

CLASSES PLEIN AIR



Fiches d'accompagnement
pour verdir et aménager
votre cour d'école

Verdissez la cour  p.4

Sortez la classe  p.6

Six étapes  p.8

Enseignez au-delà des murs  p.12

Autres ressources  p.14

LIGNES DIRECTRICES



Canopée



Verdissement



Eaux pluviales



Biodiversité



Réfectance



Collectivité



Mobilité durable

À PROPOS DE MILIEUX DE VIE EN SANTÉ

Milieux de vie en santé est un programme de *Nature Québec* qui vise à démontrer les bienfaits des îlots de fraîcheur sur la santé dans le contexte des changements climatiques.

Avec son projet *Classes plein air*, l'équipe de *Milieux de vie en santé* collabore avec les écoles souhaitant réduire l'impact des vagues de chaleur sur l'enseignement et la santé, tout en améliorant le milieu de vie des élèves et des enseignants.

CONTACTEZ L'ÉQUIPE

(418) 648-2104

mvs@naturequebec.org

Tous droits réservés Nature Québec 2019

Crédits aquarelles : Marie-Christine Mathieu

Contenu et édition : Kristel Lucas

Graphisme, édition et montage : Mélanie Lalancette

Révision : Gabriel Marquis



ALERTE DE CHALEUR À L'ÉCOLE !

Au Québec, les vagues de chaleur sont de plus en plus intenses et fréquentes¹. Malheureusement, l'école n'y échappe pas. En été, la salle de classe peut devenir une véritable fournaise ! Les élèves sont moins concentrés et la tâche des enseignants devient plus compliquée.

À l'extérieur, le manque d'arbres et l'asphalte transforment la cour en îlot de chaleur. La température excessive n'encourage ni le jeu extérieur, ni l'activité physique chez les élèves.

Avec le réchauffement climatique, la situation ne s'améliore pas. Adapter le milieu scolaire est essentiel pour favoriser l'apprentissage et améliorer la santé ainsi que le bien-être des élèves².

Le saviez-vous ?

Un îlot de chaleur est une zone où la température peut être jusqu'à 12 degrés plus élevée qu'aux alentours, notamment en raison d'un manque de végétation ou d'un sol qui absorbe la chaleur, comme l'asphalte^{2,3}.

OFFREZ AUX ÉLÈVES UN MILIEU DE VIE EN SANTÉ

AMÉNAGEZ UNE CLASSE PLEIN AIR

Par des aménagements végétalisés, une classe plein air vous permet de réduire la chaleur excessive à l'école. Les bienfaits pour la santé, l'enseignement et l'environnement sont nombreux, au-delà de la saison chaude. Découvrez-les dans cet outil et suivez nos astuces pour passer à l'action !

DONNEZ À VOTRE ÉCOLE UNE BOUFFÉE D'AIR FRAIS !



Vert comme ma classe...

VERDISSEZ LA COUR !



PLANTEZ DES VÉGÉTAUX

La végétation filtre les particules et les polluants présents dans l'air. Arbres, arbustes, plantes vivaces au sol ou grimpantes... Le choix est vaste !



RÉDUISEZ LES FLAQUES D'EAU

Une surface perméable permet l'infiltration de l'eau dans le sol. En cas d'averse, assurez un espace propice au jeu extérieur.



CONSERVEZ LES ARBRES MATURES

L'évapotranspiration des arbres rafraîchit l'air ambiant et leur canopée crée de l'ombre.



ENLEVEZ LES SURFACES FONCÉES

En absorbant davantage la chaleur, les surfaces foncées comme l'asphalte et le gazon artificiel, augmentent la température ambiante.



LES BIENFAITS

- 👍 Encourage l'activité physique⁵
- 👍 Améliore la motivation et la concentration^{5,6}
- 👍 Favorise le développement d'une conscience environnementale^{7,8}
- 👍 Rend les élèves plus enthousiastes, plus créatifs et moins anxieux⁹
- 👍 Réduit les risques de développer certaines maladies, comme l'asthme⁵



LE SAVIEZ-VOUS ?

Grâce à l'évapotranspiration, un arbre mature peut relâcher jusqu'à 450 litres d'eau par jour, ce qui équivaut à 5 climatiseurs fonctionnant pendant 20 heures⁴.

