

# Jeu Ma Petite Planète – Explications des défis

## CE2 au CM2

### Téléchargement du fichier en PDF :

*Cliquer sur "Fichier" > Cliquer sur "Télécharger" dans le menu déroulant > Cliquer sur "Document PDF"*

#### I. ALIMENTATION

Défi 1 : Pas de gaspillage alimentaire !

Défi 2 : Un plat 100% végétal

Défi 3 : Pique-nique zéro déchet

#### II. AMBASSADEUR – AMBASSADRICE CLIMAT

Défi 4 : Vers l'écologie et au delà

Défi 5 : Mon avis a de l'importance !

#### III. BIODIVERSITÉ

Défi 6 : Sylvothérapie 🌳

Défi 7 : Promenons-nous dans les bois !

Défi 8 : Papillon de lumière 🦋

Défi 9 : Petite graine deviendra grande 🌱

#### IV. CRÉATION

Défi 10 : À la manière d'Arcimboldo

Défi 11 : Place au Land Art 🎨🖌️

Défi 12 : À mon moi du futur 🗨️

#### V. DÉCHETS / DIY

Défi 13 : Ça savonne 🧼

Défi 14 : Pierre PAPIER Ciseau

Défi 15 : Une ville propre ✨

#### VI. DEFIS CACHES

Défi 16 : Défi caché semaine 2

Défi 17 : Défi caché semaine 3

## VII. DÉFIS DE CLASSE

Défi 18 : Défi de classe facile

Défi 19 : Défi de classe difficile

## VIII. ENERGIE ET RESSOURCES

Défi 20 : C'est pas Versailles ici 💡

Défi 21 : L'eau c'est précieux 💧

Défi 22 : Vers les étoiles ☀️

## IX. MAXI DÉFI

Défi 23 : Marche climat à domicile 🏠

## X. MOBILITÉ

Défi 24 : Comme sur des roulettes

Défi 25 : Quel transport choisir ?

## XI. NOUVELLES CONNAISSANCES

Défi 26 : Faire parler les images 🗣️

Défi 27 : Nos amis les insectes 🐞

Défi 28 : Les mots croisés

## XII. SOLIDARITÉ

Défi 29 : Une lettre pour un sourire

Défi 30 : Donner c'est stylé !

## I. ALIMENTATION

### Défi 1 : Pas de gaspillage alimentaire !

#### **Explication :**

Finir entièrement son assiette - 0 gaspillage !

#### **Pourquoi ce défi ?**

Les aliments dans ton assiette ont été produits pour te nourrir et te donner de l'énergie. Il est important d'adopter un comportement responsable et de ne pas gaspiller !

Pour information, 1/3 de la production mondiale de nourriture n'est JAMAIS consommée ! 🤖

40% des déchets sont des fruits et légumes, souvent parce qu'ils sont « moches » (ils n'ont pas une forme parfaitement ronde par exemple) alors qu'ils sont tout aussi bons au goût et pour la santé



Plutôt que de jeter si tu n'as plus faim, pourquoi ne pas mettre les restes dans une boîte au réfrigérateur et les manger le lendemain ? 😊

#### **Pour aller plus loin :**



Voici une vidéo sur le gaspillage alimentaire expliqué aux enfants (et aussi aux adultes !) :

[https://www.youtube.com/watch?v=ckvKhSjwp\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=ckvKhSjwp_s)



Cet article décrit des manières de lutter contre le gaspillage alimentaire :

<https://faire-decouvrir-l-ecologie-aux-enfants.fr/comment-lutter-contre-le-gaspillage-alimentaire/>

### Défi 2 : Un plat 100% végétal

#### **Explication :**

Cuisiner un plat (entrée, plat ou dessert) 100% végétal et équilibré.

#### **Pourquoi ce défi ?**

Un repas végétal est un repas sans viande, sans poisson et sans produit qui vient des animaux.

C'est-à-dire que tout ce qu'il y a dans l'assiette vient de plantes, de graines 🌱

Les personnes qui ne mangent pas de viande le font pour plusieurs raisons : pour l'environnement 🌿, pour le bien-être des animaux 🐱🐶 ou encore pour la santé 😊

Pourquoi manger un repas végétal peut être un geste écologique et citoyen ?

