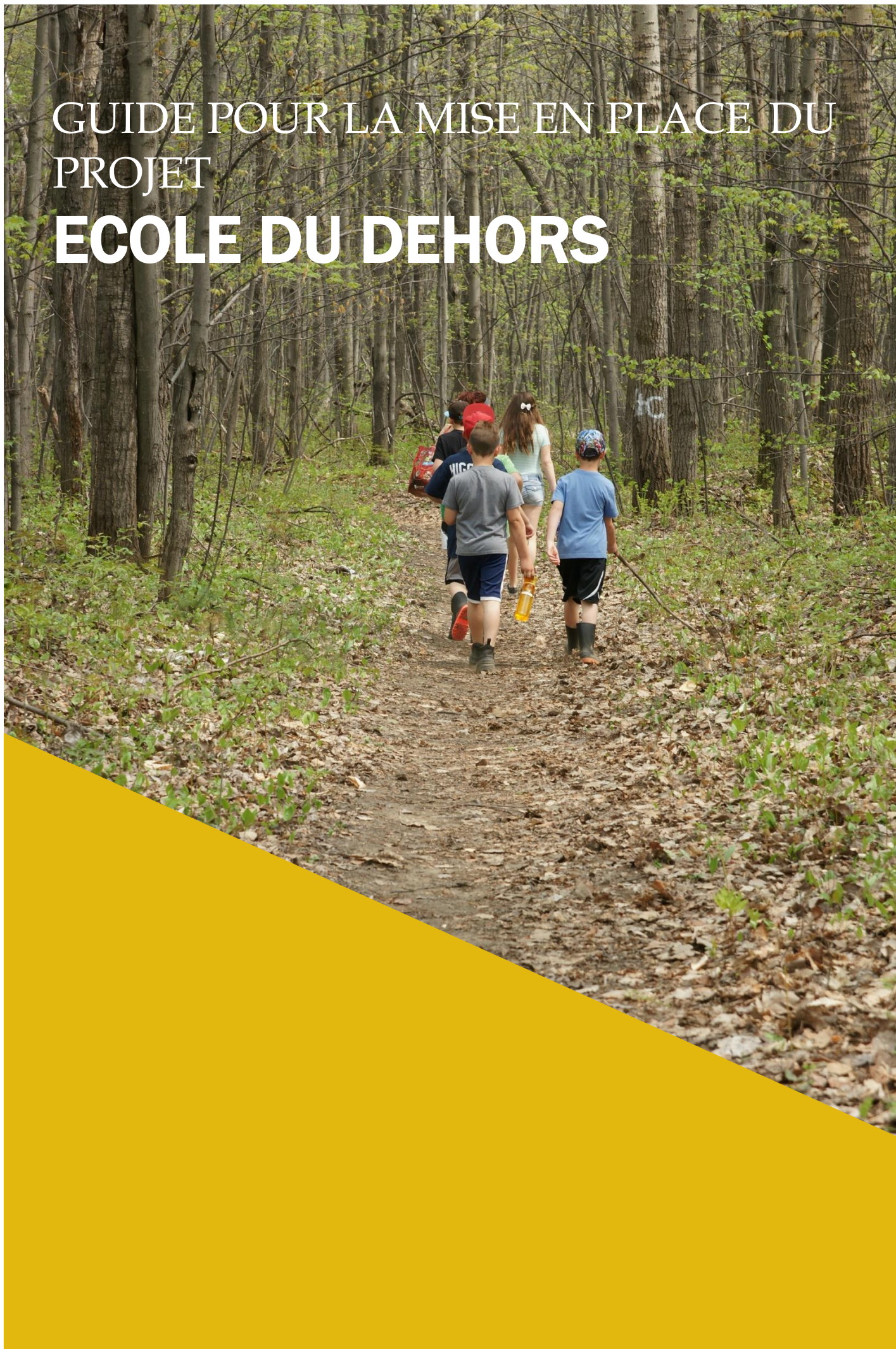


# GUIDE POUR LA MISE EN PLACE DU PROJET **ECOLE DU DEHORS**





# INTRODUCTION

## Qu'est-ce que « l'école du dehors » ?

Actuellement, le concept pédagogique du « Outdoor Learning » (Udeskole, Education outside the classroom) prend de l'ampleur à travers le globe. Cet enseignement a lieu régulièrement dans l'espace naturel et culturel proche de l'école. C'est l'enseignant qui y enseigne, parfois en intégrant des intervenants locaux, de manière interdisciplinaire et en faisant des liens avec le programme travaillé en salle de classe. L'apprentissage par l'expérience directe, dans des situations concrètes et la stimulation des compétences essentielles à la vie se trouvent au centre de l'enseignement.





