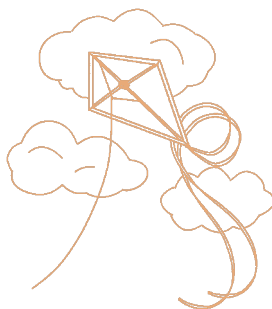
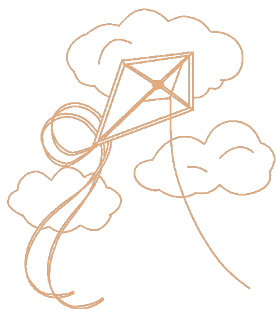




Jane Worroll — Illustrations de Peter Houghton



Le guide des petits **AVENTURIERS** de la forêt



Jeux et activités nature autour des 4 éléments



Traduit de l'anglais par Émilie Choupin

JouVence
nature





NOTE DE L'ÉDITEUR - AVERTISSEMENT

Certaines activités présentées dans cet ouvrage, notamment celles utilisant le feu ou des outils tranchants, peuvent présenter un danger si les instructions ne sont pas scrupuleusement suivies. Il est indispensable de consulter la notice du fabricant avant toute utilisation d'un outil.

Et afin d'éviter tout risque d'intoxication, ne ramassez que les plantes que vous connaissez. De manière générale, il revient aux adultes d'évaluer les capacités des enfants et de rester vigilants lors des activités.

L'éditeur, l'autrice et l'illustrateur ne sauraient être tenus pour responsables des dommages corporels et matériels qui pourraient résulter de la mise en œuvre des activités proposées ou de la participation à celles-ci.

Catalogue gratuit sur simple demande.

ÉDITIONS JOUVENCE

France : BP 90107 - 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse : Route de Florissant, 97 - 1206 Genève

Site Internet : www.editions-jouvence.com

E-mail : info@editions-jouvence.com

Titre original : *Forest School Wild Play*

Tous droits réservés © Watkins Media Limited, 2021

Texte © Jane Worroll, 2021

Illustrations © Peter Houghton, 2021

Publié en 2021 au Royaume-Uni et aux États-Unis par les Éditions Watkins, du groupe Watkins Media Limited

www.watkinspublishing.com

© Éditions Jouvence, 2022, pour la version française

ISBN : 978-2-88953-606-1

Traduit de l'anglais par Émilie Choupin

Maquette de couverture et intérieure : Glen Wilkins

Illustrations : Peter Houghton

Mise en pages et couverture : Frank Pitel [grad-design.fr]



SOMMAIRE



Introduction	4
Jouer en sécurité	14

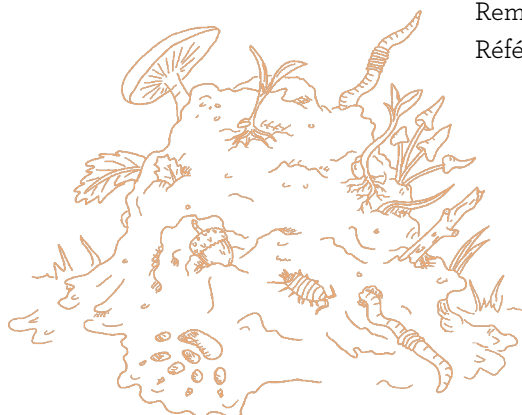
 LA TERRE	19
Modeler l'argile	20
les trolls de la forêt	26
Lancer de boules de boue	30
Le toboggan	38
La teinture façon bogolan	41
Le gland d'or – légende	46

 L'AIR	53
Le jeu du cri	54
Lire dans les nuages	57
Fabriquer un rhombe	62
Fabriquer un sifflet	69
Fabriquer un cerf-volant	75
La puissance du monarque – légende	84

 LE FEU	89
Fabriquer une torche antimoustiques	90
Faire un feu comme dans le Dakota	97
Fabriquer des allume-feux	106
Fabriquer une boussole solaire	115
Le jeu du feu	124
La queue de l'opossum – légende mexicaine	130

 L'EAU	135
Fabriquer des teintures naturelles	136
La chaîne de l'eau	144
Construire une cabane	147
L'infusion de bouleau	155
Fabriquer un gobelet en bois	162
Moni Mekhala, la déesse de l'eau – légende cambodgienne	170

Remerciements	174
Références	175





Introduction

Il fut un temps où l'on pensait que tout ce qui existe sur Terre, y compris les humains, était issu de la combinaison de quatre éléments : la terre, l'air, le feu et l'eau. Lors des ateliers Forest School¹, ces éléments prennent corps dans la terre sous nos pieds, le clapotis de la pluie sur le toit de la cabane, la chaleur d'un feu de camp et le vent sur nos joues. Ainsi, fabriquer de la teinture naturelle (p. 136), ramasser du bois pour le feu (p. 97), modeler de l'argile (p. 20), jouer d'un sifflet en bois (p. 69)... nous relie à ces quatre éléments.

