

Des Ondes de Changement

L'EFFET DE VAGUE

Activité

Tous les niveaux

Cette activité convient à l'apprentissage en classe, mais peut aussi être utilisée dans un cadre moins structuré comme une réunion de club ou d'équipe, une salle de régulation ou à la maison!



Objectifs d'apprentissage

Après avoir terminé cette activité, les apprenants seront capables de:

- comprendre que, même si le changement climatique est en cours et qu'il peut être effrayant, nous pouvons encore apporter des changements positifs à notre monde.
- créer un magnifique mandala naturel inspiré d'une ondulation

Durée de l'activité

90 - 120 minutes

Matériel nécessaire

- Appareil avec accès à l'Internet

Étape 1 : Introduction

Organisez une discussion avec votre classe sur ce qu'elle ressent lorsqu'elle pense au changement climatique. Utilisez le tableau suivant pour guider la discussion:

Anxieux	Triste	Fâché	Déterminé
Ennuyé	Effrayé	Frustré	Enthousiaste
Vaincu	Confus	Amer	Optimiste
Incrédule	Accablé	Désintéressé	Motivé

Entendre parler des changements climatiques peut être assez effrayant, mais nous ne pouvons pas perdre de vue l'impact que nous pouvons avoir si nous travaillons tous ensemble et faisons des ondes pour changer notre monde.

Étape 2 : La puissance de l'effet de vague

Demandez aux apprenants de penser à laisser tomber une pierre dans un étang, un lac ou un seau. Que se passe-t-il avec l'eau ?

Regardez cette vidéo d'une goutte d'eau : <https://www.youtube.com/watch?v=m0TUeHS8glw>

Discutez avec la classe de ce qui arrive aux ondulations. Comment décririez-vous le mouvement des ondulations? Pouvez-vous décrire comment une minuscule goutte d'eau créant des ondulations est comme une seule personne luttant pour le changement?

Lisez le poème ci-dessous pour vous inspirer :

Une goutte dans un seau

Par James W Foley

Laissez tomber un caillou dans l'eau : un plouf, et il disparaît ;
Mais il y a une demi centaine d'ondes qui tournent autour, et encore et encore,

S'étendant, s'étendant du centre, s'écoulant jusqu'à la mer.
Et il n'y a aucun moyen de savoir où se trouve la fin.

Laissez tomber un caillou dans l'eau : en une minute, vous oubliez,
Mais il y a des petites vagues qui coulent, et il y a des ondulations qui bougent encore,

Et ces petites vagues qui s'écoulent vers une grande vague ont grandi ;
Vous avez perturbé une rivière puissante juste en déposant une pierre.

Étape 3 : Expliquer ce qu'est un mandala de la nature

Dites à vos apprenants qu'ils vont réaliser leur propre art ondulatoire inspiré de la nature. Pour ce faire, ils vont concevoir un mandala.

Selon 100 Mandalas " Nous associons souvent le mot mandala aux dessins circulaires dont les couleurs, les formes et les motifs se répètent et rayonnent à partir du centre. Les mandalas peuvent être précis, soigneusement mesurés, géométriques et parfaitement symétriques ou, au contraire, fluides, organiques et asymétriques. Les mandalas sont souvent dessinés en cercles mais ils peuvent aussi être dessinés en carrés."

<https://100mandalas.com/what-is-a-mandala/>

Expliquez à vos apprenants que la création de mandalas présente de nombreux avantages:

- Détendre le corps et l'esprit
- Cultive le sentiment de bonheur, de paix intérieure et de bien-être général
- Apaise les sentiments de stress, d'anxiété, d'inquiétude, d'accablement, de peur et de dépression
- Active la créativité et améliore la concentration
- Améliore l'estime de soi et l'acceptation de soi
- Favorise un sentiment d'appartenance à soi-même et aux autres
- Améliore le sommeil
- C'est amusant!

Montrez à vos apprenants ces exemples de mandalas inspirés de la nature pour les lancer dans leur projet:



Et un autre de plus:



(Source: <https://www.shellypjohnson.com/creating-nature-mandalas-a-contemplative-practice/>)

Voici quelques exemples d'une classe qui a pris part à l'atelier de GreenLearning sur cette activité:



Étape 4: Créez votre Mandala Nature

Maintenant que vos apprenants sont inspirés par les exemples, expliquez-leur qu'ils vont aller dehors pour créer leur propre art ondulateur.

Donnez-leur les instructions suivantes:

- Les limites pour trouver des éléments de la nature.
- S'ils doivent travailler individuellement ou en petits groupes

- Ils ne peuvent utiliser que des objets qui sont tombés sur le sol et qui ne sont pas attachés à quelque chose
- Ils ne peuvent pas utiliser d'animaux vivants (ex. vers, coccinelles, etc.)
- Donnez des directives aux participants sur ce qu'ils doivent faire s'ils trouvent des déchets. S'ils sont autorisés à les ramasser et s'ils peuvent le faire en toute sécurité, rappelez aux participants les sites de disposition appropriés
- Le temps dont ils disposent pour récupérer leurs objets naturels

Une fois qu'ils ont rassemblé tous leurs objets, demandez aux apprenants de les trier puis de les disposer en un mandala de leur propre conception.



