



# Dossier Thématique: L'Antarctique



## Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



---

# Tables des Matières

## Gymnase

Ballon Igloo, Chasse à l'Ours Polaire, Course aux pics de glace, La Tempête, Ballons Glace, Pêche glaciale, La Banquise. (Page 3 à 9)

## Activités Artistiques

L'Ours Polaire, Les Aurores Boréales, Le Manchot en mosaïque, Peinture sur glace, Le Narval (Page 10 à 21)

## Jeux Intérieurs

Pêche sur la glace, Yoga Arctique, Casse-tête, Labyrinthe. (Page 22 à 32)

## Ateliers Culinaires

Pingouins Bananes, Biscuits patte d'ours polaire, Déjeuner/Collation Ours polaire. (Page 33 à 35)

## Science

Igloo en guimauve, Tempête de neige dans un bocal, Comment les animaux arctiques résistent aux eaux glacées? La Fonte des Glaces. (Page 36 à 42)

## Cinéma

Les Petits Pieds du bonheur 1 et 2, Opération Arctique. (Page 43)

Pour plus d'idées sur ce thème: <https://ca.pinterest.com/Aquoivousjouez/tour-du-monde-antarctique/>

Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



# Jeux au gymnase

## Ballon Igloo

**Matériel:** Ballons mousses, buts de hockey (2), Dossards (2)

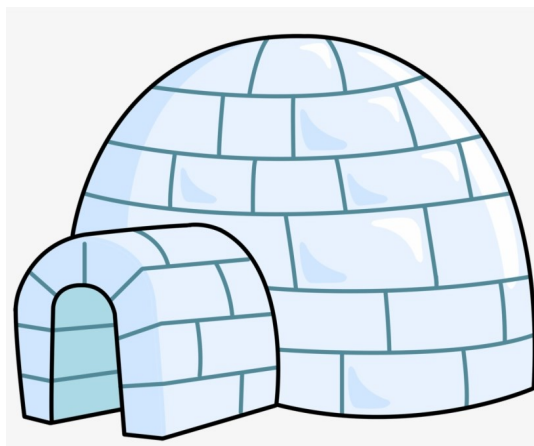
**But du jeu:** Marquer le plus de points possible en lançant les ballons mousses dans l'igloo adverse.

**Déroulement:** Base de ballon chasseur.

Avant de débiter, chacune des équipes doit désigner un gardien qui aura comme mission de protéger l'igloo (but de hockey) de son équipe contre les ballons de l'équipe adverse.

Le gardien est invincible et ne peut donc être éliminé du jeu. Afin de le différencier des autres joueurs, il portera un dossard. Un point est accordé pour chaque but, c'est-à-dire quand un ballon réussit à franchir le but adverse.

L'éducateur sera responsable d'annoncer le changement des gardiens après un certain laps de temps. Il est à noter que l'équipe qui marque un point se voit le droit de délivrer un joueur de son équipe.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## Chasse à l'Ours polaire

**Matériel:** Ballons mousses, 2 ensembles de dossards de couleurs différentes.

**But du jeu:** Toucher un maximum de gibiers à l'aide des ballons mousses.

**Déroulement:** Avant de débuter, on divise le groupe en deux équipes, chacun identifié par une couleur de dossards. Une équipe jouera le rôle des chasseurs et l'autre celui des gibiers. Les gibiers se placeront un peu partout sur l'aire de jeu sans délimitation de territoire.

Pour marquer un point, les chasseurs doivent atteindre les gibiers avec un des ballons. Par contre, les chasseurs ne peuvent pas se déplacer quand ils sont en possession d'un ballon. Ils doivent donc se faire des passes afin de toucher les gibiers. Les gibiers touchés doivent s'asseoir immédiatement sur le sol.

Un gibier peut, s'il le désire, attraper un ballon. Dans ce cas, il ne sera pas éliminé. En possession du ballon, le gibier le lancera n'importe où de façon à retarder la chasse. On fixe un temps limite pour le temps d'une chasse. On compte le nombre de gibier touché et on inverse ensuite les rôles. L'équipe qui a touché le plus de gibiers remporte la partie.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## Course aux pics de glace.

**Matériel:** 3 cônes, 3 anneaux.

**But du jeu:** Récupérez les trois anneaux sans se faire enlever son foulard.

**Déroulement:** Au préalable, dispersez environ 15 cônes à travers l'espace de jeu. Formez 2 équipes et associez 2 adversaires de force égale dans chacune des équipes afin de former des duels.

Lors de ce duel, une équipe jouera le rôle des attaquants tandis que l'autre sera les défenseurs. Les adversaires se tournent de façon à être dos à dos. Pendant ce temps, l'éducateur cache 3 anneaux en dessous de 3 cônes. Au signal de départ, l'attaquant tentera de trouver les anneaux. Il est pourvu d'un foulard qu'il aura dans le dos et retenu par la ceinture. Il doit donc trouver les 3 anneaux sans que le défenseur lui enlève son foulard. Lorsque l'espion trouve un anneau, il doit l'insérer dans le cône.