Car ceux-ci sont profondément ancrés dans le psychisme humain et à la base de nombreuses cultures, dont celles de la Grèce antique, de l'Inde et du Tibet. Sur les quatre éléments reposent les anciens calendriers, les médecines traditionnelles, l'astrologie et les mythes ; ils sont le fondement de nombreuses traditions spirituelles. Aujourd'hui, même si la science moderne refuse toujours de les considérer comme la base du monde physique, elle a progressé dans leur compréhension.



Les quatre éléments n'existent pas isolément, mais sont influencés les uns par les autres et reliés entre eux et à nous-mêmes. Aujourd'hui, nous nous rendons enfin compte des conséquences néfastes de nos actes sur la terre, les océans et l'air. Dans le même temps, nous progressons dans la connaissance des énergies renouvelables (solaire et éolienne) et la manière dont nous pouvons contribuer à préserver une planète en bonne santé qui bénéficierait à tous les êtres vivants.



1. Note de l'éditeur : ce guide repose sur les ateliers de The Forest School Way, une école de la forêt proche de Londres, qui propose un modèle d'enseignement et des activités en plein air. Nous avons fait le choix de ne pas traduire Forest School par « École de la forêt », et de laisser les termes tels quels tout au long de cet ouvrage afin de conserver l'esprit de cet école.



Nous avons pu remarquer que, malgré l'angoissante évidence du dérèglement climatique, les activités de la Forest School permettent, en partageant connaissances et compétences avec eux, de donner aux enfants confiance et force, et de leur faire prendre conscience de leur capacité à impulser des changements, même par de petites actions. C'est cette idée que nous avons voulu partager dans cet ouvrage, en nous concentrant sur l'extraordinaire réseau de la vie et en délivrant un message essentiel de durabilité environnementale.

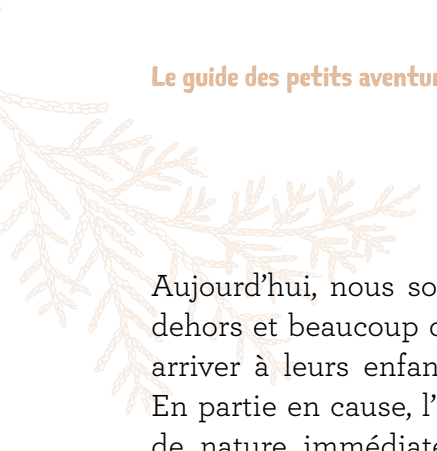
Dans chaque chapitre, les activités sont liées à l'un des éléments. Une attention particulière est portée aux histoires et à l'imagination pour favoriser le lien émotionnel et moral à la nature et construire un sentiment d'appartenance et un sens de la communauté. Car, selon nous, c'est en développant la connexion au monde naturel, la conscience et la compréhension de notre lien universel avec celui-ci que nous rendrons nos actes plus harmonieux et empathiques envers le vivant. Et quelle meilleure manière pour se relier à la nature que de passer des heures passionnantes et drôles à jouer dans les bois, à se rouler dans l'herbe et la terre, comme nous le faisons lors de nos ateliers ?



POURQUOI LA NATURE ?

Cher lecteur, vous vous souvenez probablement des heures passées à jouer dehors quand vous étiez enfant, vous ruant hors de la maison sitôt le petit déjeuner avalé et ne rentrant que pour un bon goûter. Pas un adulte en vue lors de vos explorations des bois, des parcs ou des rues alentour ! Vous jouiez avec vos amis, grimpiez aux arbres, testiez vos limites et preniez parfois quelques risques pour ressentir ce petit frisson si délicieux...





Aujourd'hui, nous sommes nombreux à vivre de moins en moins dehors et beaucoup de parents ont surtout peur de ce qui pourrait arriver à leurs enfants s'ils les laissaient jouer sans surveillance. En partie en cause, l'urbanisation galopante qui réduit les espaces de nature immédiatement disponibles, la peur de l'étranger, de l'accident, et des emplois du temps surchargés... Sans oublier une technologie omniprésente conçue pour constamment capter notre attention et celle de nos enfants.



