'ACTION 5 : LE GOUT - L'ASIE	42
A. Découvrons nos sens	42
1. <i>Goutons !</i>	42
2. <i>Mieux goûter les saveurs</i>	44
B. Revenons à la réalité.....	45
C. Variions les plaisirs.....	45
a) <i>Goutez-vous avec le nez ou la bouche ?</i>	45
b) <i>Vos yeux vous jouent des tours ?</i>	45
c) <i>Chacun ses goûts</i>	45
d) <i>Pourquoi le froid enlève-t-il le goût ?</i>	46
D. Prenons soin de notre santé.....	46
E. Pour aller plus loin.....	47
F. Résumé de l'explor'action 5.....	48

EXPLOR'ACTION 6 : SYNTHESE SUR LES 5 SENS	
A. Les invitations.....	49
B. La préparation de la fête	49
C. Les recettes.....	50
a) <i>Sangria des explor'acteurs</i>	50
b) <i>Soupe quatre couleurs</i>	51
c) <i>BLT made in USA</i>	52
d) <i>Mousse exotique</i>	52

Annexes

Annexe 1 : Les émotions.....	53
Annexe 2 : Enquête !	55
Annexe 3 : Produire des sons.....	57
Annexe 4 : Motifs à coller	58
Annexe 5 : Grille à compléter.....	59
Annexe 6 : Le vocabulaire des 5 sens	60
Annexe 7 : Le thaumatrope	63
Annexe 8 : Les illusions d'optique	64
Annexe 9 : Grille à compléter	65
Annexe 10 : Les organes des 5 sens	66
Annexe 11 : Les cartes postales-invitation	67
Annexe 12 : Les socles de compétences	68

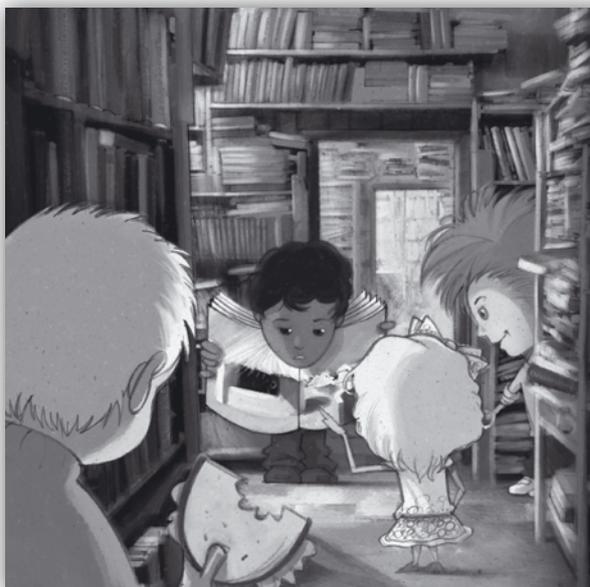
Explor'action 1

L'OUÏE - L'AFRIQUE



Objectifs

- > Pouvoir reconnaître différents types de sons et percevoir les émotions qu'ils pourraient procurer.
- > Pouvoir exprimer et partager ses émotions par rapport à des stimuli sonores.
- > Pouvoir distinguer les propriétés du son : la hauteur (sons graves et aigus), la durée (sons courts et longs), l'intensité (sons forts et faibles) et le timbre (couleur du son).
- > Être sensibilisé à des compétences santé par rapport à l'ouïe.



Le premier voyage DESTINATION, L'AFRIQUE!

La vieille dame les a conduits parmi les rayonnages jusqu'à une partie de la librairie consacrée à l'Afrique. Les enfants ont pris des livres, ils se sont assis par terre. Dans les livres, il y avait de grandes photos de paysages : des déserts, des savanes, des montagnes, des vues de villages... C'était tout un monde fascinant qui s'ouvrait à eux.

Tout d'un coup, Mourad a crié :
- « Mon image, elle a bougé ! »
Les autres enfants se sont approchés de lui :
- « Mais non, c'est impossible ! Tu as dû rêver ! »
- « Je vous jure ! J'ai vu quelqu'un, là, sur l'image ! C'était un homme, il s'est caché en rampant dans cette maison... Juste là ! »
Les enfants ont feuilleté l'image du livre qui se trouvait sur les genoux de Mourad. On voyait une photo d'un village africain, avec des cases construites en terre, et des toits de palmes. Mais le village était désert.

Ils a levé la tête et elle a dit :
- « Écoutez ! On dirait des chants... Et il y a aussi des tambours ! »
Les enfants ont entendu une mélodie. Elle semblait très lointaine. C'était un ensemble de

voix de femmes. C'était très doux. Et il y avait aussi des battements de tambours.

Alors, il s'est passé quelque chose d'étrange : les enfants se sont retrouvés au milieu des cases de ce village ! La librairie avait disparu ! Et les chants et les tambours étaient très proches.

Les enfants se sont dirigés vers la musique. Des femmes, des enfants, réunis, formaient un grand cercle. On n'y trouvait aucun homme. Les femmes chantaient et un petit groupe d'enfants faisaient résonner des tambours. Une femme a invité les enfants à s'asseoir.

Ensuite, des jeunes filles ont apporté de grands plats en bois, dans lesquels il y avait du riz, des légumes et quelques morceaux de viande. Les plats sont passés de main en main et chacun y puisait de la nourriture avec sa main droite. Les enfants ont mangé aussi. C'était amusant de manger avec la main, sans utiliser de couverts !

Après le repas, Léna a demandé :
- « Comment se fait-il qu'il n'y ait pas d'hommes parmi vous ? »
Une femme a expliqué que tous les hommes

Il était une fois... les explor'acteurs

Lecture du conte (+/- 20 min)

Avant chaque explor'action, comme fil conducteur, nous vous proposons de lire le conte dans le carnet des explor'acteurs. Celui-ci permet de mettre les enfants en situation avant de commencer les activités. Pour l'explor'action 1, nous vous invitons à lire l'introduction : « Voyages dans tous les sens » (pages 3 à 7) et « Le premier voyage : Destination, l'Afrique ! » (pages 9 à 13). Si vous en avez la possibilité, prévoyez de lire ces 2 chapitres en 2 fois, car enchaîner l'introduction et le premier voyage risque

d'être un peu long pour les enfants. Aucune animation n'a été prévue à la suite de l'introduction, mais vous pourriez envisager une activité d'écoute.

Si vous préférez, vous pouvez utiliser le CD sur lequel vous retrouverez la même histoire contée. Page 1 : « Introduction » et page 2 : « Le premier voyage : Destination, l'Afrique ! ».



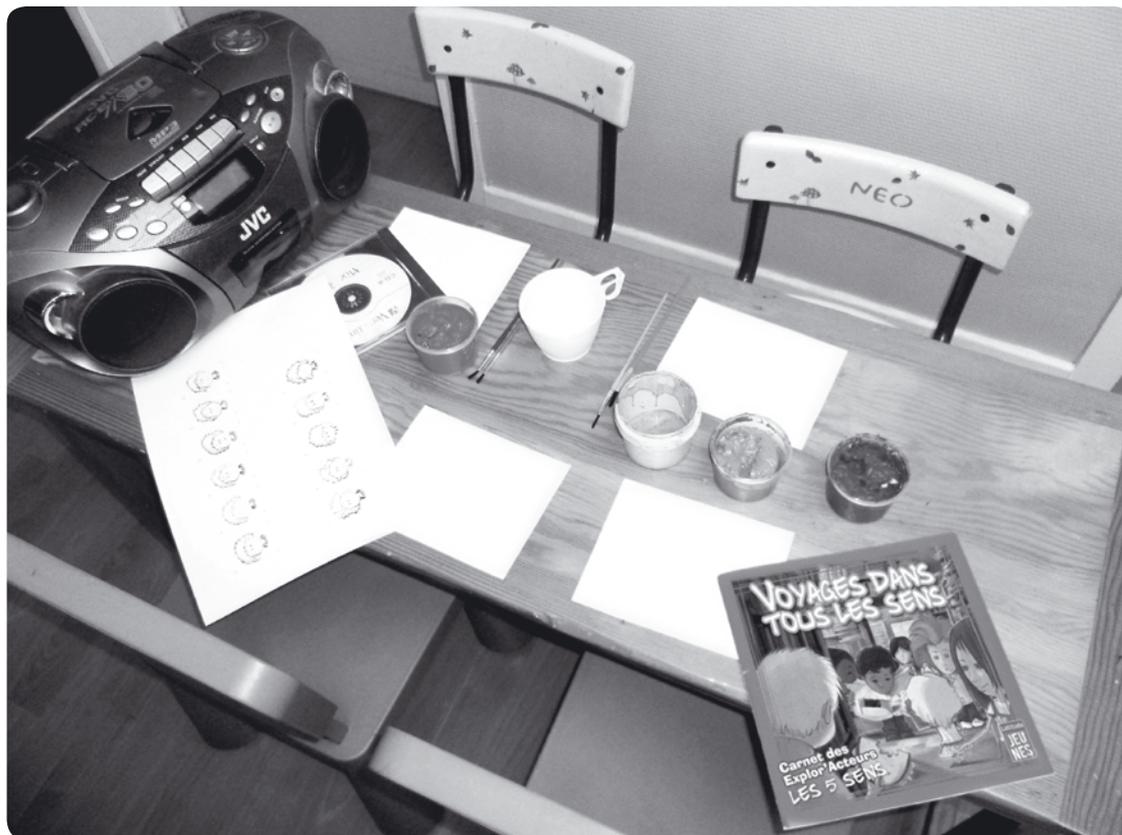
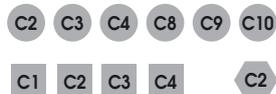
A. Découvrons nos sens



1) S'exprimer en musique

Objectifs spécifiques à l'activité

- > Se laisser imprégner par des musiques différentes.
- > Ressentir et exprimer l'émotion ressentie par le dessin.
- > Partager l'émotion ressentie.



Matériel nécessaire :

- peinture, pinceaux, petits pots;
- 3 feuilles de 12x15 cm par enfant - une d'entre elles sera insérée dans le carnet des explor'acteurs;
- le CD des explor'acteurs;
- un lecteur CD;
- l'annexe 1 : «Les émotions»;
- de la colle.

Temps estimé :

40 min, hors temps de préparation et de rangement (20 min pour la peinture, 20 min pour la présentation et le travail sur les émotions).

Déroulement :

a. Phase de préparation

- Préparez le matériel de peinture par groupe (protection des tables, pots, peintures et pinceaux);
- Installez les enfants par groupes de 4;
- Préparez le lecteur et le cd pour l'écoute des musiques;
- Photocopiez l'annexe 1 : «Les émotions» autant de fois qu'il y a d'enfants.



b. Phase de réalisation

- Réalisez une première écoute de la plage 7 «Tribal». Demandez aux enfants de se concentrer sur la musique. Ils peuvent fermer les yeux pour pouvoir se laisser porter par les sons. Favorisez l'imagination en posant des questions telles que : « A quoi vous fait penser cette musique ? Qu'entendez-vous ? Reconnaissez-vous les instruments ? Est-ce que ces sons vous semblent agréables ou non ?...»
- Remettez à chaque enfant une feuille de 12x15 cm en y annotant le N°1 (pour la plage 7). Tout en repassant la plage 7, demandez aux enfants de dessiner sur la musique en se laissant porter par elle. Insistez sur le fait qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, qu'ils peuvent peindre ou dessiner ce qu'ils veulent, ce qu'ils ressentent, ce que la musique leur donne envie de dessiner (les dessins ne doivent pas nécessairement être représentatifs).
- Répétez le même déroulement pour les plages 8 et 9 du CD (avec une annotation N°2 et N°3).

c. Phase de discussion

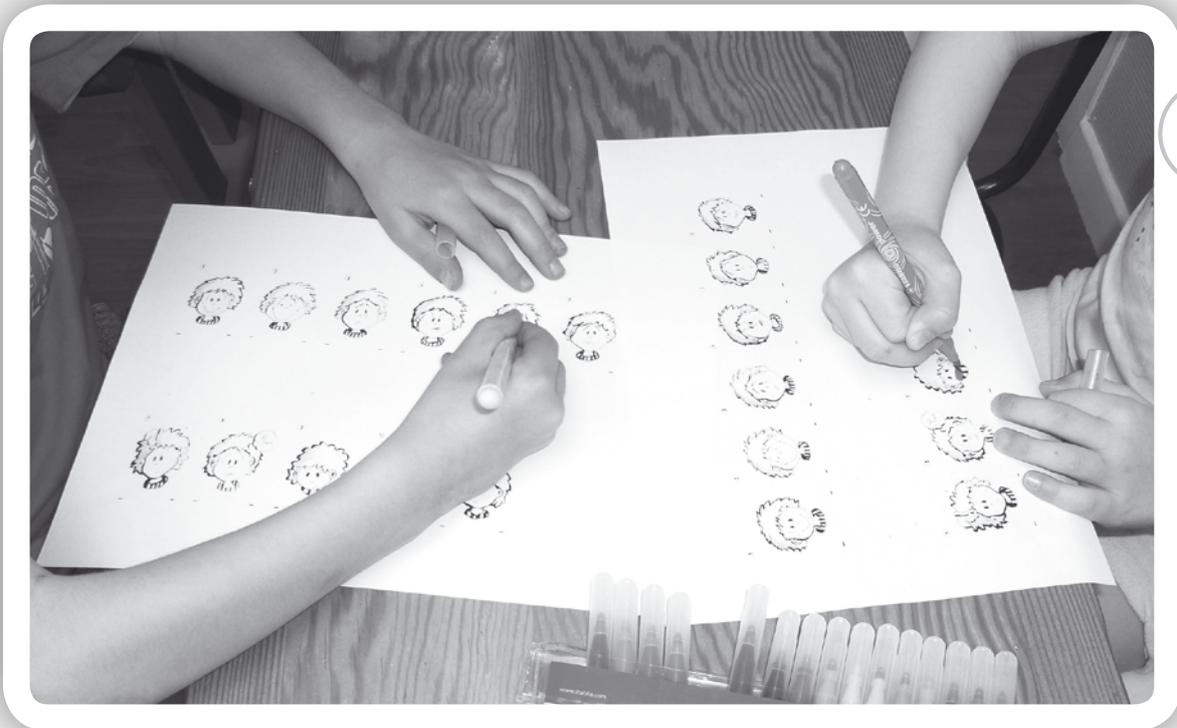
- Interrogez le groupe sur les musiques qu'il vient d'entendre : « Qu'avez-vous entendu ? Était-ce 3 fois la même musique ? Qu'y avait-il de différent dans chaque musique ? Comment les bruits étaient-ils produits ? (pouvoir distinguer les instruments et les voix) ».

- Demandez à chaque enfant de sélectionner un de ses dessins et de le présenter au groupe. Les autres enfants peuvent poser des questions. Soyez attentif/ve à ne pas chercher la représentation avec des questions telles que « Que veux-tu représenter ? Qu'as-tu dessiné ? Pourquoi as-tu fait ce dessin ? », mais influencez plutôt la discussion sur les émotions et renvoyez au groupe :
 - > « Quel sentiment pouvez-vous avoir en regardant le dessin de X ?
 - > Pensez-vous qu'il/elle était joyeux/euse, triste, en colère... ?
 - > Qu'avez-vous ressenti dans votre corps en faisant ce dessin ?
 - > Quelles sont les images qui vous sont venues en tête ?
 - > A quoi ce dessin vous fait-il penser ?
 - > Avez-vous eu envie de faire autre chose avec votre corps... ».

Lorsque la discussion est bloquée, vous pouvez rebondir sur leur comportement :

- > Comment se sentent-ils dans leur corps ? ;
- > Comment ont-ils dessiné ? (debout, de manière agitée, calme, reposée, ...).

Il s'agit sûrement de la partie la plus compliquée à animer car les enfants, comme nous, n'ont pas l'habitude de parler spontanément de leurs émotions. C'est toutefois un apprentissage au quotidien dans lequel vous pourrez jouer un rôle important. Veillez à ne pas négliger cette partie même si elle vous semble plus compliquée.



d. Phase de synthèse

- Remettez l'annexe 1 : «Les émotions». Demandez à chaque enfant de colorier l'émotion dans laquelle il/elle s'est senti/e lors de l'explor'action.
- Demandez à chaque enfant de coller le dessin sélectionné et l'émotion correspondante à la page 14 du carnet des Explor'acteurs.



Nous sommes ici dans **la découverte**. Il est important de rappeler aux enfants qu'il n'y a pas de bon ou de mauvais dessin. Les enfants pourraient avoir un sentiment de frustration s'ils «n'arrivent pas» à créer un joli dessin. Ici, il n'est en aucun cas question d'un cours de dessin. L'animateur doit veiller à mettre les enfants dans un contexte de découverte, de bien-être et de laisser-aller. La création peut être une réalisation abstraite.



Créer une ambiance sur le thème de l'Afrique en accueillant les enfants en musique, avec des affiches, des vêtements ou des tissus africains, des instruments...



Aborder les émotions n'est pas une tâche facile pour les enfants comme pour les adultes. Vous pourriez faire un petit travail sur ce thème avant de commencer l'explor'action (combiné par exemple avec l'introduction de l'histoire). L'annexe 1 pourra vous aider.



Variez les supports d'expression : dessins, crayons, fusain... mais également danse, expression corporelle, collage...



Au lieu de dessiner chacun dans son coin, proposez une grande fresque où chacun peut s'exprimer selon son envie.



Vous pourriez, si vous avez l'espace, disposer et coller les dessins des enfants pour former la «porte de la liberté» qui peut servir de repère-coin pour chaque moment de la lecture du conte.

2) Produire des sons



Objectifs spécifiques à l'activité

- > Distinguer différents types de son.
- > Pouvoir produire un son en rapport avec un visuel.
- > Appréhender la différence entre entendre et écouter.
- > Pouvoir localiser la source d'un son.
- > Prendre conscience des bruits qui nous entourent.

C1 C2

C1 C5 C6

Matériel nécessaire :

Annexe 2 : «Produire des sons»

Temps estimé :

50 min (15 min pour « Qui me répond ? » ; 15 min pour « Chaine sonore » ; 20 min pour la discussion).

Déroulement :

a. Qui me répond ?

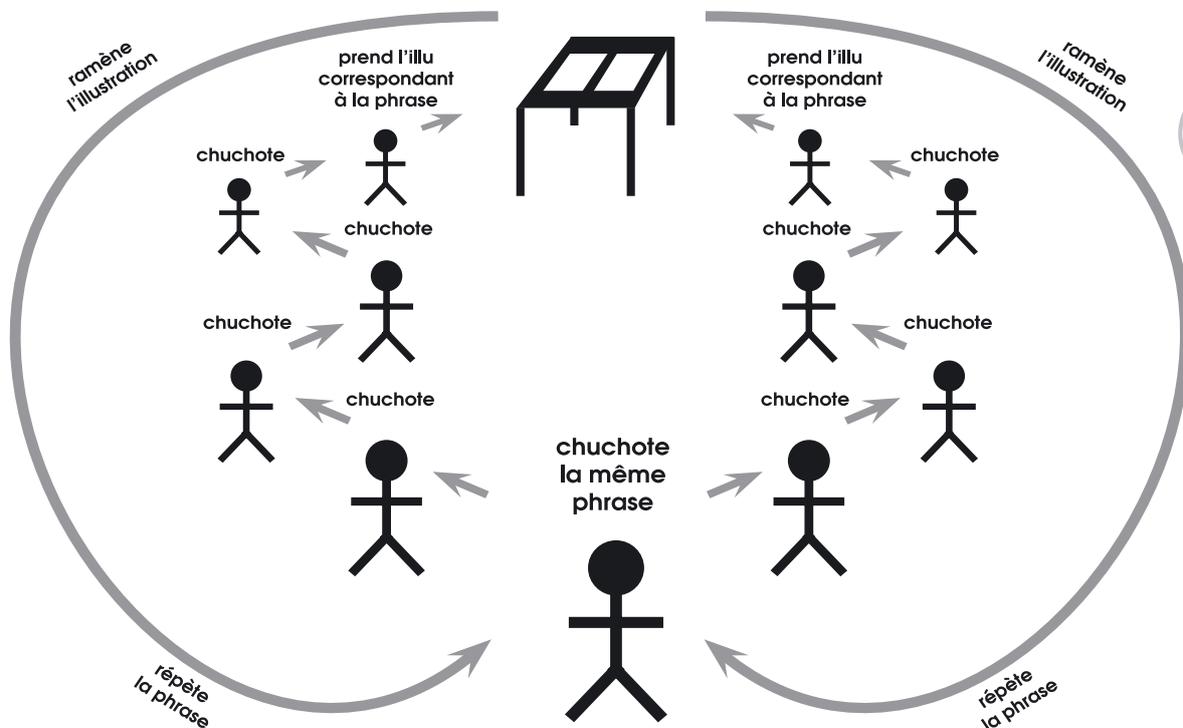
- Reproduisez plusieurs exemplaires de l'annexe 2 et découpez les illustrations. Donnez à chaque enfant une illustration en veillant à ce qu'il y ait à chaque fois minimum des doubles ou des triples.
- Placez les enfants en cercle, les yeux fermés. A votre signal (une main posée sur l'épaule par exemple), l'enfant produit le son représenté sur son illustration. Si d'autres enfants ont reçu la même carte, ils doivent se manifester en produisant également le même son.