**ATTENTION**, lorsque l'attaquant possède un anneau en main, le défenseur ne peut lui retirer son foulard. Un maximum de 2 minutes est alloué pour réussir l'exploit. Lorsque tous les joueurs de l'équipe ont joué, l'équipe des attaquants devient l'équipe des défenseurs et vice versa.



### Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## La Tempête

**Matériel:** 2 foulards (1 rouge et 1 bleu)

**But du jeu:** Ne pas se faire toucher par le vent du nord!

**Déroulement:** On choisit deux enfants. Un sera le vent du nord (foulard rouge) et l'autre le vent du sud (foulard bleu).

Tous les enfants se déplacent librement dans l'aire de jeu. Au signal de départ, le vent du nord poursuit ses camarades et essaie d'en toucher le plus possible. □ Les enfants touchés sont gelés et s'accroupissent au sol.

Le vent du sud lui, a la possibilité de toucher les joueurs gelés qui, à son contact, se dégèlent et peuvent à nouveau se déplacer. Après quelques minutes, le jeu cesse. S'il n'y a pas de joueurs gelés, le vent du sud est déclaré vainqueur. On remplace ensuite les deux vents pour une nouvelle partie.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



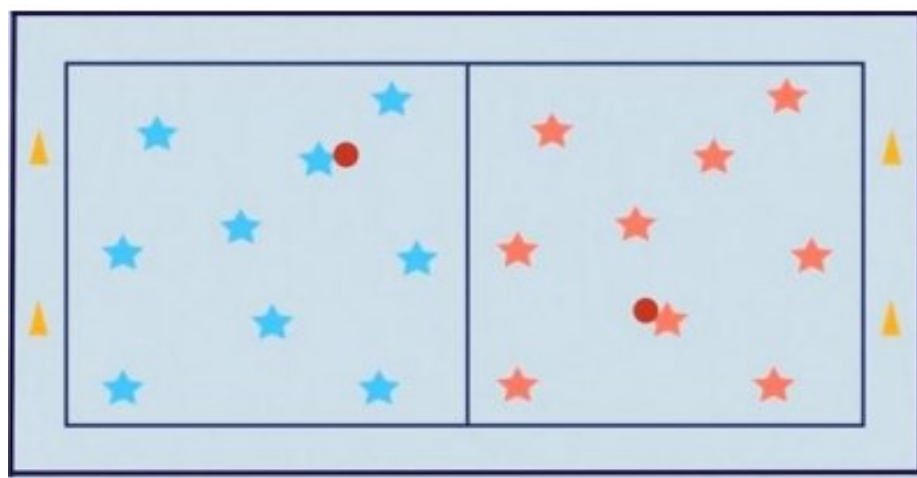
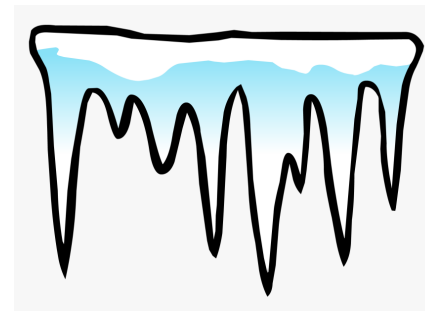
## Ballons Glace

**Matériel:** Ballons mousses, cônes

**But du jeu:** Faire rouler le ballon dans le but adverse.

**Déroulement:** On sépare le groupe en deux équipes. Le but du jeu est simple: les enfants font rouler les ballons mousses dans le territoire adverse afin qu'ils traversent la ligne de fond. On peut également utiliser deux cônes en guise de buts.

Les joueurs ne peuvent pas traverser la ligne du centre. Pour intercepter les ballons, les joueurs peuvent utiliser n'importe quelle partie de leur corps. (Pieds, mains, glissez, etc..) On accorde un point à chaque fois qu'un ballon traverse la ligne de fond ou pénètre dans le but. Si le groupe d'élèves est nombreux, on peut faire plusieurs équipes et organiser un mini tournoi.





## Pêche glaciale

**Matériel:** Cerceaux, cônes, petites coupes, sac de sable

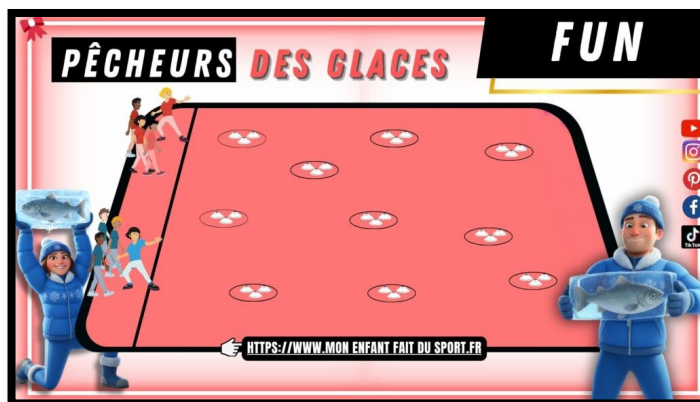
**But du jeu:** Pêcher le plus grand nombre de poissons pour son village.

