Comptine !

Petits pouces ont peur du loup

Petits pouces ont peur du loup

(fermer les poings, pouces cachés)

Ils courent par ici, ils courent par là

(Sortir les pouces et les remuer)

Hou, hou, voici le loup

(rapprocher les pouces du visage).

Cachez-vous !

(cacher les pouces dans le poing ou dans le dos, au choix).

Chanson !

Dans la forêt lointaine

Dans la forêt lointaine

(avant-bras à la verticale et tourner les mains doigts écartés)

On entend le coucou

(former un bec avec le pouce et les autres doigts)

Du haut de son grand chêne

(un seul avant-bras à la verticale, doigts écartés)

Il répond au hibou

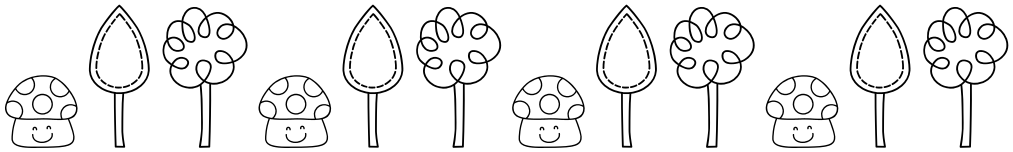
(faire des lunettes devant les yeux avec index et pouces)

Coucou, coucou, coucou hibou, coucou !

(cacher et découvrir les yeux avec les mains)

Dans la forêt lointaine

Atelier nature



La Parenthèse

ateliers parent-enfant 0-3 ans

Idées de sorties *(forestières)*

Voilà quelques idées de sorties dans des endroits bien arborés à Villeparisis et alentours. De quoi passer de beaux moments avec vos enfants.

- **Le Parc Honoré de Balzac.** Il y a bien sûr beaucoup de jeux pour les enfants. Mais il y a également des espaces de verdure et beaucoup d'arbres. S'installer sur une couverture pour lire des livres, regarder la cime des arbres se balancer dans le ciel, jouer au ballon, faire des bulles, ramasser des trésors (fleurs, écorces, plumes…) et pourquoi pas… y pique-niquer.

- **Le parc forestier de la Poudrerie à Vaujours.** Les espaces verts y sont encore plus grands et les enfants peuvent y courir en toute liberté et sécurité. Il y a aussi des espaces boisés dans lesquels il est possible de s'enfoncer par les petits chemins. Les tout-petits sont heureux de jouer à cache-cache derrière les arbres avec papa et maman, de se sentir fort en soulevant une grosse branche, de sauter d'une souche d'arbre, de marcher sur un tronc couché, d'observer les insectes, de ramasser des feuilles, des marrons, des bâtons et toutes sortes de trésors. Avec un peu de chance, on pourra même y voir un écureuil !

- **La forêt de Montgé-en-Goële et le parc Saint-Thibault**
  (à ½ heure de route)

Voilà une vraie grande et belle forêt. Quel bonheur de s'y promener avec un tout-petit. Les sens en éveil, votre enfant prendra un grand bain de nature. L'odeur de la forêt, le chant des oiseaux, le soleil qui perce le feuillage des grands arbres, et tellement de choses à découvrir, à toucher, à entendre...

Un beau moment de détente en famille pour se couper de la vie citadine. Au retour de votre promenade, vous pouvez faire une halte dans le grand parc Saint-Thibault. De grands espaces verts et de magnifiques arbres vous y attendent pour une petite pause ou un pique-nique.

Le jardin d'émerveille

Il y a quelque part, bien caché à l'entrée du Parc de la Poudrerie de Vaujours, un endroit merveilleux réservé aux tout-petits. Mais chuuut, c'est un secret… que nous voulons bien partager avec vous.

« Dans ce jardin des merveilles, il y a une balancelle-nid dans laquelle les enfants peuvent venir se blottir et se balancer et un terrier où l'on peut se cacher. Il y a une petite prairie fleurie et de l'herbe pour s'allonger. Un espace est consacré aux légumes anciens, aux plantes aromatiques et médicinales. Un espace est quant à lui réservé à la musique : des instruments de plein air se mêlent aux plantes grimpantes et aux herbes. Un autre encore sera constitué de petits vallonnements à escalader ou à dévaler, où l'on peut courir ou danser. Une cabane de bambous permet de figurer un espace intérieur : on peut s'y réfugier et lire des albums jeunesse ou de la poésie. Une fontaine, une petite mare et un fin cours d'eau complètent le paysage. » Les enfants accompagnés de leurs parents ou autre adulte, sont accueillis par des artistes. Musiciens ou danseurs les accompagnent dans leurs libres découvertes.
Un lieu magique d'une grande poésie !

Accès libre mais sur réservation : https://parcsinfo.seinesaintdenis.fr/les-parcs/l-agenda/
Pour en savoir plus : http://lesdemainsquichantent.org/lieux-daccueil-artistiques/le-jardin-demerveille/

LA NATURE 1/2

Actuellement, pour beaucoup d'enfants, le contact avec la nature est rare. Pourtant, le petit humain est né totalement adapté à celle-ci, et son développement est intimement lié à son contact.

