



**DROIT DANS SES
BASKETS**

• <i>Les bienfaits de la nature</i>	-	<i>p. 2</i>
• <i>Qui suis-je ?</i>	-	<i>p. 5</i>
• <i>Ce que je propose</i>	-	<i>p. 6</i>
• <i>Les ateliers</i>	-	<i>p. 7</i>
• <i>Les événements de plein air</i>	-	<i>p. 12</i>
• <i>Contact</i>	-	<i>p. 13</i>



"On apprend mieux dans la nature"

La **nature** comme super outil d'expression et de partage !

Il s'agit d'aborder des thèmes de droit avec une nouvelle méthode en plein air, ayant pour objectif de les informer et de leur donner les éléments juridiques et les ressources, pour **se protéger soi et protéger les autres**.

Dans une 1ère partie, **une approche ludique** est proposée avec **des jeux d'orientation** en nature. Les jeunes partent à la recherche d'indices, qui sont en lien avec des sujets de droit.

Quelles solutions proposent-ils ?

Nous échangeons **ensemble**, nous confrontons **nos points de vue** et nous trouvons ensemble les **ressources**.

Immersion

parce qu'on évolue dans un environnement complexe, authentique et en changement constant

Intéraction

parce que dehors, on se pose plus de questions, on apprend davantage par des situations problèmes et de manière auto dirigée et on vérifie par notre propre perception et par l'expérimentation

Les bienfaits de l'apprentissage en nature



Observation

parce qu'on est en contact avec d'autres êtres vivants, des cycles de vie et notre environnement local qu'on peut comprendre les interrelations de manière concrète et globale

Concentration

parce que dehors, il y a des obstacles et des exigences qui nous font grandir.



Des études scientifiques & des initiatives

Menée par le collectif "Pour une France en forme", un groupe de médecins et d'experts formé en 2019, ont conduit **une étude auprès de plus de 9.000 collégiennes et collégiens** en classe de 6e. Leur capacité physique a été mesurée à travers le test de la navette, une course sur 20 mètres avec une cadence augmentant au fur et à mesure.

Le cardiologue François CARRE alerte sur la baisse de capacité physique des jeunes et des risques liés à l'inactivité : *"Il va falloir remplacer du temps assis par du temps qui bouge »*

« Nos enfants ne font pas assez de sport et préparent leur infarctus à 30 ans ! »

Le médecin met également en avant les bienfaits sur l'apprentissage :

" Vous prenez deux strophes de poésie à apprendre. Vous divisez la classe en deux. Le premier groupe apprend la poésie, le deuxième va courir. Le premier met onze minutes à apprendre la première strophe, le deuxième l'apprend en sept minutes après avoir couru. Le lendemain, inversion des rôles. Celui qui la veille avait appris la première strophe en sept minutes, qui n'a pas couru, va l'apprendre en onze minutes. Celui qui, cette fois va courir, va l'apprendre en sept minutes"

Le contact avec la nature a des effets clairement démontrés sur la santé, selon les résultats d'une vaste revue de la littérature scientifique réalisée en 2021 pour la Société des établissements de plein air du Québec (Sépaq) par une équipe de recherche de l'Institut de cardiologie de Montréal (ICM).

Le directeur de l'étude, Louis Bherer, neuropsychologue et directeur du Centre ÉPIC de l'ICM, souligne que plusieurs bienfaits physiologiques de l'interaction avec la nature sont bien établis par la science : *baisse de la fréquence cardiaque, diminution de la pression artérielle, meilleur équilibre du système nerveux autonome (qui régule les processus corporels se produisant automatiquement, comme la respiration) et réduction des niveaux de cortisol (une hormone liée au stress)*

Une étude réalisée en 2013 a démontré que les élèves suédois du secondaire qui suivaient des cours de mathématiques et de biologie en plein air se souvenaient mieux de la matière que leurs camarades qui suivaient les mêmes cours à l'intérieur. Les élèves dont les cours se déroulaient à l'extérieur ont également participé davantage aux leçons, par comparaison aux élèves dont les cours se déroulaient à l'intérieur de l'école.