En mouvements libres dans la salle, chacun produit en même temps le son qui lui est attribué et essaye de retrouver celui qui produit le même son que lui.

b. La chaine sonore

Formez deux files. En face des deux files disposez les illustrations de l'annexe 2 : «Produire des sons». Chuchotez une phrase qui met en jeu une des illustrations au premier de chaque file (ex : Paulino n'a pas entendu son réveil ce matin). La chaine peut commencer, le premier enfant répète en chuchotant cette phrase à son voisin de derrière et ainsi de suite. Le dernier de la file doit prendre l'illustration correspondant à la phrase (ex : le réveil) et la ramener à l'avant de la file. Demandez ensuite à l'enfant qui a pris l'illustration de répéter la phrase qu'il a entendue et attribuez un point au gagnant.



C'est grâce à ce petit jeu que vous pourrez introduire la différence entre entendre et écouter. Ces deux mots sont parfois utilisés dans le même sens, pourtant il y a une nette différence entre les deux. Les plus rapides peuvent-ils répéter correctement l'entièreté de la phrase citée ? La notion d'entendre renvoie à une perception par l'ouïe, alors qu'écouter signifie « prêter l'oreille à », « s'appliquer à entendre ».

Quels sont les sons que nous **entendons** ou **écoutons** ? Demandez aux enfants de citer des exemples.

c. Relie chaque dessin avec l'action qui convient et le son produit

Vous trouverez cette activité dans le carnet des explor'acteurs à la page 15. Demandez à chaque enfant de relier le dessin au son qu'il produit. Cette activité représente la synthèse des deux précédentes activités.



B. Revenons à la réalité



Voici des idées à exploiter pour mener à bien votre discussion :

- > Quels sont les bruits que vous avez entendus ce matin avant d'arriver à l'activité ? Quel est le premier bruit que vous avez entendu en vous réveillant ?
- > Quels sont les bruits que vous aimez, qui vous semblent agréables ? Comment peut-on les décrire ? A l'inverse, quels sont les bruits que vous n'aimez pas du tout ?
- > Que faut-il faire pour ne plus entendre de bruit ? Taisons-nous pendant une minute et écoutons les bruits qui nous entourent. Nous pouvons nous apercevoir qu'il y a beaucoup de bruits qui nous entourent et que nous n'« entendons » même plus.

C. Varions les plaisirs



Si vous avez le temps ou l'envie d'approfondir le thème de l'ouïe, voici d'autres idées d'activités :

a. Les bruits quotidiens

Préparez sur une table des objets qui peuvent faire des bruits bien distincts : paire de ciseaux, papier cadeau, une trousse avec tirette, une bouteille à moitié remplie d'eau, une balle de ping-pong... Demandez au groupe de fermer les yeux. Désignez un enfant qui choisira un des objets sur la table pour réaliser un bruit. Ensuite demandez au groupe de deviner de quel objet provenait le bruit.



Sans les préparer, les enfants peuvent sélectionner des objets qu'ils trouvent autour d'eux.



Prévoyez des masques cache-yeux ou des foulards pour le bon déroulement du jeu ou cachez la table avec les objets qui permettent de faire du bruit.

b. Le roi et la reine du silence

Placez les enfants assis en cercle. Bandez les yeux d'un enfant (le roi ou la reine du silence) et placez-le au milieu du cercle, sur une chaise en dessous de laquelle vous placez un sifflet (ou un autre objet faisant du bruit). Chaque enfant va essayer à son tour d'approcher le roi ou la reine du silence et de siffler dans le sifflet. Lorsque le roi ou la reine entend la personne qui se rapproche, il en désigne la position. Si l'enfant est correctement localisé, celui-ci doit retourner à sa place et, un autre enfant prend le relais. Il est donc important que tous les autres enfants ne fassent pas de bruit.

c. A qui appartient cette voix ?

Cette activité demande une préparation plus longue. Enregistrez la voix ou le rire des enfants qui se connaissent. Faites écouter au groupe l'enregistrement. Chacun essaye de deviner à qui appartient telle ou telle voix. Comment peut-on reconnaître les voix ?

d. Créer sa boîte à bruits

Rassemblez différents contenants constitués de matériaux divers : des boîtes en carton, en métal, des bocaux en verre... ainsi que des contenus : petites pâtes (type macaroni), boutons, gravier, papier toilette... Présentez aux enfants par groupe de deux les mêmes contenants et contenus, et demandez-leur de créer deux boîtes à bruits différentes. Par la suite, vous pourrez tester les sons différents de chaque boîte... et jouer au jeu de l'orchestre.

e. L'orchestre

Avec les instruments créés, les enfants peuvent se constituer un petit orchestre, où les caractéristiques des sons peuvent être mises en avant : les instruments aigus jouent maintenant, tout le monde joue mais très calmement. Les enfants peuvent également jouer en vague, chacun attend que son voisin de droite ait fini de produire un bruit pour commencer le sien, vous pouvez ralentir ou accélérer la cadence.

D. Prenons soin de notre santé



Objectifs spécifiques à l'activité

- > Comprendre l'importance de l'ouïe dans la vie de tous les jours.
- > Être sensibilisé aux nuisances sonores.
- > Développer des messages santé en rapport avec l'ouïe.

C2

Temps estimé :

+/- 20 min

Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p.16-17

a. **Enquête !** demande à deux personnes de ton entourage les sources de bruit : qu'elles aiment, qu'elles n'aiment pas, qui sont faibles, qui sont fortes.

ENQUÊTE !

DEMANDE À DEUX PERSONNES DE TON ENTOURAGE LES SOURCES DE BRUIT :

- QU'ELLES AIMENT
- QU'ELLES N'AIMENT PAS

DEMANDE À DEUX PERSONNES DE TON ENTOURAGE LES SOURCES DE BRUIT :

- QUI SONT FAIBLES, QUI NE FONT PAS BEAUCOUP DE BRUIT
- QUI SONT FORTES, QUI FONT BEAUCOUP DE BRUIT

Cette activité pourra faire le lien entre les explor'actions et la famille. C'est un bon moyen d'améliorer la communication et de mettre en avant le travail sur les 5 sens que vous réalisez avec les enfants. Par la suite, il permettra de constater que chacun a des goûts mais surtout des sensibilités différentes par rapport au bruit. Vous pourrez vous aider des conseils santé ci-dessous pour alimenter le retour des enquêtes et

aborder deux nouveaux thèmes : les conséquences que le bruit peut avoir sur notre santé et ce que nous pouvons faire pour diminuer les nuisances sonores. En terme d'organisation, vous pourrez mener la discussion avant de commencer la prochaine explor'action (au retour des enquêtes). Soit à ce moment de l'explor'action (en ayant remis les enquêtes un jour avant aux enfants).



Vous pouvez photocopier l'enquête dans l'annexe 2 pour éviter de perdre les carnets des explor'acteurs dans les trajets.

b. Phase de discussion

Après un rapide retour sur les enquêtes, vous pouvez poursuivre la discussion avec ces questions :

- > Les bruits qui sont forts sont-ils les moins appréciés ? Peut-on aimer un bruit fort ? Pourquoi, quelle sensation ressent-on nous ?
- > L'ouïe est-elle importante ? Pourquoi ? A quoi me sert-elle dans la vie de tous les jours ?

> Comment peut-on écouter son corps ? (les battements du cœur, la respiration, la digestion...) Ce sont de bonnes indications pour nous dire si nous sommes en bonne santé. Le médecin utilise d'ailleurs son ouïe pour vérifier que nous sommes en bonne santé. Que peut-il écouter ?



1. LES CONSÉQUENCES DU BRUIT SUR LA SANTÉ

Lorsque l'on parle de conséquences néfastes par rapport au bruit, on pense immédiatement aux pertes auditives. Or, il existe bien d'autres effets négatifs pour la santé qui sont directement liés au bruit :

- > Un mauvais sommeil. Il peut être perturbé dans sa qualité ou dans sa durée, ce qui peut avoir beaucoup de conséquences sur la santé (troubles de l'humeur, de la mémoire, de la concentration, mais aussi hypertension, douleurs physiques, risque d'obésité...).
- > Plus de stress. Le bruit peut entraîner une réaction de stress dans notre corps et enclencher la sécrétion d'hormones, ce qui a des effets sur notre système cardiovasculaire, respiratoire, digestif et même immunitaire.
- > Des changements de comportements. Il a été remarqué que le bruit pouvait augmenter l'agressivité, l'anxiété mais aussi augmenter les états de dépression. Avec un fond sonore, il est également plus difficile de se concentrer sur des tâches par-

ticulières, car le cerveau doit distinguer les différentes informations qui lui parviennent.

La prévention au bruit reste un domaine encore relativement discret. Si on compare cette prévention à celle de l'hygiène bucco-dentaire par exemple, on se rend compte que les jeunes enfants savent qu'il faut se brosser les dents trois fois par jour mais qu'ils ignorent complètement les précautions à prendre pour préserver leur capital d'audition. Les risques liés à un mauvais traitement de l'audition sont pourtant tout aussi importants que ceux liés à une mauvaise hygiène dentaire...

Si vous désirez avoir plus d'informations sur les préventions auditives, consultez le site de l'APTA (Association de prévention des Traumatismes Auditifs) Arrêtons le massacre aux décibels ! www.audition-prevention.org ainsi que le site du CRIOC www.crioc.be en tapant « bruit » dans le moteur de recherche.

2. LES SOURCES DE BRUIT

Quels sont les bruits qui nous entourent ?

Dans notre quotidien, nous pouvons distinguer plusieurs sources de bruit auxquelles nous ne prêtons pas/plus attention. Il s'agit par exemple de bruits domestiques, de bruits provenant de moyens de transports, de bruits de lieux publics...

- > Les bruits domestiques : les personnes qui nous entourent, tous les appareils audio comme les téléviseurs, la radio mais aussi les électroménagers, les équipements sanitaires, les installations de chauffage, les équipements de ventilation, les bruits provenant du voisinage...
- > Les bruits provenant des moyens de transports : les voitures, les motos et les scooters, les trains et les trams, les avions, les camions, les klaxons...
- > Les bruits provenant des lieux publics (fer-

més et ouverts): les grands magasins, les cantines, les stades, les salles de sport...

Voici des exemples de puissance du son en décibels :

- 140** Avion au décollage
- 105** Casque de musique en pleine puissance
- 95** Cantine scolaire
- 70** Sonnerie de téléphone
- 60** Conversation normale
- 40** Chant d'oiseau
- 15** Bruissement des feuilles avec le vent

Le son commence à être néfaste à partir de 75 dB et il devient vraiment dangereux à partir de 85 dB. Pourtant, nous ne ressentons la douleur auditive qu'à partir de 120 dB. L'oreille est donc menacée de lésions irréversibles avant que l'on ne puisse s'en apercevoir !

E. Pour aller plus loin



Voici un complément d'information qui vous permettra, au besoin, d'expliquer directement aux enfants comment se diffuse le bruit.

a. Comment faisons-nous des sons ?

Pour parler, nous utilisons l'air qui est disponible dans nos poumons et dans notre bouche. Lorsque nous parlons, nous pouvons remarquer qu'il y a de l'air qui sort de notre bouche; en fait, nous faisons vibrer nos cordes vocales et puis nous utilisons l'air

pour porter le son produit par nos cordes vocales. Essayons de parler en fermant la bouche, sans laisser échapper l'air: ce n'est pas possible ! Même si les cordes vocales travaillent, on ne peut pas nous comprendre.

b. Par où passe le bruit ?

Le son n'atteint pas seulement notre oreille, mais il touche et passe par tout ton corps. Avec les sons, nous allons peut-être avoir un ressenti physique : sursauter, se détendre, trembler, bouger en rythme... mais aussi des ressentis émotionnels : du plaisir ou une sensation désagréable, un bon ou mauvais souvenir, de la colère... Pour avoir accès à ces émotions, le son nous est parvenu sous forme de vibrations. Ce sont ces vibrations

qui vont tout d'abord frapper le tympan de nos oreilles. Le tympan va à son tour vibrer et l'information va passer au niveau de l'oreille interne, puis vers les nerfs auditifs pour enfin arriver au cerveau. Ce parcours se fait très rapidement, et une fois l'information arrivée à notre cerveau, celui-ci va pouvoir associer ce son à une émotion ou à un souvenir, stocké dans notre mémoire.

c. Est-ce que tous les sons se ressemblent ? Quelles sont les particularités d'un son ?

Notre oreille peut distinguer différents types de son suivant 4 critères :

- > La hauteur : il y a des sons aigus et des sons graves. Les instruments de musique comme le piano et notre voix peuvent faire des sons graves et aigus. Sur un piano, quand nous jouons sur les touches à gauche, les sons ressortent plus graves. Quand nous jouons sur les touches de droite, les sons deviennent aigus.
- > L'intensité : il y a des sons forts et des sons faibles. Nous pouvons facilement voir la

- différence lorsque nous chantons fort ou lorsque nous murmurons. On peut garder la même hauteur de note et varier son intensité.
- > Le timbre : c'est la sonorité ou la couleur qui permet d'identifier une voix ou un instrument. C'est grâce au timbre que nous pouvons entendre la différence entre une flûte et un violon, même s'ils jouent la même musique.
- > La durée : il y a des sons courts et des sons longs.

d. Pourquoi avons-nous deux oreilles ?

Si nous avons deux oreilles c'est pour pouvoir entendre d'où proviennent les sons. Quand quelqu'un nous appelle, nous pouvons dire où est placée la personne (devant

ou derrière nous, à gauche ou à droite). C'est parce que notre oreille gauche et notre oreille droite n'ont pas reçu l'information de la même manière.

F. Résumé de l'explor'action 1

L'OUÏE - L'AFRIQUE



Temps	Activités
-------	-----------

20 min. **Lecture du conte ou CD** (page 1 et 2)
• Introduction (p 3 à p 7)
• Premier voyage : Destination, l'Afrique (p 9 à p 13)
.....

A. Découvrons nos sens

40 min. **1) S'exprimer en musique**
a. Réalisation de peintures sur musique.
b. Discussion des émotions sur les différentes musiques
c. Présentation d'un dessin par enfant
d. Synthèse : Coller la peinture et l'émotion dans le carnet des explor'acteurs p 14
.....

50 min. **2) Produire des sons**
a. Qui me répond ?
b. La chaîne sonore
c. Relie chaque dessin avec l'action qui convient et le son produit. Carnet des explor'acteurs p15
.....

20 min. *B. Revenons à la réalité*
.....

C. Variions les plaisirs

10 min. *a. Les bruits quotidiens*
10 min. *b. Le roi et la reine du silence*
10 min. *c. A qui appartient cette voix ?*
30 min. *d. Créer sa boîte à bruits*
10 min. *e. L'orchestre*
.....

20 min. *D. Prenons soin de notre santé*
a. Enquête ! Demande à deux personnes de ton entourage les sources de bruit
b. Phase de discussion

Les conseils santé : les conséquences du bruit sur la santé et les sources de bruit.
.....

E. Pour aller plus loin...

a. Comment faisons-nous des sons ?
b. Par où passe le bruit ?
c. Est-ce que tous les sons se ressemblent ?
d. Pourquoi avons-nous deux oreilles ?

Explor'action 2

L'ODORAT - L'Océanie



Objectifs

- > Utiliser son odorat pour découvrir et identifier différentes odeurs.
- > Reconnaître différentes odeurs et exprimer ses impressions en faisant appel à son vécu.
- > Utiliser et enrichir son vocabulaire relatif à l'odorat et aux émotions.
- > Identifier et organiser les odeurs sur base de similitudes ou de différences.
- > Partager ses ressentis.
- > Être à l'écoute des ressentis des autres.



Raconte-nous l'histoire des explor'acteurs (+/- 10 min)

Nous vous proposons de lire « Le deuxième voyage » du conte : « Destination, l'Océanie » dans le carnet des explor'acteurs (pages 19 à 23) pour mettre les enfants en situation. Si vous préférez, utilisez le CD sur lequel vous retrouverez la même histoire contée à la page 3.



A. Découvrons nos sens

1) Sentir, renifler, flairer...

Objectifs spécifiques à l'activité

- > Découvrir et se laisser imprégner par des odeurs différentes.
- > S'exprimer et partager l'émotion ressentie.
- > Comparer et distinguer différentes odeurs.





Matériel nécessaire :

- petits pots en plastique (type pot de yaourt, gobelet, capsules...). Pour 12 enfants, prévoir une vingtaine de récipients si vous voulez aborder les activités supplémentaires. Les récipients ne doivent pas tous être les mêmes.
- matériel pour refermer les pots : bande adhésive, élastique, papier aluminium...
- 6 matières odorantes comme des épices, huiles essentielles à l'eucalyptus, menthe fraîche, ciboulette coupée, herbe cou-

pée, kiwi, lavande... Renseignez-vous sur des huiles essentielles adaptées aux enfants et sur la manière de les employer (seulement quelques gouttes suffisent).

- texture pour contenir les matières liquides : tissus, ouate...
- annexe 1 : Les émotions
- annexe 4 : Motifs à coller sur les contenants
- annexe 5 : Grille à compléter sur les odeurs
- annexe 6 : Vocabulaire

Temps estimé :

50 min (30 min pour l'activité, 20 min pour le travail sur les émotions).

Déroulement :

a. Phase de préparation

- Nous vous proposons d'explorer 6 senteurs bien distinctes par groupe, chaque groupe ayant les mêmes senteurs.
- Réalisez les capsules senteurs en y insérant une matière odorante, ou tapissez le fond du gobelet avec de l'ouate s'il s'agit d'un liquide (comme les huiles essentielles). Refermez soigneusement le gobelet pour que les enfants n'aient pas la possibilité de voir le contenu. Collez sur chaque capsule un motif représenté sur l'annexe 3 et notez les correspondances sur une feuille à part.
- Photocopiez autant de fois l'annexe 4 qu'il y a d'enfants.
- Installez les enfants par groupe de 4 à 6.



b. Phase de réalisation

- Demandez aux enfants de sentir les 6 capsules et de donner leurs impressions sur ce qu'ils sentent. Le fait de fermer les yeux permet parfois de mieux se concentrer sur l'odeur.
- Faites-leur remplir la grille des odeurs (annexe 5). Encouragez-les à détailler leurs impressions en vous reportant à la liste de vocabulaire se trouvant sur l'annexe 6.





c. Phase de discussion

- Interrogez le groupe sur l'activité : « Aimes-tu cette odeur, à quoi te fait-elle penser, si tu devais l'associer à une image, une personne ou à une couleur, à qui/quoi penserais-tu... ? ». Le but n'est pas de trouver directement l'odeur correcte mais de se laisser porter par ce que l'on sent. Soyez attentif à ne pas donner une vérité sur le contenu d'une odeur (chacun est libre de ressentir ce qu'il veut).
- Mettez en avant la vérité que détient chaque enfant et suscitez son émotion ainsi que les échanges entre les enfants sur le sujet. Les odeurs sont intimement reliées à nos souvenirs, à des évocations de la vie de tous les jours. Interrogez les enfants, laissez-leur des portes ouvertes... Demandez-leur à quel moment ou dans quel endroit ils ont senti ces odeurs.
- Soyez attentif/ve aux expressions (mimiques), aux préférences, aux goûts (ou dégouts).
- Si un enfant est malade et n'arrive pas à sentir, il est tout aussi intéressant de discuter sur son ressenti (peut-être de la frustration), de veiller à l'intégrer d'une autre manière dans l'activité (un autre enfant lui décrit ce qu'il ressent), de discuter de ce qui change quand on n'a pas d'odorat...
- Faites remarquer que chaque personne a des goûts différents. Certaines odeurs (comme la poubelle) sont désagréables pour tout le monde. Par contre, il est plus difficile de trouver une odeur commune, agréable à tous.

d. Phase de synthèse

- Remettez l'annexe 1 : Les émotions. Demandez à chaque enfant de colorier l'émotion qu'il a ressentie pendant l'exploration et de la coller à la p 24 du carnet des explor'acteurs.
- Proposez ensuite que chaque enfant colle une texture imprégnée d'une odeur qu'il a appréciée à la page 24.



