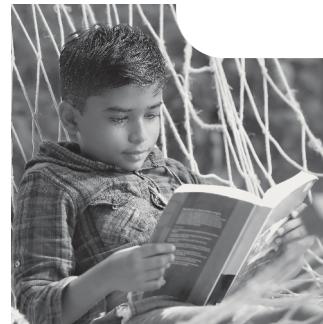


Relever le défi!

Passer du temps en plein air peut t'aider à rester en santé, corps et esprit. Voici des activités amusantes à entreprendre à l'extérieur, quelle que soit la saison! Joins-toi à tes amis pour mettre les pieds dehors, profiter de la nature et relever le défi!

Penses-tu pouvoir terminer la liste avant tes 12 ans ?

Activités à entreprendre en plein air avant d'avoir 12 ans



Cette liste de **50 activités à entreprendre en plein air** avant d'avoir **12 ans**, s'inspire de listes dressées par l'Alliance pour la nature des enfants du Canada, Actif pour la vie, Apprendre par les arbres, Evergreen, Green Schoolyards America, l'Entomological Society of America et le National Trust (du Royaume-Uni).

grandsudbury.ca/terreacoeur

EarthCare
Terre à coeur
S U D B U R Y

 **Sudbury**
Greater|Grand

- 1. Tenir un journal de la nature.
- 2. Identifier les plantes dans ta cour d'école.
- 3. Dessiner trois plantes que tu trouves à l'extérieur.
- 4. Apprendre à distinguer le pin blanc du pin rouge.
- 5. Construire un hôtel pour les abeilles ou pour les insectes avec du matériel trouvé dans ton bac de recyclage ou à l'extérieur.
- 6. Apprendre à identifier cinq nouveaux oiseaux et leurs chants.
- 7. Trouver une fourmi et suivre son cheminement (observer la fourmi sans la perturber).
- 8. Apprendre à identifier trois constellations.
- 9. Trouver et dessiner deux toiles d'araignée différentes.
- 10. Attraper des flocons de neige sur la langue.
- 11. Trouver des traces d'animaux dans la neige.
- 12. Ramasser les déchets dans ta cour d'école.
- 13. Créer de l'art avec des choses trouvées dans la nature (collage, empreintes, calque par frottement).



- 14. Manger ton lunch à l'extérieur.
- 15. Jouer au tic-tac-toe avec des cailloux et des bâtons.
- 16. Construire une mangeoire à oiseaux avec du matériel trouvé dans ton bac de recyclage ou à l'extérieur.
- 17. Donner des graines aux oiseaux en hiver.
- 18. Cueillir un bouquet de fleurs sauvages.
- 19. Suivre le cheminement des eaux de pluie de ta cour d'école jusque dans les plans d'eau environnants.
- 20. Apprendre à identifier cinq plantes indigènes.
- 21. Lire un livre en plein air.
- 22. Peindre une roche.
- 23. Écrire un poème sur la nature, en pleine nature.
- 24. Dessiner une carte de ton voisinage. Y inclure des points de repère naturels.
- 25. Adopter un arbre. Choisir un arbre et prendre note de la façon dont il change au fil des saisons.
- 26. Construire une petite maison pour les fées.
- 27. Tisser une œuvre avec du matériel trouvé dans la nature.

- 28. Jouer à « Mon petit oeil voit... »
- 29. Partir à la chasse aux insectes. Noter ce que tu trouves dans ton journal de la nature.
- 30. Calquer l'écorce d'un arbre par frottement, en hiver.
- 31. Observer des flocons de neige au moyen d'une loupe.
- 32. En hiver, compter tous les nids d'écureuil que tu aperçois.
- 33. Peindre dans la neige avec de la peinture biodégradable ou du colorant alimentaire.
- 34. Identifier les différentes phases de la lune et les dessiner.
- 35. Estimer l'âge d'un arbre en comptant les anneaux.
- 36. Observer les nuages.
- 37. Chercher des baies en hiver, mais les laisser pour les oiseaux.
- 38. Trouver un oiseau qui passe l'hiver ici.
- 39. Trouver un nid d'oiseau.
- 40. Trouver et identifier quatre différentes cocottes.
- 41. Cueillir et comparer les graines de dix différentes plantes et arbres.
- 42. Planter une fleur, un arbre ou un légume.
- 43. Commencer une collection de roches.
- 44. Chercher des vers après la pluie.
- 45. Construire un cadran solaire avec des cailloux et des bâtons.
- 46. Partir pour une chasse aux trésors alphabétique dans la nature.
- 47. Participer au défi Des élèves aux oiseaux avec Oiseaux Canada.
- 48. Construire un nid de martinet ramoneur.
- 49. Mettre de la terre et de l'eau dans un bocal et agiter le tout. Prédire, observer et noter les résultats.
- 50. Utiliser de la neige pour sculpter un visage sur un arbre, y incorporant les noeuds, les broussins et les cicatrices.