## SUPPORT


Ce guide s'appuie sur différentes études, rapports, livres, expériences traitant de sujets comme nature et éducation, faire école dans la nature, vivre avec le vivant, le syndrome du manque de nature, ...

Il ne doit pas les remplacer mais il est là pour synthétiser, reformuler, ranger les différentes informations pour mieux appréhender ce projet et l'appliquer.

Vous trouverez les sources de ce document dans la partie « Ressources ».







*« La joie de  
regarder et  
comprendre  
est le plus  
beau  
cadeau de  
la nature »*

A. Einstein

## POURQUOI ENSEIGNER DEHORS ?

Enseigner dehors - Outdoor learning - désigne une pratique d'enseignement qui se fait de manière régulière dans l'espace naturel et culturel proche de la classe (dans l'enceinte de l'école ou en dehors), de manière interdisciplinaire et en travaillant l'ensemble des domaines d'apprentissage de l'école. Enseigner dehors à proximité n'est pas à considérer comme une simple sortie scolaire. Faire classe dehors c'est faire classe tout simplement. Enseigner à l'extérieur n'exclut pas l'enseignement à l'intérieur et ne consiste pas à considérer que la seule nature qui vaille est loin des centres villes. Là, à portée de pas, vous pouvez aller à la rencontre de la nature et faire classe : compter, lire, réciter des poésies, écrire, pratiquer des activités physiques et des arts plastiques, chanter, jouer ou toute autre activité compatible avec l'extérieur.

### 5 raisons essentielles pour enseigner dehors :

1. Enseigner dehors est bon pour la santé.
2. Enseigner dehors permet de travailler les compétences-clés de la vie au 21ème siècle : créativité, collaboration, esprit critique, communication.
3. Enseigner dehors aide à la gestion du stress et renforce l'estime de soi.
4. Enseigner dehors permet d'atteindre de meilleurs résultats en langues, mathématiques et sciences qu'un enseignement en salle.
5. Enseigner dehors reconnecte les élèves à leur environnement proche et ré-équilibre le trop-virtuel.



## COMMENT ENSEIGNER DEHORS ?

**Le choix du lieu :** identifiez un coin de nature près de l'école (parc ou jardin public, terrain communal ou privé, petit bois) ou favorisez l'ensauvagement de votre cour de récréation. Préférez un espace suffisamment grand et riche en terme d'éléments et matériaux. Dans tous les cas, repérez les lieux sans les enfants, procurez-vous une autorisation d'accès, évaluez les risques pour la sécurité, définissez les limites potentielles d'actions.

**La tenue adaptée :** « Il n'y a pas de mauvais temps, que des mauvais vêtements ! » Ce proverbe nordique nous rappelle l'importance de veiller au confort de chacun.e. Par temps humide, une paire de bottes, un sur-pantalon kway et une veste imperméable ; par temps chaud, une casquette, une paire de chaussures fermées en toile (sandales et pieds nus à proscrire) et un pantalon léger (short et robe à proscrire); par temps froid, un bonnet, une paire de sur-chaussettes, une paire de moufles ou gants imperméables et des vêtements imperméables.

Si vous n'avez jamais essayé, **commencez par une activité que vous maîtrisez bien** et que vous adaptez à la situation dehors : la lecture d'un album ; un débat à visée philosophique ; une séance de relaxation, de mathématiques, d'anglais...

Exemples à l'école maternelle : un jeu de kim (kim-vue, kim-odorat, kim-toucher) avec des éléments naturels collectés dehors ; un jeu de collecte et classement des bouts de bois à disposer du plus petit au plus grand sur un rectangle de nappe blanche (c'est du plus bel effet !).

Exemples à l'école élémentaire : une chasse aux lettres, aux sons, aux mots ; une séance de géométrie et de mesure (rechercher des triangles isocèles autour de soi, les mesurer avec une cordelette-étalon ; calculer leurs surfaces) ...

