



1. Pourquoi pratiquer l'école dehors ?

De nombreuses études concluent à un **impact positif de la nature sur la santé humaine** (cf les travaux d'Alix Cosquer).

Le fait de passer du temps en pleine nature :

- améliore la santé physique : le corps a une meilleure défense immunitaire,
- stimule le système nerveux parasympathique : ce qui a pour conséquence une baisse de la tension, un ralentissement du rythme cardiaque, une baisse du taux de cortisol et d'adrénaline dans le sang,
- améliore la qualité du sommeil et de la bonne humeur,
- favorise les apprentissages,
- augmente l'attention,
- sollicite tous les sens,
- incite le corps à se mettre en action,
- augmente les interactions entre les personnes,
- développe la créativité,
- développe la capacité à résoudre des problèmes,
- augmente les attitude pro-environnementales.

En France, **81,51 % de la population totale vit en espace urbain**, d'après une étude réalisée en 2022. Les Français passent plus de 3/4 de leur temps dans un espace confiné, que ce soit dans un bâtiment ou dans un véhicule.

Les élèves sont de moins en moins actifs, Santé Publique France recommande pourtant au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée pour les enfants.

Faire classe dehors, c'est donc un triple enjeu :

- **Un enjeu de protection de l'environnement et de la biodiversité** : si on emmène les enfants dehors, souvent, ils vont apprendre à reconnaître les plantes, les insectes, un certain milieu naturel. Plus les enfants connaissent et aiment ce milieu naturel, plus ils seront enclins à le protéger.

- **Un enjeu de citoyenneté**, par le respect de l'autre, de l'environnement.

- **Un enjeu de santé publique** : pratiquer l'école dehors va permettre aux élèves de bouger davantage et d'être plus actifs qu'en milieu confiné, cela participe à la lutte contre la sédentarité et l'obésité.

2. Les trois niveaux de l'école dehors

Un premier niveau de *l'école dehors* peut être de simplement **délocaliser l'environnement de la classe** à l'extérieur, et de pratiquer les mêmes enseignements dehors, que dedans.

Par exemple, l'enseignant peut choisir de pratiquer la lecture oralisée, la poésie, les arts visuels, les débats philosophiques ou le calcul mental à l'extérieur, de façon régulière.

Le lieu est alors à proximité de la salle de classe, cela peut être la cour de l'école, par exemple. Ce simple changement de lieu a déjà un impact positif sur les élèves, à qui on va permettre de bouger davantage, pour lesquels l'enseignant va tolérer des positions assises moins normées que sur une chaise et un bureau.

Un second niveau de *l'école dehors* est de **considérer l'espace naturel comme un outil pédagogique**. L'enseignant délocalise la classe pour utiliser la nature en tant que telle dans ses apprentissages : pour travailler la symétrie en mathématiques, pour étudier la germination en sciences, pour pratiquer de l'art en extérieur, par exemple. Il peut avoir prévu une séance spécifique dehors, au sein d'une séquence d'apprentissage.

Un troisième niveau de *l'école dehors* est de **pratiquer une éducation par la nature** où l'extérieur devient une extension de la classe, où on apprend de ce qu'on trouve dehors, ce qui permet de rebondir dans les apprentissages et de créer du lien entre les découvertes faites à l'extérieur et les prolongements, les recherches, les aboutissements ou les attentes faits à l'intérieur.

3. Les conditions règlementaires

Le texte de référence est celui de juin 2023 sur les sorties de proximité :

<https://www.education.gouv.fr/bo/2023/Hebdo26/MENE2310475C>

3.1 Encadrement

Maternelle : jusqu'à 24 élèves : 3 adultes, au-delà : 1 adulte supplémentaire pour 8 élèves.

Élémentaire : jusqu'à 30 élèves : 2 adultes, au-delà : 1 adulte supplémentaire pour 16 élèves

« Toutefois, à l'école élémentaire, l'enseignant peut se rendre seul avec sa classe, soit à pied, soit en car spécialement affrété pour la sortie scolaire, sur un lieu situé à proximité de l'école pour une durée globale qui ne dépasse pas la demi-journée de classe. »

Faire l'école dehors relève d'une sortie de proximité, elle est donc soumise à l'autorisation du directeur de l'école.