**Déroulement:** On débute par placer le gymnase comme sur l'image ci-dessous.

Au signal de l'adulte, le premier joueur court vers un cerceau. Il **soulève une coupole** pour voir s'il a trouvé un poisson (sac de sable).

**S'il y a un poisson :** il le ramène à son équipe et donne le relais. **S'il n'y a rien :** il remet la coupelle et retourne vite donner le relais. Le jeu continue jusqu'à ce que **tous les poissons soient pêchés !**

L'équipe qui a **pêché le plus de poissons** remporte la manche ! Mais attention... il y a des variantes plus fun encore comme par exemple donner des points différents aux poissons selon la couleur du sac de sable. On pourrait également ajouter un gardien de la banquise qui aura comme tâche d'empêcher les joueurs de pêcher sous forme de « tag ».



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



## La Banquise

**Matériel:** Des cerceaux et de la musique.

**But du jeu:** Survivre à la fonte de la banquise arctique.

**Déroulement:** On débute par placer le gymnase comme sur l'image ci-dessous. Les joueurs se déplacent dans l'aire de jeu et, **au signal de l'adulte (ou de la musique qui s'arrête)**, les ours polaires doivent rapidement **rejoindre un morceau de banquise** (cerceau) pour éviter d'être emportés par une vague géante.

Une fois que tous les ours ont atteint une banquise, ils repartent se promener. Pendant ce temps, **l'adulte enlève un cerceau** pour simuler la fonte d'un morceau de banquise. Le processus recommence.

**Malgré la diminution du nombre de banquises à chaque tour**, les ours polaires doivent **coopérer** et se faire de la place pour que chacun puisse trouver refuge sur un morceau de banquise.

Le jeu se termine lorsqu'il ne reste plus qu'une banquise et que tous les ours ont réussi à se positionner sur ce dernier morceau sans tomber.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## Activités Artistiques

### L'Ours polaire

**Matériel:** Fourchette en plastique (propre, mais recyclable) Gouache blanche, Papier cartonné de couleur bleu foncé, Papier cartonné de couleur grise, Papier cartonné blanc, Papier cartonné de couleur noire, Ciseaux, Colle, Grands yeux à bricolage.



**Déroulement:** Injectez d'abord de la peinture blanche au centre de votre papier cartonné coloré. Vous n'avez pas besoin de beaucoup. Demandez aux enfants de prendre leur fourchette - qui est leur « pinceau » et d'étaler la peinture TOUT autour pour faire la fourrure de leur ours polaire. Assurez-vous simplement qu'ils gardent la peinture sur le papier, mais ils peuvent la déplacer n'importe où et dans n'importe quel design/forme/angle qu'ils aiment. Une fois qu'ils ont fini de créer la « fourrure », mettez-la de côté.

Prenez le reste du papier cartonné et des ciseaux. Découpez des oreilles, des yeux et un nez pour l'ours polaire. Enfin, la dernière étape de ce métier d'ours polaire peint à la fourchette. Collez tous vos morceaux de papier cartonné sur le morceau de papier peint. Laissez-le sécher complètement avant de l'afficher fièrement !

**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## Les Aurores Boréales

**Matériel:** Craies pastels ou des Craies de trottoirs, Papier de construction noir, Gouache blanche, Boules de coton, Feuille blanche, Ciseaux

**Déroulement:** La craie est souvent utilisée pour créer de superbes effets lors des bricolages, par exemple des lumières de Noël lumineuses et même une lanterne rougeoyante, mais il est plus rare que vous avez sous la main des craies pastels. Si vous n'avez que de la craie ordinaire (ou même de la craie de trottoir), cela fonctionnera certainement ici aussi. Mais les pastels à la craie vous donnent une couleur beaucoup plus lumineuse et vibrante qui contraste très bien sûr le papier de construction noir.

Commencez par découper une forme de montagne à l'aide de la feuille blanche. Vous voudrez peut-être coller le papier de construction et la montagne sur la table pour empêcher les objets de glisser. Colorez sur la montagne et sur le papier de construction noire s'étendant à environ 1,5 pouce au-delà de la montagne, comme sur les photos ci-dessous.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



Tout en tenant soigneusement le pochoir de montagne blanche en place, utilisez une boule de ouate pour frotter la craie et créer les lumières. Commencez avec la boule de coton sur la montagne et déplacez-la sur le papier de construction dans le ciel. N'hésitez pas à superposer un peu les couleurs pendant que vous frottez (cela aidera à sentir les lumières en mouvement.) J'ai utilisé une boule de coton frais pour les différentes couleurs afin qu'elles ne se mélangent pas trop. Cela devient vite salissant, alors assurez-vous de protéger votre table et gardez peut-être une serviette à proximité pour frotter vos doigts crayeux.