« **La salle de classe devient tellement grande quand on enlève les murs !** » nous dit John Telford. Alors, définissez les règles de la classe dehors et proposez un signal sonore de regroupement (l'appelle d'un oiseau connu des élèves par exemple).

**Rendez-vous disponible** pour mener une activité avec un petit groupe pendant que les autres élèves sont en activités plus libres et autonomes : vos élèves ont emprunté un livre propice aux observations ou à l'imaginaire, en lien avec le dehors (album jeunesse, documentaire, guide d'identification) ; vos élèves disposent d'un outil personnel pour creuser, dessiner, déplacer, transvaser... ; vos élèves disposent d'un 3<sup>ème</sup> œil individuel et personnel pour regarder autrement (loupe à main, miroir, tube en carton, boîte-loupe ou tube rigide de 2cm de diamètre), et d'un carnet-dessins et un crayon de papier individuel et personnel pour écrire ou dessiner...

Pensez à la sécurité mais aussi au confort et au plaisir des enfants.



*Les études  
démontrent  
qu'il existe un  
lien entre le  
bien-être des  
enfants et le  
temps qu'ils  
passent  
dehors, dans  
la nature.*



---

## CE QU'EN DISENT LES RECHERCHES

---

Les études qui s'intéressent à l'impact d'un environnement naturel sur la santé des enfants, montrent **une réduction de l'anxiété** et de **l'hyperactivité**, une **augmentation de l'attention** et de la concentration et des **effets notables sur la mémoire**. La raison de ces bénéfices est simple à comprendre : parce qu'ils sollicitent moins l'attention, les environnements naturels nous permettent au contraire de reconstruire nos ressources cognitives et attentionnelles.

La nature a donc un effet protecteur qui apaise et qui procure un sentiment de bien-être. Et à l'heure où plus de la moitié de la planète vit en milieu urbain, ces études sonnent comme un signal d'alarme.

Mais aussi :

Les sorties dans la nature renforcent le système immunitaire et préviennent les chutes, les allergies, la myopie et les maladies cardio-vasculaires.

L'exercice en plein air stimule les capacités motrices et permet aux enfants d'être davantage en mouvement et d'avoir un poids corporel plus équilibré.

La nature améliore le bien-être, absorbe les effets des événements négatifs de la vie et réduit le stress.

Les expériences dans la nature améliorent l'estime de soi, la conscience de soi et la confiance en soi.

Les activités pratiquées dans la nature stimulent la créativité, l'autonomie, la concentration et les compétences langagières.

Etre en groupe dans la nature améliore le comportement social, stimule la capacité de coopération et de communication.



Les enfants liés à la nature sont :

**En meilleure santé :**

- Leur santé cardiaque est meilleure car ils bougent plus, s'assoient moins et jouent plus longtemps.
- Ils ont une meilleure santé oculaire. Les enfants qui passent au moins 10 heures / semaine à l'extérieur réduisent leur risque de myopie.
- Ils dorment mieux parce que la lumière du soleil aide à réguler les habitudes de sommeil.

**Plus heureux :**

- Une meilleure humeur signifie moins de dépression, d'anxiété et autres problèmes de santé mentale.
- L'amélioration du développement social provient de meilleures compétences en communication qui peuvent conduire à de meilleures relations avec les autres.
- De meilleurs liens avec les gens, les animaux et la nature aident les enfants à se faire une idée de qui ils sont et de leur place dans le monde.

**Empathique :**

- Le manque de temps en face à face (en raison d'un temps d'écran trop long) peut contribuer au manque d'empathie, à l'égoïsme et au narcissisme qui ont été notés dans les sociétés modernes (Twenge, 2014).  
Les gens qui passent du temps à l'extérieur se sentent plus sensibles à l'environnement, aux autres et à eux-même.

**Prêt à apprendre :**

- Les images, les odeurs et les sons de la nature («bruit rose») sont réparateurs pour les systèmes nerveux humains et améliorent la concentration et la créativité. Des études montrent que le temps passé dans la nature réduit les symptômes du Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité TDAH (Kuo, 2004).