Ma classe prend l'air ...

SORTEZ LA CLASSE !



MAXIMISEZ LE POTENTIEL PÉDAGOGIQUE DE LA COUR

Améliorez l'environnement d'apprentissage des élèves en leur donnant accès à du concret. Par exemple, compter le nombre de plants de tomates dans le potager permet de maîtriser à la fois les mathématiques et le jardinage.



CULTIVEZ UN POTAGER

Faites pousser des végétaux comestibles. Attirez les papillons et les autres insectes. Les élèves apprécieront ce contact avec la nature et la biodiversité.



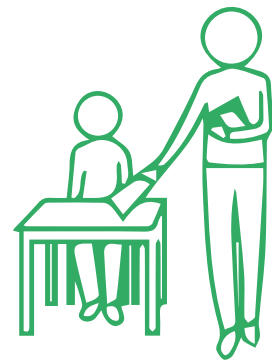
INSTALLEZ DU MOBILIER

Identifiez un endroit calme et ombragé. Installez-y quelques bancs et un tableau, l'enseignement pourra se faire à l'extérieur !



LES BIENFAITS

- 👍 Permet l'interdisciplinarité et mène à de meilleurs résultats scolaires¹¹
- 👍 Offre un lieu de détente et de socialisation^{5,12}
- 👍 Renforce l'implication des jeunes dans leur milieu⁵
- 👍 Encourage l'adoption de saines habitudes de vie⁵

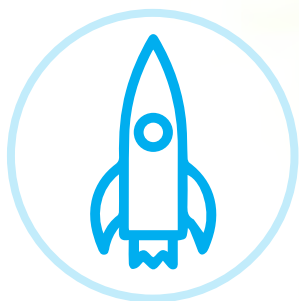


LE SAVIEZ-VOUS ?

Selon un sondage auprès des intervenants du milieu de l'éducation, 82 % des répondants estiment ne pas utiliser la cour d'école à son plein potentiel.

Parmi eux, plusieurs souhaitent également réaliser davantage d'activités pédagogiques à l'extérieur, même en hiver¹⁰.

VERS VOTRE CLASSE PLEIN AIR



1 DÉMARREZ VOTRE PROJET

- VALIDEZ SA FAISABILITÉ
- SONDEZ L'INTÉRÊT DE VOTRE COLLECTIVITÉ
- CRÉEZ UNE LISTE DES PERSONNES INTÉRESSÉES
- FORMEZ UN COMITÉ DE TRAVAIL
- PRÉPAREZ LA LISTE DES BIENFAITS POUR VOTRE ÉCOLE

BON À SAVOIR

Une classe plein air offre de nombreux bienfaits. Soulignez les retombées pour les élèves et les enseignants. Inspirez-vous de ce document et complétez avec vos propres recherches.

2 IDENTIFIEZ LES BESOINS

- PRÉSENTEZ LES DÉTAILS DU PROJET
- IMPLIQUEZ LA COLLECTIVITÉ ET ORGANISEZ DES ATELIERS PARTICIPATIFS
- NOTEZ LES COMMENTAIRES ET LES CONSTATS DE CHACUN
- IDENTIFIEZ LES BESOINS DES ENSEIGNANTS ET DES ÉLÈVES

BON À SAVOIR

Quels sont les besoins en matière d'équipement ? Les bancs doivent-ils être fixes ou amovibles ? Un tableau est-il nécessaire ?



3

ESQUISSEZ VOTRE CLASSE PLEIN AIR

- ANALYSEZ LA COUR DE VOTRE ÉCOLE (BÂTIMENT, ARBRES, BITUME, ETC.)
- IDENTIFIEZ LES SURFACES À VERDIR OU À DÉMINÉRALISER
- CIBLEZ LE LIEU IDÉAL POUR LE MOBILIER
- PRÉSENTEZ UNE ESQUISSE AU COMITÉ DE TRAVAIL ET FAITES LES AJUSTEMENTS NÉCESSAIRES

BON À SAVOIR

L'emplacement de votre classe plein air est important. Privilégiez un terrain plat et ombragé. Assurez un drainage efficace des eaux pluviales.