Par ailleurs, les résultats d'une étude menée en 2017 sur des enfants norvégiens d'âge préscolaire indiquent que les enfants qui jouent dehors pourraient courir moins de risques de développer des symptômes d'inattention et d'hyperactivité.

Des études scientifiques & des initiatives

Extrait de l'émission France culture "La marche ça marche" du lundi 29 MAI 2023 :

Emmener les élèves marcher se rattache à tout un mouvement dont on parle beaucoup depuis les confinements : la classe dehors. Avec ses invités, Louise Tourret s'attache à réfléchir aux enjeux d'une pratique aussi simple qu'une promenade : ce que les jeunes peuvent observer de leur environnement en se déplaçant à l'extérieur, mais aussi ce qu'ils peuvent apprendre sur eux-mêmes et sur leur place dans le monde. Et bien sûr, les manières de mettre ces tours et détours en lien avec les apprentissages sont évoquées, tant en science de la nature, qu'en biologie, en géographie et au travers de séances d'écriture autour de ces expériences.

- Marco Das Neves Professeur en SEGPA (sections d'enseignement général et professionnel adapté) au collège (académie de Paris)
- Charlotte Michaux Professeure de français au collège à Ballan-Miré (académie d'Orléans-Tours)
- Benjamin Gentils Co-fondateur avec Charlotte Rizzo de l'association La Fabrique des Communs Pédagogiques :

"La marche est favorable aux apprentissages. C'est donner l'occasion aux jeunes d'apprendre à regarder leur territoire : faire des mathématiques, découvrir l'histoire des rues, lire les paysages... La déambulation, la mise en mouvement du corps, c'est un manuel scolaire infini."

Février 2019 -professeure Ming Kuo de l'Université d'Illinois, article publié dans [Frontiers in Psychology](#).

La preuve n'est désormais plus à faire : le temps passé en nature a un impact positif sur les performances académiques et la réussite éducative des jeunes, confirme une vaste étude américaine. Des résultats qui confirment les multiples bienfaits de la pédagogie en contexte de plein air.

Selon les résultats de cette étude, le temps passé en nature permettrait de raviver la concentration des élèves, diminuer leur niveau de stress, stimuler leur autodiscipline, augmenter leur pratique d'activité physique, en plus de favoriser leur motivation, leur plaisir et leur engagement. La nature offrirait aussi un environnement d'apprentissage plus calme et plus sûr. Elle favoriserait des relations plus chaleureuses et plus coopératives entre les élèves. Enfin, elle favoriserait des formes de jeu plus créatives et exploratoires, bénéfiques pour le développement des enfants.

Les images, les odeurs et les sons de la nature («bruit rose») sont réparateurs pour les systèmes nerveux humains et améliorent la concentration, la concentration et la créativité. Des études montrent que le temps passé dans la nature réduit les symptômes du TDAH (Kuo, 2004).

Qui suis-je ?

Bonjour ! Moi c'est Marine Kwasnik



Passionnée de pleine nature, j'ai complété ma formation de juriste par un diplôme d'animatrice de loisirs sportifs afin de pouvoir conjuguer les deux : le sport et le droit, dans le cadre des ateliers que je propose. Je suis persuadée que le plein air est un fabuleux outil d'expression et de partage.



Juriste



Animatrice sportive et
organisatrice de trail



Portée par les droits des enfants et
des jeunes



Passionnée de pleine nature



C.Q.P Animatrice Loisirs sportifs Option
ARPO - Juin 2022



Formation audition de mineurs - 2021



Master 2 en droit - 2016

Ce que je propose

Les ateliers avec et pour les jeunes

Les objectifs :

- Aborder des thèmes de droit pour informer et leur donner les ressources (se protéger soi et protéger les autres)
 - De manière ludique et sportive avec des jeux d'orientation
 - En utilisant la nature comme outil pédagogique, pour bénéficier de ses bienfaits (bien-être, gestion des émotions, gestion du stress, etc)
-

Les événements de plein air avec et pour les jeunes

Les objectifs :