Nous sommes ici dans **la découverte**. Il est important de rappeler aux enfants qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Le développement à l'odorat peut être frustrant pour les enfants qui « n'arrivent pas » à reconnaître les odeurs, et cette perception est extrêmement variable d'une personne à une autre. L'apprentissage se fait au fur et à mesure de la vie et, en aucun cas, il ne doit être la cause d'un sentiment d'échec ou de frustration. A l'animateur de mettre ses activités dans un contexte de découverte et non de compétition.



Vous pouvez aisément rattacher l'activité au conte, en expliquant aux enfants qu'ils sont les explor'acteurs qui partent aider le grand guérisseur.



Variante de l'activité : sentir avec de l'eau froide et de l'eau chaude. Utiliser les épices et condiments utilisés pour les capsules senteurs. Par exemple, la menthe : d'abord faire sentir les feuilles de menthe diluées dans l'eau froide, et ensuite dans l'eau chaude. Chercher le récipient qui sent le plus.

2) La balade senteur



Objectifs spécifiques à l'activité

- > Identifier les odeurs qui nous entourent dans la nature.
- > Affiner ses goûts par rapport à des senteurs différentes.
- > Découvrir le plaisir simple de sentir les odeurs de la nature.
- > Être attentif à ce qui se passe dans son corps.

C2

Matériel nécessaire :

1 petit pot par enfant, que l'on peut ouvrir et refermer facilement.

Temps estimé :

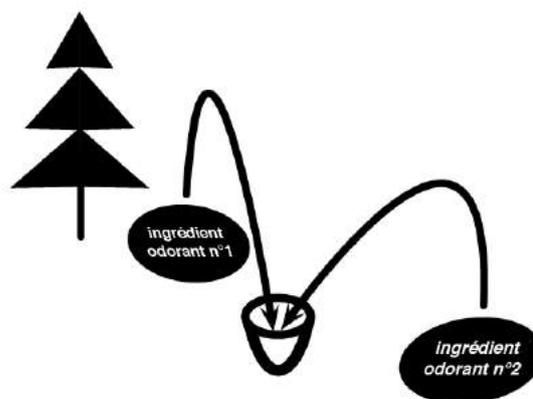
+/- 1h

Déroulement :

- Prenez le temps de vous balader en forêt, au parc ou dans la nature, en étant attentif/ve à l'environnement olfactif : l'odeur de la ferme, de la terre, de la pluie, de l'herbe, des fleurs, des feuilles, de l'écorce des arbres, peut-être des herbes aromatiques comme le thym, la ciboulette...
- Demandez aux enfants de « capturer » deux à trois odeurs de la nature dans leur petit pot. Pour aiguiller leur choix, demandez-leur de prendre des odeurs qu'ils aiment, qu'ils trouvent agréables et qui se marient bien. Deux odeurs sont suffisantes pour pouvoir les ré-identifier par la suite.
- En ce qui concerne la discussion, vous pouvez la lancer dans la nature ou au retour dans votre local. Interrogez les enfants sur leur perception : « Comment se sont-ils sentis lors de l'activité ? Quels sont les changements (dans le corps) lorsqu'on se balade dans la nature ou

lorsque l'on est à l'intérieur ? A quoi font penser ces odeurs ? Quelles sont les odeurs différentes de la ville et de la nature ? » Vous pouvez aussi faire tourner les petits pots afin que chaque enfant puisse sentir le contenu des autres « récoltes ».

- Collez avec les enfants à la page 24 du carnet une partie de leur récolte, ou demandez-leur de la dessiner.



Faire un lien avec les cours d'éveil ou une note sur ce que l'on peut ou pas cueillir en fonction du danger (champignons, baies, fleurs...).

Les dessins parfumés

Si pour une raison quelconque, il vous est impossible de sortir, découpez des cartons de la taille d'une carte postale. Préparez de la peinture et mélangez-y des épices en poudre (curry, cannelle, paprika, curcuma, coriandre...). Demandez aux enfants de peindre leur carte en y mélangeant des épices. Le dessin peut par exemple concerner une partie du conte. Vous pouvez ensuite coller leur peinture parfumée dans le carnet des explor'acteurs à la page 25, et leur demander de raconter leur création en se basant sur les émotions faisant appel à l'odorat.



B. Revenons à la réalité



Voici des idées à exploiter pour mener à bien votre discussion :

- > Quelles sont les odeurs que vous avez senties ce matin avant d'arriver à l'activité, ou quelle est la première odeur que vous avez sentie en vous réveillant ?
- > Quelles sont les odeurs que vous aimez, qui vous semblent agréables ? Comment peut-on les décrire ? A l'inverse, quelles sont les odeurs que vous n'aimez pas du tout ?
- > Avez-vous déjà senti des odeurs qui pouvaient être dangereuses ?
- > Que faut-il faire pour ne plus sentir ? Est-ce qu'il vous est déjà arrivé de ne plus sentir ? Pourquoi ? Que s'est-il passé ? (quand on a le nez bouché, si on est malade, si on a des allergies...)
- > Quels sont les métiers où on utilise l'odorat ? Est-ce qu'il y a des endroits qui sont marqués par certaines odeurs (la piscine, la cuisine, la baraque à frites, la parfumerie...)?
- > Précisez que chaque maison, chaque culture, chaque personne, a sa propre odeur.

C. Variions les plaisirs



Si vous avez le temps ou l'envie d'approfondir le thème de l'odorat, voici d'autres idées d'activités :

a. Le Memory des odeurs

Comme pour la première activité, remplissez deux fois (ou plus) 6 gobelets reprenant différentes odeurs. Demandez aux enfants de reconnaître les pots qui ont la même odeur. Vous pouvez annoter les pots, avec par exemple des chiffres et des lettres, et constituer les paires correctes au préalable (Motif A-3, Motif B-4...) (Voir annexe 3)

b. Bonne ou mauvaise odeur ?

Dans une série de 10 gobelets, alternez des odeurs de substances comestibles et d'autres substances dangereuses à ingérer. Exemple : chocolat, café, ketchup, moutarde, fruits, alcool désinfectant, savon douche (pas à base de fruits), produit vaisselle, nettoyant pour vitre...
Donnez aux enfants un carton rouge et un carton vert. Après avoir senti les odeurs chacun à leur tour, demandez aux enfants de lever le carton rouge pour les substances non comestibles et le carton vert pour les substances comestibles.
Est-ce que l'on peut se fier à son nez pour toutes les substances (savon à base de fruit, colle...) ? Un produit peut sentir bon et néanmoins être toxique s'il est ingéré.

D. Prenons soin de notre santé



Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Comprendre l'importance de l'odorat dans la vie de tous les jours.
- > Développer des messages santé en rapport avec l'odorat.

C3

Temps estimé :

+/- 20 min

Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs (p 26-27)

a. Se moucher, c'est utile !

Si les enfants sont capables d'apprendre à se moucher vers 2-3 ans, beaucoup n'en comprennent pas l'utilité ou ne sont pas motivés pour le faire. Sur base du fascicule réalisé par l'ONE, vous pourrez proposer plusieurs activités avec les enfants :

- Lire l'histoire ensemble et par la suite en discuter.

- Rejouer des parties de la scène et notamment jouer à souffler par le nez avec une plume ou un petit papier.
- Créer une nouvelle histoire pour motiver les enfants à se moucher. (les explor'acteurs sont pris dans une tempête, ils sont sur un bateau et il faut souffler par le nez pour pouvoir les ramener sur la plage...)



b. Phase de discussion

Est-ce que l'odorat est important ?... Comment réagit notre corps lorsqu'il sent une

odeur agréable, ou au contraire mauvaise ? Pourquoi faut-il se moucher ?...

LES CONSEILS SANTÉ

1. POURQUOI SE MOUCHER ?

Pour soigner plus facilement un rhume, pour diminuer les risques d'otite, pour mieux apprécier le goût des aliments, pour découvrir

les senteurs qui nous entourent... (sur base du fascicule BD de l'ONE : se moucher, c'est utile !)

Attention ! Si, dans votre groupe, vous avez déjà constaté des problèmes d'hygiène chez certains enfants (odeurs dérangeantes, vêtements sales...), préparez-vous à l'idée que cela puisse ressortir lors de l'activité : « Il/elle pue, ne sent pas bon... » Voici quelques pistes récoltées auprès d'animateurs et d'enseignants qui pourront vous aider à anticiper :



- > Rappelez que l'expression « Tu pues ! » est à proscrire car elle est insultante.
- > Expliquez aux enfants que tout le monde a une odeur, que chacun peut sentir mauvais à un moment donné (en restant dans une cuisine, avec des odeurs de cigarette...) Cherchez ensemble les solutions pour ne plus sentir mauvais.
- > Discutez avec l'enfant visé, à part, en tête à tête ou en grand groupe si vous estimez important de « déresponsabiliser » l'enfant devant les autres de ce problème d'hygiène. Ceux-ci découlent souvent d'autres problèmes (insalubrité de logement, non disponibilité des parents, habitudes familiales, environnement humide...)
- > Proposez à l'enfant de se laver le matin avant l'activité ou sur le temps de la pause, mais tout en préservant son intimité.

E. Pour aller plus loin

Voici un complément d'information qui vous permettra, au besoin, de donner des explications sur le fonctionnement de l'odorat directement aux enfants.

a. Comment sentons-nous les odeurs ?

Les odeurs qui se trouvent dans l'air sont transportées dans notre nez par la respiration. L'air dépose ces odeurs au sommet de la fosse nasale (au fond du nez). Le cerveau reconnaît ces odeurs. Le nez peut distinguer en moyenne de 2000 à 4000 odeurs différentes.

b. Le pouvoir des odeurs

Les récepteurs d'odeurs se trouvent dans notre nez. Ils sont directement reliés aux centres cérébraux des émotions et de la mémoire. C'est pour cette raison qu'il y a des odeurs qui sont liées à des souvenirs et qui restent, même des années plus tard. Il y a par exemple des odeurs que nous aimons parce qu'elles nous rappellent des moments que nous avons aimés. Voici encore un autre exemple : lorsque nous sentons la nourriture et que l'odeur arrive au cerveau, elle déclenche l'envie ou la faim. L'odeur de la nourriture nous informe sur ce que nous mangeons et nous prévient si certains aliments ne sont pas bons.

c. Pourquoi, lorsqu'on est dans un local, on ne sent pas toujours quand ça sent mauvais ?

Lorsque nous arrivons dans une pièce où règne une forte odeur, nous le sentons au début. Ensuite, au bout d'un moment, nous cessons presque de la percevoir car l'odorat est très vite saturé.

d. Pourquoi avons-nous des poils dans le nez ?

Les poils du nez empêchent les poussières de rentrer. Lorsque nous nous mouchoons, nous expulsions les saletés que les poils de notre nez ont retenues.

F. résumé de l'explor'ation 2

L'ODORAT - L'Océanie



Temps	Activités
10 min.	Lecture du conte ou CD (page 3) <ul style="list-style-type: none">• Le deuxième voyage : Destination, l'Océanie ! (p 19 à 23) <p>.....</p> <p><i>A. Découvrons nos sens</i></p>
50 min.	1) Sentir, renifler, flairer... <ul style="list-style-type: none">a. <i>Sentir les 6 capsules</i>b. <i>Discussion des émotions sur les différentes odeurs</i>c. <i>Synthèse : Coller une odeur et l'émotion dans le carnet des explor'acteurs p 24</i> <p>.....</p>
60 min.	2) Balade senteur <ul style="list-style-type: none">a. <i>Capture de 2 ou 3 odeurs lors d'une promenade ou dessins parfumés</i>b. <i>Synthèse : Coller une partie de la récolte ou un dessin dans le carnet des explor'acteurs p 25</i> <p>.....</p>
20 min.	<p><i>B. Revenons à la réalité</i></p> <p>.....</p> <p><i>C. Variions les plaisirs</i></p>
10 min.	a. <i>Le Memory des odeurs</i>
10 min.	b. <i>Bonne ou mauvaise odeur ?</i>
	<p>.....</p>
20 min.	<p><i>D. Prenons soin de notre santé</i></p> <ul style="list-style-type: none">a. <i>Se moucher, c'est utile ! Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p 26-27</i>b. <i>Phase de discussion</i> <p>Les conseils santé : pourquoi se moucher ?</p> <p>.....</p> <p><i>E. Pour aller plus loin...</i></p> <ul style="list-style-type: none">a. <i>Comment sentons-nous les odeurs ?</i>b. <i>Le pouvoir des odeurs</i>c. <i>Pourquoi, lorsqu'on est dans un local, on ne sent pas toujours quand ça sent mauvais ?</i>d. <i>Pourquoi avons-nous des poils dans le nez ?</i>

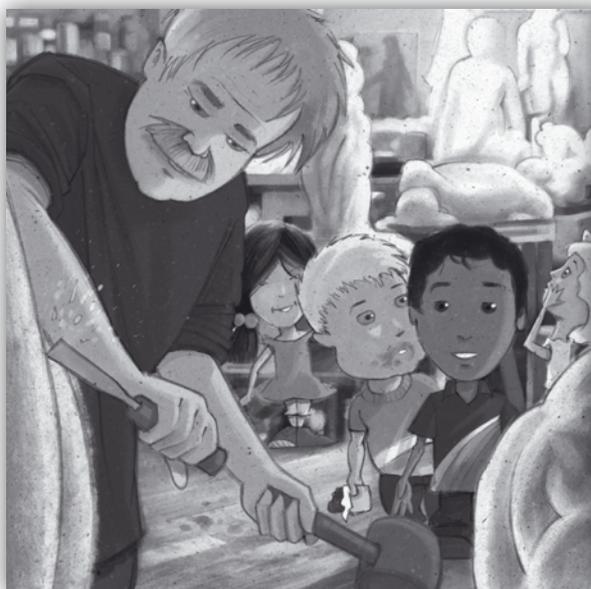
Explor'action 3

LE TOUCHER - L'EUROPE



Objectifs

- > Explorer les différentes matières et percevoir les émotions que le toucher pourrait procurer.
- > Pouvoir décrire les formes, les matières et les propriétés des objets.
- > Pouvoir exprimer et partager ses émotions par rapport à des sensations tactiles.
- > Être sensibilisé à des compétences santé en lien avec le toucher.



Le troisième voyage DESTINATION, L'EUROPE!

Mourad adorait dessiner. Son carnet était d'ailleurs rempli de souvenirs de leurs aventures. Après chaque voyage, il dessinait ce qu'il avait vu, pour ne rien oublier.

Alors, quand les enfants se sont retrouvés à nouveau à la librairie, Mourad a demandé à la vieille dame :

- « Dans quel pays, trouvons-nous beaucoup de dessinateurs ? »

- « En Italie, il y a eu des peintres extraordinaires, comme Raphaël, Michel Ange, Léonard de Vinci... Mais, vous savez, il y a des peintres et des sculpteurs extraordinaires dans tous les pays d'Europe. Même en Belgique ! Vous connaissez Magritte ? Ou Delvaux ? Et les sculptures de Paulus, ou de Constantin Meunier ? Et vous connaissez les artistes espagnols, Salvador Dalí, Pablo Picasso ? Et en France, le sculpteur Rodin ? Venez avec moi ! »

La vieille dame les a menés dans la partie «Beaux-arts» de la librairie. Là, les enfants se sont plongés avec bonheur dans tous les livres. Ils regardaient les peintures, les sculptures... Ligia a dit :

- « C'est dommage qu'on ne puisse pas toucher ces statues ! »

Soudain, Mourad a appelé les autres :

- « Regardez cette photo ! C'est un atelier de sculpteur ! Il y a plein de statues ! Et si on allait là ? »

- « Bonne idée, tous en cercle ! » ont crié les enfants.

Après avoir bien regardé la photo, ils ont fermé les yeux et ils se sont concentrés. Maintenant, ils étaient familiarisés avec cet étrange moyen de voyager.

Quand ils ont ouvert les yeux, ils se sont retrouvés dans un atelier de sculpture face à un homme avec une moustache très épaisse.

- « Vous êtes un sculpteur italien ? Vous vous appelez Alberto Giacometti ? » Mourad avait posé cette question parce que le livre qu'il avait regardé était consacré à Giacometti.

L'homme était un peu surpris de voir tous ces enfants dans son atelier.

- « Non, je m'appelle Alfred, mais ici, vous êtes bien dans l'ancien atelier de Giacometti, au 46 rue Hippolyte-Maindron, à Paris. Giacometti est mort en 1966. Maintenant, c'est moi qui travaille ici. Je suis sculpteur. »

Raconte-nous l'histoire des explor'acteurs

Lecture du conte (+/- 10 min)

Nous vous proposons de lire « Le troisième voyage » du conte : « Destination, l'Europe » dans le carnet des explor'acteurs de la page 29 à 31 pour mettre les enfants en situation. Si vous préférez, vous pouvez utiliser le CD sur lequel vous retrouverez la même histoire contée à la page 4.



A. Découvrons nos sens

1) Les empreintes

Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Toucher des supports différents et avoir des sensations différentes en fonction des matières.
- > Exprimer les émotions et les ressentis que peuvent provoquer le toucher.





Matériel nécessaire :

- peinture (pour le froid) :
- pâte à sel (pour le mou) :
- plâtre (pour le liquide) :
- craie (pour le sec, doux) :
- feuille blanche :
- feuille de couleur foncée :
- tabliers, journaux de protection...

Temps estimé :

50 min hors préparation et rangement (30 min pour les empreintes, 20 min pour la présentation et le travail sur les émotions). Attention, prévoyez du temps pour que les enfants puissent se laver correctement après l'activité.

Déroulement :

a. Phase de préparation

Répartissez les enfants en différents ateliers. Les ateliers sont organisés par type de support : un atelier peinture, un atelier pâte à sel, un atelier plâtre et un atelier craie. Il est intéressant de varier le matériel pour varier

les sensations des enfants : la peinture pour les sensations de froid, la pâte à sel pour le mou, le plâtre pour le liquide, la craie pour ce qui est sec et doux...

b. Phase de réalisation

- Les enfants sont répartis dans les différents ateliers.
- Pour l'atelier peinture et l'atelier craie, proposez aux enfants de réaliser une

fresque. Ils auront la liberté de faire autant d'empreintes qu'ils le souhaitent avec les mains et le bout des doigts.

- Lors des activités, demandez aux enfants d'être attentifs aux sensations que leur procure l'activité. Vous pouvez, dans un premier temps, passer par une phase de description des matières touchées.
- Dans l'idéal, essayez que les enfants puissent réaliser les 4 ateliers. Un minimum de deux ateliers sera nécessaire pour ressentir les différentes émotions. Par exemple, dirigez les enfants qui ont terminé l'atelier plâtre vers l'atelier peinture.



c. Phase de discussion

Interrogez le groupe sur l'activité qu'il vient de réaliser. Laissez les enfants exprimer les émotions ressenties par rapport aux empreintes réalisées. Voici quelques idées pour relancer la discussion :

- Quelles sont les images qui vous sont ve-

nues en tête en faisant des empreintes ?

- Est-ce qu'à chaque empreinte vous avez eu les mêmes sensations ? Qu'y a-t-il de différent ?
- Quelle texture avez-vous préférée ?

d. Phase de synthèse

- Remettez l'annexe 1 : Les émotions. Demandez à chaque enfant de sélectionner l'émotion qu'il a ressentie pendant l'exploration en la coloriant.

- A la fin de la discussion, chaque enfant réalise l'empreinte de ses doigts dans son carnet d'explor'acteurs et colle l'émotion à la page 32.



Disposez les enfants en cercle autour de vous pour la lecture du conte et donnez vos consignes avant de les disperser en atelier.



Variez davantage les supports d'expression : fusain, plasticine, terre... mais également d'autres parties du corps comme les pieds.



Au lieu de faire une grande fresque où chacun peut déposer son empreinte, proposez de faire les empreintes individuellement.



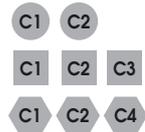
Chaque enfant peut se contenter de faire l'expérience de 2 ateliers seulement.