Utilisez des maquettes et impliquez les élèves dans le design de la classe plein air.



Six étapes ...4.5.6

VERS VOTRE CLASSE PLEIN AIR



4

PRÉPAREZ VOTRE COFFRE À OUTILS

- DÉTERMINEZ LES RESSOURCES DISPONIBLES ET NÉCESSAIRES
- RECHERCHEZ LES SOURCES DE FINANCEMENT POSSIBLES
- DEMANDEZ DES SOUMISSIONS AUPRÈS DE PROFESSIONNELS CIBLÉS
- ÉTABLISSEZ UN BUDGET
- OBTENEZ LES AUTORISATIONS ET LES PERMIS NÉCESSAIRES

BON À SAVOIR

Aménager une classe plein air demande du temps, de l'argent et des efforts. Cherchez de l'aide dans votre communauté. Un parent est menuisier ? La pépinière du coin est prête à offrir quelques plants ?



5 PASSEZ DU RÊVE À LA RÉALITÉ

- ÉLABOREZ UN ÉCHÉANCIER
- REMPLISSEZ LES DEMANDES DE FINANCEMENT, S'IL Y A LIEU
- CONFIRMEZ VOS RESSOURCES
- ACHETEZ LES VÉGÉTAUX ET LES MATÉRIAUX REQUIS
- RÉALISEZ L'ENSEMBLE DES TRAVAUX

BON À SAVOIR

Utilisez des plantes vivaces et indigènes. Plantez-les directement dans le sol. La végétation sera plus résistante et nécessitera moins d'entretien.

6 LONGUE VIE À VOTRE CLASSE

- INAUGUREZ VOTRE CLASSE PLEIN AIR
- FORMEZ UN COMITÉ DE SUIVI
- PLANIFIEZ L'ENTRETIEN DE LA CLASSE À LONG TERME

BON À SAVOIR

Assurez la viabilité à long terme de la classe plein air. Formez un comité d'entretien des végétaux qui prendra en charge l'arrosage, le désherbage ou encore la cueillette tout au long de l'été.

Des opportunités dans ma cour...

ENSEIGNEZ AU-DELÀ DES MURS

Votre environnement extérieur offre de nombreuses opportunités pédagogiques. Voici quelques astuces pour vous aider à apprivoiser ce nouvel environnement d'apprentissage !

COMMENCEZ PAR LE PLUS SIMPLE



Certaines activités peuvent facilement être réalisées à l'extérieur, avec peu ou pas d'adaptation.

- Profitez d'un moment de lecture avec les élèves
- Récitez un poème ou apprenez une comptine
- Révisez une leçon

UTILISEZ LA COUR COMME OUTIL PÉDAGOGIQUE



Faites interagir les élèves avec l'environnement afin de rehausser les apprentissages et améliorer le contact avec la nature.

- Identifiez les oiseaux qui se nourrissent à la mangeoire
- Ramassez quelques feuilles, identifiez-les et mesurez leur taille
- Étudiez la croissance des plantes à l'aide d'un potager

DONNEZ VIE AUX APPRENTISSAGES



Le contexte d'une cour d'école est unique. Regardez autour de vous et identifiez des opportunités pédagogiques ! L'enseignement ancré dans le milieu favorise l'interdisciplinarité et donne vie aux apprentissages en les mettant en contexte.

- Discutez d'évènements historiques qui ont marqué le quartier
- Il y a une sculpture devant de l'école? Découvrez ce qu'elle signifie
- La cour est un îlot de chaleur? Expliquez ce concept aux élèves



À L'EXTÉRIEUR COMME À L'INTÉRIEUR, LES RÈGLES SONT LES MÊMES



Indiquez clairement les limites physiques de votre activité.



Gardez une cohérence avec votre façon de fonctionner à l'intérieur.



Expliquez les consignes et les objectifs de votre activité avant de sortir.

AVEC LE TEMPS, LES ÉLÈVES COMPRENDRONT QUE LA COUR D'ÉCOLE, C'EST AUSSI UN LIEU D'APPRENTISSAGE. ÉTABLISSEZ BIEN LES RÈGLES !