Car pour produire de la viande, il faut utiliser beaucoup d'eau 💧 En plus, des forêts entières sont abattues pour la nourriture de ces animaux d'élevage 😞 Et du côté des poissons, la pêche est trop souvent intensive et les méthodes utilisées abîment les fonds marins 🌊 ce qui a un énorme impact sur la biodiversité.

L'idée est donc de réduire la consommation de viande et de poisson en végétalisant son assiette quand cela est possible ! 🌱

Il existe plein de possibilités pour des plats équilibrés 🍽️ ! Pour remplacer les protéines qu'il y a dans la viande ou le poisson, on peut cuisiner des haricots rouges, blancs ou noirs, des lentilles vertes ou corail, des pois chiches. On appelle cela des légumineuses.

Pour un plat équilibré, on peut cuisiner des légumes et des féculents.

### **Pour aller plus loin :**

👤📖 Une recette pour une entrée :

<https://vegan-pratique.fr/recettes/veloute-de-courge-aux-lentilles-corail/>.

👤📖 Une recette pour un plat principal :

<https://www.cuisineactuelle.fr/recettes/burger-vegetarien-steack-vegetal-183344> ou

<https://vegan-pratique.fr/recettes/lentilles-a-la-marocaine/>.

👤📖 Une recette pour un dessert :

<https://www.hervecuisine.com/recette/mousse-au-chocolat-vegan-sans-oeufs/>.

👤📖 Cet article de "Faire découvrir l'écologie aux enfants" explique l'enjeu de la surconsommation de viande : <https://faire-decouvrir-l-ecologie-aux-enfants.fr/surconsommation-viande/>.

## **Défi 3 : Pique-nique zéro déchet**

### **Explication :**

Organiser un pique-nique zéro déchet avec ses camarades de classe ou son entourage.

### **Pourquoi ce défi ?**

Les pique-niques, c'est génial ! C'est l'occasion de partager un repas en pleine Nature avec ses copains, ses copines ou son entourage 🌿😊

Souvent lors d'un pique-nique, beaucoup de déchets sont produits... à cause des emballages en plastique dans lesquels sont contenus les aliments comme les sandwichs, les chips, les compotes, les gâteaux industriels ou encore les bouteilles d'eau. Ça fait de nombreux déchets à jeter à la fin 😞



Un pique-nique zéro déchet permet de dire au revoir aux emballages en plastique et aux sandwichs industriels 🙌 Ainsi, il permet de réduire sa production de déchets et de manger de la nourriture meilleure en goût et pour la santé 😎

En plus, c'est simple à préparer ! Il te faut juste quelques contenants réutilisables et de bons petits plats faits maison et faciles à manger 😊

Voici quelques astuces pour préparer un pique-nique 100% zéro déchet ♻️ :

- 1] Utiliser des contenants et objets réutilisables : gourde, contenants, serviette en tissu, couverts...
- 2] Remplacer les chips par des pistaches, un mélange de fruits secs, des amandes ou encore des chips maison 😊 (ces aliments peuvent être achetés en vrac)
- 3] Prévoir des crudités faciles à manger comme des radis ou des bâtonnets de concombre 🥒 ou de

carotte 

- 4] Faire soi-même son sandwich ou faire un cake salé maison... Miam !
- 5] Pour le dessert, apporter un fruit de saison ou un gâteau fait maison  



## II. AMBASSADEUR – AMBASSADRICE CLIMAT

### Défi 4 : Vers l'écologie et au delà

#### **Explication :**

Créer un slogan écolo pour la classe et l'écrire sur une banderole suspendue dans la classe ou dans l'école.

#### **Pourquoi ce défi ?**

Un slogan est une phrase très courte pour retenir l'attention des personnes et les faire réfléchir ! Une banderole, pour montrer à tout le monde que ta classe ou ton école est engagée pour préserver la planète   ! Cela pourra peut-être pousser les personnes qui passent dans la rue à faire plus attention à la Nature !



 Ce slogan peut être repris pour chaque défi réalisé en classe pour motiver les élèves 




### Défi 5 : Mon avis a de l'importance !

#### **Explication :**

Faire un débat en lien avec l'environnement avec ses camarades de classe.

#### **Pourquoi ce défi ?**

Pour faire avancer les choses, les mots ont un super pouvoir  En débattant et en échangeant différents points de vue, on s'élève toujours plus haut les uns, les unes et les autres ! 

- 1] Choisir ensemble un sujet environnemental qui vous intéresse (il est possible de s'inspirer des thèmes des défis MPP )
- 2] Créer deux équipes 
- 3] C'est parti pour le débat ! 