Source: Childhood by Nature



Source: CBC

Étape 5: Réflexion

Maintenant que l'œuvre d'art est terminée, demandez aux élèves de réfléchir à l'effet de vague positif qu'ils peuvent avoir dans leur vie.

Par écrit, par exemple dans un poème ou une affirmation, ou lors d'une discussion en classe, demandez à vos élèves de répondre à la question suivante:

Quel sera votre effet de vague cette semaine ? Cette année ?

Voici quelques exemples possibles :

- Cette année, je vais en apprendre davantage sur les énergies renouvelables et partager ce que j'ai appris avec trois amis.
- Cette semaine, je vais transformer le plastique de la poubelle de recyclage en quelque chose de nouveau que je pourrai utiliser.
- Cette année, je vais organiser une heure de la Terre à l'école.

Variations: Adaptations pour les Apprenants

Activité physique:

- Amplifiez la compétition amicale pour faire bouger le corps ! Les apprenants peuvent-ils travailler en équipe pendant des périodes de temps déterminées (ex. 2 minutes, 5 minutes) pour rassembler le plus de matériaux possible ? Quelle équipe rassemblera le plus d'objets naturels ? Quelle équipe créera le plus grand mandala ?
- Envisagez de rassembler les éléments de la nature à l'avance si certains de vos apprenants ont des difficultés d'accessibilité pour rassembler le matériel à l'extérieur dans un court laps de temps - les éléments peuvent être dispersés sur un bureau à portée de main pour que les apprenants puissent choisir. Une variété de couleurs, de formes, de tailles et de textures à choisir peut mener à une activité sensorielle amusante !

Matériaux:

- Ne laissez pas l'hiver vous arrêter ! Si le temps et la température le permettent, partez dans la neige ! Les glaçons, les boules de neige et les traces de pas peuvent tous contribuer à la création de mandalas naturels uniques. Habillez-vous chaudement et voyez ce que vous pouvez créer.
- L'exploration extérieure n'est pas une option ? Pensez aux matériaux que vous avez sous la main ! Les participants peuvent examiner leurs casiers, leurs cartables et leurs sacs à dos à la recherche de matériaux recyclables, ou se rendre à la poubelle de recyclage la plus proche. C'est l'occasion de rappeler aux participants où doivent aller les différents éléments de leur mandala au moment du nettoyage - dirigez-les vers les contenants de recyclage et de compostage, le cas échéant.

Connexions mathématiques:

- Pour les plus jeunes, c'est une excellente occasion de s'exercer à compter, à additionner et à soustraire ! En encourageant les élèves à noter le nombre d'objets qu'ils ont ramassés, on peut avoir une discussion amusante en classe pour comparer la composition du mandala de chaque apprenant/groupe. Qui a ramassé le plus de pommes de pin ? Pourquoi les cailloux sont-ils si populaires ?
- Au niveau de l'école intermédiaire, quelles relations numériques pouvons-nous trouver ? Envisagez d'utiliser des ratios pour aider à concevoir des mandalas (ex. 3 éléments organiques : 2 éléments inorganiques), ou demandez aux élèves de calculer des pourcentages et des fractions (ex. Quel pourcentage de votre mandala est constitué de brindilles ? Quelle fraction est faite de feuilles?). Pensez à demander aux élèves de créer une expression algébrique pour guider la conception de leur mandala (ex. $3n+2$).

Esprit d'équipe et Régulation des émotions:

- Envisagez faire une **activité de groupe collaborative**. Dans un groupe de 2 à 5 personnes, les participants ajoutent les objets de la nature qu'ils ont collectés à une pile commune, puis trient la pile en groupes sur la base de critères qu'ils choisissent (couleur, origine, forme, etc.). Chaque participant s'approprie un groupe et ajoute des objets de ce groupe au mandala au fur et à

mesure qu'il prend forme ! **En apportant tous sa petite contribution, quelque chose de plus complexe et de plus beau peut-il prendre forme?**

- Pour les apprenants qui désirent prendre une pause ou qui essaient de réguler leurs émotions, envisagez de proposer cette activité comme une activité indépendante. Ce pourrait être une excellente occasion pour l'apprenant d'écouter sa chanson préférée pendant qu'il travaille sur son mandala, ou d'essayer des exercices de respiration pendant qu'il trace le mandala avec ses mains et/ou ses yeux.

Extension

Si vos élèves sont passionnés par l'idée d'agir, pensez à inscrire votre classe à l'un des défis de GreenLearning. <https://greenlearning.ca/challenges> .