Merci à la *Fondation Monique Fitz-Back* pour ces conseils destinés à l'enseignement et à la discipline en plein air. Pour plus de trucs et astuces, consultez : www.fondationmf.ca

AUTRES RESSOURCES

SORTEZ LES PELLES!

L'APPLICATION *GRAINES DE CHANGEMENT*, UN INDISPENSABLE

Développée par *Nature Québec* en collaboration avec *Québec'ERE*, cette application vise à sensibiliser les jeunes aux bienfaits de l'agriculture urbaine. Elle présente des moyens de cultiver des fruits et des légumes en ville, notamment dans la cour de l'école. Vous y trouverez des informations sur la biologie des plantes (structure, croissance, photosynthèse), le compostage ou encore la récupération de l'eau de pluie.

DISPONIBLE SUR APPLE STORE (POUR IPAD SEULEMENT)







BIBLIOGRAPHIE

1. Ouranos. 2015. Vers l'adaptation. Synthèse des connaissances sur les changements climatiques au Québec. Partie 1 : Évolution climatique au Québec. Édition 2015. Montréal, Québec, 114 p.
2. Institut national de santé publique. 2009. Mesures de lutte aux îlots de chaleur urbains - Revue de littérature. Direction des risques biologiques, environnementaux et occupationnels, Gouvernement du Québec, 77 p.
3. Voogt, J.A. 2002. Urban heat island. Encyclopedia of global environmental change, Vol. 3: 660-666.
4. Johnston, J. et Newton, J. 2004. Building green - A guide to using plants on roofs, walls and pavements. Greater London Authority, 121 p.
5. Institut national de santé publique. 2017. Verdir les villes pour la santé de la population - Revue de littérature. Direction de la santé environnementale et de la toxicologie. Gouvernement du Québec, 105 p.
6. Dadvand, P., Nieuwenhuijsen, M.J., Esnaola, M., Forn, J., Basagaña, X., Alvarez-Pedrerol, M., et al. 2015. Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 112(26): 7937-7942.
7. Cent Degrés. 2019. Neuf bonnes raisons d'encourager les jeunes à profiter des bienfaits de la nature, paru le 4 février 2019.
8. Mustapa, N.D., Maliki, N.Z. et Hamzah, A. 2015. Repositioning Children's Developmental Needs in Space Planning: A Review of Connection to Nature. Procedia - Social and Behavioral Sciences, (170)27: 330-339.
9. Cent Degrés. 2018. Pédagogie extérieure: les bienfaits visibles d'une classe aménagée en plein air, paru le 19 février 2018.
10. Fondation Monique Fitz-Back. 2018. Les initiatives d'éducation extérieure et de classes extérieures - Rapport d'analyse d'un sondage Web mené auprès des intervenants du milieu de l'éducation du Québec. Réalisé par Léger. 50 p.
11. Kuo, M., Barnes, M. et Jordan, C. 2019. Do experiences with nature promote learning? Converging evidence of a cause-and-effect relationship. Frontiers in Psychology. 10:305.
12. Québec en forme. 2012. Le jeu libre à l'extérieur comme élément indispensable au développement des jeunes - Faits saillants de la recherche.



MILIEUX DE VIE EN SANTÉ VOUS ACCOMPAGNE DANS L'ACTION

Milieus de vie en santé est un programme de Nature Québec visant à démontrer les bienfaits des îlots de fraîcheur sur la santé dans le contexte des changements climatiques.

-  Informe et mobilise votre collectivité scolaire
-  Organise et anime des ateliers participatifs
-  Propose des concepts d'aménagement de classe plein air
-  Coordonne le projet avec les acteurs impliqués

CONTACTEZ L'ÉQUIPE

(418) 648-2104

mvs@naturequebec.org

Besoin de ressources supplémentaires pour sortir votre classe ?

VISITEZ NOTRE SITE : WWW.SORS-TA-CLASSE.ORG

MERCI À NOS PARTENAIRES FINANCIERS :



Québec 

- Institut national de santé publique
- Ministère de la Santé et des Services sociaux

Le programme *Milieus de vie en santé* est financé en partie par le *Fonds vert* dans le cadre du *Plan d'action 2013-2020 sur les changements climatiques du gouvernement québécois*.