## III. BIODIVERSITÉ

## Défi 6 : Sylvothérapie 🌳

### **Explication :**

Faire un câlin à un gros arbre (un dont on ne peut pas faire le tour avec ses bras).

### **Pourquoi ce défi ?**

🧑‍🌿 Réaliser des balades en forêts et être au contact des arbres permettraient de réduire le stress et de stimuler le système immunitaire (qui te permet de lutter contre les bactéries, virus, parasites). Alors qu'est-ce qu'on attend pour les remercier ? Surtout que, ne l'oublions pas, c'est en partie grâce aux arbres que nous pouvons respirer 😊

### **Pour aller plus loin :**

🧑‍🌿📖 Pour reconnaître quelques arbres et les nommer :

<https://lespetitsradis.fr/blog/reconnaitre-quelques-arbres-lors-d-une-promenade-en-foret-n158>

🧑‍🌿📖 Pour comprendre davantage la pratique de la sylvothérapie ou des "bains de forêt" :

<https://jardinage.lemonde.fr/dossier-2917-sylvotherapie-bain-foret.html>

## Défi 7 : Promenons-nous dans les bois !

### **Explication :**

Faire une balade en nature avec son entourage et/ou entre copains et copines.

### **Pourquoi ce défi ?**

Se vider l'esprit en plein air permet, tout d'abord, de faire une pause mais aussi de se reconnecter plus facilement avec le vivant et de s'émerveiller devant le monde : observer les animaux, les insectes ou les plantes peut être une grande source d'enseignement. 🌱

Pourquoi ne pas en profiter pour les prendre en photo et les présenter à tes camarades, en leur donnant le nom des plantes ou des animaux rencontrés ?

### **Pour aller plus loin :**

🧑‍🌿📖 Tu pourras même, peut-être, reconnaître certains arbres grâce à leurs feuilles :

<https://lespetitsradis.fr/blog/reconnaitre-quelques-arbres-lors-d-une-promenade-en-foret-n158>

## Défi 8 : Papillon de lumière 🦋

### **Explication :**

Réaliser la posture du papillon (et en profiter pour faire une pratique de calme pendant 5 minutes).

### **Pourquoi ce défi ?**

Ce temps calme permet d'accorder une pause à son esprit. C'est l'occasion de se détendre, d'évacuer le stress ainsi que l'anxiété et de se reconnecter avec son corps, notamment ! 😊

🧑🏫 Apprendre à ralentir, à se reconnecter à la Nature et au temps présent, ce sont des valeurs communes à l'écologie 🌱! Et il est important de se remercier pour le temps d'apaisement que l'on s'offre.

### **Pour aller plus loin :**

👤 Voici une vidéo qui montre comment réaliser la posture du papillon :

<https://youtu.be/OhVoG7TNVUc>

## **Défi 9 : Petite graine deviendra grande 🌱**

### **Explication :**

Planter une graine.

### **Pourquoi ce défi ?**

Végétaliser, c'est-à-dire planter des végétaux, permet de lutter contre la pollution de l'air et contre les pics de chaleur !

- ✅ Les arbres nourrissent les humains et les animaux (avec des fruits), mais également les sols qui ont besoin d'apports par les racines
- ✅ Les fleurs permettent aux abeilles de se nourrir du pollen, et par répercussion, de faire pousser d'autres fleurs. Pour cela, il faut planter des graines mellifères (des graines de fleurs). Tu as peut-être travaillé cela en sciences lors de la reproduction des plantes à fleurs ?
- ✅ Les arbres protègent les humains en régulant la température lors des pics de chaleur, mais aussi les animaux en les abritant !
- ✅ Plus on plante, plus on favorise la biodiversité
- ✅ Les arbres transforment le CO<sub>2</sub> dans l'air en oxygène, grâce au phénomène naturel qu'est la photosynthèse, ce qui nous permet de respirer !
- ✅ Les arbres nous apaisent et nous rendent plus heureux et heureuses

### **Pour aller plus loin :**

👤👤 Pourquoi planter des arbres ? : <https://www.youtube.com/watch?v=JRyaqpyS8-A>

👤📖 Conseils pour jardiner, proposés par "Les Petits Radis" pour aider à planter de beaux fruits et légumes : <https://lespetitsradis.fr/blog/les-fiches-legumes-c4>

## **IV. CRÉATION**

## Défi 10 : À la manière d'Arcimboldo

### Explication :

Réaliser un portrait à la Arcimboldo avec des fruits et légumes (de saison si possible).