Bien sûr, il ne s'agit pas de revenir à l'âge de pierre, cette technologie a toute sa place dans notre monde connecté ; le problème réside dans l'importance qu'elle prend dans nos vies. Aujourd'hui, les enfants passent deux fois plus de temps à regarder un écran qu'à jouer dehors, et pendant plus de la moitié de ce temps ils sont seuls devant leur écran, n'interagissant ni avec des membres de leur famille ni avec des amis, et ce jusqu'à tard dans la nuit. Non seulement ce mode de vie pose des problèmes bien connus d'obésité, mais de nombreux scientifiques pensent aussi que nos cerveaux ne sont tout simplement pas adaptés à ce constant bombardement d'informations. On constate malheureusement une augmentation inquiétante des troubles psychologiques des enfants et des adolescents et, bien que des études plus poussées soient encore nécessaires, il semble que, en plus de la sédentarité, une surconsommation des réseaux sociaux et le manque de sommeil y contribuent.

De nombreuses études montrent en effet les bienfaits de l'activité physique sur notre santé. Et bouger en extérieur, dans la nature, apporte des bénéfices supplémentaires : la lumière du soleil et les micro-organismes du sol stimuleraient la production de sérotonine, l'hormone du bien-être, et il est bien connu que pour synthétiser de la vitamine D, essentielle pour renforcer nos os et nos muscles, nous avons besoin d'être exposés aux rayons du soleil.





Plus récemment, il a été montré que le simple fait d'être dans la nature permet de réduire le stress et la fatigue mentale, et accroît notre capacité d'attention, notre pensée critique et notre résilience. Cela améliore également notre motivation personnelle et notre capacité à nous relier aux autres et à la nature elle-même, ce qui apporte bien-être, créativité et conscience de ce qu'est la gestion environnementale... Ces habiletés sont indispensables à nos enfants pour qu'ils vivent une belle vie d'adulte, mais permettent aussi et surtout d'offrir un futur plein de vie à notre planète, et à ses habitants.

C'est pour toutes ces raisons que les ateliers Forest School se tiennent toujours en pleine nature, offrant aux aventuriers – et surtout à ceux pour qui elle est devenue un milieu étranger – un bon bol d'air et tous les bénéfices qui en résultent.

QU'EST-CE QU'UNE FOREST SCHOOL ?

Selon la Forest School Association, c'est « un processus inspirant offrant aux participants des opportunités de gagner et de développer leur confiance en eux et leur estime de soi en apprenant par l'expérimentation dans une forêt ou tout environnement naturel boisé ». Les ateliers se déroulent dans une large gamme de milieux allant du parc public, du jardin ou de la forêt aux plages, voire à la jungle ! Ils sont organisés par de multiples structures : écoles publiques et privées, jardins d'enfants, structures d'accueil périscolaire et centres de loisirs, colonies de vacances, associations de lutte contre les addictions et autres problèmes de santé, associations de lutte contre l'exclusion sociale...





Cependant, ils ont tous en commun de se tenir dans un environnement naturel où l'animateur aura à cœur de créer un espace propice au bien-être de chaque participant.

Grâce à une observation minutieuse de chaque enfant – quels sont ses processus d'apprentissage ? Comment interagit-il spontanément avec ce qui l'entoure et l'encadrement ? –, l'animateur pourra proposer différentes expériences adaptées à la personnalité de celui-ci et encourageant le développement de traits de caractère comme la résilience, l'autonomie, la confiance et l'intelligence émotionnelle. Autant de qualités utiles pour la vie future de l'enfant. Les « aventuriers » ne sont en aucun cas passifs, on doit leur permettre de participer activement à leur progression en suivant leurs goûts et de « cultiver » leur apprentissage à leur rythme. Afin de renforcer les apprentissages, de développer le sens de la communauté et le lien à la nature, le taux d'encadrement est élevé, les groupes restent les mêmes et se retrouvent régulièrement et sur une période longue.



