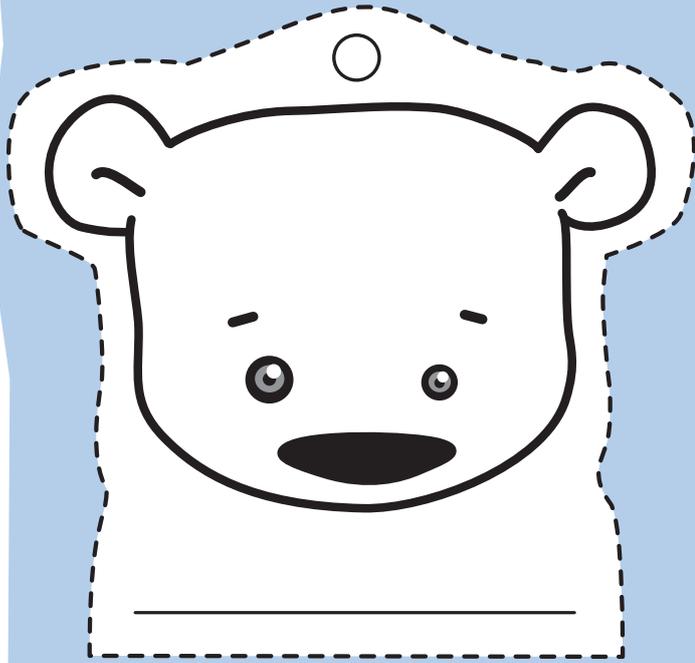


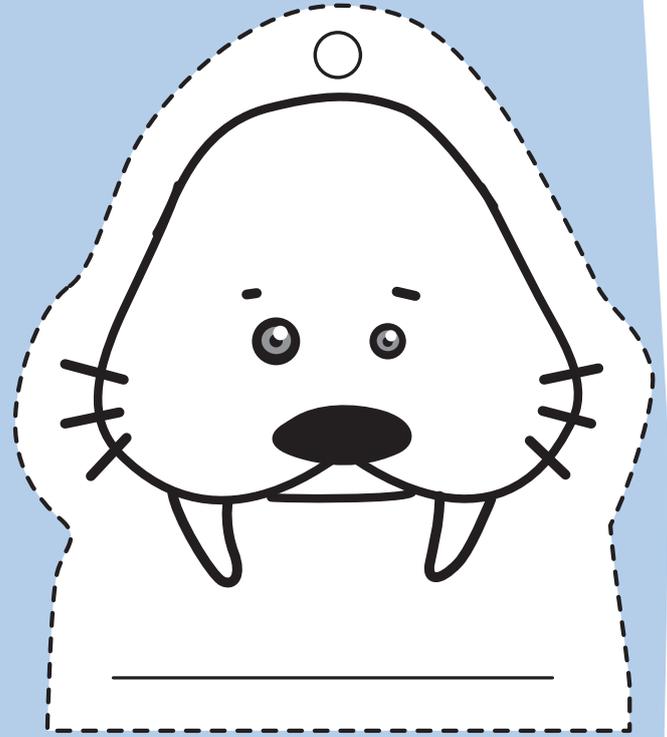
Étiquettes pour ton prénom

Marche à suivre :

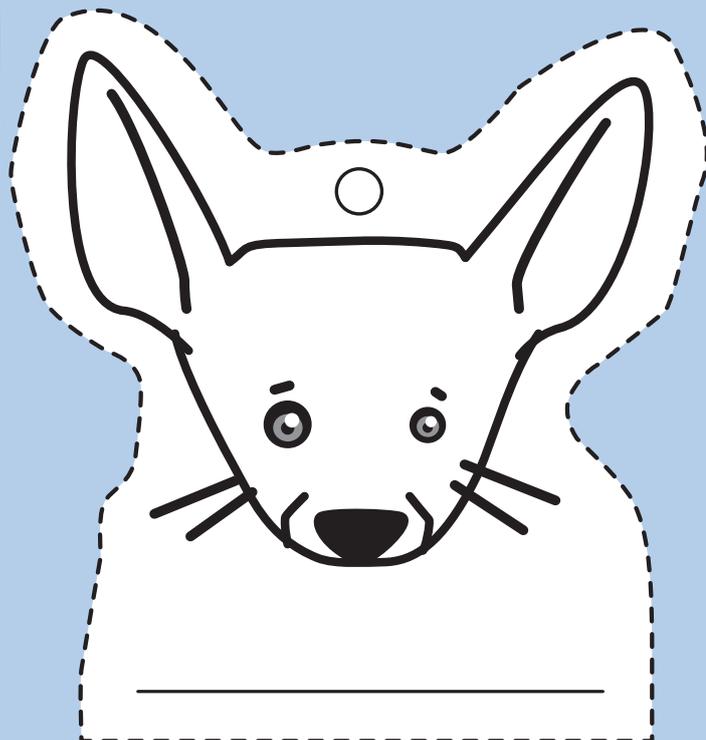
1. Découpe l'animal de ton choix
2. Écris ton prénom sur la ligne, ou fais-le écrire par ta maîtresse
3. Colorie-le
4. Demande à ta maîtresse de faire un petit trou pour y mettre une épingle à nourrice