### Pourquoi ce défi ?

Giuseppe Arcimboldo était un peintre 🎨 qui faisait des portraits avec des fruits et légumes, au fil des saisons. Inspire-toi de lui pour créer ton propre portrait, avec les fruits et légumes que tu veux (de préférence de saison) ! À toi de jouer 🍎 🥒 🍄!

### Pour aller plus loin :

👩🏫 Une enseignante partage sa séance sur la reconnaissance des légumes sur une œuvre d'Arcimboldo <https://lejournaldechrys.blogspot.com/2018/10/arts-visuels-arcimboldo.html> et pour les supports <https://drive.google.com/file/d/1gf51GQ61tMHTY4iVmumSqaNJZdxcJ3cX/view>

## Défi 11 : Place au Land Art 🎨

### Explication :

Faire une œuvre artistique éphémère dans la Nature avec les matériaux naturels trouvés.

### Pourquoi ce défi ?

Créer dans la Nature avec la Nature 🌿🌻 C'est l'occasion d'exprimer sa créativité en respectant le milieu naturel et d'observer l'environnement qui nous entoure : végétaux, animaux et minéraux 🍷

Le land art est un mouvement artistique dont les œuvres se font en pleine nature 🌳

Les œuvres de land art sont donc exposées à la pluie 🌧️ au soleil ☀️ au vent 🌬️ et elles disparaissent au fur et à mesure du temps. On dit qu'elles sont éphémères.

Pour réaliser une œuvre de land art, tu peux aller dans la Nature avec tes camarades et utiliser tous les matériaux que tu y trouves : des cailloux 🗿 des feuilles 🍃 des fleurs 🌸 des coquillages 🐚

On peut faire tellement de choses avec ce que nous donne la Nature ! 🌿

Fais sortir l'artiste qui est en toi en laissant libre cours à ton imagination !

### Pour aller plus loin :

👩🏫 Pour en savoir plus sur le Land Art :

<https://www.promessedefleurs.com/conseil-plantes-jardin/ficheconseil/land-art-origines-artistes-emblematisques-bienfaits>

👩🏫 Tuto pour du Land Art en Automne (peut fonctionner aussi pour le Printemps) :


<https://www.promessedefleurs.com/conseil-plantes-jardin/tutoriel/land-art-mandalas-automne>



## Défi 12 : À mon moi du futur



### **Explication :**

Écrire une lettre à son soi du futur avec des idées d'actions à mettre en place au quotidien (elles peuvent s'inspirer des défis MPP) !

### **Pourquoi ce défi ?**

Donne la lettre à ton maître ou ta maîtresse qui te la rendra à la fin de l'année scolaire. 

Plus que quelques mois avant la fin de l'année scolaire ! Imagine des actions que tu aimerais continuer à réaliser d'ici là  Elles peuvent s'inspirer des défis Ma Petite Planète 

En répétant ces petits gestes au quotidien, ils pourront devenir des habitudes ! Tu pourras te féliciter d'avoir continué à les accomplir  Pas de panique si ces résolutions n'ont pas été tenues ! Le principal c'est d'essayer et de garder la volonté de faire les choses bien 


## V. DÉCHETS / DIY



## Défi 13 : Ça savonne




### **Explication :**


Utiliser du savon solide.

### **Pourquoi ce défi ?**

Utiliser du savon solide (comme une savonnette) plutôt que du gel douche a de multiples avantages ! Eh oui, les savons solides sont à la fois plus sains, plus économiques et plus écologiques 

Les gels douche sont composés entre 85% et 90% d'eau  souvent mélangée à de nombreux produits chimiques. En comparaison, les savons solides sont constitués de beaucoup moins d'ingrédients qui sont, pour la plupart des savons, d'origine naturelle 

Tant au niveau de leur fabrication que de leur composition, les savons solides sont plus respectueux de l'environnement  Les gels douche sont contenus dans des bouteilles en plastique, alors qu'un savon solide ne produit (presque) aucun déchet. Tu peux en acheter dans un emballage en carton ou encore mieux, en vrac ! Un bon moyen de réduire ses déchets   
En plus, les savons solides durent plus longtemps et coûtent moins cher que les gels douche en bouteille 

Le savais-tu ? Le savon d'Alep est l'un des plus vieux savons du monde, il est fabriqué depuis plus de 3 500 ans  Le gel douche, lui, a été inventé il y a moins de 100 ans.