2) Toucher et ressentir le toucher

Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Distinguer la différence entre toucher, sentir et être touché.
- > Pouvoir exprimer et partager ses émotions par rapport à des stimuli tactiles.
- > Reconnaître des objets uniquement par le toucher.
- > Utiliser le vocabulaire adéquat en rapport avec le toucher.



Matériel nécessaire :

- un sac opaque
- différents objets qui nous entourent en y mettant des objets lisses, avec relief (carton ondulé), rugueux, doux.
- des gants en laine / des moufles
- des glaçons ou une poche réfrigérée
- une balle de tennis pour 2 enfants

Temps estimé :

50 min (20 min pour « La découverte des objets » ; 20 min pour « Réalise un espace tactile » ; 10 min pour « La balle de tennis »).

Déroulement :

a. La découverte des objets

- Sentir différents objets à main nue, avec des gants, avec des mains refroidies par des glaçons.
- Dans un sac, disposez une dizaine d'objets qui se trouvent dans votre environnement. A l'aveugle, l'enfant met un gant et pioche dans le sac un objet. Il doit deviner ce qu'il a en mains et le décrire suivant les différents critères : doux, rugueux, piquant...
- Répétez le même déroulement sans les gants, et ensuite, après avoir tenu un glaçon entre les mains pendant un moment.





Sélectionnez des objets que les enfants trouvent habituellement autour d'eux. Faites le même exercice à l'aide des pieds.



Prévoyez des masques cache-yeux pour le bon déroulement du jeu.



b. Réalise un espace tactile

Vous trouverez cette activité dans le carnet des explor'acteurs à la page 33. Proposez différentes matières (que vous aurez déjà proposées dans l'activité précédente comme des morceaux de tissu, du carton ondulé) et demandez aux enfants de re-

trouver et de coller une matière douce, rugueuse, lisse ou avec relief dans leur carnet des explor'acteurs. Appuyez le vocabulaire et développez l'imaginaire des enfants sur base des sensations du toucher.

c. La balle de tennis

Les enfants se placent par 2. Un enfant se couche sur le ventre, l'autre fait rouler la balle de tennis sur le corps du premier pendant 3 minutes. Ensuite, changement des rôles.



Par 2, chacun à leur tour, un enfant fait un dessin avec son doigt dans le dos de son partenaire. Celui-ci doit deviner le dessin qui a été fait dans son dos.



C'est grâce à ce petit jeu que vous pourrez introduire la différence entre **toucher, être touché et sentir**. Ces mots sont parfois utilisés dans le même sens, pourtant il y a une différence. *La notion de toucher, c'est mettre la main au contact de quelque chose ou de quelqu'un pour apprécier son état, sa consistance, sa chaleur (touche ce tissu et sens comme il est doux) alors que sentir signifie percevoir une impression physique (sentir le froid).* Le petit Larousse illustré

B. Revenons à la réalité



Voici des idées à exploiter pour mener à bien votre discussion :

- > Quels sont les objets que vous avez touchés ce matin avant d'arriver à l'activité, ou quelle est la première chose que vous avez touchée en vous réveillant ?
 - > Quels sont les objets que vous aimez, qui vous semblent agréables au toucher ? Comment peut-on les décrire ? A l'inverse, quels sont les objets que l'on n'aime pas du tout toucher ?
 - > Expliquer aux enfants que chacun est unique, et faites la relation avec les empreintes.
-
- Sans prendre un ton dramatique, vous pouvez ajouter que l'on peut dire STOP lorsque l'on n'aime pas être touché, lorsque cela nous fait mal ou que la sensation est désagréable. Notre corps nous appartient et nous pouvons décider d'en préserver certaines parties. Si vous désirez en parler plus longuement, nous vous conseillons le kit « *Non ! Je ne veux pas ! ou comment parler des abus sexuels* », 2004. (à voir dans la partie référence).

C. Variions les plaisirs



Si vous avez le temps ou l'envie d'approfondir le thème du toucher, voici d'autres idées d'activités :

a. Le tapis tactile

- Installez un tapis tactile réalisé préalablement avec différentes matières : laine, carton (rouleau papier toilette, carton ondulé), différents tissus (coton, velours), feuille de papier en boulette, feuille d'arbre, aluminium, bouchon en plastique, bouchon en liège, éponge, papier bulle, paille, paillason, carrelage...).
-
- Demandez aux enfants de retirer leurs chaussures et de marcher sur le tapis en gardant leurs chaussettes. Demandez ensuite de refaire la même expérience mais cette fois-ci les pieds nus. Quelles sont les sensations ? Quelle différence y a-t-il avec ou sans les chaussettes ? Que préférez-vous ?



Le tapis tactile peut être réalisé par les enfants.



b. Froid ou chaud ?

Demandez aux enfants de mettre un doigt dans un verre d'eau chaude et un autre doigt dans un verre d'eau froide pendant une minute. Puis, demandez-leur de mettre les deux doigts dans un verre d'eau tiède. « Que sentez-vous ? Sentez-vous la même chose ? » (Non, la sensation est dif-

férente. Le doigt qui était plongé dans l'eau chaude a pris cette température, lorsqu'il est plongé dans l'eau tiède, il ressent le froid car la température de l'eau tiède est plus froide que la température de ce doigt et inversement.)

c. Reconnaître l'objet décrit.

> Un enfant touche un objet dans un sac. Sans nommer l'objet, il donne les propriétés et les caractéristiques de l'objet. Les autres enfants doivent deviner l'objet avec la description donnée.

objet en se consultant, uniquement par la description.

> Positionnez deux sacs contenant les mêmes objets. Placez un enfant en face d'un sac. Le but est de prendre le même

> Plusieurs petits sacs sont par terre. Chaque sac comprend un petit objet. Les sacs vont par paire (deux sacs ont un dé, deux sacs ont un crayon...). Chaque enfant prend un sac et essaye ensuite de reconstituer sa paire.

d. Classer les objets.

Préparez des objets sur la table, ainsi que 3 boîtes. Sur chacune des boîtes, indiquez : rugueux, piquant et lisse. Les enfants doivent classer les objets en fonction de

leurs propriétés. (Exemples d'objets : plastique, éponge, feuille de papier, brosse à cheveux, noix, écorce d'arbre, cure-dents, balle de ping-pong).

D. Prenons soin de notre santé



Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Comprendre l'importance du toucher dans la vie de tous les jours.
- > Être sensible aux nuisances tactiles.
- > Développer des messages santé en lien avec le toucher et la peau.

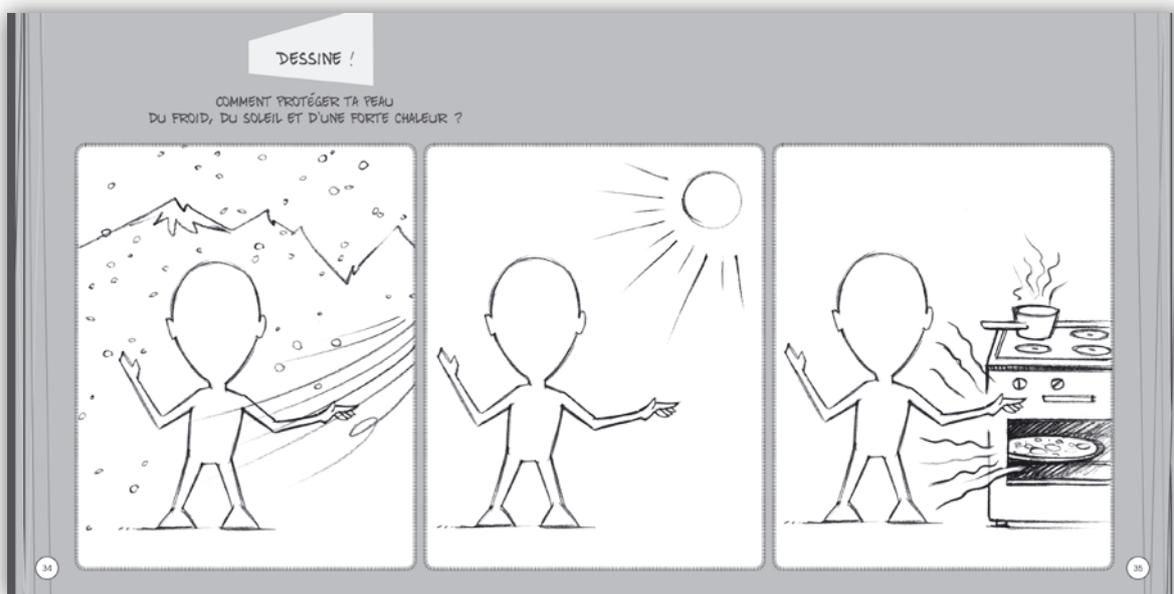
C3 C4

Temps estimé :

+/- 20 min

Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p 34-35

a. Dessine ! Comment protéger ta peau du froid, du soleil et d'une forte chaleur ?



Proposez aux enfants de dessiner les éléments qu'il manque pour que le personnage soit protégé du froid, du soleil et de la chaleur. Vous pouvez aussi en discuter auparavant pour leur donner des idées et puis réaliser en fin de discussion les dessins.

b. Phase discussion

- Que peut-on faire pour ne pas se brûler ?
- A quoi me sert le toucher dans la vie de tous les jours ?
- Que nous dit notre corps dans des situations de froid ou de chaleur ?
- Ecouter son corps (la chair de poule, les poils qui se dressent, les coups de soleil, les mains froides en hiver, les frissons, les contractions...)



1. PROTECTION DE LA PEAU

Pour éviter les coups de soleil qui fragilisent la peau, il est nécessaire d'appliquer une crème solaire et de renouveler l'application toutes les deux ou trois heures. Aucune crème écran total ne protège éternellement des UV.

Vous pouvez utiliser le conte sur la protection solaire réalisé par l'asbl Question santé : « Palou, le petit garçon qui voulait devenir l'ami du soleil ». Téléchargeable gratuitement sur le site de www.questionsante.org

Il n'y a pas qu'en été qu'il faut faire attention à sa peau ! Agressée par le vent, le froid et le chauffage, en hiver, la peau s'as-

sèche. Elle tiraille, rougit, ce sont les symptômes de la déshydratation. Il faut donc plus que jamais la nourrir et la protéger.

> Penser à s'hydrater de l'intérieur. On oublie trop souvent de boire en hiver. Pourtant, la chaleur des radiateurs est aussi asséchante que celle du soleil...

> Protégez aussi les mains, les gants ne suffisent pas toujours ! Appliquer une crème et masser-les bien du poignet jusqu'au bout des doigts. Elle dépose un film écran protecteur. Si les mains sont gercées, appliquer une couche épaisse de crème et laisse-la poser pendant la nuit.

2. ABORDER LES QUESTIONS D'HYGIÈNE DES MAINS

Quand se lave-t-on les mains ? (Après la toilette, avant de manger, de cuisiner : cette notion pourra être revue lors de l'activité finale de cuisine, après avoir joué dehors, après avoir touché ou joué avec des animaux...). Pourquoi se laver les mains ? (Car il y a des microbes partout même si nous ne les voyons pas. Pour le moment, nous avons

beaucoup de microbes sur nos mains, c'est pourquoi il faut les laver avant de manger pour ne pas contaminer la nourriture.)

Retrouvez en annexe un lien vers une vidéo présentant comment se laver les mains avec une chanson toute simple. (BSEO, 2010)

E. Pour aller plus loin



Voici quelques informations complémentaires qui vous permettront au besoin de répondre aux questions des enfants sur le toucher et la peau.

a. Les empreintes digitales

Chacun/e est unique car il/elle possède des empreintes digitales différentes. Les sillons de la pulpe des doigts, qui apparaissent sur les empreintes digitales, renfer-

ment des récepteurs sensoriels de haute précision. Leur relief nous donne une meilleure prise sur les objets.

b. A quoi sert la peau ?

C'est surtout avec nos mains que nous touchons ce qui est près de nous : un ballon, un vêtement. Notre peau nous dit comment sont les choses que nous touchons et que nous reconnaissons. Elle nous avertit aussi quand il y a un danger, comme la chaleur qui brûle ou les choses qui piquent.

La peau de la paume de la main est parsemée de nombreux récepteurs du toucher. Pour prendre les objets, on a besoin de les sentir de façon très précise. Lorsque l'on porte des gants, notre cerveau est privé d'une partie d'informations utiles pour bien reconnaître ce qu'on touche.

c. Pourquoi le froid empêche-t-il de sentir ?

Pour protéger du froid, notre corps a réagi en insensibilisant nos doigts. Les capteurs du toucher de la peau des doigts sont endormis, et nous ne ressentons presque plus

rien. Les récepteurs sensibles au toucher arrêtent d'envoyer des informations jusqu'au cerveau.

d. Est-ce que la peau est partout la même ?

Toute la peau de notre corps est capable de sentir quand elle touche quelque chose. Mais il y a des endroits qui sentent mieux que d'autres. Sous notre peau, il y a des milliers de capteurs nerveux qui reçoivent des informations tactiles. Ces capteurs sont répartis inégalement sur tout notre corps. Plus le nombre de capteurs est grand dans une zone de peau, plus celle-ci est sensible. Certaines parties de notre corps sont plus

sensibles que d'autres au toucher, mais aussi à la chaleur et à la douleur, comme le bout des doigts, la plante des pieds et les lèvres. C'est pour ça que les bébés mettent tout à la bouche ou qu'un petit caillou dans notre chaussure fait très mal. D'autres parties sont moins sensibles comme le dos, les fesses : une pique dans la fesse, ça fait moins mal.

e. Se toucher pour se parler

Le sens du toucher joue un rôle très important dans la communication, qu'il s'agisse de s'embrasser, de se dire bonjour avec la

main... ou comme chez les Eskimos en se frottant le nez.

F. résumé de l'explor'ation 3

LE TOUCHER - L'EUROPE



Temps	Activités
10 min.	Lecture du conte ou CD (page 4) <ul style="list-style-type: none">• Le troisième voyage : Destination l'Amérique ! (p 29 à 31) <p>.....</p> <p><i>A. Découvrons nos sens</i></p>
50 min.	1) Les empreintes <ul style="list-style-type: none">a. Réalisation de 4 empreintes différentesb. Discussion sur les émotionsc. Synthèse : Coller une odeur et l'émotion dans le carnet des explor'acteurs p 32 <p>.....</p> 2) Toucher et ressentir le toucher <ul style="list-style-type: none">a. La découverte des objets
20 min.	a. Réaliser un espace tactile dans le carnet des explor'acteurs p 33
10 min.	b. La balle de tennis
10 min.	<p>.....</p> <p><i>B. Revenons à la réalité</i></p> <p>.....</p> <p><i>C. Variions les plaisirs</i></p>
20 min.	a. Le tapis tactile
20 min.	b. Froid ou chaud
20 min.	c. Reconnaître l'objet décrit
20 min.	d. Classer les objets
	<p>.....</p> <p><i>D. Prenons soin de notre santé</i></p> <ul style="list-style-type: none">a. Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p 34 et 35b. Phase de discussion <p>Les conseils santé : hygiène et protection</p> <p>.....</p> <p><i>E. Pour aller plus loin...</i></p> <ul style="list-style-type: none">a. Les empreintes digitalesb. Le toucher - A quoi sert la peau ?c. Pourquoi le froid empêche-t-il de sentir?d. Est-ce que la peau est partout la même ?e. Le sens du toucher

Explor'action 4

LA VUE - L'AMÉRIQUE



Objectifs

- > Pouvoir exprimer et partager ses émotions par rapport à des stimuli visuels.
- > Etre sensibilisé à des compétences :
- santé par rapport à la vue.
- > Faire appel à la complémentarité de nos sens.



Le quatrième voyage DESTINATION, L'AMÉRIQUE!

Quand les enfants sont arrivés à la librairie, ce jour-là, après la pluie, ils n'avaient aucune idée pour leur destination. Ce n'est pas toujours facile de trouver une idée ! Aussi, quand la vieille dame leur a demandé où ils souhaitaient aller, les enfants se sont regardés.

Mais, tout d'un coup, Paulino a lancé :
« Et si nous allions chez les Américains ? »

La vieille dame a conduit les enfants à la partie de la librairie consacrée à l'Amérique. Elle a précisé :
« Dans cette partie de la librairie, vous trouverez des livres sur les Etats-Unis, sur le Canada, et aussi des livres sur l'Amérique du Sud. »

En feuilletant les livres, les enfants ont vu des photos des grandes forêts canadiennes. Ils ont également vu des livres sur l'Amérique latine, avec des pays comme la Colombie, le Chili, le Brésil, l'Argentine... et d'autres pays encore. Et pour finir, ils ont découvert les livres sur les Etats-Unis. Les enfants hésitaient entre toutes ces destinations. Ils voulaient aller partout.

Jeffin a eu une idée :
« Regardez ! Il y a un camion géant ici ! »

En effet, il tenait sur ses genoux un livre ouvert sur une page avec la photo d'un gigantesque camion américain. Jeffin a proposé de voyager à travers les Etats-Unis dans ce camion. Les autres enfants ont trouvé l'idée tentante.

Les enfants se sont concentrés sur l'image, et ils se sont retrouvés à l'intérieur d'un gros camion, au centre de New York. Le conducteur a été bien surpris. Il a failli faire un accident ! Mais les enfants lui ont expliqué leur procédé magique pour voyager. Une chance : ce conducteur était québécois et il parlait le français ! Le conducteur s'est demandé s'il rêvait. Pourtant il savait qu'il ne dormait pas, puisqu'il conduisait son camion ! Mais il a tout de même accepté de les emmener.

Ils ont traversé New York et ses gratte-ciel gigantesques. Ils ont aperçu la statue de la Liberté. Les enfants avaient l'impression d'être de minuscules fourmis !

Le camion s'est retrouvé sur une grande route en direction de la ville de Boston. Puis, il est remonté en direction du Canada. Il est passé par la ville de Montréal, ou Québec. C'est là que



37

Raconte-nous l'histoire des explor'acteurs p 36

Lecture du conte : (+/- 10 min)

Nous vous proposons de lire « Le quatrième voyage » du conte : « Destination, l'Amérique » dans le carnet des explor'acteurs de la page 37 à 39 pour mettre les enfants en situation.

Si vous préférez, vous pouvez utiliser le CD sur lequel vous retrouverez la même histoire contée à la page 5.

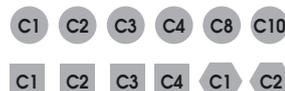


A. Découvrons nos sens

1) L'importance de la vue

Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Comprendre l'importance de la vue dans la vie quotidienne.
- > S'exprimer et partager l'émotion ressentie suite à l'expérience.
- > Augmenter les sensations tactiles sans la vue.





Matériel nécessaire :

- des tables et des chaises
 - un pull avec tirette
 - un bic avec un capuchon
 - une chemise à boutons
 - des feuilles de papier
 - des crayons
 - une enveloppe
 - une bouteille en plastique vide
 - une perforatrice
- des cubes en bois ou en plastique
 - une petite balle
 - des foulards pour bander les yeux
 - un taille-crayon
 - un plumier
 - un appareil photo (pour coller une photo de l'enfant en activité dans le carnet d'explor'acteurs)

Temps estimé :

40 min (20 min pour l'activité, 20 min pour le travail sur les émotions).

Déroulement :

a. Phase de préparation

- Disposez les tables et les chaises afin de constituer différents postes où seront proposées les épreuves.
- Les épreuves sont prévues pour un groupe de +/- 12 enfants (pour un groupe plus grand, préparez plus d'épreuves ou répétez plusieurs fois les séries :

Série A

1. Enfiler un pull et fermer la tirette.
2. Remettre le capuchon d'un bic.
3. Dessiner un rond sur une feuille de papier.
4. Plier une feuille en 4 et la mettre dans une enveloppe.
5. Lancer une petite balle en l'air et la rattraper.
6. Tailler des crayons.

Série B

1. Faire des trous dans une feuille à l'aide d'une perforatrice.
2. Remettre un bouchon sur une bouteille vide.
3. Dessiner un carré sur une feuille de papier.
4. Faire une pyramide avec des cubes.
5. Enfiler une chemise et faire les boutons.
6. Mettre des crayons dans un plumier et le fermer.