## Comment mettre en place un tel projet ?

### Avant :

1. Se documenter : lire différents documents, ce guide, des livres, des sites parmi ceux listés en fin de ce document.
2. En discuter avec l'équipe pédagogique : ce projet doit être accepté par l'ensemble de l'équipe même si ça ne concerne que quelques classes ainsi qu'avec le personnel d'entretien. Il aura un impact sur le fonctionnement de l'école.
3. Faire valider le projet par son inspection : après avoir rédigé le projet avec les objectifs, les intentions pédagogiques, le fonctionnement, le matériel nécessaire, il faut le faire valider par son inspection en provoquant une rencontre pour le présenter. C'est un changement de pratique qui peut être compliqué à comprendre et donc il faut pouvoir défendre les objectifs d'une telle démarche.
4. Repérer le terrain, en obtenir l'autorisation d'accès et le sécuriser : une étape importante voire cruciale dans la mise en œuvre du projet. Le terrain d'application du projet doit permettre de réaliser un maximum d'objectifs puisqu'il est l'outil principal. Il faut qu'il soit à proximité de l'école, pas plus de 30 min de transport, à pieds ou en bus.
5. Présenter le projet aux familles : si elles ne comprennent pas, elles ne voudront pas. Il va falloir leur présenter les objectifs, les apports scientifiquement prouvés pour les enfants, des photos comme exemple. Certains seront très enthousiastes mais d'autres verront cela comme une perte de temps. Il va falloir échanger avec eux et surtout prévoir de les emmener avec vous pour leur montrer. Ils n'adhéreront que comme ça.
6. Acheter du matériel : prévoir l'achat d'un chariot de transport, d'équipement pour les enfants, d'observation, de bricolage, d'ouvrages...
7. Faire appel à des partenaires locaux : au cours de votre projet, vous aurez peut-être besoin de faire appel à d'autres savoir-faire ou obtenir du matériel. Contactez les associations, entreprises ou artisans locaux. Si vous avez des difficultés à vous lancer seul dans le projet, faites-vous accompagner par des réseaux ou des accompagnants qualifiés.
8. Taux d'encadrement :  
 Ecole maternelle : 2 adultes au minimum et au delà de 16 élèves, 1 adulte supplémentaire pour 8.  
 Ecole primaire : 2 adultes au minimum et au delà de 30 élèves, 1 adulte supplémentaire pour 15.

### Juste avant le départ :

Au préalable, les familles et la direction auront été prévenues de la sortie.

1. Regarder la météo : évitez de vous faire piéger par une météo trop compliquée, surtout pour les premières fois. Mais la seule chose qui doit vous empêcher de sortir, c'est une alerte météo spécifiée par le ministère que la direction doit recevoir. Il y a plein de choses à voir, même si le temps n'est pas idéal.
2. Equipement des enfants : normalement, les enfants doivent être équipés pour des activités scolaires comprenant des sorties, des activités artistiques (peintures, ...)



et autres. Mais il est impératif que les enfants puissent être libres de leurs mouvements dans la nature. De bonnes chaussures pour crapahuter, un pantalon pour éviter les griffures, une veste s'il fait un peu frais. Et puis, s'il pleut, des bottes et un bon kway ou pancho feront l'affaire. Un change peut être prévu pour permettre aux enfants de retrouver un peu de confort et de ménager le transporteur si le déplacement se fait en bus.

3. Rappeler les consignes de sécurité : elles doivent être simples et concises.
4. Le matériel : il est important d'avoir un minimum de matériel. Rien de compliqué mais de quoi écrire, de quoi soigner, de quoi boire, de quoi téléphoner (au cas où), de quoi lire, de quoi bricoler. Il sera adapté aux activités que vous avez prévues mais aussi aux envies des enfants d'une séance à l'autre. Il est fortement recommandé qu'il soit préparé avec les enfants. Ils en prendront d'autant plus soin et ils pourront même le transporter.

### Une fois sur place :

1. Délimitation de la zone : il est très important pour vous et pour les enfants de savoir où ils ont le droit d'aller, où se trouve le point de rassemblement, les zones difficiles, le coin toilettes... La première séance aura d'ailleurs pour but de découvrir le lieu, de faire le tour du site, de repérer les plantes qui peuvent faire mal, les gros trous, pour sécuriser le lieu et les enfants. Prévoir un élément de couleur vive pour le point de rassemblement. Les enfants le verront de loin.
2. Installer votre camp avec les enfants : sortir le matériel, l'installer, aménager l'espace pour que les enfants soient confortablement installés et qu'ils puissent être à l'écoute.