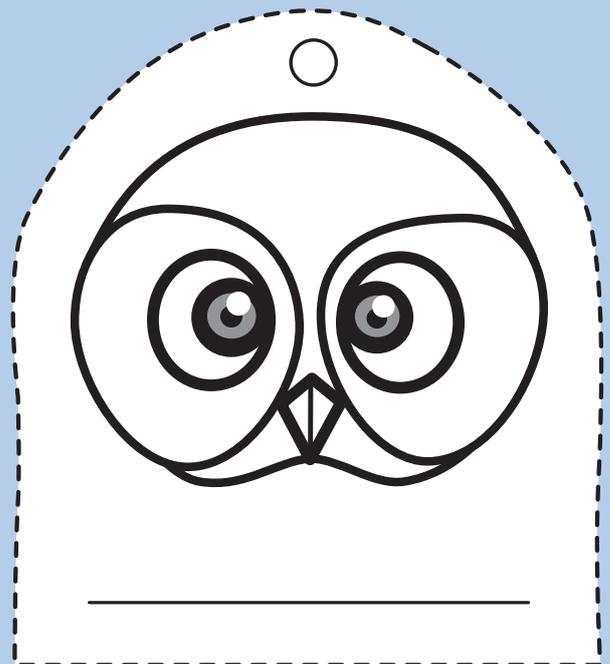
Ours polaire



Morse



Renard polaire

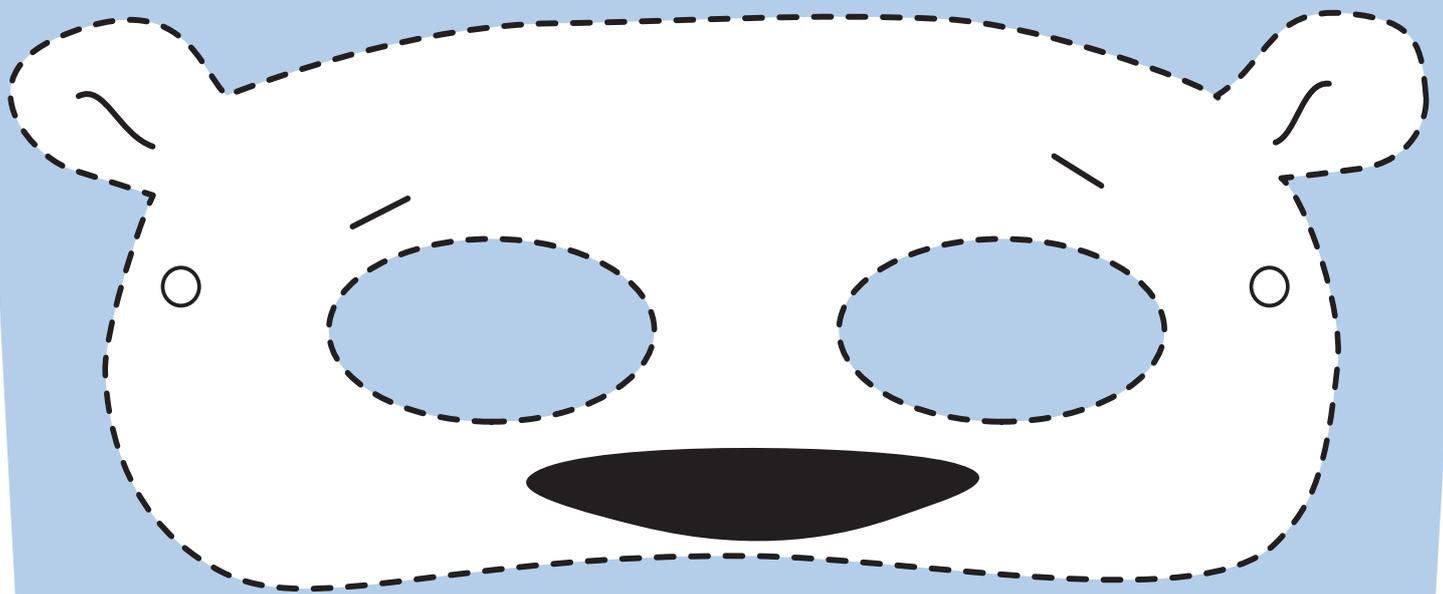


Harfang des neiges

Dans les yeux d'un ours blanc

Marche à suivre :

1. Découpe ton masque
2. Écris ton prénom au dos du masque
3. Colorie-le ou colle de la ouate selon ton envie
4. Demande à ta maîtresse de fixer un élastique



Banque-ise !

Une tirelire aux allures de banquise pour mettre des petits sous de côté.

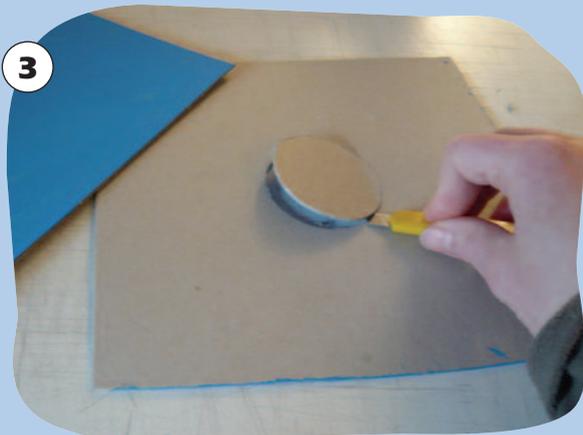
Matériel :

un Tupperware rond
du papier mâché
un carton épais et solide pour faire le fond
de la pâte à sel (sel, farine et eau)

un cutter
de la gouache (blanc, bleu et noir)
un pinceau

Marche à suivre :

1. Préparer la colle d'amidon selon les indications du produit
2. Disposer du papier mâché sur un *Tupperware* tourné à l'envers (2)
3. Dès que la structure est sèche, la démouler tout en douceur
4. Faire de la pâte à sel (1 verre de sel, 1 verre d'eau tiède, 2 verres de farine)
5. Créer un petit ourson, le faire sécher 12 h, puis le cuire à 80° C un peu plus de 2 h
6. Peindre l'ourson en blanc, la banquise en bleu clair et le carton en bleu foncé
7. Coller l'ourson sur la banquise
8. Découper les 3/4 d'un cercle (diamètre d'un tube de colle blanche) (3)
au centre du carton (qui fera office d'ouverture)
9. Découper une fente dans la banquise pour y glisser les pièces.
10. Coller la banquise sur le carton de façon à avoir l'ouverture au milieu

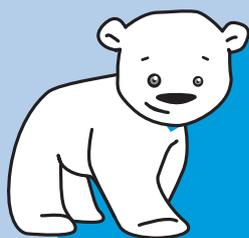
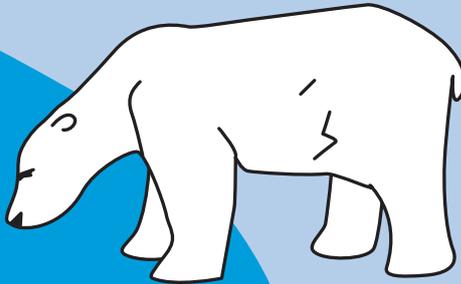


Des petites poésies

Ballade de l'ours blanc

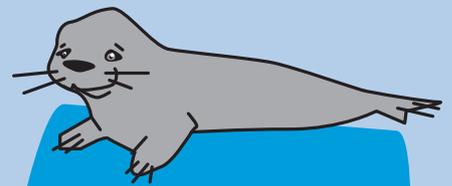
Neige, glace et vent,
La banquise est froide,
Le ciel est blanc...
Dans mon repaire, solitaire,
Je guette les phoques, je montre les dents.
Je fais trembler la terre entière
Neige, glace et vent,
La banquise est froide,
Le ciel est blanc.