## Défi 14 : Pierre PAPIER Ciseau

### **Explication :**

Faire du papier recyclé.

### **Pourquoi ce défi ?**

Le papier est l'une des matières les plus faciles à recycler ! Le faire redevenir du papier ou du carton permet de lui donner une seconde vie ♻️

Il provient d'une pâte obtenue à partir de fibres végétales de bois, qui ont été extraites d'arbres coupés en troncs.

Recycler du papier soi-même permet à la fois de réduire ses déchets et d'économiser des ressources naturelles nécessaires à sa fabrication 🌲🌳 Tu évites ainsi que des arbres soient coupés pour produire à nouveau du papier !

Le savais-tu ? Pour être produite, 1 tonne de papier nécessite 3 tonnes de bois 😞

### **Pour aller plus loin :**

👤🎥 L'histoire de la fabrication du papier : <https://www.youtube.com/watch?v=PwnZFlxkm18>

👤📄 Tuto pour réaliser du papier recyclé avec les élèves :

[https://drive.google.com/file/d/1ROrKG8TbVhp9zqptMw629NzDqBG\\_cOV8/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1ROrKG8TbVhp9zqptMw629NzDqBG_cOV8/view?usp=sharing)

## Défi 15 : Une ville propre ✨

### **Explication :**

Ramasser les déchets autour de l'établissement avec sa classe.

### **Pourquoi ce défi ?**

Les déchets jetés dans la nature polluent les sols, dérangent les êtres vivants et peuvent polluer l'eau 💧😞

8 déchets sur 10 qui sont dans les océans proviennent des fleuves. Or, les déchets des fleuves proviennent eux-mêmes de la terre : ils arrivent jusqu'aux cours d'eau avec le vent ou la pluie.

Par exemple, un sac en plastique met une centaine d'années à se dégrader et un mégot de cigarette peut polluer jusqu'à 500 litres d'eau 🐱

En ramassant les déchets tu fais donc un grand geste pour la Nature ! 🌱

### **Pour aller plus loin :**

👤🎥 Court-métrage montrant la pollution des fleuves : <https://vimeo.com/799796360/edf6610c44>

👤📄 Cet article de "Faire découvrir l'écologie aux enfants" traite de ce que deviennent nos déchets : <https://faire-decouvrir-l-ecologie-aux-enfants.fr/que-deviennent-nos-dechets>

👤 Les poubelles et consignes de tri peuvent changer d'une municipalité à l'autre. Ainsi, tu peux

indiquer le nom de ta commune pour connaître les consignes de tri chez toi :

<https://www.triercestdonner.fr/guide-du-tri>

## VI. DEFIS CACHES

**Défi 16 :** Défi caché semaine 2

***Pourquoi ce défi ?***

Ce défi sera révélé le 22 mars.

**Défi 17 :** Défi caché semaine 3

***Pourquoi ce défi ?***

Ce défi sera révélé le 29 mars.

## VII. DÉFIS DE CLASSE

**Défi 18 :** Défi de classe facile

***Explication :***

Imaginer un défi de classe facile avec ses camarades et son maître ou sa maîtresse (un qui n'est pas sur la liste).

***Pourquoi ce défi ?***

La coopération est la règle d'or d'un monde plus juste et inclusif !

Ce défi réalisé par toute la classe est un bon exemple de la beauté des actions de groupe.

Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin 🧑🧒🚀 !

**Défi 19 :** Défi de classe difficile

***Explication :***

Imaginer un défi de classe difficile avec ses camarades et son maître ou sa maîtresse (un qui n'est pas sur la liste).

### **Pourquoi ce défi ?**

La coopération est la règle d'or d'un monde plus juste et inclusif !

Ce défi réalisé par toute la classe est un bon exemple de la beauté des actions de groupe.

Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin 🧑🏫🚀 !

## **VIII. ENERGIE ET RESSOURCES**

### **Défi 20 : C'est pas Versailles ici 💡**

#### **Explication :**

Éteindre la lumière en sortant d'une pièce.