C'est l'endroit de tous les échanges, des rituels, des bilans. Il sera à votre image, à l'image de la classe et évoluera au cours du temps.

3. Les temps d'activités : il y aura une alternance de moments en grand groupe, en petits groupes, guidés,



libres, en autonomie, accompagnés par des éducateurs. Il doit y avoir des rituels pour sécuriser le groupe, qu'ils sachent ce qu'il va se passer et qu'ils ne soient pas pris au dépourvu, qu'ils puissent faire ce qu'ils ont imaginé avant la séance, en y allant, avec les copains et les copines, ... La frustration est un frein au bon déroulement d'une séance. Les séances guidées permettront les apports de savoir et de savoir-faire et les moments libres pourront permettre de développer les savoir-être. L'alternance est donc primordiale.

4. A la fin : prévenir les enfants, 10 min avant, que ça va être l'heure de s'arrêter. C'est très important car ils seront dans le jeu, la co-construction et qu'ils auront besoin de finaliser. Ensuite, on se rassemble pour verbaliser en dictée à l'adulte (ou dictaphone), pour montrer les découvertes, raconter les aventures, poser les questions et imaginer la suite.
5. Rangement : prévoir suffisamment de temps pour le faire. Impliquer les enfants afin de développer leur autonomie. L'organisation en sera facilitée. Laisser le site comme vous l'avez trouvé et peut être même plus propre. Ca fait partie intégrante du projet : Respect de la Nature !
6. Trajet : ne pas oublier de comptabiliser le temps de trajet aller-retour dans la durée de sortie. Ne pas presser les enfant pendant le trajet car il peut être également un beau moment de découverte.

### Après :

Reprendre les écrits de fin de séance, les découvertes, les questions qui serviront de support à votre programme, aux recherches, aux travaux de coopération. Vous pourrez aussi les publier sur le site ou faire des affiches pour montrer l'évolution du projet... Partager vos aventures avec les parents par différents moyens tout au long de l'année.



Evaluer à court, moyen et long terme :

Prener un temps après chaque séance entre adultes pour débriefier et noter vos observations. Par exemple, utiliser une méthode d'observation avec une grille que vous créez ou prenez un modèle existant.

L'évaluation permet d'estimer l'évolution des enfants en termes de comportements et d'apprentissages, d'ajuster l'organisation des séances suivantes et d'argumenter vos choix pédagogiques auprès de vos collègues, votre hiérarchie, les parents, ...



## Les rôles des adultes

### L'enseignant :

- Construire le projet et le présenter à toutes les personnes concernées.
- Accepter de changer de posture : Lâcher prise et faire confiance aux enfants (ne pas intervenir trop vite ou trop souvent, les surprotéger ou être laxiste). Laissez-les apprendre par eux-mêmes ou trouver leurs solutions. Vous pouvez faire avec eux, les questionner ou être curieux de la nature.
- Faire appel à des intervenants ou se former.
- Donner des repères temporels, spatiaux aux enfants.
- Garantir la sécurité et la sérénité des enfants dans votre cadre pédagogique.
- Prendre du recul tout au long du projet par rapport aux apprentissages, au chemin parcouru et restant à parcourir.

### Les parents :

Ils auront un rôle important dans le bon déroulement du projet en participant à la sécurité, à la logistique, en accompagnant les découvertes en lien avec les activités prévues par les enseignants. Les parents auront aussi un rôle d'observateur à l'aide d'outils fournis par l'enseignant, ils pourront prendre des notes sur les comportements des enfants pour aider l'équipe éducative à détecter les changements, les évolutions, les points d'attention.

Ils seront un soutien incontournable au bon déroulement du projet et à sa réussite.

### Les intervenants :

Ils seront appelés si les enseignants en ont besoin. Ils doivent être un outil au service du projet, sur des découvertes, des interrogations, des envies exprimées par les enfants. Ça peut être un professionnel (garde forestier, ...), un parent avec une compétence particulière, un animateur nature, ...

