



## Balades sensorielles

**Auteur :** Collectif - REN

Les sens en éveil, percevoir et découvrir son environnement autrement.

### Typologie de l'activité

#### Approche pédagogique

sensorielle

#### Objectifs

- \* Mettre en éveil chacun des sens et affiner les perceptions.
- \* Permettre un contact différent avec un milieu familier.
- \* Partager ses impressions.
- \* Prendre conscience des perceptions différentes d'un individu à l'autre.

#### Thème

Eau

#### Participants

Tout public  
Cycle 3 (CE2-CM1-  
CM2)

#### Nombre de participants

Activité en grand groupe

#### Durée de l'activité

1H30

#### Lieu

Extérieur

### Infos pratiques

#### Matériel

- \* Dépend des activités choisies.

#### Déroulement

- Reconnaître au préalable le lieu de la balade au bord de l'eau. • Préparer un enchaînement de 4 à 6 activités courtes et structurées (dont quelques exemples sont donnés ci-dessous) de manière à ce que l'une conduise à l'autre. • Donner un nom à la balade "L'île au trésor", "Le chemin des merveilles", "Voyage au pays des ondes", "Impressions d'écume". Mais ne pas tout dévoiler, créer une atmosphère mystérieuse. • Avant chaque activité, déterminer le périmètre (inutile qu'il soit très étendu) et donner un lieu de rassemblement. Utiliser une flûte ou un appeau pour signaler ce moment.

Quelques activités sensorielles : 1 - Changer de regard. • Le monde à l'envers : proposer de s'installer jambes écartées, la tête au sol et d'admirer ce nouveau point de vue. Echanger la tête à l'endroit ! • Le 3ème œil : prévoir un miroir d'environ 10 cm de côté par participant. Tenir ce miroir horizontalement, tourné vers le ciel et un bord posé contre le nez. Faire un court cheminement (environ 30 m) sous couvert des arbres, en terrain plat, les participants avançant lentement les uns derrière les autres, en regardant exclusivement par l'intermédiaire du miroir. Puis s'arrêter et faire observer en détail un arbre, ses différentes branches, des nuages. Essayer de retrouver ces détails avec des yeux ordinaires. • Fournir une loupe ou un rouleau de carton pour observer comme un géant un "petit milieu" : 1 m<sup>2</sup> de berge, de bassin, de flaque...

2 - Avoir du nez • Cocktail d'odeur : distribuer un gobelet à chacun et proposer de fabriquer son cocktail d'odeur à partir de 4 éléments glanés dans les environs (fleurs, plantes aquatiques, tourbe...) Rassembler le groupe échanger les cocktails, les baptiser, qualifier les sensations, retrouver la composition. • Bouffées hivernales : variante par temps de neige. Remplir à demi les gobelets de neige et ajouter 4 éléments au choix ; prévoir des cuillères pour bien mélanger. • Capteurs d'odeurs : dans un joli pot (type apothicaire), une solution magique (de l'eau colorée avec du bleu de méthylène) imbibe les capteurs d'odeurs ( ce sont des petits bout d'éponge de 2 à 3 cm de côté, par paires, aux couleurs, aux signes, aux formes différents). Chacun part avec son capteur à la chasse aux odeurs : il suffit d'appliquer un peu de solution magique sous son nez chaque fois qu'il faut capter une odeur. Inviter à sentir sans arracher, en froissant ou grattant la surface d'une feuille, d'une écorce, d'un champignon, de la tourbe... Rassembler les participants qui se regroupent 2 à 2 (paire de capteurs d'odeurs semblables). Refaire ensemble le chemin inverse en partageant les odeurs préférées.

3 - Touche à tout • Sentiers de Sioux : pour sentir le sol, ses textures, ses variations d'humidité, déterminer un parcours à faire pieds nus, sans émettre le moindre bruit. Chaque participant avance lentement, à petits pas... S'assurer que le chemin choisi est dégagé de tous morceaux de verre ou de cailloux coupants. • Boîtes à textures : Préparer des boîtes d'œufs vides en inscrivant 2 mots, au dos de chacune d'elles, décrivant des textures qui s'opposent (piquant / doux, anguleux / arrondi, lisse / rugueux, sec / visqueux, spongieux / solide...). Chaque groupe reçoit une boîte, lit en secret les mots et cherche 3 éléments dont les textures correspondent aux 2 mots secrets. Puis, rassembler les participants qui s'échangent les boîtes à textures. Sans regarder les mots secrets, chacun touche pour qualifier les textures.

4 - Les grandes oreilles • Le concert : inviter les participants à un grand concert en leur demandant d'aller chercher un billet d'entrée symbolique (feuilles mortes, cailloux...). Les placer et les inviter au silence, puis écouter la symphonie des bruits... Après quelques minutes, applaudir. • Carte sonore : distribuer une feuille carrée à chacun avec une croix au centre. Cette croix représente l'endroit où chacun sera assis. Laisser une minute à chacun pour s'installer. Suivre les sons qui se produisent dans l'environnement en les plaçant sur la carte avec un crayon. Inviter les participants à fermer les yeux et à ouvrir la bouche en O pour favoriser l'écoute. Pour entendre derrière soi, placer les mains devant les oreilles. En ville, faire 2 cartes : l'une près d'une rue passante, l'autre dans une rue calme. Au bout de 5 à 15 minutes, regrouper les participants, échanger les sons préférés, le premier son entendu, les sons jamais perçus auparavant... Comparer les cartes.