#### **Pourquoi ce défi ?**

L'électricité, il faut la fabriquer. Et quand on produit de l'électricité, on rejette des gaz à effet de serre dans l'atmosphère. Ce sont des gaz qui contribuent au changement climatique et qui sont donc mauvais pour la planète 🌡️

Il est donc important de ne pas gâcher l'électricité et d'en utiliser que si on en a besoin. En éteignant la lumière quand tu sors de la pièce, tu fais des économies d'énergie ! 💡

#### **Pour aller plus loin :**

🧑🏫📺 Cette vidéo explique l'enjeu des énergies aux enfants :

<https://www.youtube.com/watch?v=o2xWI9uIp-k>

🧑🏫📖 Pour aller plus loin en classe, voici une activité proposée par "Educlimat". Elle est composée de plusieurs mini-jeux permettant aux enfants de comprendre le lien entre l'énergie, les activités humaines et le changement climatique : <https://educlimat.fr/la-mediatheque/arbre-educlimat/>

### **Défi 21 : L'eau c'est précieux 💧**

#### **Explication :**

Couper l'eau du robinet en se lavant les dents et/ou en se savonnant les mains.

#### **Pourquoi ce défi ?**

L'eau douce, celle que l'on peut boire, est précieuse 💎 Eh oui, bien que notre "planète bleue" soit composée à 72% d'eau 🌍 les ressources en eau douce restent limitées. Pourtant, cette eau est indispensable à la vie sur Terre. On en a besoin pour vivre, se laver et produire notre nourriture !

Il est important de faire attention à notre consommation d'eau douce 💧 Si dans la majorité des pays européens, on a la chance d'avoir accès à de l'eau potable au robinet, ce n'est pas le cas dans de nombreux pays du monde. Couper l'eau du robinet pour ne pas la gaspiller est un bon

moyen d'économiser cette ressource ! ❤️

### **Pour aller plus loin :**

👤 Cette vidéo explique l'importance d'économiser l'eau :

<https://www.youtube.com/watch?v=YzgQXpgsdww>

📄 Voici également un article sur l'eau douce :

<https://faire-decouvrir-l-ecologie-aux-enfants.fr/eau-douce-sur-terre/>

## **Défi 22 : Vers les étoiles ✨**

### **Explication :**

Observer le ciel de nuit, trouver une constellation et la nommer. Si aucune n'est visible, se renseigner sur la pollution lumineuse avec l'aide de son maître ou de sa maîtresse.

### **Pourquoi ce défi ?**

En fonction de l'endroit dans lequel tu te trouves tu vas t'apercevoir que la nuit tout n'est pas noir 🌑 Cela est dû à la pollution lumineuse présente dans de nombreuses villes 🏙️ Elle est provoquée par des éclairages trop puissants ou mal orientés qui empêchent l'observation du ciel et des étoiles



La lumière artificielle émise par les lampadaires, les enseignes publicitaires ou encore les lumières des bureaux, nous empêche de voir les étoiles briller ✨

Elle a aussi d'autres conséquences comme : le gaspillage d'énergie et la perturbation de la biodiversité 😞 Les animaux, les végétaux et les humains sont aussi impactés par la pollution lumineuse !

Certains animaux nocturnes (ceux qui vivent la nuit), comme les chauves-souris ou les chouettes, ne savent plus si on est le jour ou la nuit à cause des lumières artificielles 🦇

Il y a des moyens d'éviter cette pollution lumineuse 🛡️ Éteindre la lumière en sortant d'une pièce ou à l'extérieur, sont des petits gestes qui permettraient à tout le monde de profiter de la nuit noire pour observer les étoiles 😊

### **Pour aller plus loin :**

👤 Vidéo explicative de la pollution lumineuse :

<https://www.youtube.com/watch?v=ibwi5JlpD0o&t=42s>

## **IX. MAXI DÉFI**

### **Défi 23 : Marche climat à domicile 🙌**

### **Explication :**

Réaliser une marche climat dans la cour de récréation ou au sein de son établissement.

### **Pourquoi ce défi ?**

Une marche climat, c'est une manifestation pour montrer qu'on veut lutter contre le changement climatique 🙌

La mobilisation citoyenne c'est important ! Tous les citoyens et toutes les citoyennes allient leurs compétences et leurs valeurs pour défendre une cause qui leur tient à cœur ❤️

Organiser un événement de toute pièce, cela peut être une belle aventure, surtout en coopération avec les autres équipes ou classes dans ton établissement !