- Organiser une rencontre sportive de plein air
- Utiliser les activités de pleine nature comme moyen d'expression et de partage pour les enfants et les jeunes
- Promouvoir les droits de l'enfant par le biais de cet événement

Les ateliers



Groupe de \leq 12 jeunes (+ de 6 ans)
Taux d'encadrement différent pour le périscolaire



A partir de 5 ans



45 min et +



Mini détective



- Les émotions
- Les droits des enfants
- Les maltraitances
- Le vivre ensemble
- Le harcèlement



A partir de 9 ans



1h30 min



**Enquête :
Cherche ton droit**

Tronc commun adapté à l'âge :

- Le vivre ensemble
- Les droits
- Le fonctionnement de la justice
- Les ressources pour se protéger et protéger les autres

Sujet de l'enquête au choix, possibilité de mélanger plusieurs thèmes :

- Le harcèlement / cyberharcèlement
- Le consentement
- La vie privée
- Les maltraitances
- Les réseaux sociaux
- La majorité

Liste non exhaustive



A partir de 9 ans



1h15 min



**Jeu de la ligne :
D'accord / pas
d'accord**



Aborder différentes situations pratiques grâce aux indices retrouvés (mélange de thématiques)

Mini détective

À PARTIR DE
5 ANS

Les objectifs



- Aborder les émotions pour favoriser l'écoute et le respect de l'autre
- Favoriser l'ouverture sur le monde et le vivre ensemble
- Sensibiliser aux droits de l'enfant et prévenir les maltraitances
- Développer l'exploration de l'environnement extérieur en se situant dans l'espace

Libérez les droits de l'enfant

*Retrouvez Machine**

Inspiré du livre Marion la main tendue

Le déroulé



Durée d'une séance :

45min et + (selon l'âge)

La durée peut être plus courte ou plus longue selon la demande

L'objectif est de libérer le texte protecteur des droits de l'enfant ou de retrouver Machine.

Pour cela, ils doivent retrouver les balises et les indices. Les indices sont en lien avec le thème choisi.

L'atelier se déroule en 2 temps.

● 1ère partie : Orientation et recherche des balises

Orientation avec recherche des balises
Mise en place d'un jeu de piste

Les enfants sont répartis en équipes. Chaque équipe part à la recherche des balises pour trouver des codes, des énigmes leur permettant d'ouvrir le coffre.

● 2ème partie : Ouverture du coffre et échanges

Grâce à aux indices retrouvés, les enfants vont réfléchir ensemble pour ouvrir le coffre afin de libérer les droits de l'enfant ou de retrouver Machine.

Une fois leur mission terminée, il est mis en place un temps d'échange afin de leur apporter des connaissances et de leur donner les ressources.

D'accord / Pas d'accord

À PARTIR DE
9 ANS

Les objectifs



- Découvrir leurs droits, les connaître et les comprendre
- Comprendre le fonctionnement de la justice en France
- Se protéger et les protéger les autres
- S'interroger sur le rôle et la possibilité d'action de chacun
- Développer l'exploration de l'environnement extérieur en se situant dans l'espace

Le déroulé



Durée d'une séance :

1h15 min

La durée peut être plus courte ou plus longue selon la demande

L'objectif est de mettre en place un débat entre les jeunes.

Le débat mouvant s'articule autour d'affirmations vis-à-vis desquelles les participants se positionnent en étant "d'accord" ou "pas d'accord", pour ensuite formuler leurs arguments qui peuvent faire changer d'avis - et donc de position - les autres participants.

L'atelier se déroule en 2 temps.

● 1ère partie : Orientation et recherche des balises

Orientation avec recherche des balises

Le groupe de jeunes est réparti en équipes. chaque équipe part à la recherche des balises pour retrouver des indices qui leur permettront de disposer d'éléments et de ressources afin de participer au débat.

● 2ème partie : Echanges, Lecture de situations et débats

Grâce à aux indices retrouvés, les équipes vont formuler leurs arguments de leur côté.

Des situations sont ensuite lues et les jeunes doivent se positionner. Chaque équipe donne ses arguments afin d'en débattre ensemble.