Même si les lieux sont variés, le fait d'y revenir régulièrement les rend familiers aux enfants. Ceux-ci développent un sentiment d'appartenance et gagnent en confiance, ce qui leur permet de pousser plus loin leur connaissance des autres, leurs limites (tant physiques que sociales) et d'être sûrs que leurs besoins fondamentaux seront satisfaits (ils savent où ils peuvent manger, s'abriter, se laver les mains, où sont les toilettes). En s'appuyant sur ce socle, ils sont capables de se faire confiance et d'explorer leurs compétences pour les maîtriser de mieux en mieux. Contrairement aux salles de classe confinées et régies par des codes, les espaces d'apprentissage grands ouverts de la Forest School permettent une meilleure maîtrise de soi dans les interactions sociales. En effet, chacun ayant la liberté de choisir en conscience son espace, les tensions sont moindres et les relations facilitées.



La possibilité et la liberté de faire des choix en toute indépendance lors des jeux donnent également de la place aux enfants.

Le développement du sens de la communauté facilite la communication, la collaboration, l'empathie et le travail d'équipe. La Forest School repose sur les processus d'apprentissage plus que sur le contenu lui-même, elle encourage les jeunes à s'investir spontanément et à ne pas avoir peur de l'imprévu et des découvertes qu'ils feront. Ces facteurs, combinés à la véritable expérimentation dans la nature, sont essentiels pour créer une communauté basée sur la collaboration, construire son estime de soi et acquérir des compétences durables, tout en développant la connexion à la nature et la conscientisation qu'un futur durable et partagé est possible.

L'ATELIER EN PRATIQUE

Chaque atelier aura un début et une fin clairement définis. Avant de commencer, on matérialise les limites de la zone de jeu, on établit les règles de sécurité et de comportement vis-à-vis des autres et de l'environnement afin que chaque participant (surtout nouveau) se sente en confiance. On indique où sont les toilettes, la nourriture, où se laver les mains et où s'abriter si c'est nécessaire.



On peut alors s'asseoir en cercle pour permettre aux participants, à tour de rôle, d'exprimer leurs pensées et leurs sensations. Ce moment est très utile pour évaluer l'état d'esprit des enfants et leur niveau de forme, afin de rechercher – ou de proposer à un enfant qui en aurait plus particulièrement besoin – une activité appropriée.

On peut soit leur demander directement leur ressenti (surtout si ce sont de jeunes enfants, un petit groupe, voire un enfant seul), soit leur suggérer de le noter sur une échelle graduée de 1 à 10. Cela encourage en général les enfants à partager leurs sentiments.

L'atelier peut se terminer par un moment similaire qui les invite à faire part aux autres de ce qu'ils ressentent après ce qu'ils ont expérimenté et à y réfléchir. En plus de les aider à intégrer tout ce qui s'est passé dans la journée, cela les pousse à prendre une part active dans leur apprentissage. Enfin, ces discussions sont une formidable occasion d'identifier ce qui a bien marché et ce qui pourrait être amélioré pour les prochains ateliers. Il est important de bien garder à l'esprit que cela doit rester une invitation au partage et que certains enfants timides ne doivent pas être forcés à s'exprimer.



LES ÉLÉMENTS NATURELS ET LES ACTIVITÉS

Les activités présentées dans cet ouvrage sont construites autour des quatre éléments fondamentaux : la terre, l'air, le feu et l'eau. Nous vous proposerons, entre autres, de creuser la terre pour trouver de l'argile, de laisser ensuite libre cours à votre créativité pour la modeler, d'écouter le bourdonnement du rhombe tournoyant dans l'air, de découvrir des histoires autour d'un feu Dakota ou à l'abri d'une cabane en buvant une infusion de bouleau... Nos choix ont été inspirés par nos aventuriers de la forêt et la nature elle-même.





Profitez du conte en fin de chapitre pour instiller à votre groupe le goût de l'art ancien des conteurs, pour rire, apprendre et partager un voyage, mais aussi pour construire leur sens de la communauté et un lien sensible au monde naturel. Deux des quatre contes sont des adaptations de légendes fondatrices et les deux autres sont des créations originales de Jane. Nous avons pu constater que, malgré les jeux high-tech et les plaisirs immédiats qui envahissent leur quotidien, les enfants continuent d'aimer qu'on leur raconte des histoires ; ils participent activement, les complètent et se les approprient. À mesure que le conte se déroule, la concentration et le calme s'installent, les imaginations vagabondent, avant qu'un grand éclat de rire vienne ponctuer un mime impromptu.