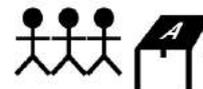
b. Phase de réalisation

- Constituez 2 groupes : le premier groupe d'enfants aura les yeux bandés (Groupe 1), le second groupe non (Groupe 2).
- Pendant que le groupe 1 se fait bander les yeux, le groupe 2 réalise les épreuves de la série A avec les yeux ouverts afin de pouvoir guider leurs camarades pendant l'activité.
- Les enfants passeront les différentes épreuves de la série A par binôme (un enfant aux yeux bandés avec un enfant sans les yeux bandés).
- Ensuite, quand tous les enfants auront passé les épreuves de la série A, on inversera les rôles. Le groupe 2 passera les épreuves de la série B.

1 le groupe 1 se fait bander les yeux



2 le groupe 2 réalise la série A d'activités



3 chaque enfant du groupe 2 aide un enfant du groupe 1 à réaliser la série d'activités A



4 pour la série B, on inverse les groupes et leurs rôles !



c. Phase de discussion

- Interrogez le groupe sur les différentes activités qu'il vient de faire : « Que se passe-t-il quand vous avez les yeux bandés ? Qu'est ce qui est difficile ? Pourquoi est-ce plus facile quand vous n'avez pas les yeux bandés ? Quels sont les autres sens utilisés ? »
- Demandez à chaque enfant comment il s'est senti lorsqu'il portait le bandeau, s'il a imaginé quelque chose ? A-t-il été aidé par son/sa camarade ?



d. Phase de synthèse

- Remettez l'annexe 1 : Les émotions. Demandez à chaque enfant de sélectionner en coloriant l'émotion qu'il a ressentie pendant l'exploration.
- Proposez ensuite que chaque enfant réalise un dessin qui représente l'activité ou, si vous avez fait des photos pendant l'activité, collez-les en même temps que l'émotion à la page 40 du carnet des explor'acteurs.



S'il vous reste suffisamment de temps, vous pouvez faire repasser les épreuves à tous les enfants avec les yeux non bandés afin qu'ils puissent se rendre compte de la différence lorsqu'ils ont la vue pour les aider.



Réaliser un parcours d'aveugle. Dans le cadre scolaire, vous pouvez demander au professeur d'éducation physique de faire faire l'expérience durant un de ses cours.

2) Réaliser un thaumatrope

a. **Le Thaumatrope** est un mot d'origine grecque qui signifie «roue à miracle». Il s'agit d'un disque ayant un dessin différent sur chaque face. En le faisant tourner rapidement, les deux dessins se superposent créant une illusion de mouvement.

Objectif spécifique à l'activité :

> Découvrir les illusions d'optique.

> S'amuser avec des supports visuels.



Matériel nécessaire :

- une feuille de papier
- une feuille de carton
- une paire de ciseaux
- un compas
- de la colle
- des feutres ou des crayons de couleur
- petit bâton de type pique à brochette ou crayon rond
- annexe 7 : Le thaumatrope

Temps estimé :

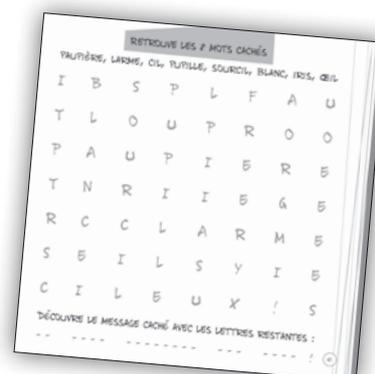
20 min

Déroulement :

- Découpez un cercle de la même taille que ceux de l'annexe 7 dans le carton.
- Proposez aux enfants de découper les cercles de l'annexe 7 et de les colorier.
- Collez le bâton sur le carton.
- Collez les disques dans le même sens avec les dessins de chaque côté du disque en carton.
- Faites tourner le bâton entre les mains.

b. Retrouve les 8 mots cachés

Vous trouverez cette activité dans le carnet des explor'acteurs à la page 41. Demandez aux enfants de retrouver les 8 mots cachés. S'il s'avère que c'est trop compliqué pour que les enfants le fassent seuls, reproduisez les mots cachés en grand et faites-le avec le grand groupe. Avec les lettres restantes, découvrez le message caché. Pour cela, il suffit de réécrire les lettres dans l'ordre.



B. Revenons à la réalité



Voici des idées à exploiter pour mener à bien votre discussion :

- > Quelles sont les choses que vous avez vues ce matin avant d'arriver à l'activité, ou quelle est la première chose que vous avez vue en vous réveillant ?
- > Qu'est-ce que vous aimez/n'aimez pas regarder ? Qu'est-ce qui vous semble agréable à regarder ? Quelles sont les couleurs que vous aimez/n'aimez pas ?

C. Variations des plaisirs



Si vous avez le temps ou l'envie d'approfondir le thème de la vue, voici d'autres activités :

a. La main devant le nez ?

Mettez votre main à la verticale dans l'axe de votre nez à 10 cm en avant, fermez l'œil droit puis l'œil gauche et comparez. Chaque œil voit une image différente. Faites la même expérience en regardant d'abord avec chacun des yeux puis avec les deux yeux. Le cerveau reçoit deux images que lui envoient les deux yeux. Quand il les reçoit, il les mélange pour n'en faire plus qu'une, sinon on verrait tout en double.

b. La toupie

Sur un disque de carton de 15 cm de diamètre, dessinez 3 parties égales et coloriez-les avec des couleurs différentes. Placez le disque sur un bouchon de bouteille de plastique et percez avec un cure-dent à travers le bouchon et le disque. Faites tourner très vite cette toupie. Chaque couleur du disque renvoie de la lumière colorée vers vos yeux. Lorsque le disque tourne vite, vos yeux ne sont pas assez rapides pour le suivre. Vos yeux mélangent alors les images colorées qu'ils reçoivent et ce mélange donne une autre couleur : du blanc. Le disque qui tourne devient blanc.

c. Les illusions d'optique

Parfois nos yeux voient autre chose que ce qu'il y a vraiment. On appelle ces images des illusions d'optique. Repérez les différentes images dans une illustration. Annexe 8 : Illusion d'optique

d. Parfois, la vue ne suffit pas...

On peut reconnaître beaucoup de choses par la vue mais, en cas de doute, nous pouvons utiliser d'autres sens. Préparez une bouteille de coca-cola, dans laquelle vous insérez du café froid. Demandez aux enfants de vous dire ce qu'il y a dans la bouteille. Approfondissez avec eux leurs propositions.



Installez des pots contenant chacun un liquide différent. Demandez aux enfants d'identifier ce qu'il y a dans les pots en se servant uniquement de la vue. Les enfants émettent des hypothèses. On leur demande ce qu'ils pourraient faire pour vérifier leurs propositions.

Débat

Est-ce que la vue est toujours suffisante pour identifier un produit ou un objet ?

Quels autres sens pourrait-on utiliser ?

Les enfants ont-ils proposé de goûter les liquides ? Y-a-t-il un risque de goûter des choses inconnues (sentir auparavant est en général mieux...) ?

D. Prenons soin de notre santé



Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Comprendre l'importance de la vue dans la vie de tous les jours.
- > Discuter et développer des messages santé en rapport avec les yeux.

C3

Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p 42-43

a. Recherche les 6 différences sur ces deux images



b. Phase de discussion

Après ce petit exercice, vous pouvez lancer un débat sur l'utilisation de la vue dans la vie de tous les jours. Voici quelques pistes qui pourront vous aider :

- > A quoi sert la vue dans la vie de tous les jours ?
- > Quelles sont les situations qui sont dangereuses pour les yeux (par exemple dans le carnet des explor'acteurs, mais également dans la vie de tous les jours) ? Que peut-on faire pour protéger ses yeux (Porter des lunettes à la piscine, au ski, au soleil, ne pas rester trop longtemps devant les écrans, les jeux vidéos...)?
- > Que veulent dire ces expressions : les yeux qui pleurent, les yeux qui piquent, des yeux fatigués ?

LES CONSEILS SANTÉ

Les yeux se fatiguent vite quand la source lumineuse n'est pas suffisante. Un enfant qui dessine, regarde un livre ou réalise une activité qui demande de la concentration doit disposer d'un éclairage efficace et orienté sur l'objet de l'activité.

Lorsque la luminosité est trop forte (soleil ou neige), les yeux de l'enfant doivent être protégés avec des lunettes de soleil et une casquette. Quand il y a trop de lumière et que les yeux de l'enfant ne sont pas protégés, ses paupières se ferment naturellement pour pouvoir protéger les yeux.

Il est recommandé de ne pas regarder la télé dans le noir absolu, ni de trop près. Allumer une petite lampe derrière le récepteur et se placer à une distance au moins égale à 5 fois la diagonale de l'écran est une pré-

caution à prendre. Regarder la télévision de trop près et trop longtemps abîme les yeux car ils se fatiguent. (www.danger-sante.org/television-sante-yeux)



E. Pour aller plus loin

Voici quelques informations complémentaires qui vous permettront au besoin de répondre aux questions des enfants sur la vue et les yeux.

a. Le thaumatrope

Que s'est-il passé lorsque le bâton a tourné ? Qu'avez-vous vu ? Avec le mouvement, les 2 images se superposent pour n'en former plus qu'une. En faisant tourner le disque, nos yeux n'ont plus le temps de distinguer

les deux dessins, ils se confondent. C'est ce qu'on appelle la persistance rétinienne : la capacité de l'œil à conserver une image vue superposée, aux images que l'on est en train de voir.

b. De quoi est composé l'œil ?

L'œil est composé de :

- > La cornée (transparente), qui protège l'œil.
- > L'iris, qui donne la couleur à l'œil.
- > La pupille, qui se dilate et qui se contracte

selon l'intensité de la lumière.

- > Le cristallin, qui règle la netteté de la vision.
- > La rétine, qui reçoit les images et les envoie au cerveau par le nerf optique.

c. Pourquoi avez-vous deux yeux ?

Chaque œil voit une image différente et séparée. Quand nous regardons avec les deux yeux, les deux images se superposent dans notre cerveau : nous voyons mieux la distance et le relief des objets.

Fermez un œil et essayez de refermer le capuchon d'un marqueur, c'est difficile. Ouvrez les yeux et recommencez l'expérience, c'est plus facile.

d. A quoi servent les paupières et les larmes ?

Le rôle des paupières et des larmes est un rôle de protection.

- Quand nous sommes fatigués, nos paupières se ferment pour que nos yeux se reposent.
- Quand il y a trop de lumière, nos paupières se ferment un peu pour protéger nos yeux.

- Quand il y a de la poussière, nos paupières se ferment puis s'ouvrent, comme des petits balais qui nettoient les poussières.
- Les larmes sont fabriquées tout le temps, même quand on ne pleure pas. Elles protègent l'œil des microbes et de la poussière de l'air.

F. résumé de l'explor'ation 4

LA VUE - L'AMÉRIQUE



Temps	Activités
10 min.	Lecture du conte ou CD (page 5) • Le cinquième voyage : Destination, l'Asie ! (p 45 à 47)
	<i>A. Découvrons nos sens</i>
50 min.	1) Découvrir l'importance de la vue a. Epreuve en binôme (un des deux a les yeux bandés) b. Discussion sur les émotions c. Synthèse : Coller une odeur et l'émotion dans le carnet des explor'acteurs p 40
30 min.	2) Le thaumatrope Réalisation du thaumatrope
20 min.	<i>B. Revenons à la réalité</i>
	<i>C. Variions les plaisirs</i>
10 min.	a. La main devant le nez
20 min.	b. La toupie
10 min.	c. Les illusions d'optique
10 min.	d. Regarder avec une loupe
30 min.	e. Est-ce que la vue est toujours suffisante pour identifier un objet ?
50 min.	<i>D. Prenons soin de notre santé</i> a. Recherche les 6 différences sur ces deux images p 42 et 43 b. Phase de discussion
	Les conseils santé
	<i>E. Pour aller plus loin...</i> a. Le thaumatrope b. De quoi est composé l'œil ? c. Pourquoi avez-vous deux yeux ? d. A quoi servent les paupières et les larmes ?

Explor'action 5

LE GOUT - L'ASIE



Objectifs

- > Découvrir et discerner différentes saveurs.
- > Utiliser et enrichir son vocabulaire relatif au goût.
- > Exprimer ses impressions par rapport au goût.
- > Être à l'écoute des ressentis des autres.



Le cinquième voyage
DESTINATION, L'ASIE!

Pour le cinquième voyage, les enfants ont décidé de suivre la proposition d'Iris : elle voulait aller du côté de l'Asie.

Originare de Chine, Iris s'intéressait beaucoup à l'Asie. Elle avait été adoptée par une famille belge. Elle était déjà allée en Chine avec ses parents adoptifs, et maintenant, elle aurait aimé découvrir d'autres pays d'Asie, comme le Japon, par exemple...
- « Oh oui, allons au Japon! » a dit Paulino.
- « Pourquoi, tu t'intéresses au Japon? », a demandé Jeffin.

Alors Paulino a dit que les Japonais étaient les inventeurs des Playstations, et de plein de jeux vidéo. Et Mourad a ajouté que les Japonais avaient aussi inventé les mangas. Il en lisait de temps en temps. Et Léna a raconté qu'elle avait vu des dessins animés japonais, « Princesse Mononoké » et « Le voyage de Chihiro ».

Les enfants ont donc choisi d'aller au Japon. Ils ont utilisé le processus habituel et ils se sont retrouvés dans le quartier de Shibuya à Tokyo. Dans la rue, il y avait énormément de monde. Sur des immeubles, on voyait des écrans vidéo géants, sur lesquels passaient des spots publicitaires.

Léna serait très fière la main de son grand frère. Elle avait peur de se perdre. Léna a dit :
- « Si l'un de nous se perd, rendez-vous à la librairie! »

Les enfants ne savaient pas dans quelle direction aller. Il y avait tellement de monde! Ils ont marché au hasard. Ils sont arrivés tout près de la gare de Shibuya, à l'endroit où il y a la statue du chien Hachiko.

On raconte qu'un professeur d'université avait un chien qui s'appelait Hachiko et qui l'accompagnait tous les jours à la gare, où il allait prendre son train. Le chien rentrait seul à sa maison, et le soir, il revenait attendre son maître.

Un jour, le maître est mort dans un accident, et pendant sept ans, le chien est venu tous les soirs attendre son maître. Lorsque le chien est mort à son tour, on lui a érigé une statue.

Les enfants sont passés à côté de la statue du chien Hachiko et ils sont allés dans une petite rue, où il y avait beaucoup de restaura-

Raconte-nous l'histoire des explor'acteurs

Lecture du conte (+/- 10 min)

Nous vous proposons de lire « Le cinquième voyage » du conte : « Destination, l'Asie » dans le carnet des explor'acteurs de la page 45 à 47 pour mettre les enfants en situation. Si vous préférez, vous pouvez utiliser le CD sur lequel vous retrouverez la même histoire contée à la page 6.



A. Découvrons nos sens

1) Goutons !

Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Découvrir et se laisser imprégner par des goûts différents.
- > Comparer et distinguer différents goûts
- > Ressentir, exprimer et partager l'émotion ressentie en goûtant différents saveurs.





Matériel nécessaire :

- des contenants (assiettes, pots...),
- des colorants alimentaires,
- des aliments qui évoquent l'Asie, comme par exemple : des germes de soja, du riz au lait, de la sauce aigre-douce, de la sauce soja, des litchis, du lait de coco...
- une cuillère pour chaque enfant,
- l'annexe 4 : Motifs à coller sur les contenants
- l'annexe 9 : Les goûts, grille à compléter,
- l'annexe 1 : Les émotions

Temps estimé :

50 min (30 min pour l'activité, 20 min pour la discussion).

Déroulement :

a. Phase de préparation

- Préparez les contenants en y ajoutant l'aliment et un colorant s'il est nécessaire d'en modifier l'aspect.
- Mettez les enfants par groupes de 4 à 6.
- Installez les 6 contenants pour chaque groupe.
- Préparez pour chaque enfant une copie de l'annexe 9, la grille qui va leur servir à noter leurs impressions.

b. Phase de réalisation

- Expliquez aux enfants qu'ils vont devoir goûter différents aliments.
- Commencez par faire goûter un aliment aux enfants.
- Dès qu'un aliment a été goûté, demandez aux enfants de compléter la fiche en fonction de ce que cela a suscité chez eux : dans la première colonne, ils peuvent colorier le cœur s'ils ont aimé, et le cœur brisé s'ils n'ont pas aimé. Dans la deuxième colonne, ils peuvent dessiner un objet, un aliment, une personne, un paysage... qui, selon eux, est en lien avec l'aliment goûté.
- Recommencez le même procédé avec les autres aliments.

c. Phase de discussion

- Une fois tous les aliments goûtés, amenez les enfants à partager leurs impressions : *Est-ce que tout le monde aime le même aliment ? Comment varient les goûts ? Est-ce que certains goûts sont connus ?* *Peut-on les reconnaître et les identifier ? Quel est le goût le moins apprécié ? Etc.*
- Vous pouvez également amener les enfants à discuter en groupe sur base de leurs fiches.



Nous sommes ici dans une partie subjective qui concerne les goûts de chacun. Essayez de faire comprendre aux enfants que les goûts varient d'une personne à l'autre et qu'ils peuvent aussi changer dans le temps (« *Avant je n'aimais pas le goût de la menthe mais maintenant oui...* »). Les goûts ne sont pas figés, par contre ils sont vraiment personnels. Lorsque l'on en parle, il faut veiller à parler pour soi et non pour la collectivité : à la place de « *La banane, c'est vraiment mauvais* », allez plutôt vers des phrases comme « *Je n'aime pas le goût de la banane* ». On induit ainsi le respect des choix de chacun.



d. Phase de synthèse

- Remettez l'annexe 1 : Les émotions. Demandez à chaque enfant de colorier l'émotion qu'ils ont ressentie lors de l'explor' action.
- Demandez à chaque enfant de coller l'émotion et de dessiner l'aliment qu'ils ont préféré et celui qu'ils ont le moins aimé, dans le carnet des Explor'acteurs à la page 48.



Créez une ambiance sur le thème de l'Asie par le biais d'une musique, d'une décoration, faites leur découvrir la joie/la difficulté de manger avec des baguettes...

Vous pourriez commencer cette activité au moment de la collation du matin.

2) Mieux goûter les saveurs

a. Amer, acide, sucré, salé

Objectifs spécifiques à l'activité :



> Découvrir les 4 saveurs : sucré, salé, amer et acide.

> Pouvoir associer les aliments en fonction de leurs saveurs.

Matériel nécessaire :

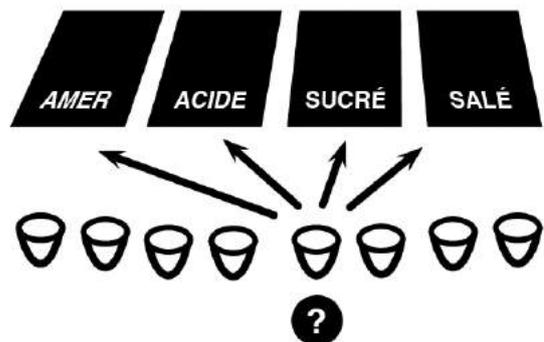
- 8 aliments : 2 sucrés, 2 salés, 2 acides (cornichon, citron, bonbon acidulé) et 2 amers (Schweppes, chicon cru, chocolat noir, salade frisée, café, noix).
- 4 étiquettes
- contenants (assiettes, pots...).
- serviettes

Temps estimé :

50 min (30 min pour «Mieux goûter les saveurs» ; 20 min pour la discussion).

Déroulement :

- Proposez les 8 aliments et faites-les goûter aux enfants.
- Demandez-leur d'associer les aliments par deux en fonction de la saveur (le sucré, le salé, l'acide et l'amer) après les avoir goûté.
- Demandez au groupe de disposer les saveurs sur les feuilles correspondantes : sucré, salé, acide et amer. L'objectif ici n'est pas de deviner le nom de l'ingrédient mais de découvrir et d'associer les aliments en fonction de leur saveur.



Soyez attentifs aux mimiques, grimaces et expressions des enfants lors de cette activité. Le non verbal est particulièrement frappant lors des activités de goût. Vous pourrez ensuite leur faire part de vos observations lors de la discussion.

b. Phase de discussion

- Quel est l'aliment le plus agréable, quelle est la saveur préférée, dans quel plat peut-on le retrouver ?
- Quelles sensations leur procurent chacune des saveurs ?
- Que se passe-t-il lorsque l'on aime ou pas un aliment (grimaces, mimique...)?



c. Préfères-tu le sucré ou le salé ? (voir le carnet des explor'acteurs à la p 49)

Proposez aux enfants de rechercher dans des magazines 3 aliments qu'ils aiment et de les coller dans la bonne colonne, selon que la saveur est sucrée ou salée. *Ont-ils une préférence pour le sucré ou le salé ?*

B. Revenons à la réalité



Voici des idées à exploiter pour mener à bien votre discussion :

- > Quels sont les aliments que vous avez goûtés ce matin ? Etaient-ils sucrés ou salés ? Qui a goûté des aliments amers ou acides ce matin ?
- > Quels sont les aliments que vous aimez, qui vous semblent agréables ? Comment peut-on les décrire ? Que se passe-t-il dans votre corps lorsque vous goûtez un aliment que vous appréciez ou que vous n'aimez pas du tout ?