Michèle Hocké



Arctos
Ourson blanc
Prince des glaces
Malgré le froid glacial
La banquise est ton royaume !
Tout jeune petit chasseur
Phoques et pingouins
t'intéressent.
Cours !

Eveline Monticelli



Le phoque

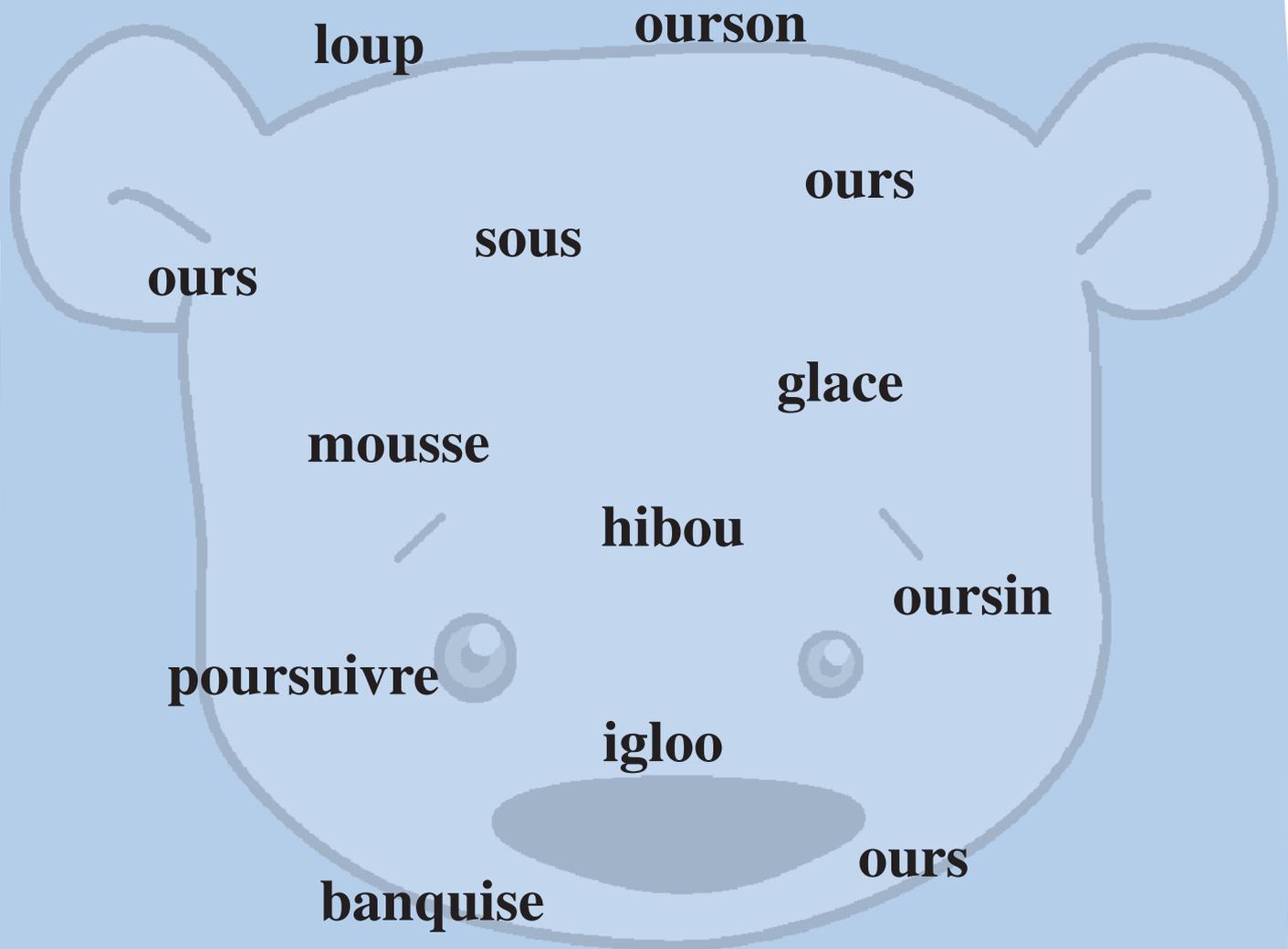
Sur la banquise
Vit un phoque.
Le froid, la bise,
Il s'en moque.
Le rêve idiot
De ce phoque-là
C'est de manger
Pour son goûter
Un esquimau
Au chocolat.

Corinne Albaut

Trouve l'ours !

Consigne :

1. Entoure les mots ours
2. Souligne ensuite en rouge le son «ou» partout



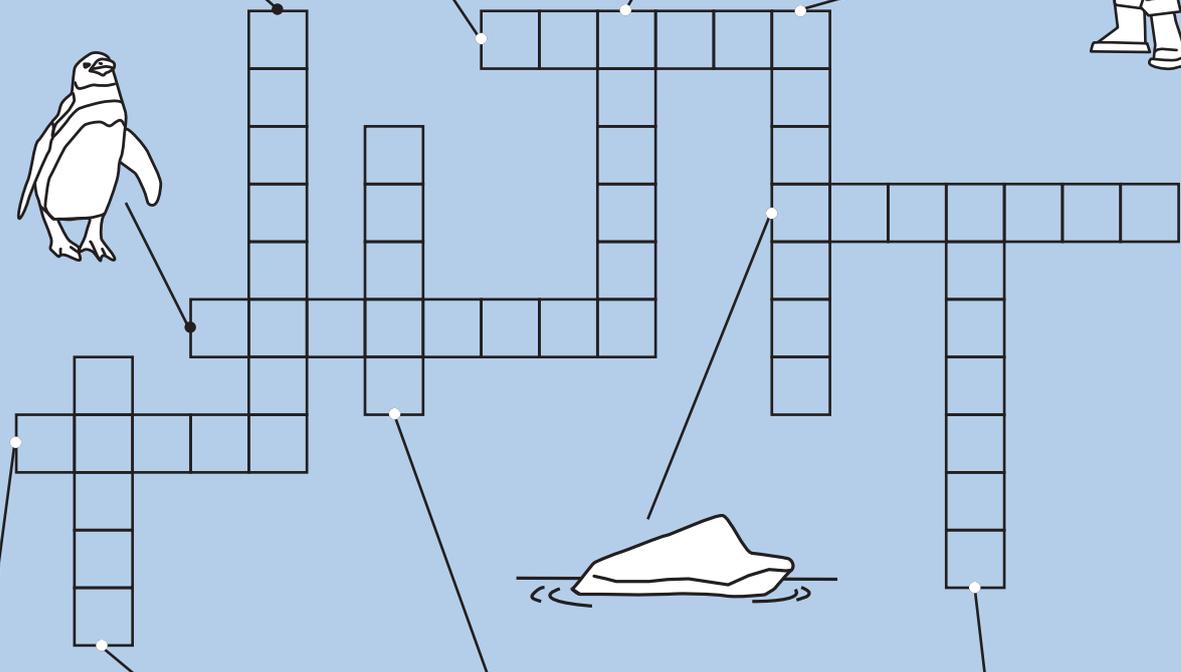
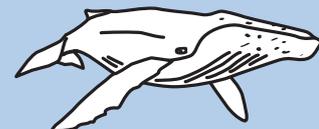
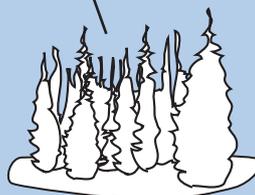
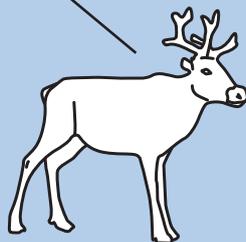
Le mots-croisés arctique

