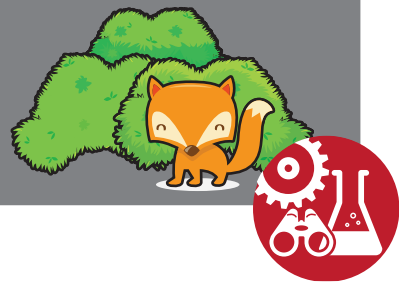
Les cinq sens :

PROMENADE PIEDS NUS

LE PRÉ DE PETIT RENARD

Style de vie sain et actif



L'AVENTURE

Chaque jour, vous parcourez différents types de surfaces avec vos pieds. À l'aide de votre sens du toucher, décrivez aux autres castors les surfaces sur lesquelles vous marchez. Comment sait-on quand le sol sous nos pieds change?

Si vous effectuez cette aventure à l'extérieur, vous pouvez marcher sur différents types de surfaces : pelouse, gravier, terre, asphalte, etc. Pour réaliser cette activité à l'intérieur, les queues blanches peuvent créer un parcours avec une bâche et des corbeilles vides.

ACTION

- Enlevez vos souliers et vos bas, puis promenez-vous!
- Deux par deux et à tour de rôle, portez un bandeau ou guidez votre camarade.
- Décrivez à votre camarade ce que vos pieds ressentent.

PLANIFICATION

- Voulez-vous réaliser cette activité à l'intérieur, à l'extérieur ou lors d'un camp?
- Que vous dit votre sens du toucher au sujet du monde qui vous entoure?
- Où allez-vous marcher pieds nus?

RÉVISION

- Qu'avez-vous appris de nouveau?
- Qu'avez-vous remarqué pendant que vous marchiez pieds nus?
- Comment avez-vous décrit ce que vous ressentiez à votre camarade?

Les cinq sens :

PROMENADE PIEDS NUS

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Bandeaux
- Bâche (dans la trousse)
- Cailloux (dans la trousse)
- Colliers de perles (dans la trousse)
- Colliers en plastique (dans la trousse)
- Pailles (dans la trousse)
- Balounes (dans la trousse)
- Éponges (dans la trousse)
- Brosses à récurer (dans la trousse)
- Autres articles
- Tôles à biscuits (dans la trousse)

RESSOURCES EN LIGNE [EN ANGLAIS]

- Parcours artisanal : **little-blossoms-childminding.blogspot.ca/2011/08/homemade-barefoot-walk.html**
- Expérience sensorielle : **http://kidshealth.org/en/kids/experiment-head.html**
- Votre sens du toucher et vous : **www.youtube.com/watch?v=QW7SPO8YcAs**

CONSEILS DE SÉCURITÉ

Que vous prévoyiez faire votre promenade à l'intérieur ou à l'extérieur, inspectez votre parcours afin de vérifier qu'aucun objet tranchant ou dangereux ne s'y trouve. Marchez tranquillement et prudemment, afin d'éviter de tomber ou de glisser.