C. Variions les plaisirs



Si vous avez le temps et/ou l'envie d'approfondir le thème du goût, voici d'autres idées d'activités :

a. Goûtez-vous avec le nez ou la bouche ?

Proposez aux enfants de goûter des aliments divers - *un légume, des chips, une crème dessert, etc.* - en bouchant leur nez avec leurs doigts. Ensuite demandez de recommencer l'expérience, cette fois sans se boucher le nez. Quelles remarques les enfants peuvent-ils faire ?

b. Vos yeux vous jouent-ils des tours ?

Proposez 3 pommes aux enfants (une verte, une jaune et une rouge). Demandez aux enfants de regarder les pommes et de vous dire quelle est celle qu'ils ont envie de croquer. Ont-ils fait leur choix en regardant la couleur, la peau ou la forme ?

Ensuite, épluchez, coupez et disposez les 3 pommes sur trois assiettes. Demandez-leur de fermer les yeux et de goûter les trois sortes de pomme. Les enfants doivent

prendre le temps de bien mâcher et de savourer chacune d'entre elles. *Quel morceau ont-ils préféré ? Cela correspond-il à leur premier choix ?*

Quand vous fermez les yeux, vous ne voyez plus la couleur ni la forme des pommes, vous devenez plus attentif à l'odeur, à la saveur et à ce qui se passe dans votre bouche.

c. Chacun ses goûts

Si vous deviez préparer un repas que vous aimez, quels aliments choisiriez-vous ? Vos camarades, ont-ils choisi les mêmes que vous ? Proposez des images de magazines, de publicité... Sur base de ces images, demandez-leur de composer un menu complet (entrée, plat, dessert) et équilibré.

d. Pourquoi le froid enlève-t-il le goût ?

Préparez un glaçon et une pomme. Mettez le glaçon dans la bouche un moment. Retirez-le et mangez tout de suite un morceau de pomme. Attendez 3 minutes et mangez à nouveau un morceau de pomme. Que

constatez-vous ? Le premier morceau avait moins de goût que le deuxième. Afin de pouvoir expliquer ce phénomène, référez vous à la fiche informative sur le goût.



D. Prenons soin de notre santé

Objectifs spécifiques à l'activité :

- > Comprendre l'importance du goût dans la vie de tous les jours.
- > Développer des messages qui préservent la santé bucco-dentaire.

C3

Temps estimé :

+/- 20 min

Activité à réaliser dans le carnet des explor'acteurs p 50-51

a. Comptine sur le brossage des dents.

Utilisez la comptine pour motiver le brossage des dents. Vous pouvez demander aux enfants de ramener leur brosse à dents ou en prévoir pour eux. Si ce n'est pas possible, vous pouvez mimez les mouvements de la brosse à dents. La comptine se chante sur un air connu : les pouces en avant et tchik et tchak...

COMPTINE
SUR LE BROSSAGE DES DENTS

LA BROSSE EN AVANT
LA BROSSE EN ARRIÈRE
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH

LA PÂTE À DENT
MOUSSE LONGTEMPS
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH

JE DOIS FROTTER
LES TROIS CÔTÉS (DE LA DENT)
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH

JE DOIS RINCER
ET RECRACHER
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH
ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK ET TCHIK ET TCHAK AAAAAAH

b. Phase de discussion

- > Que peut-on faire pour garder des dents en bonne santé (Aller chez le dentiste, se brosser régulièrement les dents, ne pas manger ou boire trop d'aliments ou de boissons sucrées...) ?
- > Que se passerait-il si nous n'avions plus le goût (en parlant d'hygiène, on a tendance à enlever la notion de plaisir liée au goût. Pourtant, avec une mauvaise hygiène bucco-dentaire, on apprécie moins bien les goûts : dents sensibles, qui font mal...) ?



1. AÏE C'EST TROP CHAUD !

Que se passe-t-il lorsqu'on se brûle la langue ? Quelle sensation avons-nous (il y a la douleur, mais aussi, en se brûlant le bout de la langue à cause d'un potage trop chaud par exemple, on peut brûler les

papilles gustatives, qui distinguent le goût sucré. Il faut alors attendre que de nouvelles papilles se forment pour pouvoir à nouveau goûter) ?

2. LE PLAISIR DE LA TABLE

Où aimons-nous manger ? Comment se passent les repas dans la famille ?

Parfois, nous adorons les repas avec la famille, parfois nous aimerions peut-être que ça se passe différemment : manger devant la télé, choisir plus souvent les menus ou pourquoi pas cuisiner soi-même... Il faut savoir que les enfants ont une très grande

influence dans le choix des courses. Pour le reste, on ne peut pas changer sa famille du jour au lendemain, mais on peut toujours leur parler de ce que l'on aime, leur proposer des menus, des sujets de conversation, des petites activités à faire à table...

De quoi avons-nous besoin dans notre assiette ?

- > De viandes, volailles, poissons, œufs pour réparer le corps et aider à te faire grandir.
- > De matières grasses pour te donner des réserves d'énergie.
- > De fruits et de légumes pour te protéger en facilitant l'élimination des déchets produits par ton corps.

- > De produits laitiers pour permettre la croissance et l'entretien de tes os et de tes dents.
- > Les pâtes, le riz, le pain, les légumes secs pour te donner une dose d'énergie qui va s'écouler lentement pour tes muscles et ton cerveau.

3. LES DENTS

Vous pouvez vous référer à la brochure de l'ONE « Pas de carie même sur mes dents de lait. », disponible gratuitement et consul-

table en pdf sur www.one.be (rubrique Publications à destination des (futurs) parents).

E. Pour aller plus loin

Voici quelques informations complémentaires qui vous permettront au besoin de répondre aux questions des enfants sur le goût.

a. Comment fonctionne la langue ?

Chaque aliment a une saveur particulière. La langue en reconnaît quatre différentes : le sucré, le salé, l'acide et l'amer. Ce sont

les papilles qui nous permettent de reconnaître les saveurs.

b. Pourquoi le froid enlève-t-il le goût ?

Lorsque nous mettons un glaçon en bouche, celui-ci endort les papilles gustatives de notre langue. Comme les papilles sont endormies, nous ne sentons plus le goût. Une fois que la langue se réchauffe, les papilles peuvent à nouveau être capables de sentir le goût.

Pour profiter de toutes les saveurs d'une glace, il est préférable d'attendre un petit moment lorsqu'on la sort du congélateur avant de la manger, car elle pourrait endormir nos papilles si elle est trop froide.

F. Résumé de l'explor'action 5

LE GOUT - L'ASIE



Temps	Activités
10 min.	<p>Lecture du conte ou CD (page 6)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le cinquième voyage : Destination l'Asie ! (p 45 à 47) <p>.....</p> <p><i>A. Découvrons nos sens</i></p>
50 min.	<p>1) Goutons !</p> <p><i>a. Discussion sur les émotions</i></p> <p><i>b. Synthèse : dessine l'aliment que tu as préféré et celui que tu as le moins aimé, et colle l'émotion dans le carnet des explor'acteurs p 48.</i></p> <p>.....</p> <p>2) Mieux goûter les saveurs</p> <p><i>a. Quelle saveur préfères-tu ?</i></p> <p><i>b. Colle ou dessine 3 aliments dans le carnet des explor'acteurs à la page 49.</i></p> <p>.....</p> <p><i>B. Revenons à la réalité</i></p> <p>.....</p> <p><i>C. Variions les plaisirs</i></p> <p><i>a. Es-tu sucré ou salé ?</i></p> <p><i>b. Goutes-tu avec le nez ou la bouche ?</i></p> <p><i>c. Vos yeux vous jouent des tours</i></p> <p><i>d. Chacun ses goûts Etes-vous sucré ou salé ?</i></p> <p><i>e. Pourquoi le froid enlève-t-il le goût ?</i></p> <p>.....</p> <p><i>D. Prenons soin de notre santé</i></p> <p><i>a. Comptine sur le brossage des dents dans le carnet des explor'acteurs p 50-51</i></p> <p><i>b. Phase de discussion</i></p> <p>Les conseils santé : Aïe c'est trop chaud et le plaisir la table</p> <p>.....</p> <p><i>E. Pour aller plus loin...</i></p> <p><i>a. Comment fonctionne la langue ?</i></p> <p><i>b. Pourquoi le froid enlève-t-il le goût ?</i></p>

Explor'ation 6

SYNTHÈSE

SUR LES 5 SENS

C'est le moment de clôturer le voyage des sens. Cette dernière activité permettra de revenir sur ce que les enfants ont pu découvrir sur les 5 sens. A travers ce dernier voyage, ils deviennent à leur tour les explor'acteurs. Afin de rendre ce moment festif et enrichissant, nous vous proposons de leur faire partager cette expérience avec d'autres enfants qui n'ont pas participé à l'explor'ation.

A. Les invitations (avant la fête)

Matériel à photocopier : Annexe 11 : la carte postale-invitation

- > Photocopiez autant de cartes postales que d'enfants invités.
- > Demandez à chaque explor'acteur de réaliser une carte postale en la personnalisant (coloriage, peinture, collage...) et
- en y ajoutant la date et l'heure de la fête au verso.
- > Chaque explor'acteur remet une invitation à un enfant qui n'a pas participé à l'explor'ation.

B. Préparation de la fête

1. L'ambiance et l'exposition des productions

- Vous pouvez recréer l'ambiance des explor'ations en reprenant des éléments déjà utilisés, comme par exemple la musique pour l'accueil, une activité sur le goût qui a particulièrement plu... La mise en avant de leurs productions valorise les enfants et favorisera l'échange avec les invités. Voici quelques conseils qui vous permettront de créer une ambiance favorable :
- > Décorez la pièce avec les créations réalisées par les enfants durant les explor'ations : les peintures réalisées sur la musique, les boîtes à bruits, les capsules senteurs ou les photos prises lors de la balade senteur, les empreintes laissées par les enfants, les thaumatropes...
 - > Préparez une musique d'ambiance pour la fête, qui fait penser aux voyages et aux différents continents.
 - > Préparez l'accueil des enfants par les explor'acteurs : responsabilisez-les en leur donnant à chacun des petites tâches : accueil, visite des expositions, service pour les boissons...
 - > Dernière activité dans le carnet, p 56. Demandez aux enfants de se dessiner parmi les explor'acteurs. Ils font à présent partie des explor'acteurs et sont les messagers du projet (notamment pendant cette petite fête).
 - > Préparez à l'avance l'explication du projet par les explor'acteurs. Afin de pouvoir emmener leurs camarades à la découverte des 5 sens, vous pourriez préparer des questions comme : Quels sont les 5 sens ? Que retenir de ce voyage au travers des sens ? Quel conseil santé mettrions-nous en avant ? Était-ce difficile de parler des émotions (au début et à la fin des explor'ations)?...

2. La sangria ou préparation d'un menu

En fonction du temps et de vos possibilités, vous pouvez réaliser avec les explor'acteurs un verre de l'amitié (la sangria des explor'acteurs) ou un menu complet qui serait composé comme tel :

Sangria des explor'acteurs
Soupe aux couleurs d'Asie
BLT made in USA
Mousse exotique

Vous retrouverez les recettes au point C. Si vous êtes plusieurs animateurs, pourquoi ne pas répartir les enfants dans plusieurs groupes, chacun ayant en charge une partie du repas ?

N'hésitez pas à mettre en avant les pays par une belle présentation de vos plats (petites pancartes avec le nom des plats, affichage du menu, afficher une carte du monde...).



Rappelez les conseils d'hygiène des mains vus pendant l'explor'action du toucher.

3. Clôture des activités des explor'acteurs

Colle les organes des 5 sens au bon endroit.

Vous trouverez cette activité dans le carnet des explor'acteurs à la page 53.

Photocopiez l'annexe 13 : Les organes des 5 sens. Demandez aux enfants de retrouver et de coller les organes dessinés au bon endroit dans leur carnet des explor'acteurs.



Vous pouvez découper ces images et les disposer ou les cacher dans la pièce lors de la petite fête. Demandez alors aux enfants de les retrouver et de les coller dans leur carnet.

Pour chaque situation, choisis les sens que tu utilises.

Vous trouverez cette activité dans le carnet des explor'acteurs aux pages 54 et 55. Demandez aux enfants de remplir les cases en dessinant et en suivant le sens concerné. Ils pourront aussi partir de magazines en découpant des illustrations qui y font référence. (plusieurs dessins ou illustrations peuvent se retrouver dans plusieurs cases).

C. Les recettes

A. Sangria des explor'acteurs (Espagne)

Ingrédients pour 12 enfants :

- 9 fruits : pomme, pêche, orange, mandarine, banane, poire. Favorisez les fruits de chez nous et de saison,
- 1 sachet de sucre vanillé,
- 3 litres de jus de fruits : jus de raisin, jus d'orange, jus de pomme ou autre,

- 1 litre ½ d'eau plate ou pétillante, glaçons pour 12 verres.

Ustensiles :

Saladiers, couteaux, presse-citron/orange.

Cuisson : pas de cuisson

Phase de préparation

- > Constituez 4 groupes.
- > Disposez les tables et les chaises afin de constituer 4 postes où seront réalisées différentes sangria (sur base de jus de fruits différents).
- > Mettez à la disposition des enfants différents jus et différents fruits.

Phase de réalisation

- > Les enfants nettoient, épluchent et coupent les fruits en petits morceaux.
- > Demandez-leur, pour chaque activité, d'être attentifs aux sens qu'ils utilisent.
- > Mélangez les fruits avec tout d'abord le jus de fruits.

- > Placez le tout au frigo au minimum 2 heures.
- Avant de servir, ajouter l'eau plate ou pétillante et le sucre.
- Servez avec des glaçons.

Phase de synthèse

- > Remettez aux enfants l'annexe 1 : Les émotions. Demandez-leur de colorier l'émotion qu'ils ont ressentie durant l'atelier.
- > Demandez aux enfants de coller ou d'écrire la recette, et de coller l'émotion qu'ils ont ressentie à la page 52 du carnet des explor'acteurs.



Une fois les fruits découpés vous pouvez aussi en faire une salade de fruits ou des brochettes de fruits.

Si vous réalisez tout le menu, vous pourriez ne réaliser qu'une sangria et mettre les autres groupes sur les autres plats à réaliser.

B. « Soupe quatre couleurs » (Chine)

Ingrédients pour 12 enfants :

- 3 litres d'eau,
- 2 cubes de bouillon de volaille,
- 400 g de champignons de Paris émincés,
- 4 carottes,
- 4 tomates,
- 400 g d'épinards frais,
- 4 cuillères à café de sauce soja,
- 2 pincées de sucre,

Ustensiles :

Eplucheurs, casserole, petites cuillères, couteaux.

Cuisson : 15 minutes

Réalisation

- > Epluchez les carottes et coupez-les en petits dés.
- > Versez les dés dans une casserole avec l'eau et le cube de bouillon. Portez à ébullition pendant 5 minutes sur feu vif.
- > Ajoutez délicatement dans l'eau les tomates lavées et coupées en dés, les feuilles d'épinards rincées et les champignons. Laissez cuire jusqu'à ce que la soupe se remette à bouillir. Ajoutez le sucre, le sel et la sauce soja et laissez frémir 1 ou 2 minutes avant de servir.

C. « BLT made in USA » (Amérique)

Le sandwich BLT (« bacon, laitue, tomato ») est un sandwich populaire aux États-Unis. Habituellement, on le compose de trois tranches de bacon, de feuilles de laitue et de tranches de tomate. Le tout est intercalé entre des tranches de pain grillées, et agrémenté de mayonnaise.

Ingrédients pour 12 enfants :

- 12 tranches de pain de mie,
- 12 tranches de bacon,
- laitue croquante de type iceberg,
- 3 tomates coupées en rondelles,
- mayonnaise,
- moutarde,
- sel et poivre.

Ustensiles :

Couteaux, grille-pain, poêle (facultatif), piques en plastique.

Cuisson :

quelques minutes (pour le pain grillé et le bacon).

- > Faire griller le pain de mie.
- > Laver et sécher la salade.
- > Couper les tomates en rondelles.
- > Faire griller le bacon dans une poêle anti-adhésive si vous le désirez.
- > Monter les sandwiches en alternant la salade, quelques rondelles de tomates salées et poivrées, une tranche de bacon, de la salade, quelques rondelles de tomates, de la salade et terminez avec l'autre tranche de pain.
- > Ajoutez si nécessaire un peu de moutarde ou de mayonnaise.
- > Coupez les tranches de pain en deux, en triangle, et plantez-y une petite pique en plastique au milieu.



Le bacon peut être remplacé par des tranches de filet de dinde ou de poulet.

Vous pourriez laisser les invités réaliser leur propre « BLT » en présentant les différents aliments (pain, crudités, viande). Chacun compose son sandwich et selon son envie y ajoute de la mayonnaise ou de la moutarde.

D. « Mousse exotique » (Sénégal)

Ingrédients pour 12 enfants :

- 600 g de fromage blanc à 20 % de matière grasse,
- 4 blancs d'œufs,
- 60 g de sucre,
- 40 g de sucre vanillé,
- 8 rondelles d'ananas (préférez l'ananas au jus naturel et non au sirop),
- 1 pincée de sel.

Ustensiles :

Batteur, mixeur, saladiers, couteaux, cuillère en bois, verrines.

Cuisson : pas de cuisson

Réalisation :

- > Coupez des tranches d'ananas et réduisez-les en purée dans un mixeur.
- > Mélangez les ananas mixés au fromage blanc.
- > Montez les blancs en neige avec une pincée de sel afin de les obtenir très fermes.
- > Incorporez très délicatement les blancs en neige au fromage et ananas juste avant de les répartir dans des petits verres et de les réserver au frais (2 h minimum).

Annexe 1 : Les émotions

La fiche émotion peut être utilisée dans chaque explor'action. Il sera intéressant de voir si les enfants sont plus à l'aise avec les émotions au fil des explor'actions.

Les objectifs pour les enfants seront :

- d'exprimer les émotions liées aux sens,
- d'identifier des pistes d'action pour pouvoir gérer ses émotions,
- d'exprimer comment les émotions sont ressenties dans le corps,
- de reconnaître les émotions des autres et de développer des comportements d'empathie.

Afin d'exploiter plus facilement les émotions, nous vous proposons de travailler avec le programme « Contes sur moi - S'occuper de l'estime de soi et compétences

des jeunes ». La fiche des sentiments comprend 11 expressions du visage à photocopier pour chaque explor'action.

En tant qu'animateur, vous devez être attentif à mettre les enfants dans les meilleures conditions pour exprimer leurs sentiments. Voici quelques consignes à mettre en place :

- > Chacun doit respecter l'émotion de l'autre. On a tous le droit de ressentir certains sentiments. S'ils sont différents d'une personne à l'autre, il est intéressant de les confronter mais pas de les juger.
 - > Laissez le choix aux enfants de s'exprimer ou de se taire. Le partage des émotions reste tout de même intime et un enfant qui n'a pas envie de partager ses émotions ne doit pas être ou se sentir forcé.
 - > Essayez vraiment de ne pas poser la question du « pourquoi » (pourquoi es-tu triste ?...), même si c'est la première question qui vous viendrait spontanément, elle bloque le dialogue. Voici, pour vous aider à ouvrir la discussion, d'autres pistes de questions :
- Que ressens-tu dans ton corps lorsque tu as cette émotion ?
 - Que fais-tu exactement ? Quelle est l'expression de ton visage ?
 - Comment les autres réagissent-ils ?
 - Quelles sont les autres situations qui provoquent également cette émotion (questions à renvoyer au groupe) ?
 - Que pourrais-tu faire si une autre personne te montre cette émotion ?
- > Vous pouvez également élargir le débat sur les sentiments avec des questions comme : Est-ce important de montrer ses sentiments (par exemple la colère, la tristesse, la joie...) ? Que peut-on faire lorsque l'on voit un ami triste ou en colère ?