Consigne :

- Parmi la liste des mots suivants, retrouve les mots qui correspondent aux images

iceberg
taïga
neige
banquise
phoque

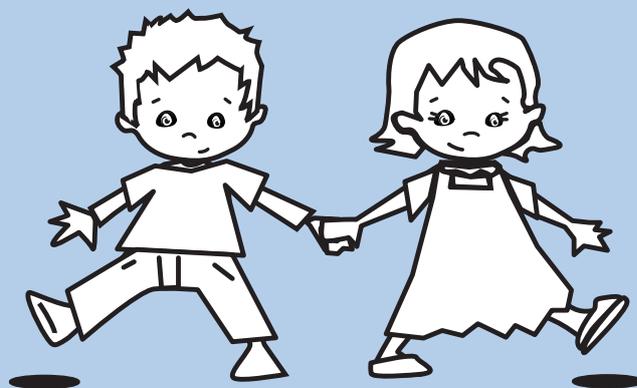
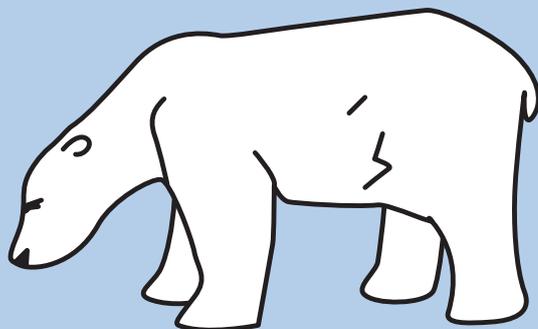
baleine
eskimos
pingouin
renne
ourson



Où est l'Arctique ?

Consigne :

- Où habites-tu ? Trace une flèche
- Où habite l'ours ? Trace une flèche
- Colorie le petit garçon ou la petite fille



J'habite en Suisse

L'ours polaire habite en Arctique

Où est l'Arctique ?

Consigne :

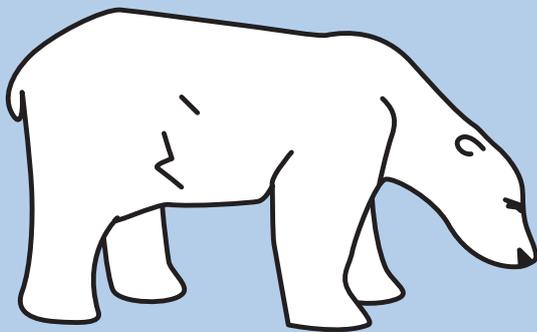
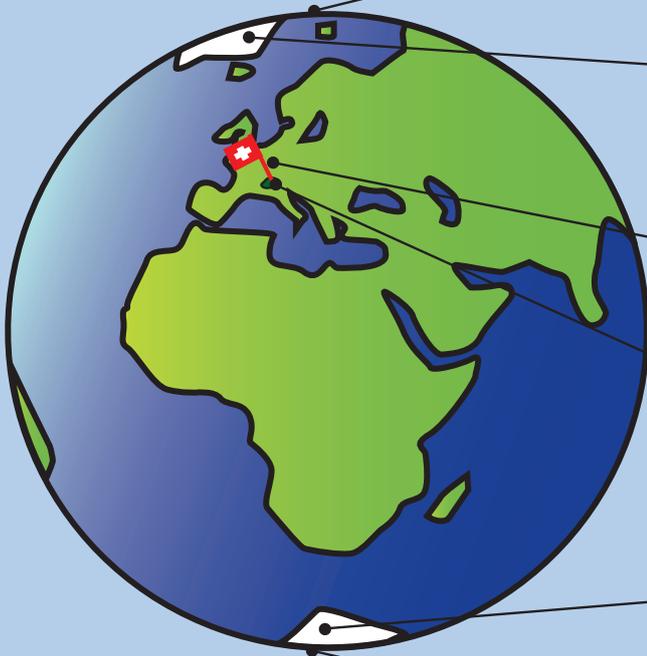
- Place les mots suivants :

Arctique
Suisse

pôle Sud
pôle Nord

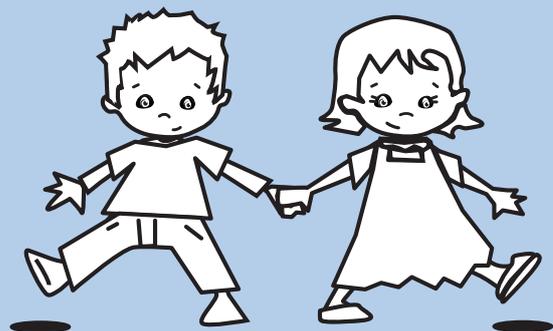
Antarctique
Europe

- Colorie le petit garçon ou la petite fille



L'ours polaire
habite en _____

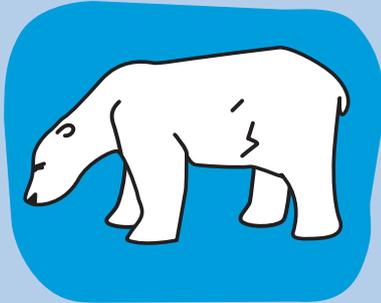
J'habite en _____



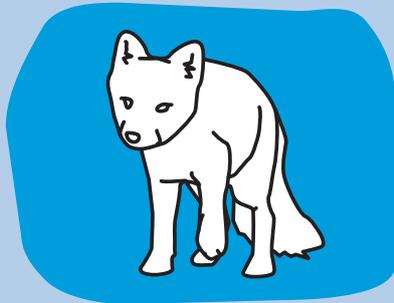
Les animaux vivant au pôle Nord

Consigne :