CONDUIRE UN ATELIER

Si cet ouvrage ne remplace pas l'expérience d'un atelier Forest School, il offre un avant-goût de nos fabuleuses activités. Il est donc destiné à tous ceux qui, par leur métier (instituteur, animateur, garde d'enfant...) ou parce qu'ils sont parents ou tuteurs, sont amenés à faire des activités à l'extérieur avec des enfants. Cet ouvrage se veut également une ressource pratique pour les animateurs Forest School. Qui que vous soyez, il est dans tous les cas important de garder à l'esprit qu'animer un atelier Forest School demande d'être pleinement présent, enthousiaste, encourageant, inspirant et observateur, afin de créer un espace sécurisant où les enfants pourront s'impliquer tout en ayant la liberté d'être eux-mêmes dans le jeu, d'évaluer le risque et de créer avec ce que la nature met à leur disposition. Soyez disponible pour les aider ou leur montrer l'exemple au besoin, mais laissez-les expérimenter et « mener » leurs apprentissages.



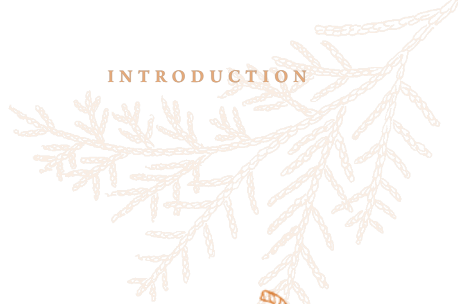


À la fin de chaque atelier, établissez une sorte de bilan pour chacun et encouragez les enfants à revenir eux-mêmes sur leurs expériences. Les informations collectées permettront d'adapter les prochaines sessions pour faire émerger, pour chaque enfant, des occasions de se développer dans sa globalité (physiquement, mentalement, émotionnellement, spirituellement et socialement). Vous trouverez une liste des apprentissages travaillés en tête de chaque activité.



Vous constaterez que certaines activités sont plus physiques, d'autres plus axées sur la concentration. Lorsque vous y serez familiarisé, vous pourrez sans peine jongler en fonction de vos besoins et de ceux des enfants. Par exemple, vous animez une session lors d'une chaude journée d'été, avec un groupe d'enfants qui ne se connaissent pas tous. Les niveaux d'énergie sont hauts. Dans ce cas, commencer par le jeu du cri (voir p. 54) ou le jeu du feu (p. 124) sera une formidable entrée en matière. Ensuite, une fois le niveau d'énergie abaissé, les enfants seront plus réceptifs à une activité manuelle telle que la fabrication d'un gobelet (p. 162) ou du modelage (p. 20).





QUELQUES CONSEILS

Avant de commencer toute activité, il est essentiel de garder à l'esprit quelques points.

- Les activités sont pensées pour des enfants âgés de 3 à 5 ans jusqu'aux adolescents (et même plus grands!). Le niveau de supervision par les adultes sera adapté à chaque tranche d'âge et à chaque enfant, en fonction de ses capacités.
- Une liste du matériel nécessaire est donnée pour chaque activité ; même si ce n'est pas spécifié, prévoyez toujours une trousse de secours, un sac-poubelle et de quoi se laver les mains.
- Le nombre minimal de participants est indiqué au début de chaque fiche activité.
- Les ateliers peuvent se tenir par (presque) tous les temps, assurez-vous que les enfants soient habillés de manière adaptée à la météo du jour. Oublier son imperméable ou ses bottes peut transformer une chouette journée un peu humide en une galère sans nom !
- Assurez-vous qu'il y ait assez d'adultes pour permettre aux enfants de s'exprimer pleinement dans un espace sûr.
- En cas d'activité un peu plus technique ou qui utilise un outil, montrez comment faire aux enfants puis laissez-les essayer en les encourageant, sans imposer votre aide.
- Laissez les enfants faire par eux-mêmes s'ils en font la demande. Afin qu'elles soient le plus compréhensibles possible, les activités sont décrites pas à pas et illustrées.



Jouer en toute sécurité

Toute activité impliquant la cueillette de plantes sauvages, l'utilisation d'outils ou du feu présente des risques, nous vous recommandons donc de suivre nos conseils et de bien respecter les instructions de sécurité afin d'éviter toute mésaventure. Gardez également à l'esprit que la Forest School doit avant tout être interactive, éducative, inspirante et... fun !

UTILISATION DES OUTILS

Que l'outil soit manipulé par un adulte ou par l'enfant sous la surveillance du premier, respectez bien les consignes du fabricant et les instructions de sécurité qui suivent.