3.2 Responsabilité

L'enseignant est responsable des activités et du cadre aménagé.

Il convient donc de choisir avec attention le lieu où pratiquer l'école dehors et de s'y être rendu en amont de la sortie avec les élèves.

Si le terrain est privé, le propriétaire ne peut être tenu responsable sauf s'il a laissé des éléments dangereux.

3.3 Convention

En cas d'utilisation de terrains privés ou communaux, il est conseillé d'élaborer une convention où doivent apparaître :

- la désignation des parties prenantes
- la localisation de la parcelle (références cadastrales)
- les engagements réciproques (qui ne doivent pas être trop importants)
- les assurances de l'école et des élèves
- la durée de la convention et les conditions de reconduction.

4. Comment pratiquer l'école dehors ?

La première chose à faire est de **repérer l'espace** dédié à ce temps de classe dehors **avec ses élèves**. Cet espace doit être clairement identifiable, avec des limites visibles (utiliser de la rubalise si nécessaire), les élèves doivent facilement repérer les frontières à ne pas dépasser. Ce repérage peut être l'occasion d'énoncer les 3 règles de l'école dehors :

« Je fais attention à moi (je ne dois pas me faire mal) »,

« Je fais attention à mes camarades »,

« Je respecte la nature (je ne cueille pas, je ne casse pas, je ne déplace pas les éléments naturels) ».

Il est important que l'enseignant ait anticipé un **signal sonore de regroupement**, qui peut être un carillon, une crécelle, une cloche, ou tout objet suffisamment sonore pour couvrir tout l'espace choisi et qui soit facilement identifiable par les élèves.

Enfin, il faut également avoir anticipé un lieu de regroupement, un « camp de base » plutôt central, qui sera le lieu des échanges collectifs et des différents rituels qui ponctueront le temps de la classe dehors.

4.1. Les rituels d'entrée

Il est important que ce temps d'enseignement extérieur soit **encadré par des règles et des repères** afin qu'il ne soit pas confondu avec une récréation géante ou un temps libre en plein air. Les rituels remplissent ce rôle. On peut débiter le temps d'école dehors par un moment de regroupement au « camp de base », où chacun est assis sur le sol, en cercle.

Dominique Cottureau, docteur en sciences de l'éducation, propose un rituel centré sur **l'éveil à la sensorialité**. Elle indique que la sensorialité, l'éveil aux sens, est un apprentissage. Il faut éduquer le regard, l'écoute, le toucher, la respiration, le goût et l'odorat. Elle estime que les élèves, de plus en plus confinés dans leur vie de tous les jours, sont de moins en moins confrontés au dehors et ne savent pas éveiller leurs sens. Cette éducation à la sensibilité va permettre aux élèves de se sentir bien et va ainsi favoriser le respect du vivant et de l'environnement. Elle va développer le savoir-agir et le respect de la biodiversité.

Ainsi, chaque moment de classe dehors peut débiter par un rituel de prise de conscience de ses sens, au rythme de 2 sens par sortie par exemple, en alternance. Une fois que les élèves seront ainsi éveillés, ils seront attentifs et prêts pour les apprentissages.

L'ouïe :

- Faire le silence et prêter attention à ce qu'on entend autour de soi pendant 2 à 3 minutes.
- Guider l'écoute en donnant des indications : fermer les yeux et prêter attention à ce qu'on entend devant, derrière, à gauche, à droite, près de nous, puis de plus en plus loin de nous.

- Ouvrir les yeux et débriefer : qu'as-tu entendu ? Refermer éventuellement les yeux pour bien entendre le pic vert, par exemple, qu'un seul du groupe a entendu.
- Pour recentrer l'attention, terminer ce moment d'écoute par une écoute guidée depuis un son très lointain (les voitures qui circulent au loin, par exemple), jusqu'à un son très proche de soi (sa propre respiration).