Lorsque toutes les couleurs ont été effacées de la montagne, retirez soigneusement le pochoir de la montagne. Regardez cette belle lueur! Pour les flocons et les étoiles la meilleure façon de les faire créer les étoiles est de tamponner une petite quantité de gouache blanche sur le ciel à l'aide d'un petit pinceau.



#### Dossier Thématique: L'Antarctique

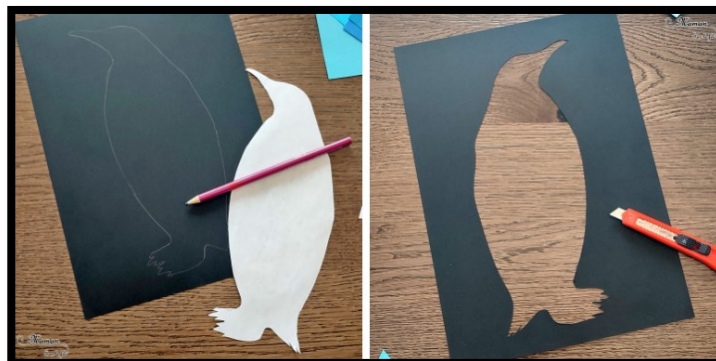
Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



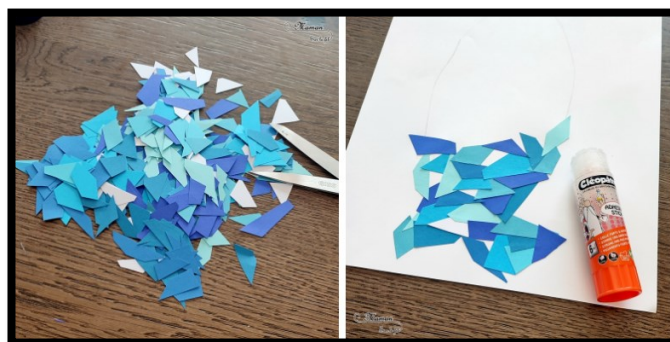
## Le Manchot en mosaïque

**Matériel:** Une feuille cartonnée blanche, des retailles de papier de différentes teintes de bleu, des ciseaux, de la colle en bâton, une feuille cartonnée noire, couteau de précision « exacto », de la gouache blanche, un coton-tige.

**Déroulement:** Pour commencer, on crée le "pochoir" noir. Deux silhouettes de manchot sont disponibles dans les pages suivantes, il suffit de les découper de les tracer sur le carton noir et de les découper avec l'exacto.



Puis, à l'aide des retailles de papiers bleus préalablement coupées en petits morceaux divers, on remplit notre manchot (**imprimé cette fois-ci sur un carton blanc**) en les collant avec le bâton de colle. Placez-les un peu partout sur la silhouette, tout en laissant volontairement de petits espaces blancs.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



Il ne reste plus qu'à coller le pochoir noir sur la mosaïque.



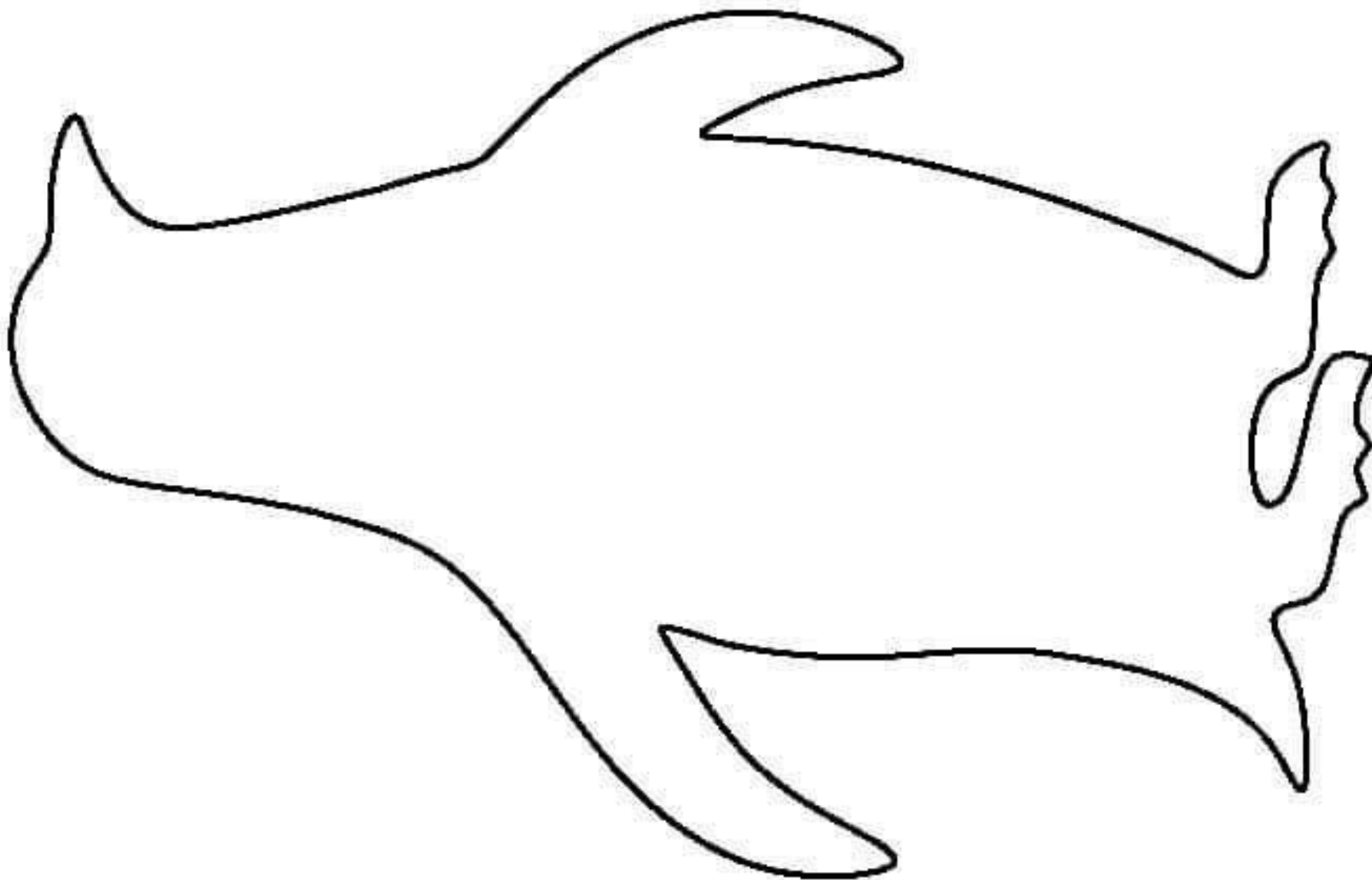
Pour finaliser l'œuvre, on peut couper un peu les bords en arrondis et en vagues. Et pour un effet Neige, quelques points avec de la gouache blanche et un coton-tige rendra le tout encore plus beau!