Deux enfants du même âge n'auront pas forcément la même capacité à se servir d'un même outil. L'adulte doit donc s'assurer des aptitudes de l'enfant avant de lui confier l'outil et, dans tous les cas, rester à proximité immédiate. En règle générale (sauf mention contraire), comptez un adulte pour quatre enfants au maximum pour les plus grands et les plus capables, ou moins si les enfants sont plus jeunes ou moins habiles.

Pour une protection supplémentaire, il peut être utile de porter un gant de jardinage à la main qui maintient la pièce à travailler ; en revanche, on gardera nue celle qui tient l'outil car la préhension est plus fine sans gant.

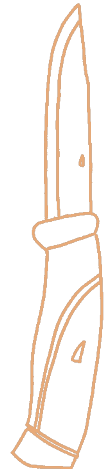
Insistez sur le fait que tous les outils doivent être rapportés à un adulte quand ils ne sont plus utilisés. Ils seront alors hors de portée des enfants et rangés en sécurité.

Avant toute utilisation d'un outil, expliquez en détail le fonctionnement de celui-ci en suivant la progression ci-dessous :

- nommez clairement l'outil et expliquez à quoi il sert ;
- montrez à tout le monde la housse ou la boîte (s'il y en a une), comment l'ouvrir et la fermer et comment en sortir l'outil et l'y remettre ;
- indiquez le manche ou la poignée, et éventuellement la partie tranchante ;
- expliquez comment l'on s'en sert ;
- montrez quelle est la bonne position pour l'utiliser correctement et en toute sécurité, ainsi que comment le porter – rangé ou fermé, porté sur le côté, avec la lame dirigée vers le sol et sans courir !
- expliquez ce qu'est la « zone de travail ». C'est un cercle dont le diamètre est égal à l'envergure de celui qui, par exemple, manipule le couteau, plus la longueur de la lame. Si quelqu'un entre dans le cercle, on cesse de travailler et on attend qu'il en ressorte.

Utiliser un couteau de chasse

C'est un grand couteau à large lame, bien affûtée. Montrez-le à chacun, en passant en revue le manche, la lame et la gaine. Expliquez comment le dégainer et le rengainer – la main qui tient la gaine est gantée. Décrivez la lame, sa pointe, son tranchant... Le couteau est un outil formidable pour sculpter ou tailler du bois, mais dangereux. Si possible, installez-vous sur une souche, bien en vue, et maintenez le bout de bois que vous allez façonner sur le côté, avec votre main gantée.





Avec le couteau, commencez à tailler le bois. Insistez sur le fait que l'on travaille toujours vers l'extérieur, en veillant à ne pas laisser la main ou un membre dans la trajectoire de la lame. Si vous êtes assis en tailleur, vous pouvez tenir la pièce de bois sur le côté ou placer votre coude sur votre genou, toujours en veillant à ce qu'aucun membre ne soit devant la lame. Pour s'entraîner, on peut utiliser un épluche-légumes.

LA CUEILLETTE

Il est indispensable de savoir clairement identifier les plantes sauvages car certaines d'entre elles sont toxiques. Aussi, ayez toujours une flore (un guide) avec vous ou téléchargez une application d'identification des espèces végétales avec des photos. Ne choisissez que des plantes facilement identifiables. Vérifiez qu'aucun enfant ne souffre d'allergie, particulièrement aux noix, aux noisettes... Enfin, récoltez hors des zones polluées comme les bords de route, les lieux de promenade de nos amis à quatre pattes et les environs de champs cultivés, qui ont probablement été traités.



PRÉSERVATION DE L'ENVIRONNEMENT



Nous partageons notre planète avec de multiples espèces dont la seule ressource est la nature. Il nous faut donc penser « durable » : répartissez vos cueillettes sur une grande zone, ne cueillez que le nécessaire et ne déracinez pas les plantes si vous n'avez besoin que de leurs feuilles... Vérifiez la liste des espèces protégées et, le cas échéant, demandez l'accord du propriétaire du terrain.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ INCENDIE

Ces consignes de sécurité sont valables pour tous les ateliers qui utilisent le feu.