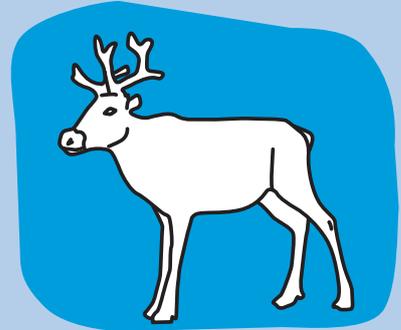
- Découpe les noms d'animaux en bas de la page
- Retrouve les noms des animaux et colle-les sous les images correspondantes
- Colorie les illustrations



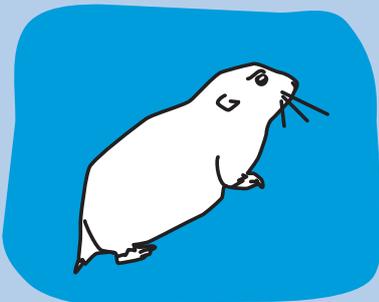
ours blanc



renard polaire



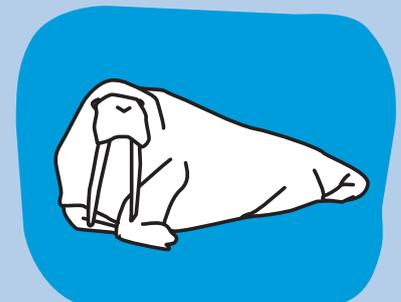
renne



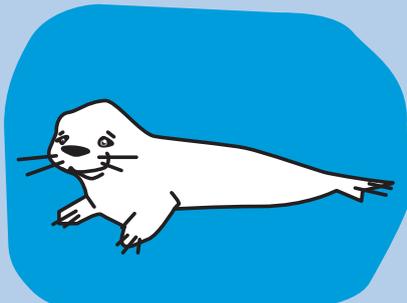
lemming



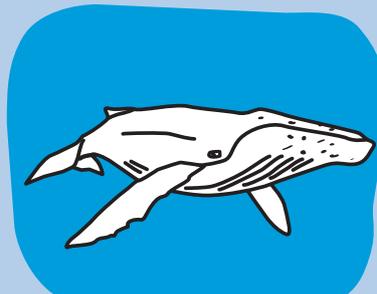
chouette harfang



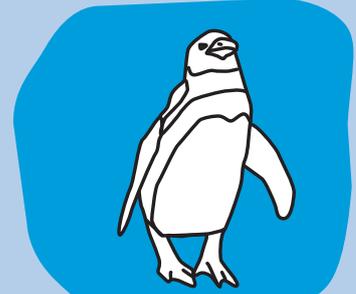
morse



phoque



baleine à bosse



pingouin

ours blanc

renard polaire

renne

lemming

chouette harfang

morse

phoque

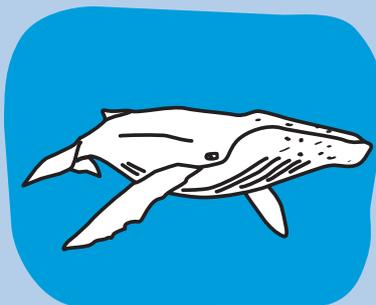
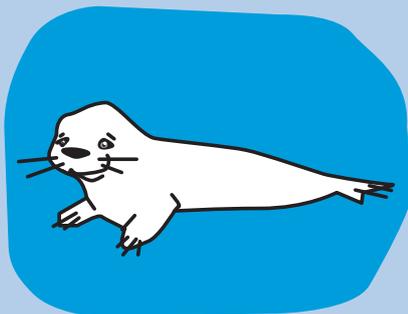
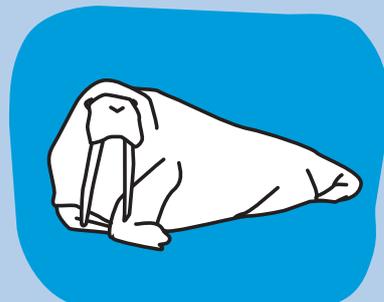
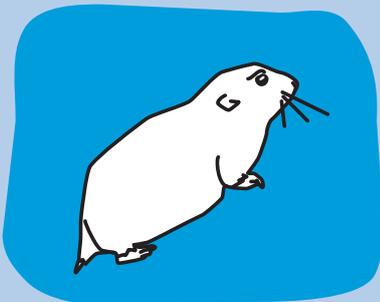
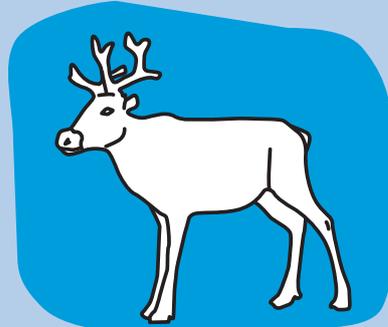
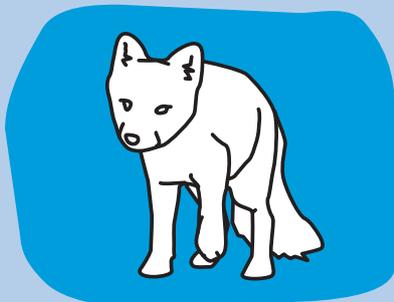
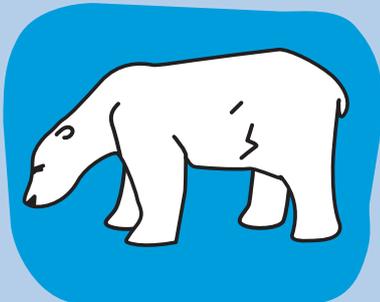
baleine à bosse

pingouin

Les animaux vivant au pôle Nord

Consigne :