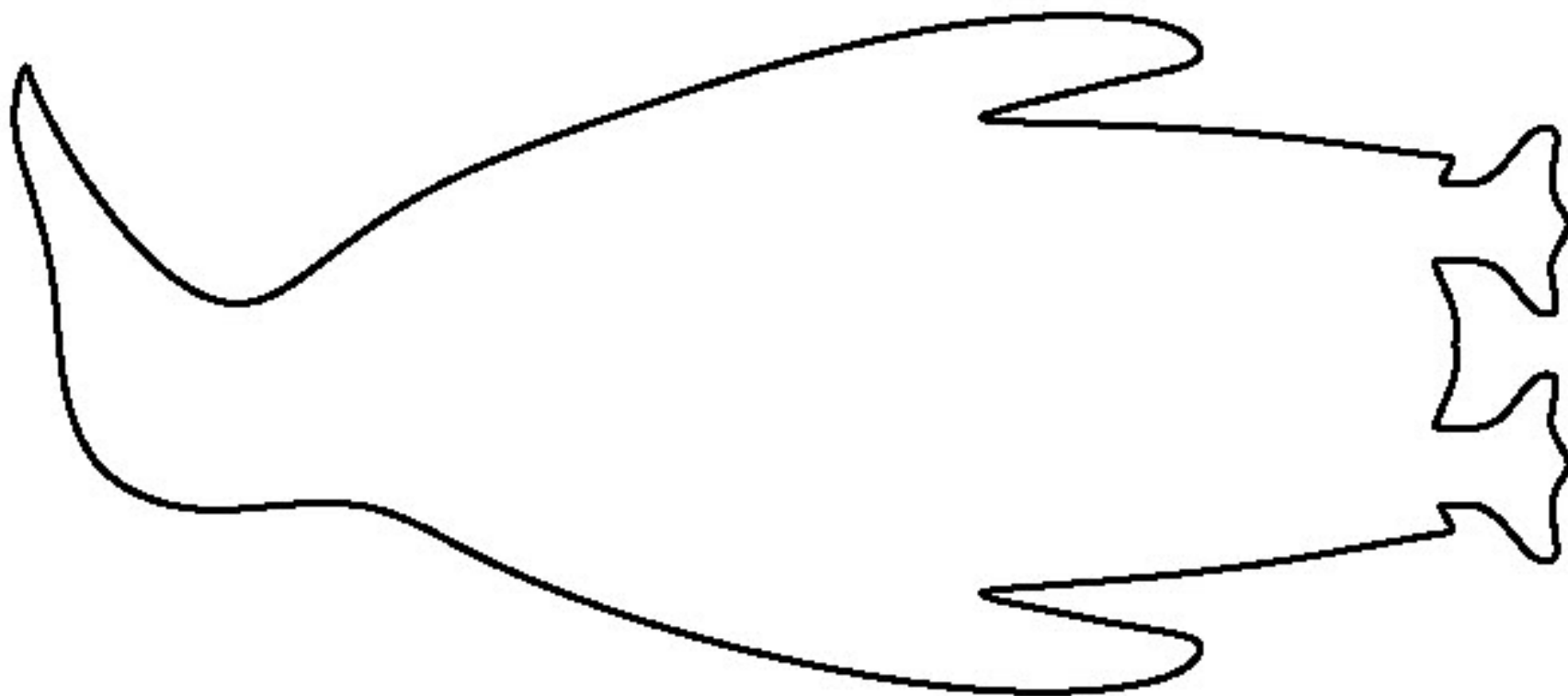


Source: <https://www.mamansurlefil.fr/2023/02/20/manchot-en-mosaïque-de-papiers-activite-2/>