- Avant d'allumer un feu de camp, vérifiez l'état du sol. On n'allume jamais un feu sur un sol tourbeux car celui-ci est inflammable, et rappelez-vous qu'une roche poreuse peut exploser. Écartez tout matériau inflammable et, si le temps est très sec, arrosez la zone au préalable. Ôtez tout ce qui pourrait faire trébucher les participants.
- Ne faites pas un grand feu de joie, il doit rester de taille modeste et « utilisable ».
- Attention aux fumées toxiques, ne brûlez pas de bois comme le sureau ou les bois peints (si vous n'êtes pas sûr de vous, vérifiez sur Internet par exemple).
- Les cheveux longs auront été attachés avant que les aventuriers se regroupent autour du feu. Évitez les bijoux pendants et les vêtements lâches.
- Un adulte doit toujours se trouver à proximité d'un foyer allumé.
- Délimitez une « zone interdite », que les enfants devront

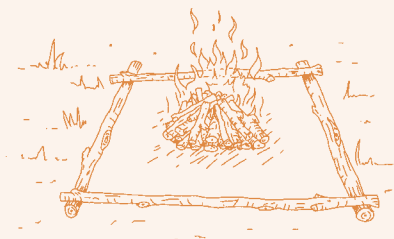
contourner, en formant autour du foyer un carré de 1 m de côté avec des branches ou des rondins.

- Il est interdit de courir, de se pousser ou de jouer autour du foyer.
- Seules les personnes assises ou qui cuisinent sont autorisées à être autour du foyer. Pour plus de stabilité, et donc de sécurité, la personne qui s'occupe du feu ou qui l'utilise sera en appui sur un genou.
- Avant de partir, veillez à éteindre complètement le feu. Laissez-le mourir, étalez les cendres, puis arrosez-les jusqu'à ce qu'elles soient froides. Si vous ne revenez pas sur les lieux, étalez un peu plus les cendres, enterrez-les ou emportez-les afin de laisser le moins de traces possible.

KIT DE SÉCURITÉ INCENDIE

Lorsque vous proposez une activité autour du feu, ayez toujours à proximité :

- un seau plein d'eau ;
- une couverture anti-feu (pour porter les premiers secours ou étouffer un départ de feu) ;
- une paire de gants de soudeur (ou tout ustensile résistant à la chaleur qui permette de saisir quelque chose de chaud) ;
- une trousse de premiers secours.





Terre, sol, poussière, boue... Les mots évoquant cet élément sont rarement glorieux. La terre est bien souvent ignorée, voire nous fait râler quand elle s'accroche à nos chaussures ! C'est pourtant un matériau merveilleux, qui nous fournit eau et nourriture. Elle abrite aussi des milliards d'organismes, et pas seulement des vers de terre : des champignons et des bactéries recyclent les substances nutritives et forment du mycélium qui relie les plantes, tel un immense Internet, leur permettant de communiquer et leur apportant pléthore de bienfaits (tout comme à nous). Pas mal pour une poignée de gadoue !

Lors des ateliers Forest School, les arbres sont animés de figurines en argile. Nous creusons dans les entrailles de la terre pour trouver des trésors comme LE caillou idéal à peindre ou de l'argile à modeler. Les empreintes laissées par les animaux sont moulées avec du plâtre et on dévale des toboggans naturels. Les heures passent, sans qu'on les voie défiler, à jouer et à faire des expériences avec de la boue, libérant créativité et jubilation dans nos cœurs. Si ça ne suffit pas à vous faire aimer la terre, pensez que la manipuler est également bon pour la santé.

Et puis notre planète s'appelle la Terre, comme ce substrat d'où jaillit la vie... Comment ne pas aimer cet élément ? Alors, allons-y, roulons-nous dans la boue !



LA TERRE





Les trolls de la forêt

Au plus profond de la forêt demeure une bande de trolls tapageurs. Ils se tartinent de boue et, comme les blaireaux, vivent dans des terriers. Ils n'aiment rien tant qu'écraser ce qu'ils trouvent sur leur chemin et, comme la plupart des trolls, ils ont un appétit d'ogre et mangent tout ce qui leur tombe sous la main. Ils ne sont pas les plus rapides ni les plus intelligents, et, heureusement, ne font pas de mal aux humains ; mais attention, comme les ours, ils sentent la nourriture à des kilomètres !



Que ce soit dans le groupe des Trolls ou dans celui des Humains, ce jeu de rôle amène les enfants à coopérer et à se concentrer sur les stratégies à mettre en œuvre pour traverser la forêt sans se faire chipier leur « nourriture ». Cela permet de resserrer les liens entre eux et avec la nature, et de libérer une nouvelle confiance. Et, surtout, que de souvenirs impérissables !



PRÉPARATION

Choisissez un bois avec beaucoup de buissons, qui fourniront autant de cachettes. Délimitez la zone de jeu et les points de départ et d'arrivée avec des fanions, des cônes, des rubans ou des cordes.