Situations adaptées à l'âge des participants, liste non exhaustive :

- *Séparation des parents*
- *Majorité*
- *Prise de photos / vidéos*
- *Violences*
- *Vie amoureuse et affective*
- *Drogues*

Enquête Cherche ton droit

À PARTIR DE
9 ANS

Les objectifs



- Découvrir leurs droits, les connaître et les comprendre
- Comprendre le fonctionnement de la justice en France
- Se protéger et les protéger les autres
- S'interroger sur le rôle et la possibilité d'action de chacun
- Développer l'exploration de l'environnement extérieur en se situant dans l'espace

Le déroulé



Durée d'une séance :

1h30 min

La durée peut être plus courte ou plus longue selon la demande

Il s'agit de résoudre une enquête, dont le scénario correspond au thème choisi, en partant à la recherche de balises.

L'atelier se déroule en 3 temps.

● 1ère partie : Orientation et recherche des balises

Le groupe de jeunes est réparti en équipes. Chaque équipe part à la recherche des balises pour retrouver des indices (clés, codes, énigmes, etc) qui leur permettront d'ouvrir, en commun, les coffres.

Un temps est laissé à la découverte des indices ainsi que pour les échanges entre équipes.

● 2ème partie : Echanges, Lecture de situations et débats

Les jeunes sont ensuite acteurs de l'enquête à résoudre. Chaque équipe doit ouvrir un coffre correspondant à un lieu de l'enquête, comme par exemple :

- La chambre
- La salle de classe
- Le bus

Chaque équipe doit alors faire part de ses recherches, pour permettre une mise en commun des différents indices.

● 3ème partie : Résolution de l'enquête et échanges

Place à un temps d'échanges avec les jeunes. Ils proposent une résolution de l'enquête et des solutions pour mettre fin à la situation vécue par la ou les victimes. Pour cela, ils se basent sur les indices retrouvés, et la psychologie des personnages.

Cette dernière partie a pour objectif d'aborder le(s) thème(s) choisi(s) sous l'angle des différents protagonistes de l'histoire :

Comment agir ? Quels sont les recours ? Quel est le ressenti de chacun des personnes? Vers qui se tourner ?

Informations pratiques et Tarifs



Groupe de ≤ 12 jeunes*

*Selon le taux d'encadrement
Taux d'encadrement différent pour le
périscolaire

2

ateliers max/ demi- journée

4

ateliers max/ journée

OPTION 1

OPTION 2

<u>ATELIERS</u>	<ul style="list-style-type: none">• Mini détective• D'accord pas d'accord• Enquête : Cherche ton droit	<ul style="list-style-type: none">• Accompagnement personnalisé du groupe• Mise en place d'un programme avec plusieurs ateliers
<u>LIEUX</u>	Avec parcours permanent d'orientation	<u>ET / OU</u> <u>Lieu personnalisé</u> <u>à la demande :</u> Votre espace extérieur ou autre lieu
<u>TARIFS</u> <u>indicatifs</u>	350€* la demi-journée 600€* la journée <i>*frais professionnels non inclus</i>	SUR DEVIS

Les événements de plein air

L'objectif :

Organiser une rencontre sportive de plein air

Utiliser les activités de pleine nature comme moyen d'expression et de partage pour les enfants et les jeunes

Promouvoir les droits de l'enfant par le biais de cet événement

Exemple :

- Circuits de trail différents selon les âges
- Parcours de découverte et parcours chronométrés
- Challenge entre équipes / structures
- Découverte de différentes activités de pleine nature
- Enquête / Jeu de piste en extérieur autour des droits de l'enfant



Galerie



CONTACT

Coordonnées

Marine Kwasnik -
Droitdancesbaskets
contact@droitdancesbaskets.fr
06 29 41 31 34

Sites Web

www.droitdancesbaskets.fr

Réseaux sociaux

 [marine__kwasnik](https://www.instagram.com/marine__kwasnik)

 [Droitdancesbaskets](https://www.facebook.com/Droitdancesbaskets)

 [Marine Kwasnik](https://www.linkedin.com/in/MarineKwasnik)

SARL M.K
EURL au capital de 1 000 euros
SIREN 893681700