**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)







## Peinture sur glace

**Matériel:** Un gros morceau de glace, congelé dans votre choix de contenant en plastique, peinture à l'eau, des cabarets.

**Déroulement:** Versez de l'eau dans un contenant en plastique et laissez-le geler pendant la nuit. (Un pour chaque enfant, ou pour le nombre d'enfants qui peuvent tenir à votre table d'art à la fois.) Juste avant de commencer cette activité, retirez la glace du récipient sur un plateau. Placez les pastilles de peinture à l'eau sur le plateau à côté de la glace, avec un pinceau.



Invitez vos enfants à peindre sur le bloc de glace. Remarquez ce qui se passe avec les aquarelles lorsque la glace commence à fondre. La texture commence à changer, tout comme les couleurs.

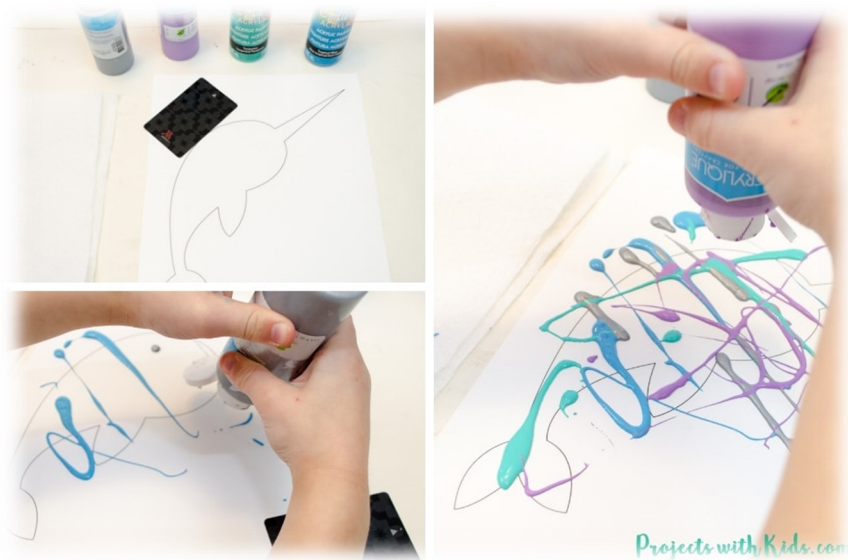


## Le Narval

**Matériel:** Modèle de narval à imprimer (en annexe), Papier cartonné blanc, De la gouache aux couleurs de l'hiver, Vieilles cartes débit ou crédit en plastique, Ciseaux, De la peinture pailletée argentée (facultatif), Beaucoup de serviettes en papier

**Déroulement:** Tout d'abord, imprimez le modèle de narval sur du papier cartonné blanc. Préparez vos couleurs de peinture. Pour ma part, j'ai utilisé du bleu, du turquoise, du violet et de l'argent. Il s'agit d'un projet artistique très désordonné, vous voudrez donc vous assurer que les enfants sont habillés de manière appropriée et que vous avez beaucoup de serviettes en papier à portée de main.

Vous pouvez également couvrir votre table avec du papier journal pour aider à contenir le désordre.



### Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



Laissez les enfants verser leur peinture sur leur papier. C'est amusant pour les enfants d'expérimenter, ils peuvent essayer d'arroser la peinture de différentes manières pour voir comment cela affecte le motif lorsqu'ils commencent à le gratter.

Rappelez aux enfants lorsqu'ils pressent la peinture que moins c'est plus, s'ils pressent trop, cela devient un gâchis boueux. Cela pourrait prendre un peu de pratique pour certains enfants.



Une fois que les enfants ont fini de presser la peinture sur leur papier, il est temps de la gratter pour révéler tous les motifs et motifs intéressants ! C'est un processus tellement amusant à regarder et les enfants voudront le faire encore et encore. Nous avons constaté que gratter la peinture dans la même direction donnait les meilleurs résultats.

Vous pouvez utiliser de vieilles cartes en plastique ou même du carton rigide pour faire la technique du grattage.

Pendant que les enfants enlèvent la peinture, ils peuvent essuyer leurs cartes sur des serviettes en papier pour se débarrasser de l'excès de peinture.



Laissez le papier sécher complètement, puis découpez la forme du narval. C'est une excellente occasion pour les enfants de pratiquer leurs compétences en ciseaux.