- Découpe les noms d'animaux en bas de la page
- Retrouve les noms des animaux et colle-les sous les images correspondantes
- Colorie les illustrations



ours blanc

renard polaire

renne

lemming

chouette harfang

morse

phoque

baleine à bosse

pingouin

L'ours polaire

Consigne :

- Ecris les mots manquants dans les bulles

oreilles
doigts
fourrure

graisse
queue

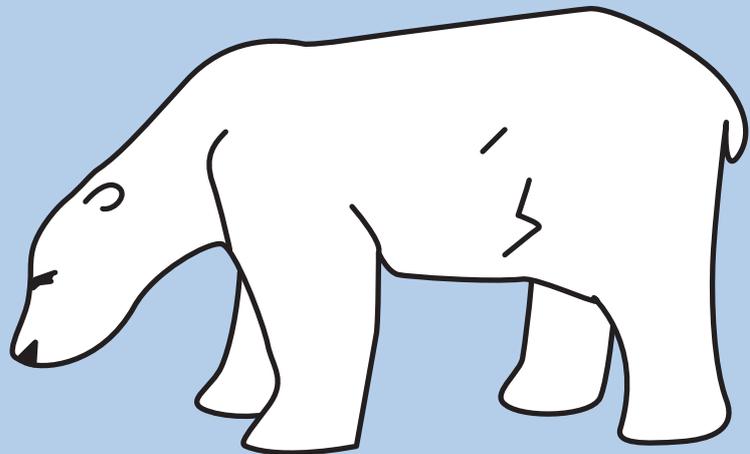
L'ours polaire a une couche de de 5 à 15 cm.

Il a une épaisse avec de longs poils.

Malgré ses petites , l'ours a une ouïe très fine.

Il a une petite .

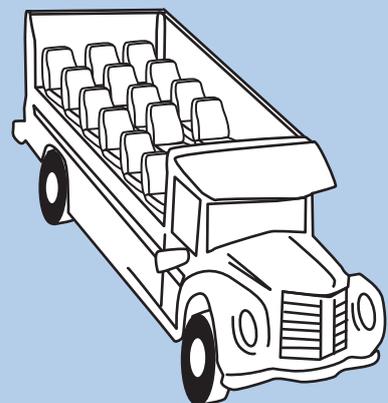
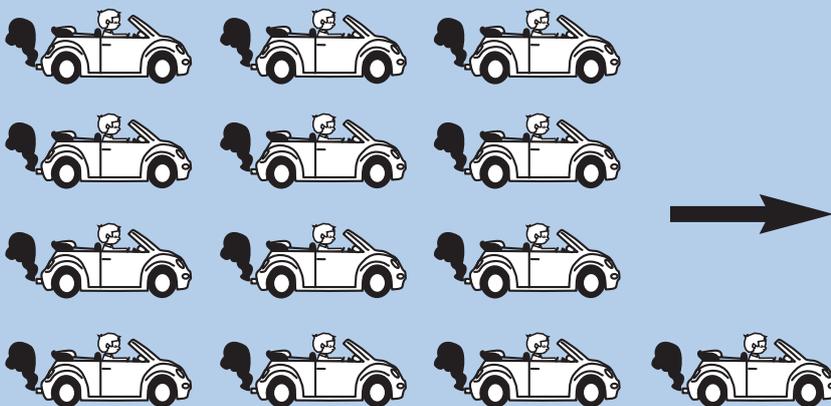
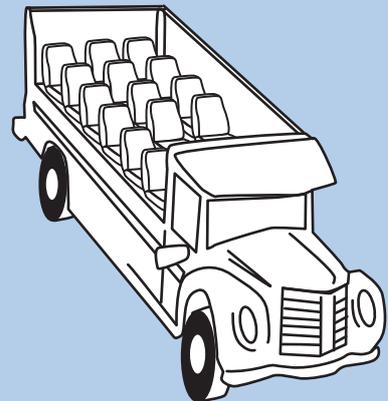
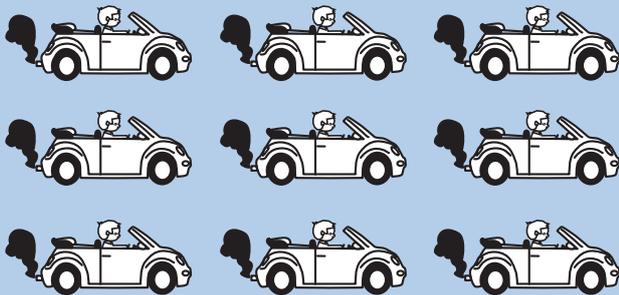
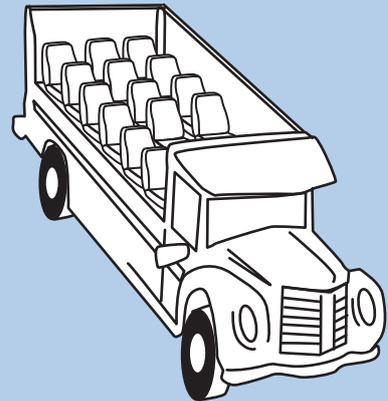
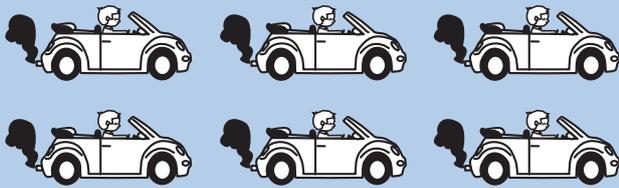
Ses pattes ont des palmés.



Il y a de la place dans le bus

Consigne :

- Cet exercice te propose de mettre dans le bus tous les conducteurs de voiture et ainsi diminuer la pollution.
- Compte le nombre de conducteurs de voiture et colorie le nombre de sièges que cela représente dans le bus.



Des gestes pour les animaux de la banquise

Consigne :

- Dessine trois images qui font que la maison consomme beaucoup d'énergie.
- Dessine trois images qui font que la maison consomme peu d'énergie.

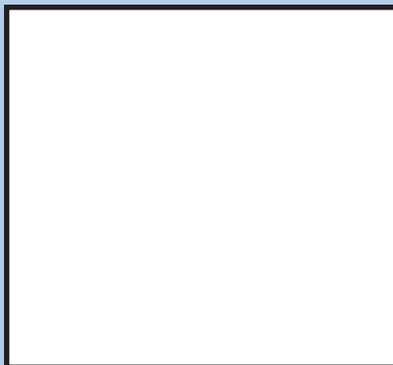


La maison consomme beaucoup d'énergie inutilement lorsqu'on...