Ils pourront alors apporter leur expériences, leur compétences :

- Apports scientifiques sur la reconnaissance des espèces
- Mise en place d'activités spécifiques (cabane, plantes comestibles, observations de la faune, ...)
- Relaxation et reconnexion à la nature
- Motricité et pratiques sportives



L'enseignant doit être autonome dans sa pratique régulière de l'école du dehors et sera soutenu par l'ensemble de la communauté éducative proche de l'enfant.

## Proposition de « Journée-type »

Durée (en min)	Temps d'activité
10	Accueil en classe
5	Objectif de la journée
5	Listing du matériel
10 à 15	Habillage
5	consignes
Variable en fonction du lieu	Transport du matériel
10	Installation du matériel
15	Coin nature (si vous en faites un)
15	Cercle d'entrée
10	Goûter matinal (si vous sortez la matin sinon faites-le après les activités l'après-midi).
30	Activités
20	Temps libre
15	Cercle de rassemblement
10	Rangement du matériel
Variable en fonction du lieu	Retour en classe
10	Rangement du matériel
10	Retour sur les vécus, dictée à l'adulte, formalisation





## Ressources

Activités possibles : <https://ecole.salamandre.net/activites/classe-verte/>

Un exemple de mise en place : <https://ecoconseil.org/lecole-du-dehors>

Un exemple d'accompagnement : <http://www.criesthubert.be/ecole-du-dehors/>

Article sur une expérience en Nouvelle Aquitaine :

[https://www.lemonde.fr/education/article/2018/06/16/faire-classe-dehors-avec-des-maternelles-cest-possible-et-meme-fondamental\\_5316238\\_1473685.html](https://www.lemonde.fr/education/article/2018/06/16/faire-classe-dehors-avec-des-maternelles-cest-possible-et-meme-fondamental_5316238_1473685.html)

Syndrome du dehors : <http://reseaucoleetnature.org/fiche-ressource/le-syndrome-du-manque-de-nature-10-07-2013.html>

<http://biodiversite.reseaucoleetnature.org/content/dynamique-sortir>

<https://www.silviva-fr.ch/2020/04/21/cinq-bonnes-raisons-pour-favoriser-un-enseignement-%C3%A0-l-ext%C3%A9rieur/>

la salamandre édite des vidéo via une chaîne la minute nature :

[https://www.salamandre.org/articles/?rubrique=minute\\_nature](https://www.salamandre.org/articles/?rubrique=minute_nature)

<https://www.youtube.com/watch?v=qWE3Qty2anQ>

Enseigner dehors en Belgique : tousdehors.be

Enseigner dehors au Québec : enseignerdehors.ca

Enseigner dehors en Suisse : enseignerdehors.ch

Projet « La nature, c'est la classe », France : ariena.org/ressources-

pedagogiques/programmespedagogiques/pour-les-scolaires/la-nature-cest-la-classe/

Projet européen sur l'enseignement dehors (Autriche, Croatie, Hongrie, Lettonie,

Republique Tchèque) : schuledraussen.eu

Projet de recherche TEACHOUT de l'Université de Kopenhagen, Danemark :

teachout.ku.dk

Film sur le projet : « Eduquer et enseigner dehors » d'Erik Frétel,

<https://www.youtube.com/watch?v=AN2aNqwfVuo&t=283s>

GRAINE Bourgogne-Franche-Comté : graine-bourgogne-franche-comte.fr

Recherche-action « Grandir avec la Nature », France :

<reseaucoleetnature.org/recherche-action-grandir-avec-lanature.html>

Livres :

L'école à ciel ouvert - <https://boutique.salamandre.org/ecole-a-ciel-ouvert.pdt-962/>

Trésor du dehors - <https://tousdehors.be/?PagePrincipale>

L'Enfant dans la nature (Fayard), de Matthieu Chéreau et Moïna FauchierDelavigne -

<https://www.lenfantdanslanature.org/le-livre>

## Remerciements

Projet soutenu par :

L'Inspection Académique de la Nièvre



Projet relu et complété par :

Laura Schmitt du Pavillon de Loire  
De la Communauté de Communes Cœur de Loire



Le GRAINE Bourgogne Franche Comté

Réalisé par :



Erwan Gallée  
Association Médico Sciences Environnement  
sciences.asso.medio@gmail.com