La vue :

- Observer ce que l'on a en face de soi au sens large
- Décrire ce que l'on voit
- Guider le regard au moyen d'une lorgnette (un rouleau de papier-toilette que chacun aura customisé en amont) pour détailler un élément que l'on a en face de soi et observer finement les détails
- Donner la possibilité de dessiner précisément un élément choisi

L'odorat et le toucher :

- Faire sentir quelque chose aux élèves : à trouver sur place + barquette pour recueillir la matière choisie ou profiter de l'occasion pour leur faire découvrir les herbes aromatiques par exemple.
- par 2, un élève se bande les yeux, l'autre l'emmène toucher / sentir quelque chose à proximité. Puis retour au centre, l'aveugle doit retrouver où il a été emmené (et donc ce qu'il a senti et touché).

Le goût :

- Il est fortement déconseillé de manger des fruits ou des herbes présents dans l'espace dédié à l'école dehors. L'éveil au goût peut prendre la forme d'une boisson mystère, dont les élèves devront retrouver la saveur (infusion à la menthe, au réglisse, à la vanille, à la cannelle, au citron etc....)

4.2 Le temps de la découverte

Il est important de laisser aux élèves **un temps suffisamment long**, une trentaine de minutes, pour qu'ils découvrent l'espace naturel, qu'ils se l'approprient et même qu'ils s'y ennuient pour inventer eux-mêmes des jeux et des activités.

Pour les premières sorties dans un nouvel espace, on peut proposer aux élèves l'activité « Recherche et trouve », qui consiste à repérer différents éléments indiqués dans une liste et à les cocher au fur et à mesure. En aucun cas il ne s'agit de cueillir, de ramasser ou de ramener. La consigne est simplement d'avoir vu. Voici un exemple :

Cherche et trouve		
une aiguille de pin <input type="checkbox"/>	une feuille rouge <input type="checkbox"/>	une fleur jaune <input type="checkbox"/>
de la mousse <input type="checkbox"/>	une bogue de marron <input type="checkbox"/>	une pomme de pin <input type="checkbox"/>
du lierre <input type="checkbox"/>	une fleur bleue <input type="checkbox"/>	une souche <input type="checkbox"/>
une chose s'écrivant avec 6 lettres <input type="checkbox"/>	une taupinière <input type="checkbox"/>	quelque chose qui se mange <input type="checkbox"/>
quelque chose commençant par B <input type="checkbox"/>	quelque chose de très lourd <input type="checkbox"/>	quelque chose qui rime en « ou » <input type="checkbox"/>

Selon le niveau de classe des élèves, on peut orienter ce « Recherche et trouve » sur des apprentissages liés aux disciplines :

- cherche et trouve le contraire de...
- cherche et trouve des mots de la même famille que...
- cherche et trouve des mots avec le son « in »
- cherche et trouve des quarts, des moitiés, des demis
- etc.

Par la suite, ce temps de découverte de l'espace peut devenir un temps pour « **Mon moment à moi** » : l'enfant se choisit un arbre, toujours le même. Puis, pendant 15 min, l'enfant reste sans se déplacer, près de son arbre et fait ce qu'il veut (dessiner, observer, lire), sans entrer en interaction avec autrui. C'est un moment d'interaction avec la nature, et pour soi. C'est l'occasion d'observer finement son arbre, les changements, les détails...

A la fin du moment à soi faire un retour avec regroupement pour permettre un tour de parole, avec un bâton, pour partager, ou non, ce qu'on a observé, remarqué, écrit ou dessiné. Ensuite, laisser les élèves libres sans consigne particulière pendant une durée équivalente au moment à soi, 15 minutes environ.

4.3 Le temps de l'apprentissage

L'enseignant qui emmène sa classe dehors doit toujours avoir un objectif d'apprentissage.

Il peut avoir anticipé la sortie dans la préparation de sa séquence et ainsi avoir intégré la nature comme *objet d'apprentissage* (en sciences particulièrement).