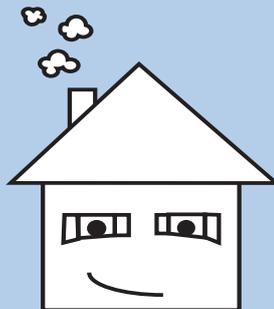
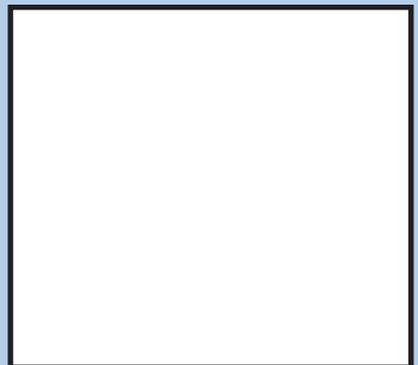
... allume le chauffage trop fort



... laisse la fenêtre ouverte longtemps en hiver

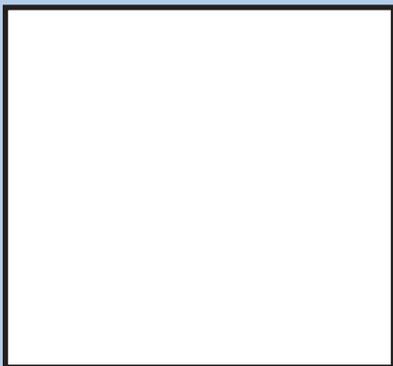


... (ton idée)

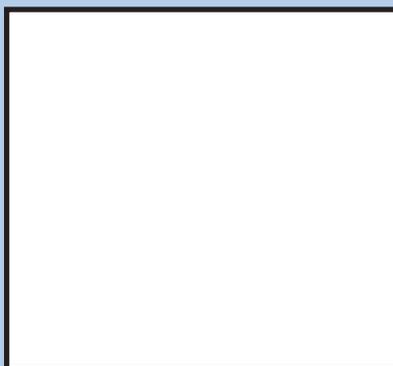


La maison consomme moins d'énergie lorsqu'on...

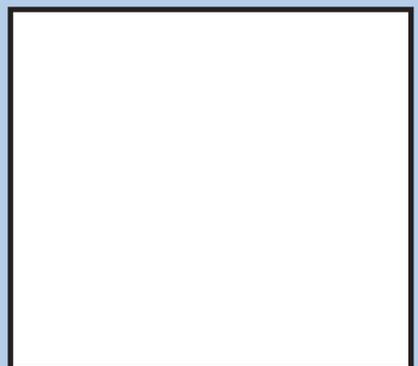
... baisse le chauffage en hiver



... ferme le robinet pendant qu'on se brosse les dents



... (ton idée)



Petit panda

Minicroche 3 • Paroles et musique: Marie Henchoz

la ré mi
Pe - tit pan-da, pe - tit panda, Les hom-mes doi-vent te pro - té - ger.

la ré mi la
Pe - tit pan-da, pe - tit panda, Pour que tu trouves encor' à man - ger.

ré mi la ré mi la
Quand len-te-ment le jour dé - clin', Dans les gran-des fo - rêts de Chin',

ré mi la ré mi
C'est l'heur' de cher-cher ta can - tin', Tu as toujours la bonne com - bin'.



1. Petit panda, petit panda,
Les hommes doivent te protéger.
Petit panda, petit panda,
Pour que tu trouves encore à manger.

Refrain

*Quand lentement le jour décline,
Dans les grandes forêts de Chine,
C'est l'heure de chercher ta cantine,
Tu as toujours la bonne combine.*

2. Petit panda, petit panda,
Dans les bambous, viens te promener.
Petit panda, petit panda,
Ouvre les yeux, voilà ton dîner.

Arctos, prince des glaces

Sauterocroche • Paroles et musique: Marie Henchoz

DO lam ré⁷ SOL⁷
 C'est la pre - mièr, la pre-mièr' fois Que tu sors le bout de ton nez, Arc-tos, le

DO lam ré⁷ SOL⁷ FA fa dim
 prin-ce des grands froids Prends bien gar - d'à tous les dan-gers. Res-te tout près de ta ma-man car la ban-

DO DO⁷ SI lam RE ré ré⁷ SOL⁷
 qui-se s'est cas-sée Et tous ces gla-çons flot-tants Au loin pour-raient t'en-traî-ner

DO DO⁷ FA SOL DO DOL
 Et si tu veux t'a - mu-ser Re - gar-de les pin-gouins Sur la gla-ce pa - ti-ner Ah

FA ré SOL⁷ DO DO⁷ FA SOL
 quels bons co-mé-diens. Et si tu veux t'a - mu-ser Re - gar-de les pin-gouins

DO SOL FA SOL⁷ DO
 Sur la gla-ce pa - ti-ner Ah! quels bons co - mé-diens.

Arrangements: Lee Maddeford. Avec Les Manouches Tsé-Tsé. Guitares: Juan Buti. Contrebasse: Alain Dessauges. Violon: Eva Slongo. Flûte à bec: Samuel Huguenin. Percussions: Raphaël Pitteloud. Accordéon: Daniel Perrin. Cheffe de chœur: Cécile Polin-Rogg. Avec l'aimable autorisation de Marie Henchoz et des Editions Loisirs et Pédagogie. © LEP 2008



1. C'est la première, la première fois
Que tu sors le bout de ton nez,
Arctos, le prince des grands froids,
Prends bien garde à tous les dangers.
Reste tout près de ta maman,
Car la banquise s'est cassée
Et tous ces glaçons flottants
Au loin pourraient t'entraîner.

Refrain 1

*Et si tu veux t'amuser
Regarde les pingouins
Sur la glace patiner.
Ah! quels bons comédiens...*

2. Quand viendra l'heure de boulotter,
N'approche pas du tas de poubelles.
Tous ces déchets abandonnés,
Pas de quoi remplir ton écuelle.
Ne va pas tremper ton museau
Dans ce mazout malodorant,
Mais viens vite au bord de l'eau
Pêcher saumon et flétan.

Refrain 2

*Et si tu veux t'amuser,
Y a le grand toboggan.
Sur le dos, tu vas glisser,
Ah, vraiment quel talent! 2x*

3. Petits enfants, le saviez-vous?
Nous avons besoin de vos bras.
La terre ne va pas bien du tout,
Elle est en très mauvais état.
La glace des régions polaires
Fond sous les pattes des ours.
Pour sauver notre univers,
Nous voulons être les champions.