Dès lors, on observe aujourd'hui le syndrome du manque de nature :
obésité, hyperactivité, stress, fatigue, troubles cardiaques, myopie, asthme, dépression, perte de l'équilibre et de la force physique et de nombreux autres troubles.

AU CONTACT DE LA NATURE, L'ENFANT AMÉLIORE :

BOUGRIBOUILLONS.FR pour les pros de la petite enfance

Lectures (forestières) pour les tout-petits

- « *Dans la forêt des drôles de bruits* » livre sonore d'Agnès Chaumié
- « *1,2,3, nous irons au bois* » et « *Promenons-nous dans les bois* » pour rire et chanter, de Julia Chausson.
- « *Dans la forêt il y a* » livre animé d'Annette Tamarkin
- « *Dans sa maison, un grand cerf* » grand livre en noir et blanc très prisé des tout-petits de Thierry Dedieu
- « *Un grand cerf* » autre version imaginée et superbement illustrée par Martine Bourre.
- « *Ma petite forêt*» pour découvrir la faune et la flore de la forêt de façon ludique de Katrin Wiehle
- « *Petit somme*» merveilleux album sensoriel d'Anne Brouillard
- « *La bibliothèque de la forêt*» une bibliothèque en pleine forêt… le rêve ! de Seoha Lim
- «*Un tapis de feuilles* » de Jason Fulford et Tamara Shopsin, un livre plein de surprises avec un jeu de feuilles transparentes.

Lectures (vertes) pour les grands

- « *Jouer avec la nature* » 70 ateliers d'éveil pour les tout-petits de Elise Mareuil
- « *Petits jeux de saison pour grandes découvertes* » ateliers d'éveil à la nature pour les 0-4 ans de Elise Mareuil
- « *L'enfant dans la nature* » pour une révolution verte de l'éducation de Mathieu Chéreau et Moïna Fauchier-Delavigne

Ces ouvrages peuvent être empruntés à la médiathèque de Villeparisis

Idées d'activités *en forêt*

- **Rêveries** : au cours de la promenade, se poser sur un plaid. Inviter votre enfant à s'y allonger à vos côtés pour regarder les feuilles se balancer dans le ciel, écouter le vent, les oiseaux, et prendre une petite collation.
- **Le sac à trésors** : un petit sac ou un panier pour y mettre tous les trésors ramassés par votre enfant : feuilles, cailloux, bois, glands, châtaignes, plumes… une fois rentrés à la maison on observera ensemble chaque élément et cela peut se transformer en belle « boite à trésors ».
- **La collection de feuilles** : ramasser ou cueillir avec votre enfant des feuilles de différentes formes, tailles et couleurs. A la maison, elles pourront être collées sur du carton avec du scotch double-face pour être exposées.
- **Le mobile forestier** : trouver une petite branche, des feuilles et des plumes. Fabriquer un mobile avec votre enfant, en les attachant à l'aide d'une ficelle. Une jolie suspension à rapporter à la maison.
- **Bouquet de feuilles d'automne** : ramasser beaucoup de feuilles d'automne pour faire un gros bouquet qui sera nouer avec un ruban. A suspendre à la maison ou à mettre dans un vase pour un bouquet sec.
- **Cache-cache** : attention cela peut durer très longtemps ! les tout-petits adorent se cacher derrière les arbres ou chercher papa ou maman. Grande joie garantie !
- **Cache doudou** : Et si doudou (ou toute autre peluche) se perdait dans la forêt ? Après avoir discrètement déposé le doudou dans une petite cachette, inviter votre enfant à partir à sa recherche.
- **Couronne végétale** : une bande de papier cartonné de la taille de la tête de l'enfant (ou de papa ou maman) et sur laquelle on aura collé du scotch double face. Au fur et à mesure de la promenade, on collera dessus les jolies feuilles, branches et plumes que l'on trouvera. Et voilà le roi ou la reine de la forêt bien couronné !

Promenons-nous dans les bois

Pour toucher les écorces rugueuses et les mousses humides
Pour entendre le chant des oiseaux
Pour écouter le vent chanter dans les arbres
Pour ramasser des trésors
Pour courir sur un sol accidenté
Pour grimper, pour escalader, pour sauter
Pour jouer à cache-cache avec papa et maman
Pour avoir un peu peur (un tout petit peu !)
Pour regarder la cime des arbres tout là-haut dans le ciel
Pour se sentir fort en soulevant de grosses branches
Pour se sentir petit ou se trouver grand
Pour trouver des châtaignes et des champignons
Pour cueillir des jacinthes des bois
Pour surprendre un écureuil
Pour s'éveiller, pour se reposer
Pour respirer, pour sentir les odeurs de la forêt
Pour se sentir bien
Pour trouver le monde beau
Pour être heureux d'être là

Vite ! faire tout ça… pendant que le loup n'y est pas !