Tu peux créer des banderoles, chanter des chansons, inventer des slogans et défiler pour montrer à toute l'école que tu veux protéger la planète 🌍

👤 Cela permet de travailler les questions d'engagement citoyen en EMC dans les programmes scolaires

## **X. MOBILITÉ**

### **Défi 24 : Comme sur des roulettes**

#### **Explication :**

Faire 30 minutes de marche, course, vélo, trottinette ou roller, en bref de la mobilité douce.

#### **Pourquoi ce défi ?**

La mobilité douce, c'est se déplacer avec des moyens de transport peu ou non polluants, comme la marche 🚶 le vélo 🚲 la trottinette 🛹 ou encore faire du covoiturage (faire un trajet en voiture à plusieurs).

En France, 4 trajets en voiture sur 10 sont faits sur des petites distances, c'est-à-dire que pour le même déplacement, on pourrait prendre le vélo pendant 10 minutes alors que la voiture pollue.

On pourrait donc facilement éviter la voiture et la remplacer par d'autres moyens de transports moins polluants. Cela permettrait de garder un air plus pur dans ta commune 🌿

En plus, grâce à ce défi, tu peux faire du sport et être en meilleure santé 💪

#### **Pour aller plus loin :**

👤 Cette vidéo explique aux enfants d'où vient la pollution de l'air :

[https://www.youtube.com/watch?v=o\\_2eJyCUsUM](https://www.youtube.com/watch?v=o_2eJyCUsUM)

## Défi 25 : Quel transport choisir ?

### **Explication :**

En classe, choisir un moyen de transport et faire la liste des POUR et des CONTRE de son utilisation.

### **Pourquoi ce défi ?**

Les transports sont l'une des principales sources de pollution de l'air ! Chaque moyen de transport a un impact écologique plus ou moins grand 🚲🚗✈️ L'impact écologique est une trace laissée sur la planète, qui peut être calculée à partir de ce que l'on appelle : l'empreinte carbone.

L'empreinte carbone est un calcul fait à partir du mode de vie de chaque personne. Elle reflète la trace que l'on va laisser sur la planète 🌍 Moins elle est élevée, mieux la planète se porte ✨

Chaque personne a sa propre empreinte carbone : elle va différer en fonction du moyen de transport utilisé quotidiennement pour se déplacer par exemple 🚲

Pour faire en sorte de préserver la planète, il faut donc bien choisir le moyen de transport à privilégier 🤝

Vous pouvez vous poser des questions ensemble.

Est-ce que ce transport est rapide ? ⚡ Est-ce qu'il coûte cher ? 💰 Est-ce que ce transport est écologique ? ❤️ Est-ce qu'il permet de faire du sport ? 🏃

Cet exercice te permettra de développer ton esprit critique et t'aidera à choisir comment tu veux te déplacer.

## XI. NOUVELLES CONNAISSANCES

### Défi 26 : Faire parler les images 🧑🧑

### **Explication :**

Regarder un film ou un court-métrage sur l'environnement avec son entourage ou en classe.

### **Pourquoi ce défi ?**

Il est important de comprendre avant d'agir pour l'environnement car plus tu en sauras, mieux tu te comporteras pour notre belle Planète ! 😎

Et surtout, n'hésite pas à partager tes impressions sur le film avec ton entourage ! 🎬


🗨️ Peut-être que ça les aidera à leur tour à se rendre compte de la beauté de notre monde et à mieux agir au quotidien !

Des films pour enfants sont souvent à l'affiche pendant les vacances scolaires et des sorties cinéma peuvent être organisées pour regarder des films sur l'environnement.

### **Pour aller plus loin :**

🧑🧑 Un court-métrage réalisé avec des enfants sur l'eau :

<https://vimeo.com/799796360/edf6610c44>

 Un site proposant un rallye vidéos "un jour une question" avec une cinquantaine de vidéos écologiques 🤖 :

<https://papapositive.fr/12-films-danimation-pour-sensibiliser-a-la-protection-de-la-planete/>

 Liste de films et documentaires à visionner avec les élèves :

<https://mapetiteplanete.notion.site/Films-et-vid-os-2d32bb3298884a8b85fdb25bd5c3a6b0>

## **Défi 27** : Nos amis les insectes 🐞

### **Explication :**


Dessiner un insecte de jardin et se renseigner sur son utilité pour la Nature, avec l'aide de son maître ou de sa maîtresse.