Refrain 3

*L'énergie est un cadeau.
Quand tu brosses tes dents,
Ferme bien le robinet d'eau.
C'est comme ça qu'on apprend.
Et le soir, dans ta maison,
Eteins bien la lumière
Si tu n'es pas dans le salon.
Tu seras solidaire.*

Dernier refrain

*Quand tu vas chez ton ami
Dans la rue d'à côté,
Y a pas besoin de taxi.
C'est mille fois mieux à pied,
Bravo d'économiser.
Si tu as bien compris:
Tous ensemble, on peut sauver
Arctos et ses amis.*

Arctos, prince des glaces

Rythmique, gymnastique
Leçon proposée par Marie Henchoz

LES INUITS

Salutations : se promener dans la neige. Au coup de triangle, se mettre par 2 face à face et se frotter le nez. (Variante pour éviter de se passer les rhumes : avec son index, toucher le nez de son copain)

Pour se réchauffer :

° Taper ses bras sur son corps en les croisant, essuyer la neige sur soi de la tête aux pieds et terminer en se frottant les mains.

Réchauffer ses pieds, sur place puis en déplacement :

° Sauter à pieds joints en suivant le tempo du tambourin qui accélère.

° Taper des pieds très fort, un pied après l'autre en suivant le tempo du tambourin qui accélère...

° Petite suite sur 3 temps : **1** à pieds joints, **2** pointer le pied droit, **3** poser le talon droit et recommencer **1** à pieds joints, **2** pointer le pied gauche, **3** poser le talon gauche. Etc... Alternier avec course lourdaude... (Ah les vêtements...)

° La buée : remplir ses poumons d'air glacé et expirer, la bouche en **O** en regardant la buée qui sort...

ARCTOS SE RÉVEILLE

Les ours dorment. Arctos et sa sœur (ou son frère) sont couchés en boule, par deux. Dormir. La maîtresse chante « Petit ours réveille-toi » sur l'air de « Monsieur l'ours. »

Petit ours réveille-toi, tu as bien trop dormi comme ça, au bout de trois réveille-toi. Un, deux, trois.

La première fois, les ours disent : *je dors.* La maîtresse rechante et la 2^e fois, ils disent, *je sors.*

Arctos sort de sa grotte : Marcher à 4 pattes. Arctos est devant. Au signal, se bousculer et l'autre ours passe devant. Humer l'air frais, s'émerveiller du spectacle féérique, faire des commentaires verbaux. Jouer par deux en se roulant dans la neige et en se faisant rouler l'un l'autre.

On peut refaire l'histoire plusieurs fois et la maîtresse rechante la chanson pour faire dormir les ours.

LES MANCHOTS

Avant de commencer l'exercice, rappeler aux enfants la différence entre un manchot et un pingouin (souvent confondus l'un avec l'autre). Par exemple «Pingu» est un manchot en réalité! Les enfants vont apprendre à marcher comme des manchots : pieds ouverts, démarche à la Chaplin, bras le long du corps, mains écartées. Évoluer librement, en colonne.

Quelques jeux avec les cerceaux qui seront tour à tour blocs de glaces, petits lacs ou paniers.

La banquise : chaque enfant reçoit un cerceau. Au signal, tous les garçons vont poser leur cerceau au centre de la salle de façon à ce qu'ils se touchent tous pour former la banquise, puis les filles. En 2 groupes, les manchots évoluent sur la banquise. Alternier : au signal, un groupe sort et l'autre entre.

La banquise se fissure : Reprendre tous les cerceaux et les poser en laissant des interstices. Les manchots se promènent.

Puis laisser de grands interstices. Les manchots évoluent sans mettre les pattes dans l'eau.

Suggestion: la version orchestrale de la chanson «le pingouin», convient tout à fait à ces exercices.

Rythmique suite

ARCTOS VA A LA PÊCHE

Matériel : 3 grands cerceaux, les petits coussins de la rythmique qui représentent les saumons. (On peut prendre d'autres petits matériaux ou des poissons découpés dans du carton, minimum 25 pièces)

Les enfants (les ours) sont disposés sur 2 lignes face à face assez proche (environ 1,5 m).

Au départ, à un bout, un grand cerceau contenant tous les poissons, situé à égale distance entre les 2 lignes. À l'autre bout de chaque ligne, un cerceau qui représente l'arrivée.

Au coup de sifflet, les 2 premiers prennent un poisson, le donnent aux suivants qui le passent aux suivants, ainsi de suite. Les derniers le posent dans leur cerceau. Le jeu ne s'arrête que lorsqu'il n'y a plus de poissons au départ. Les poissons tombés ne se ramassent pas... A la fin, comptabiliser les points et refaire une autre partie en commençant à l'autre bout et en changeant les chefs. Veillez à ce que les chefs ne prennent qu'un poisson à la fois.

Avant de commencer le jeu, apprendre à passer un objet virtuel : je prends, je passe, je prends, je passe sans jamais s'arrêter et le plus vite possible. Être toujours prêt.

CHANSON. ARCTOS PRINCE DES GLACES

Se mettre sur un cercle ou en ordre libre face à la maîtresse. Inventer et trouver des gestes pour toutes les phrases et les mémoriser, trouver des petits déplacements pour les refrains.

PAUSE CÂLINS

Arctos et sa famille rentrent dans leur grotte. Avant de dormir, c'est la pause câlins. L'exercice peut se faire avec la musique : « Petit lapon de Laponie » ou une autre musique très douce. Les enfants sont assis en 1 ou 2 colonnes, près les uns des autres, jambes écartées, emboîtées les unes dans les autres. Proposer toutes sortes d'exercices de massages : le visage, les épaules, les jambes, le ventre, etc. On ne fait pas le geste sur soi mais sur son copain de devant. À la fin, se laisser tomber doucement en arrière et dormir.

Matériel utilisé : cerceaux, coussins de la rythmique, 1 tambourin, 1 sifflet, 1 triangle.

Le pingouin, version orchestrale : Sautecroche 1, Marie Henchoz, éditions LEP

Petit lapon de Laponie : Sautecroche 11, Marie Henchoz, éditions LEP

Arctos prince des glaces, Marie Henchoz, WWF, LEP

Cette leçon peut se faire en plusieurs fois, il y a assez de matière...