OÙ?	Forêt, bois
POUR QUI?	5 ans et plus
POUR COMBIEN?	6 et plus
APPRENTISSAGES	♣ Indépendance ♣ être actif ♣ stratégie ♣ jeu de rôle ♣ esprit d'équipe ♣ imagination ♣ connexion à la nature ♣ confiance ♣ concentration ♣ maîtrise de soi
MATÉRIEL	♣ Fanions, cônes, cordelettes ou rubans colorés ♣ bâton solide ♣ eau (en quantité suffisante pour fabriquer les peintures de guerre puis se laver) ♣ haricots secs, pois chiches ou glands

La taille de la zone de jeu dépendra de celle du groupe et du couvert forestier : si le groupe est grand ou si le bois est clair, elle devra être plus grande. Avant le début du jeu, assurez-vous de l'absence d'obstacles, de verre cassé ou de plantes toxiques.

INSTALLATION

Composez l'équipe des Trolls. Elle est importante pour créer de l'ambiance, aussi, n'hésitez pas à y inclure des adultes et des enfants parmi les plus grands, désireux d'animer la partie en jouant pleinement leur rôle. C'est quand même plus drôle si les Trolls grognent et font semblant de tout écraser sur leur passage ! L'équipe des Humains est toujours plus nombreuse. Par exemple, dans un groupe de treize joueurs, on aura cinq Trolls et huit Humains.



Une fois les règles et les limites expliquées, les Trolls vont se préparer. Creusez un trou peu profond à un endroit où la terre est nue. Versez-y de l'eau et mélangez bien pour obtenir une belle boue un peu épaisse. Chaque Troll n'a plus qu'à y tremper les doigts pour barer son visage d'un ou deux traits – ou l'enduire complètement s'il le veut ! Ils peuvent aussi compléter leur déguisement en mettant des brindilles, des feuilles, de la mousse... dans leurs cheveux.



C'EST PARTI !

Les Trolls s'éparpillent dans la « forêt ». Pendant ce temps, les courageux explorateurs, rassemblés au point de départ, reçoivent quatre haricots chacun. Au signal de départ, ils crient : « Attention, les Trolls, nous arrivons ! » Ceux-ci ont alors le droit d'arpenter la forêt en grognant et en gémissant...

Les Humains ont pour but de rejoindre le point d'arrivée sans se faire attraper par un Troll. S'il est attrapé, l'Humain doit donner un haricot au Troll avant de revenir au point de départ. Comme les Trolls n'ont pas le droit de les attraper au retour, celui-ci se fera en dehors de la zone de jeu.



Le jeu sera d'autant plus drôle que les Trolls seront investis dans leur rôle. Il est important qu'ils comprennent qu'ils ne sont pas juste là pour collecter des haricots... ils sont les véritables animateurs du jeu. Ils peuvent collabo-

ASTUCE

N'hésitez pas à donner des haricots supplémentaires aux joueurs (surtout les plus jeunes) qui les perdent trop rapidement pour que le plaisir dure un peu plus.

rer pour attraper les filous, laissant plus de chances aux plus timorés de passer. Ou faire mine de saisir un Humain et de « tomber » au dernier moment en hurlant de désespoir (ça marche toujours !). Les enfants adorent ces poursuites joyeuses où l'on se fait un peu peur quand même. En plus de merveilleux souvenirs, cela leur donnera envie de revenir dans la forêt.

POUR FINIR

Vous n'aurez assurément pas besoin de tirer les vers du nez des enfants pour recueillir leurs impressions ! Ne négligez donc pas ce moment qui est une belle occasion de forger l'esprit d'équipe. Demandez-leur ce qu'ils ont aimé et ce qu'ils modifieraient. Une fois l'excitation retombée, profitez-en pour évoquer le mythe des trolls. Savent-ils ce qu'est un troll ? Les Trolls sont des personnages de la mythologie scandinave. On les retrouve sous différentes formes dans le folklore – du géant stupide au lutin –, mais tous hantent les lieux naturels. Aujourd'hui, on retrouve les trolls dans différentes histoires... Lesquelles ? *Shrek*, *Le Seigneur des anneaux*, le conte des « Trois boucs bourrus »² et *Les Moomins* (en suédois *Mumintroll*) en sont des exemples. Amis ou ennemis, les trolls sont là pour rester !

2. Note de l'éditeur : conte norvégien. Un troll garde le pont sur lequel les trois boucs doivent passer pour rejoindre de verts pâturages.