Il peut également avoir prévu un apprentissage notionnel « classique » et profiter d'être dehors pour intégrer la nature comme *outil d'apprentissage*.

Il peut profiter de l'extérieur pour collecter des éléments qui seront exploités à l'intérieur, une fois de retour en classe.

Il peut expérimenter des choses qui auront été imaginées en amont en classe.

Tout est possible. La question à se poser quand on souhaite intégrer le dehors dans son enseignement, c'est, dans toutes les matières et dans toutes les séquences, se demander « Cette activité est-elle possible en extérieur ? »

4.4 Le rituel de fin

Le temps de regroupement qui va marquer la fin du temps de l'école dehors est tout aussi important que celui qui l'initie. C'est le moment de ranger ce qui aura été installé, de nettoyer l'espace et de marquer la fin de ce temps en extérieur. Voici quelques pistes pour ce rituel :

- un moment ritualisé de poésie
- la lecture d'un conte, d'un album ou d'un roman en épisode
- un moment de synthèse : la phrase du jour de l'école dehors, ce qu'on retient, ce qu'on a appris, ce qu'on va relater pour les autres classes, pour les parents, pour le blog de l'école etc.

5. Du côté pratico-pratique

Il est conseillé de prévenir les familles suffisamment en avance pour que les élèves soient chaussés et habillés de façon adéquate. Le mieux est de caler les dates sur l'année scolaire entière (tous les jeudis, un vendredi matin sur deux ou le 1^{er} vendredi du mois, par exemple).

Cette sortie est l'occasion de solliciter des parents pour vous accompagner en leur expliquant leur rôle et les enjeux de cet enseignement.

Penser à emporter :

- un signal sonore
- son téléphone portable (en cas d'urgence mais aussi pour prendre des photos)
- une trousse à pharmacie
- de l'eau
- un sac poubelle
- du papier toilette (à mettre après usage dans le sac poubelle)
- des loupes

- des supports solides pour écrire

Conseils :

Demander à chaque élève d'avoir son « sac de l'école dehors » contenant :

- un sac en plastique sur lequel s'asseoir bien au sec
- une gourde
- un crayon de papier
- un cahier personnel de l'école dehors sur lequel il écrira la date du jour, où il fera son dessin d'observation et où il écrira la phrase du jour, par exemple.

6. Quelques ressources

Le guide départemental de la Mission Maternelle 21 **Oser l'école dehors**

https://maternelles21.ac-dijon.fr/IMG/pdf/dossier_edh_vd_mm21.pdf

Le Guide Buissonnier 2021, qui propose 23 fiches d'activités sur le développement durable,

<https://eduscol.education.fr/document/9842/download>

Le guide **Grandir dehors**

<http://ariena.org/ressources-pedagogiques/programmes-pedagogiques/pour-les-scolaires/grandir-dehors/>

7. Des partenaires

Ne pas hésiter à solliciter ponctuellement des intervenants :

 <p>graine Bourgogne-Franche-Comté Réseau régional d'éducation à l'environnement</p>	<p>Le Groupe Régional d'Accompagnement et d'Initiation à la Nature et à l'Environnement 03 81 65 78 37 https://www.graine-bourgogne-franche-comte.fr/</p>
 <p>FRENE Le réseau français d'éducation à la nature et à l'environnement Comprendre le monde, agir et vivre ensemble</p>	<p>Le réseau Français d'Education à la Nature et à l'Environnement https://frene.org/</p>
 <p>PIROUETTE CACAHUÈTE</p>	<p>L'Association Pirouette Cacahuète 33, grande rue 21490 Clénay 03 80 60 13 28 Mail : contact@pirouette-cacahuete.net https://www.pirouette-cacahuete.net</p>
 <p>Office National des Forêts</p>	<p>ONF 11 rue René Char, 21000 DIJON 03 80 76 98 30 https://www.onf.fr/ https://www.onf.fr/</p>
 <p>LPO Agir pour la biodiversité GROUPE FRANCE</p>	<p>https://www.lpo.fr/lpo-locales/lpo-bourgogne-franche-comte</p>