



Activité lieu d'ancrage

Développez une relation avec un endroit particulier dans votre communauté locale et apprenez à observer les changements saisonniers en nature.

Matériels : Aucuns. Mais lors des journées humides et pluvieuses, apportez des pantalons de pluie ou des sacs en plastique sur lesquels chaque personne peut s'asseoir.

Idées d'endroits pour cette activité : une cour, un jardin, un parc local, un endroit boisé ou herbeux, le bord d'une rivière ou d'un lac, le long d'une plage, etc.

Temps requis: 5 à 20 minutes

Les enfants n'ont pas souvent la chance de simplement observer leurs environs. Pour cette activité, ces enfants utiliseront leurs sens pour observer et apprécier l'environnement naturel et développer une connexion à un endroit dans la communauté où ils habitent.

Étapes :

1. Dans votre endroit choisi, trouvez un espace où votre enfant peut s'asseoir confortablement : sous un arbre, dans l'herbe, le long de la plage, etc.
2. Asseyez-vous à au moins quelques pieds de votre enfant pour que vous pouvez chacun avoir un espace et du silence afin d'observer vos environs.
3. Réglez un chronomètre pour une minute. Utilisez vos sens pour activement écouter, observer, sentir (émotionnellement et physiquement). Encouragez l'utilisation de tous les sens sauf le goût. Écoutez les sons de la forêt, du filet d'eau. Remarquer l'odeur de l'air et la direction de la brise autour de vous. Observez attentivement en haut, en bas et autour de vous, le plus possible. Sentez la terre sous vous, et le soleil, le vent, la pluie ou la neige sur la peau.
4. Après une minute, prenez le temps de partager vos observations et réflexions. *Qu'avez-vous entendu? Que n'avez-vous pas entendu et pourquoi? Avez-vous senti quelque chose sur la peau? Qu'avez-vous senti? Quelles plantes, insectes et animaux avez-vous vu? Avez-vous ressenti quelque chose en vous durant cette activité? Étiez-vous calme, relaxé, distrait, agité?*

Retournez à votre lieu d'ancrage régulièrement, peut-être faites-en un objectif d'y retourner une fois par semaine, peu importe la météo, et durant différents temps de la journée. Alors que vous devenez plus confortable dans votre lieu, allongez le temps. Vous serez surpris avec la rapidité à laquelle vous restez assis pour 5, 10, 15 minutes.

Prenez le temps de noter les changements saisonniers. *Avez-vous vu des différentes plantes ou animaux? Avez-vous remarqué des différentes senteurs? Quelles variations se sont produites en raison de la météo, la saison, ou le temps de la journée?*

Continuez à vous amuser! L'identification d'oiseaux est idéale pour cette activité! Notez les couleurs et la taille des oiseaux, et leurs chants uniques. Identifiez les espèces d'oiseaux à l'aide de : <https://birdatlas.bc.ca/accounts/toc.jsp?lang=fr> (aussi disponible en anglais) ou birding.bc.ca (seulement disponible en anglais). Vous pouvez confirmer votre identification en trouvant les chants ici : northwestbirding.com/BirdSongs/index.html (seulement disponible en anglais).



Crédit photo:
Laure Wilson Neish