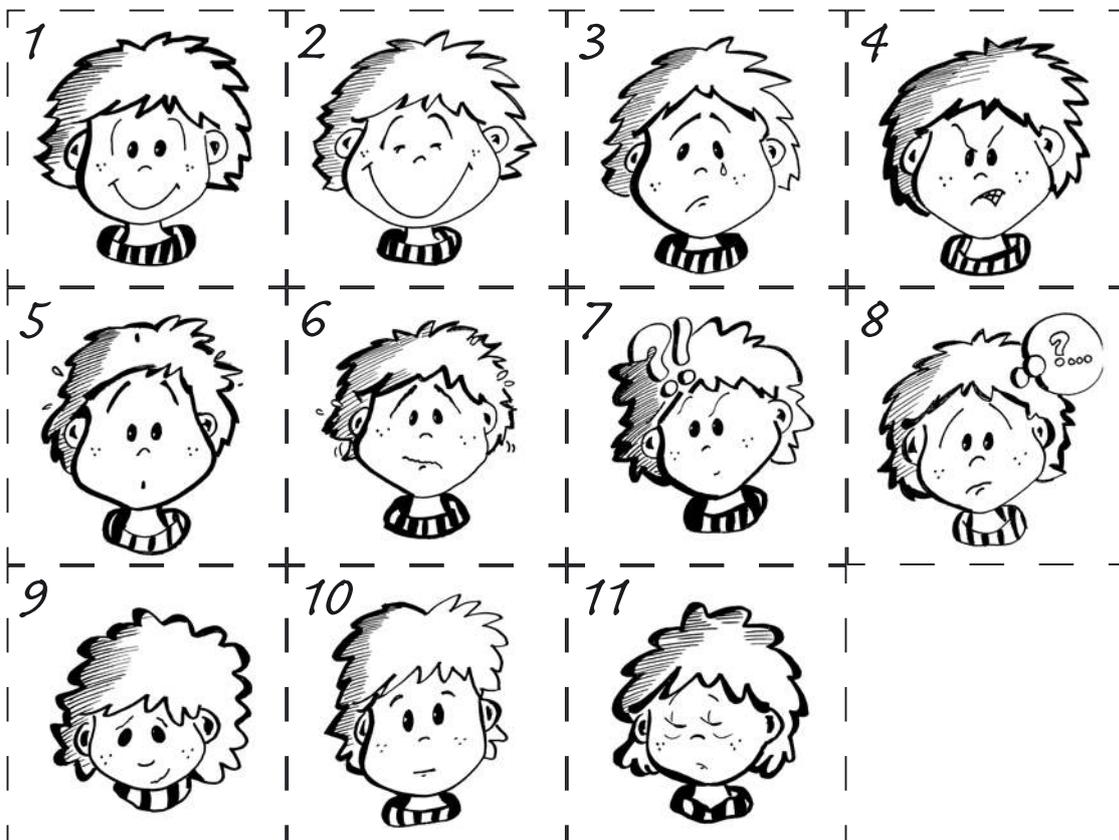
Pour pouvoir aborder plus facilement les émotions, vous pourriez partir sur celles que les enfants connaissent. Nommer et décrire les 6 émotions de base pourront les guider et les aider à affiner leur choix (la joie, la peur, la colère, la surprise, le dégoût, la tristesse).



Il n'y a volontairement pas de légende aux illustrations suivantes pour laisser chaque enfant libre de se retrouver dans une expression, suivant une émotion ressentie.

Annexe 1 : Les émotions

Choisis l'expression qui correspond à ton explor'action et colle là dans ton carnet des explor'acteurs.



Annexe 2 : Enquête !

Demande à deux personnes de ton entourage les sources de bruit :

- qu'elles aiment



- qu'elles n'aiment pas



Demande à deux personnes de ton entourage les sources de bruit :

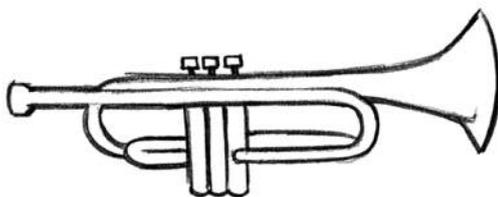
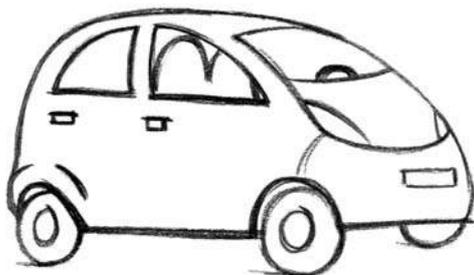
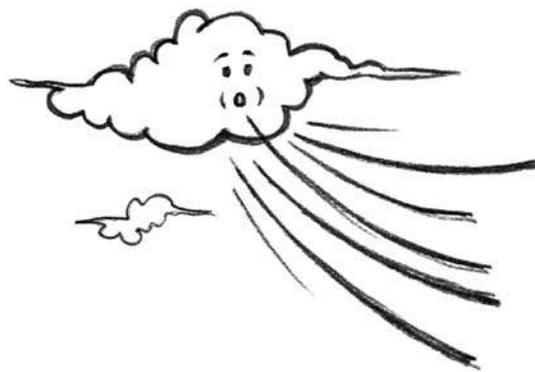
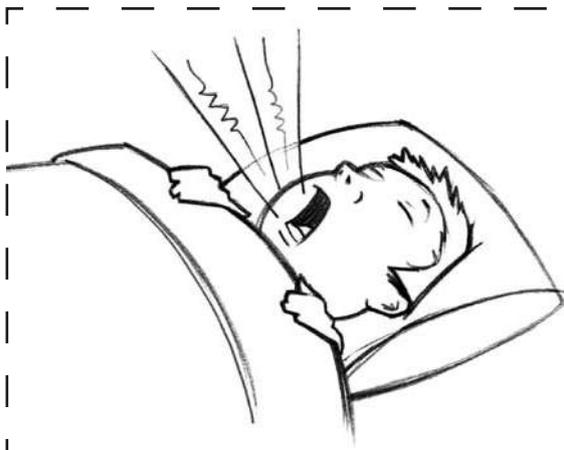
- qui sont faibles, qui ne font pas beaucoup de bruit



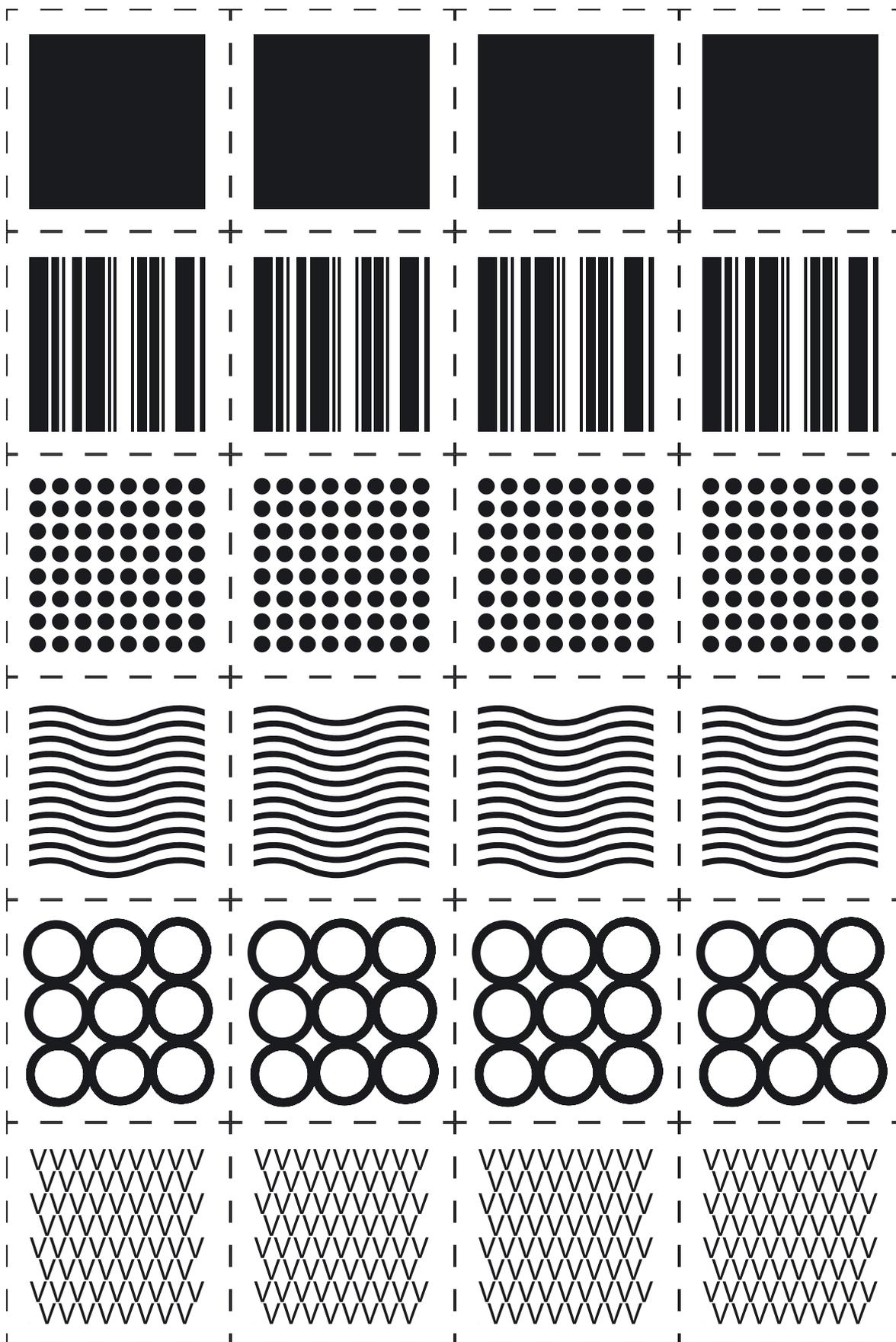
- qui sont fortes, qui font beaucoup de bruit

A large dotted-line grid for drawing noise sources. The grid is composed of small grey dots forming a large rectangle with a central vertical line and a horizontal line, creating four quadrants. At each of the four corners of the grid, there is a circular icon containing a sound level meter with a high level of noise, represented by many tall vertical bars.

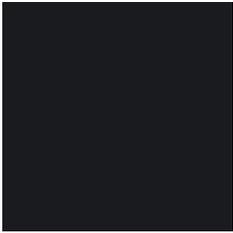
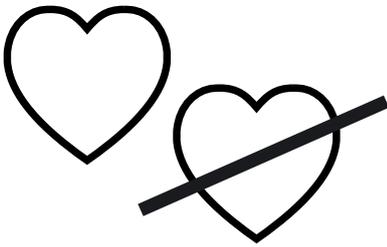
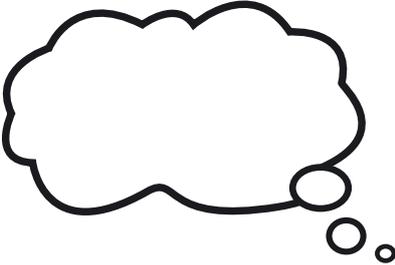
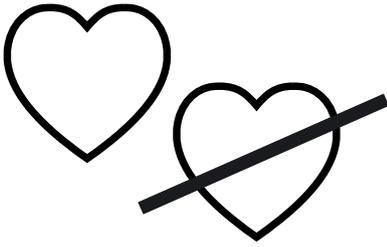
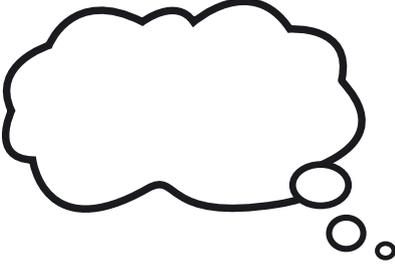
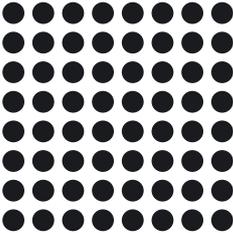
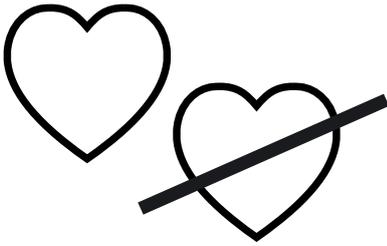
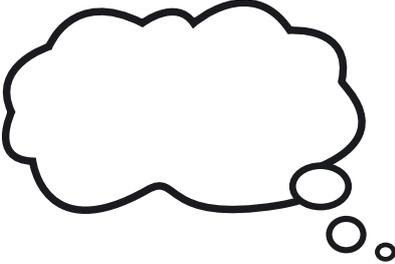
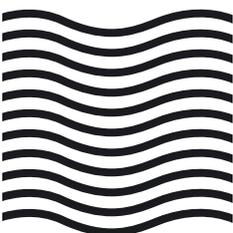
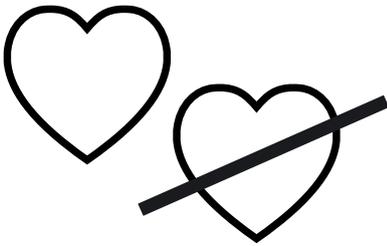
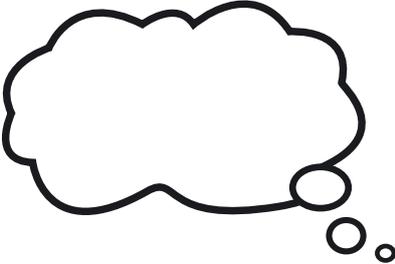
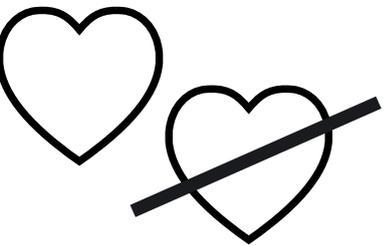
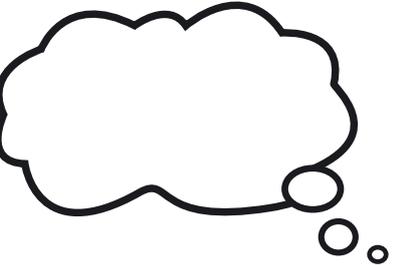
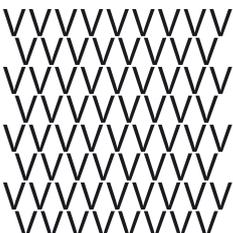
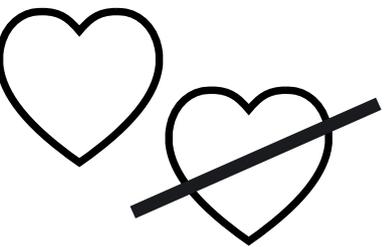
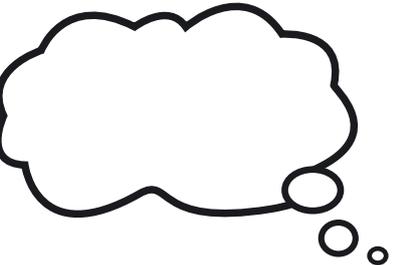
Annexe 3 : Produire des sons



Annexe 4 : Motifs à coller



Annexe 5 : Grille à compléter

	J'aime - J'aime pas	Cela me fait penser à
		
		
		
		
		
		

Annexe 6: Le vocabulaire des 5 sens

Cette annexe vous donnera des idées de vocabulaire lié plus particulièrement aux sens. Elle vous permettra d'enrichir le vocabulaire des enfants.

1. L'OUÏE

Plusieurs manières d'écouter

Écouter, ouïr, percevoir, tendre l'oreille, venir aux oreilles, auditionner, ausculter, prêter l'oreille...

Que pouvons-nous entendre ?

Plusieurs noms permettent de mieux décrire un bruit ou un son. Il peut s'agir de gémissements, de grincements, de grognements, d'hurllements, de tapage, de vacarme, de chants, de mélodies, de chuchotement, de murmures, de bourdonnement, de bruissements...

Comment décrire un son ?

Il y a des bruits qui peuvent nous sembler agréables. Ce sont des bruits calmes, doux, berçants, harmonieux, légers, mélodieux...

D'autres sons nous semblent désagréables : ils nous agressent, nous déchirent les tympans, nous cassent les oreilles. On parle de sons bruyants, dérangeants, stridents, assourdissants, perçants, métalliques...

Voici d'autres adjectifs qui permettent de décrire un son : étouffé, régulier, vibrant, feutré, violent, aigu, grave, bref, prolongé, sec, clair, faible, fort, léger, sourd.

2. L'ODORAT

Plusieurs manières de sentir

Le vocabulaire lié à l'odorat est particulièrement développé. Notre nez nous permet de reconnaître les odeurs. Pour mieux apprécier les odeurs, nous pouvons avoir **plusieurs actions** :

Sentir est un verbe qui peut regrouper beaucoup de significations différentes. Tout d'abord, dans le cadre de l'exploration, on peut le définir comme l'action de percevoir par l'odorat. Ensuite, voici d'autres sens possibles pour le verbe :

- prendre conscience
- connaître par l'intuition, pressentir, deviner
- apprécier, goûter
- annoncer (ça sent l'orage)
- être affecté (en bien ou en mal)
- dégager une odeur

Flairer, c'est découvrir par l'odorat, cela fait référence au flair des chiens.

Renifler, c'est aspirer fortement par le nez en produisant un bruit

Respirer, c'est absorber l'air ambiant et le rejeter ; absorber de l'oxygène et rejeter du gaz carbonique. C'est une fonction vitale pour notre organisme. Ici on n'est pas dans les sensations que peuvent procurer les sens.

Que pouvons-nous sentir ?

Voici d'autres noms qui peuvent décrire les odeurs : senteur, parfum, émanation, arôme, puanteur...

Comment décrire une odeur ?

Une odeur forte est une odeur qui se répand fortement, que tout le monde peut sentir facilement, on peut dire qu'elle est puissante, qu'elle surprend. Le contraire est une odeur faible, que l'on sent à peine. Il faut être plus attentif et bien renifler pour sentir une odeur faible.

Une odeur agréable procure du plaisir, un moment où on se sent content, bien. On peut parler de bonne odeur. Le contraire est **désagréable** : une mauvaise odeur, qui

ne nous plaît pas et que l'on n'a plus envie de sentir.

Voici d'autres adjectifs pour décrire une odeur : douce, suave, fétide, connue, inconnue, puante, infecte...

Si l'adjectif ne suffit pas, on peut, pour bien pouvoir décrire une odeur la comparer à une senteur que tout le monde connaît : une odeur d'œuf pourri, une odeur de brûlé, de vinaigre, d'orange...

3. LE TOUCHER

Plusieurs manières de toucher :

- Avec brutalité : appuyer, cogner, frotter, heurter, saisir...
- Avec douceur : caresser, câliner, enlacer, flatter, chatouiller...
- Avec insistance : tripoter, palper, pétrir, presser, tâter, frictionner, frotter chatouiller, masser...
- Avec légèreté : effleurer, frôler, égratigner, érafler, écorcher...
- Avec hésitation : tâtonner, tâter...

Que pouvons-nous toucher ?

Nous pouvons toucher des formes, des volumes, des consistances...

Il s'agira de rond, de carré, de rectangle, de triangle, de cylindre, de masse, de pic,

de pointe... ou de forme arrondie, bombée, hérissée, sinueuse, ondulée, uniforme, difforme, plate, épaisse, longue, allongée, large, pointue, haute, profonde, gluante, visqueuse...

Comment décrire une texture ?

Plusieurs adjectifs permettent de décrire leur texture : soyeux, satiné, velouté, poli, rugueux, doux, lisse, mou, ferme, dur, piquant, rêche, rugueux, tiède, chaud, brûlant, froid, glacé, collant, gluant, gras, humide, mouillé, sec, souple...

Les sensations de toucher peuvent être des chocs, des coups, des pressions, des caresses, des effleurements, des chatouillements, des contacts...

4. LA VUE

Plusieurs manières de voir :

- Avec attention : épier, dévisager, examiner, guetter, inspecter, observer, regarder, viser, fixer, espionner, surveiller...
- Avec émerveillement : admirer, contempler, dévorer des yeux...
- Brutalement : sauter aux yeux...

- Rapidement : jeter un coup d'œil, saisir, viser du coin de l'œil...

Que pouvons-nous voir ?

Des formes, des couleurs, des contrastes, des mouvements, des dégradés...