### **Pourquoi ce défi ?**

Les insectes sont très utiles et ils sont de grands alliés pour nos jardins 🌸🌿 Ils pollinisent les fleurs, aèrent les sols, se nourrissent d'autres insectes qui abîment les plantes et sont une grande source de nourriture pour d'autres animaux comme les oiseaux, les poissons, les reptiles, ou encore les mammifères.

Choisis un insecte et dessine-le ! Ton maître ou ta maîtresse t'expliquera à quoi sert cet insecte dans ton jardin 🐞

### **Pour aller plus loin :**

 Voici un guide proposé par "Les Petits Radis", pour reconnaître les petites bêtes dans ton jardin et en apprendre plus sur leur rôle :

<https://lespetitsradis.fr/blog/observer-les-petites-betes-du-jardin-n121>

## **Défi 28** : Les mots croisés

### **Explication :**

Remplir les mots croisés de l'écologie MPP à l'aide de définitions.

### **Pourquoi ce défi ?**

Ce défi va te permettre de voir si tu connais le réel sens des mots que l'on utilise au quotidien, ou du moins, qui concernent l'environnement.

Pour avoir accès à la fiche de mots croisés, il faut cliquer sur ce lien :

[https://drive.google.com/file/d/16xIsT1bfwcuqkiAl68CqKHxI7EoFYq5w/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/16xIsT1bfwcuqkiAl68CqKHxI7EoFYq5w/view?usp=share_link)

## XII. SOLIDARITÉ

### Défi 29 : Une lettre pour un sourire

#### **Explication :**

Écrire une lettre, un poème ou faire un dessin destiné à un enfant hospitalisé.

#### **Pourquoi ce défi ?**

Écrire une lettre, un poème ou même faire un dessin à un enfant malade, c'est lui apporter ton soutien, ainsi qu'à sa famille ❤️

Certains enfants peuvent vivre des moments difficiles et entretiennent moins de liens avec d'autres enfants car sont obligés de rester à l'hôpital pour se faire prodiguer des soins.

Ta lettre fera énormément plaisir à un enfant ! C'est un petit message d'espoir qui pourra lui redonner le sourire 😊 Et c'est aussi l'occasion d'échanger avec d'autres enfants ! Qui sait, peut-être que tu te feras de nouveaux copains et de nouvelles copines 🧑🏻🧑🏻🧑🏻

Si tu ne peux pas envoyer de lettre à l'hôpital tu peux passer par l'association 1 lettre 1 sourire et écrire aux personnes âgées isolées qui, elles aussi, seront très heureuses de recevoir ta lettre ou ton dessin

Ce défi permet de créer ou recréer du lien avec des personnes, il est important de se montrer solidaire et de penser aux autres ❤️

🧑🏻 Sur le site de l'association 1 lettre 1 sourire, une fiche est disponible pour guider les élèves dans l'écriture de leur lettre : <https://1lettre1sourire.org/ecrivez-une-lettre/>

Cela peut être une lettre ou un dessin en version manuscrite (à la main) ou une lettre directement rédigée sur leur site !

Pour l'envoi, il suffit de déposer la lettre sur le site de l'association (en la scannant ou en la photographiant si elle est sous format papier). L'association s'occupera de l'envoyer à une personne âgée isolée au format papier.

Évidemment cette lettre peut rester anonyme !

### Défi 30 : Donner c'est stylé !

#### **Explication :**

Faire un sac de don de vêtements ou de jouets et le déposer dans un bac à collecte ou le donner à une association.

#### **Pourquoi ce défi ?**

Les vêtements ou jouets que tu n'utilises plus et qui encombrant tes placards pourront servir à d'autres enfants qui en ont besoin 🧑🏻 En les donnant, tu offres à ces objets une seconde vie et tu évites qu'ils soient jetés, c'est génial non ?

C'est le principe de ce que l'on appelle "économie circulaire" ♻️ Ce que tu donnes est réutilisé, ce qui contribue à réduire la quantité de déchets produits. C'est un bon moyen de préserver la planète

tout en étant solidaire 💪

Il est possible de donner d'anciens vêtements ou jouets à des associations comme Le Secours Populaire, La Croix Rouge, Emmaüs ou encore les Restos du Cœur ❤️

***Pour aller plus loin :***

 Le principe de l'économie circulaire : <https://www.youtube.com/watch?v=evjGT35-4LU>