5. LE GOUT

D'autres termes peuvent être utilisés pour goûter, bien que chacun ait une spécificité propre à lui : savourer, avaler, déguster, se délecter, se rassasier, dévorer, croquer, boire, ingurgiter, siroter...

Que pouvons-nous goûter ?

Il existe différents mots pour qualifier ce que

l'on goûte, il s'agit des saveurs, des arômes, des assaisonnements... Afin de les rendre plus proches de la réalité, on peut les utiliser avec des adjectifs : sucré, délicat, délicieux, velouté, âcre, aigre, amer, agressif, écœurant, (dés)agréable, doux, exquis, fade, acidulé, astringent, épicé, piquant, poivré, relevé, savoureux, sur...

Source :

« Passion Lettres » : Lire, écrire, apprendre, transmettre... Site de littérature, de langue française, de pédagogie du français, consulté sur www.sculfort.fr

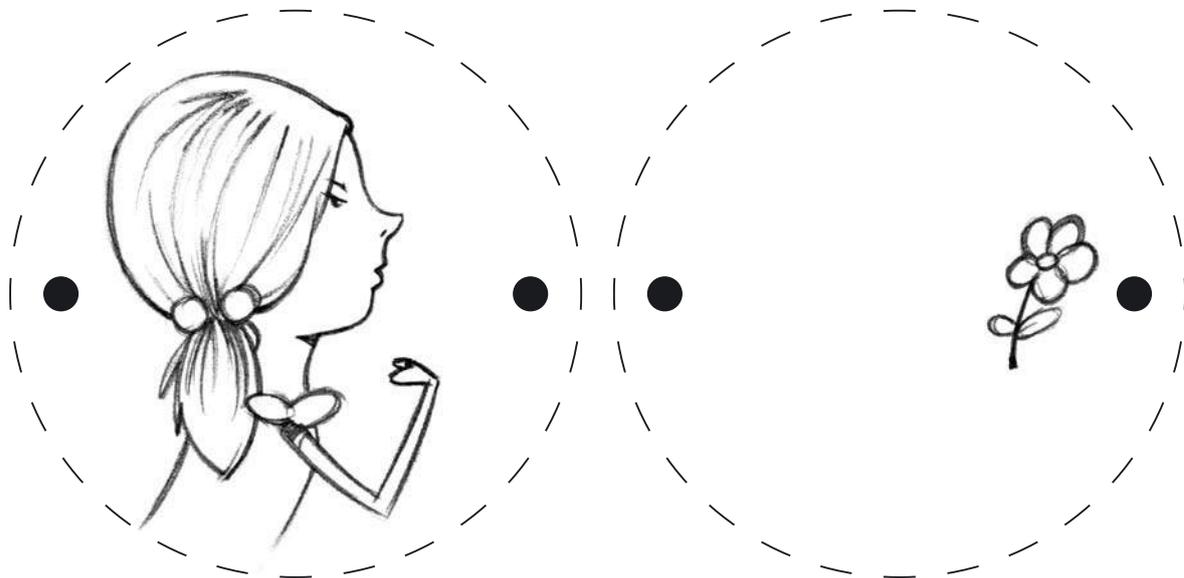
« Le dictionnaire des synonymes et des antonymes français », consulté sur www.synonymes.com

« Le petit Larousse illustré », Larousse/VUEF, 2001

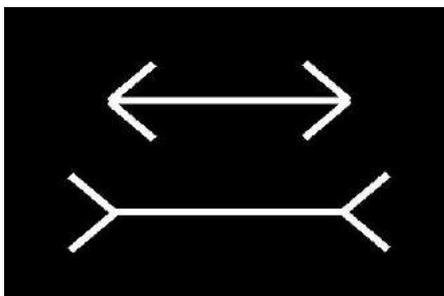
« Le dictionnaire », consulté sur www.ledictionnaire.com

« Le vocabulaire des cinq sens » (© Enseignons.be), consulté sur www.enseignons.be

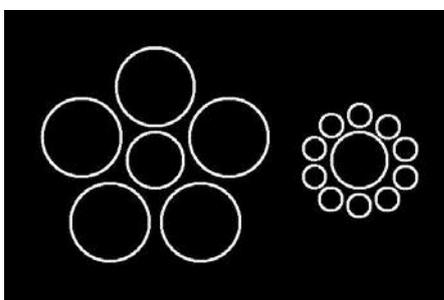
Annexe 7 : Le thaumatrope



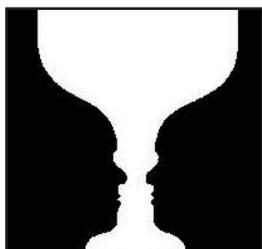
Annexe 8 : Les illusions d'optique



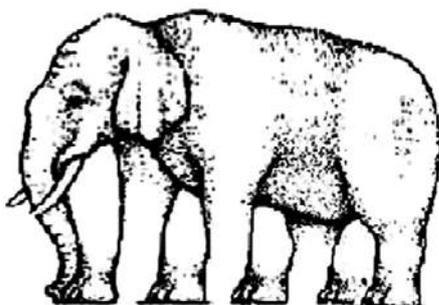
Une illusion classique. Les 2 traits n'ont pas la même longueur ? Bien sur que si... et pourtant...



Les 2 cercles au centre de chaque figure semblent avoir une taille différente ? Bien sur que non... et pourtant...



Un vase ou deux visages qui se regardent ? Personne ne pourra répondre à ta place... c'est toi qui décide...



Combien de pattes a cet éléphant ? 4 ou 5 ? Il en a 4, bien sur, comme tous les éléphants... et pourtant...

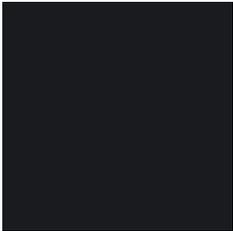
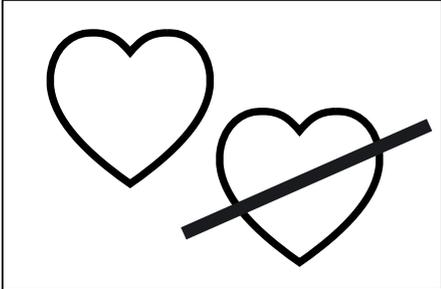
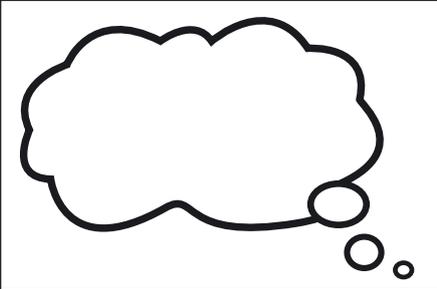
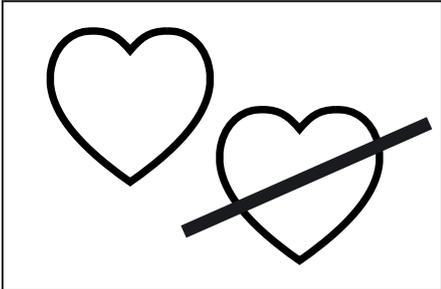
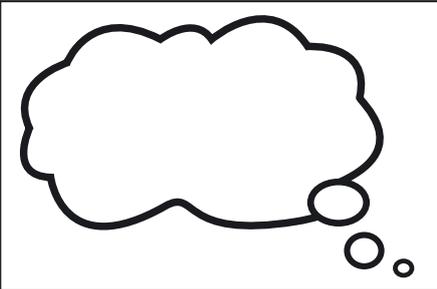
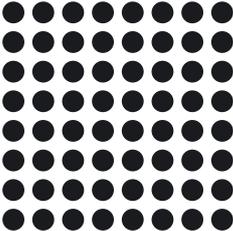
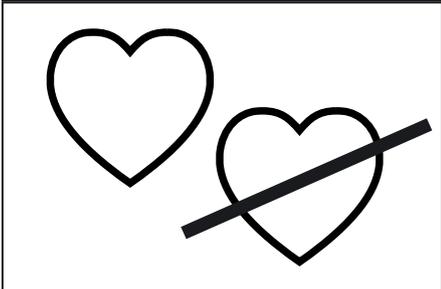
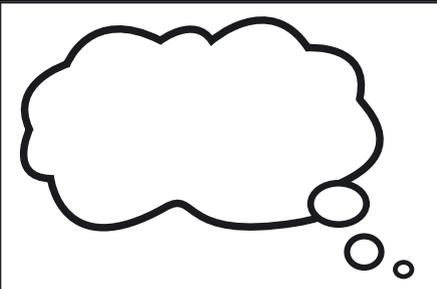
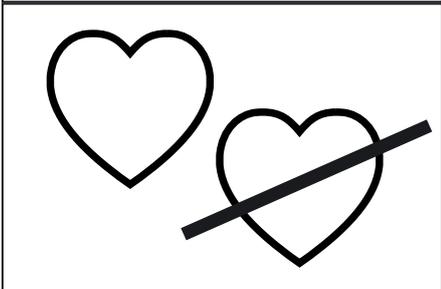
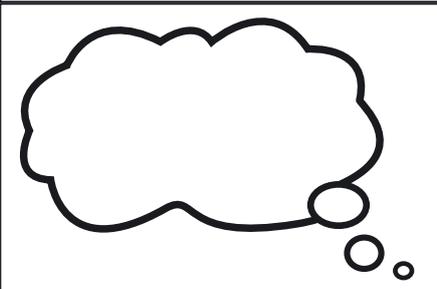
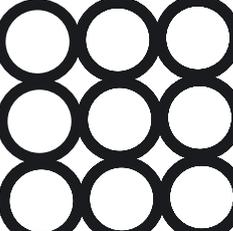
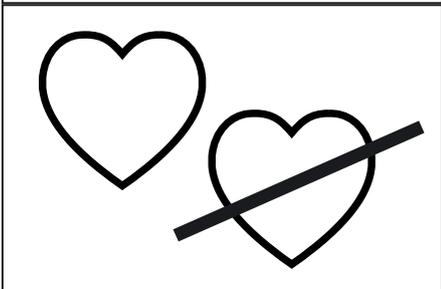
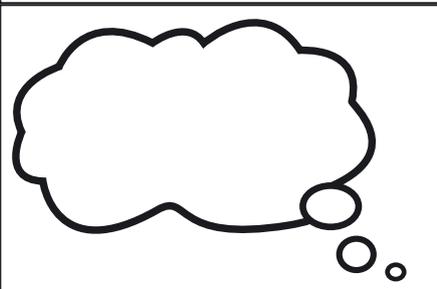
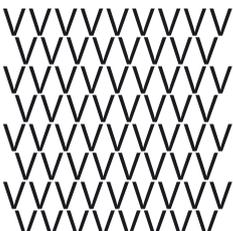
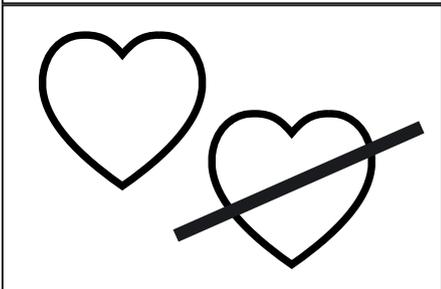
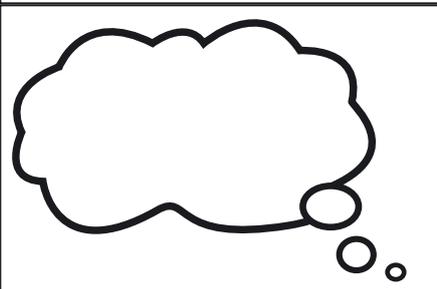
Source:

Ptitcllic.net est un site personnel ludo-éducatif pour les enfants. Vous pourrez y retrouver d'autres illusions d'optique. Voir dans la partie « Jouer » puis « Des jeux éducatifs » www.ptitcllic.net, consulté en juin 2011.

Annexe 9 : Grille à compléter

Goute la composition correspondant à chaque motif et note ci-dessous tes impressions :

- Colorie le cœur si tu aimes ou colorie le cœur brisé (barré) si tu n'aimes pas cette odeur.
- Dessine un objet, un aliment, une personne, un paysage... qui est en lien avec cette odeur.

	J'aime - J'aime pas	Cela me fait penser à
		
		
		
		
		
		

Annexe 10 : Les organes des 5 sens



Annexe 11 :

Les carte postales - invitation

Salut ! Nous venons de réaliser une magnifique explor'action. Un voyage sur les différents continents, où nous avons découvert les 5 sens. Viens fêter avec nous la fin de notre explor'action !



Lundi

Mardi Janvier Juillet

Mercredi Février Aout

Jeudi Mars Septembre

Vendredi Avril Octobre

Samedi Mai Novembre

Dimanche Juin Décembre



A bientôt

PS : Si cette petite fête te donne envie de faire partie des explor'acteurs, prends contact avec Latitude Jeunes (02/515 04 54) www.latitudejeunes.be

Gros bisous
ansoleillés des Explor'Acteurs



Annexe 12 : Les socles de compétences

I. PARLER- ECOUTER

Les compétences disciplinaires

Orienter sa parole et son écoute

c1 en tenant compte des critères suivants : de l'intention poursuivie, de parole ou d'écoute (informer, s'informer/ expliquer, comprendre/ donner des consignes, les comprendre/ donner du plaisir, prendre du plaisir), des interlocuteurs, des contraintes de l'activité, des modalités de la situation.

c2 en pratiquant une écoute active.

c3 en utilisant des procédés linguistiques qui garantissent la relation (tours et temps de parole, courtoisie...)

Utiliser et identifier les moyens non-verbaux

c4 en utilisant et repérant des indices corporels (parmi ceux-ci, l'occupation de l'espace, la posture, les gestes, les mimiques, le regard...).

II. EVEIL

INITIATION SCIENTIFIQUE

Les savoir-faire

Récolter des informations par la recherche expérimentale, l'observation et la mesure

c1 en recueillant des informations par des observations qualitatives en utilisant ses cinq sens et par des observations quantitatives (traduire l'observation d'objets et de phénomènes réels en choisissant les mots adéquats, dans une liste de propositions portant, par exemple, sur des critères relatifs à la forme, la taille, la consistance, la surface, la couleur, les modifications et les changements).

Les savoirs

Les êtres vivants

Les caractéristiques

c2 Les êtres vivants réagissent : Les êtres vivants réagissent aux stimuli de leur environnement ainsi qu'aux modifications de leur milieu de vie. Les récepteurs des stimuli : les organes des sens.

L'organisme

c3 L'anatomie descriptive est à aborder d'une manière générale dans une sensibilisation à l'éducation à la santé et à l'hygiène de vie (anatomie fonctionnelle).

c4 L'appareil tégumentaire et ses fonctions de protection et de toucher.

III. EDUCATION ARTISTIQUE

Les compétences transversales

- C1 S'approprier un langage sensoriel**
 - Discriminer des éléments, des phénomènes auditifs, visuels, tactiles, gustatifs et kinesthésiques.
 - Utiliser un répertoire de vocabulaire sensoriel, auditif, gustatif, tactile et kinesthésique.

- C2 Se reconnaître dans ses sensations, ses émotions et reconnaître les autres**
 - Exprimer une émotion ressentie face à une œuvre, une musique, une situation particulière.
 - Décrire ses sensations.
 - Exprimer une émotion par différents modes d'expression.

- C3 Oser affirmer son plaisir et présenter sa production**
 - Formuler clairement son intention en fonction de l'objet artistique.
 - Positiver sa production et celle des autres.

- C4 Evaluer-argumenter**
 - Défendre ses goûts
 - S'exprimer face à la production des autres.
 - Justifier l'émotion, le mode d'expression, les techniques d'exécution, le sujet, le contexte, les moyens utilisés.

Les compétences disciplinaires

Ouverture au monde sonore et visuel : percevoir et s'approprier des langages pour s'exprimer.

- C5** Percevoir et différencier les sons, les bruits, les notions d'intensité, de hauteur, de tempo et d'origine différents.

- C6** Chercher, repérer, nommer des objets, des ambiances, les qualités sonores.

- C7** Percevoir et décrire la matière.

Agir et exprimer, transférer et créer dans les domaines tactile, gestuel, corporel et plastique.

- C8** Adapter sa production au format.

Organiser, transformer, créer...

- C9** Représenter des personnages, des objets, des animaux, des paysages...

- C10** Traduire une ambiance, une atmosphère, une perception personnelle.

Source :

Socles de compétences, Ministère de la Communauté française,
Administration générale de l'Enseignement et de la Recherche scientifique.

Références

Les 5 sens

- « Cinq sens pour croquer la vie », Service Education Santé de l'ONE, 2009. www.one.be
- « Faits pour le bonheur », Didier Levy Boll, Grasset Jeunesse, 2008.
- « Le corps humain dans tous ses états, sélection de 205 livres de jeunesse sur le corps humain » sélection thématique 2008, Ministère de la Communauté française de Belgique, 2008.
- « Le goût et l'odorat : Des expériences faciles et amusantes » pour les 9-12 ans, Albin Michel Jeunesse, 2001.
- « Les Cinq Sens », Collection Kididoc, Nathan Jeunesse, 1999.
- « Les cinq sens », Ciboul, Collinet, Debecker, Merlier, collection Kididoc Nathan, 2001.
- « Sciences à vivre : 24 séquences pour découvrir le monde du vivant et de la terre avec les enfants du cycle 2 », Accès Editions, 2007.

Ouïe

- « L'Ouïe et la Musique », Muzo, collection les petits débrouillards, Albin Michel Jeunesse, 2004, pour les 5/7 ans.
- APTA (Association de prévention des Traumatismes Auditifs) *Arrêtons le massacre aux décibels !* www.audition-prevention.org
- CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisations de Consommateurs). www.crioc.be en tapant bruit dans le moteur de recherche

Vue

- « La Vue et les Couleurs », C. Millet, collection les petits débrouillards Albin Michel Jeunesse, 2004, pour les 5/7 ans.

Toucher

- « Le Toucher et le Corps », C. Roederer et R. Falter, collection les petits débrouillards, Albin Michel Jeunesse, 2004, pour les 5/7 ans.

Gout

- « Le Gout de la cuisine », J.-F. Martin, collection les petits débrouillards, Albin Michel Jeunesse, 2004, pour les 5/7 ans.

Odorat

- « L'Odorat et la Nature », F.S. Beneglia, collection les petits débrouillards, Albin Michel Jeunesse, 2004, pour les 5/7 ans.
- « Cultiver le goût et l'odorat : pour une éducation sensorielle de 2ans1/2 à 8ans, Druart, Janssens,

- Waelput, Vande Weyer, De Boeck & Larcier, 2001.
- « Découvrons les odeurs », Nathan, 1989.
- « Se moucher, c'est utile ! » Fascicule de l'ONE, N° d'édition : D/2008/74.80/83. A consulter ou commander gratuitement sur le site www.one.be rubrique Info & Recherches
- « A l'eau les mains! Quand te les laver? Comment te les laver? » Fascicule de l'ONE, ISBN: EDSBR0436. Sensibiliser les enfants de façon attrayante aux bienfaits du lavage des mains et faire le lien avec la toilette corporelle ; informer sur le quand et comment se laver les mains de façon adéquate.

Hygiène

- Le Bureau de l'Est de l'Ontario propose une vidéo simple et amusante sur l'hygiène des mains chez les petits. www.bseo.ca et <http://www.eohu.ca/multimedia/watch?v=259>
- Chatounet', L'hygiène des tout-petits (3-5ans), CPAM du Cher, 2006.
- Chokky au cirque, (6-8ans), Union française pour la Santé Bucco-dentaire (<http://www.ufsbd.fr>)
- Je vais chez le dentiste (3 ans et +), Association SPARADRAP (<http://www.sparadrapp.org>)
- La cours' Oprop, (6-10 ans), Service de Santé Publique - Ville de Brest (<http://www.mairie-brest.fr/sante-environnement/sante/sante.htm>)
- Lave-toi les mains !, (2-5ans), Gallimard Jeunesse, 2002.

Autres

- Coloriages, activités manuelles et bricolages pour enfants www.teteamodeler.com
- Annexe 1 : Les sentiments, Matériel téléchargeable du programme « Contes sur moi » Les sentiments : les 11 expressions du visage, Régie régionale de la Santé et des Services Sociaux de Montréal-Centre, Direction de santé publique. Consulté sur le site www.santepub-mtl.qc.ca/jeunesse/contes/index.html
- Le langage des émotions, jeu de 60 cartes à jouer, FCPPF édition, 2012. www.fcppf.be

Retrouvez d'autres outils
sur le site www.pipsa.be