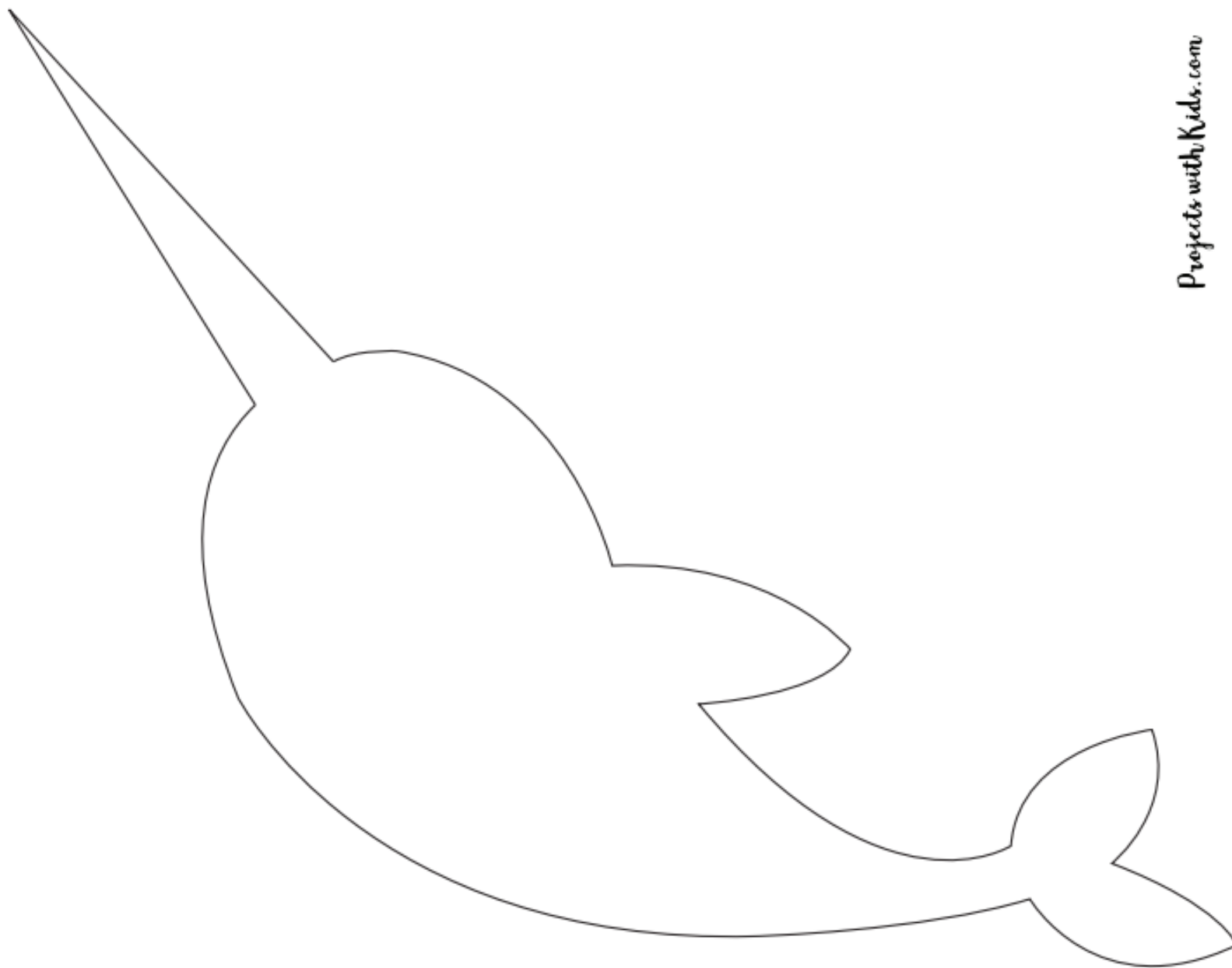
Les enfants peuvent ensuite border leur narval avec de la peinture à paillettes argentées pour une touche supplémentaire de brillance ou essayer d'utiliser un marqueur métallique ou un stylo à peinture.



Source: <https://www.projectswithkids.com/winter-scrape-painting-narwhal/>

#### Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)





## Ateliers intérieurs

### Pêche sur la glace.

**Déroulement:** La pêche régulière est amusante, mais qu'en est-il de la pêche sur glace ?! Pour cette activité hivernale on met en place une station de pêche sur glace avec des chaises de camping, des cannes à pêche magnétisées et des poissons magnétiques. Pour reproduire l'acte réel de la pêche sur glace, On enveloppe une boîte dans du papier blanc et on découpe un trou sur le dessus et à l'intérieur on place un seau utilitaire où vont tous les poissons. C'est aussi une excellente idée de trouver des livres sur la pêche sur glace et de les placer près de cette station.



Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)

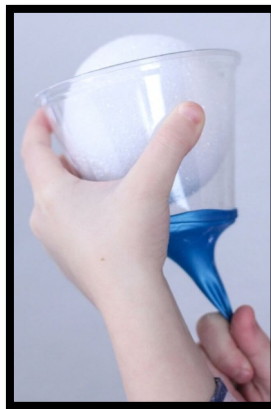


## Lance Balle de Neige

**Matériel:** Ballon gonflable en caoutchouc (*Ballounes*), Pistolet à colle chaude et bâtons de colle (vous pouvez également essayer du ruban adhésif ou tout autre ruban résistant), Petit gobelet en plastique. Boules de polystyrène (trouvez d'autres articles à expérimenter, y compris des boules de ouates, des pompons, du papier en boule).

**Déroulement:** On débute par couper le fond du gobelet en plastique, mais il faut laisser le bord pour plus de solidité, sinon le gobelet se froissera. C'est une étape plus pour les adultes et peut être préparé à l'avance pour des groupes plus importants ! Assurez-vous de couper les bords irréguliers.

Ensuite, on fait un nœud à l'extrémité du ballon et on coupe l'autre extrémité du ballon (pas l'extrémité nouée !) Une fois que cela est fait on colle le ballon au gobelet (là où on a coupé le trou) avec du papier collant.



Maintenant, préparez-vous pour le plaisir de lancer des boules de neige ! Placez la boule de neige dans le gobelet. Tirez sur le nœud du ballon et relâchez pour regarder la boule de neige voler. C'est définitivement une façon amusante d'avoir une bataille de boules de neige à l'intérieur ou même à l'extérieur quand il n'y a pas de neige !

Transformez-le en expérience en comparant différents éléments de lancement pour voir ce qui fonctionne le mieux et vole le plus loin. Vous pouvez même prendre des mesures et enregistrer des données pour prolonger la partie d'apprentissage de cette activité d'hiver.

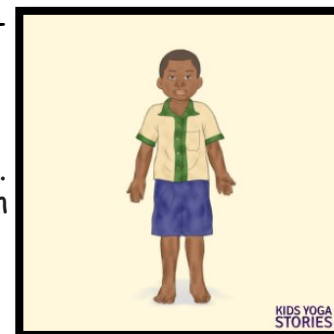


## Yoga Arctique

**Déroulement:** Après avoir rassemblé un tas de livres sur les animaux de l'Arctique, on peut découvrir les animaux en les mettant en scène à travers de simples poses de yoga pour les enfants. Ne vous inquiétez pas si vous n'avez jamais fait de yoga auparavant, suivez simplement la séquence de yoga ci-dessous, qui comprend des descriptions et des images. Apprenez avec vos élèves les animaux de l'Arctique à travers le mouvement et l'histoire. Encouragez leur créativité en leur demandant comment ils pensent que chaque animal pourrait se comporter dans la nature.

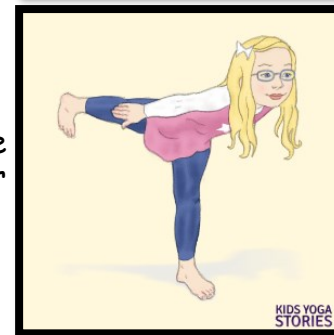
### 1. LE PINGOUIN (VARIATION DE POSE DE LA MONTAGNE)

Tenez-vous droit, les jambes écartées de la largeur des hanches et les pieds tournés vers l'avant. Tirez vos bras le long de votre corps, en gardant vos paumes à plat, et dandinez-vous comme un pingouin.



### 2. L'ALBATROS.

Se tenir sur une jambe. Étendez l'autre jambe derrière vous en fléchissant le pied. Pliez votre torse en avant et retirez vos bras de votre corps. Battez vos bras en faisant semblant de voler dans le ciel comme un albatros. Changez de côté et répétez les étapes.



### 3-LA POULPE.

Tenez-vous droit, les jambes écartées de la largeur des hanches, les pieds tournés vers l'avant et tendez les bras le long de votre corps. Pliez le haut de votre corps, attrapez vos orteils et balancez vos bras comme les tentacules d'une pieuvre.



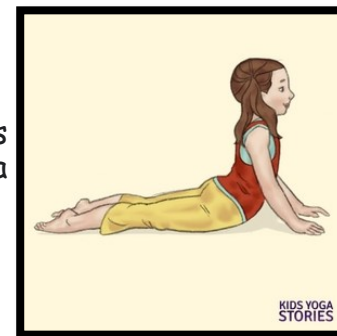
**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



#### 4-LE PHOQUE.

Allongez-vous sur le ventre et placez vos paumes à plat à côté de vos épaules. En appuyant sur vos mains, soulevez votre tête et vos épaules du sol. Faites semblant d'être un phoque qui traîne sur la banquise.



#### 5. LA BALEINE.

Allongez-vous sur le ventre, pliez les genoux, soulevez votre poitrine, ramenez vos bras vers vos orteils et tenez vos pieds. Faites semblant d'être une baleine à bosse qui glisse dans l'eau.



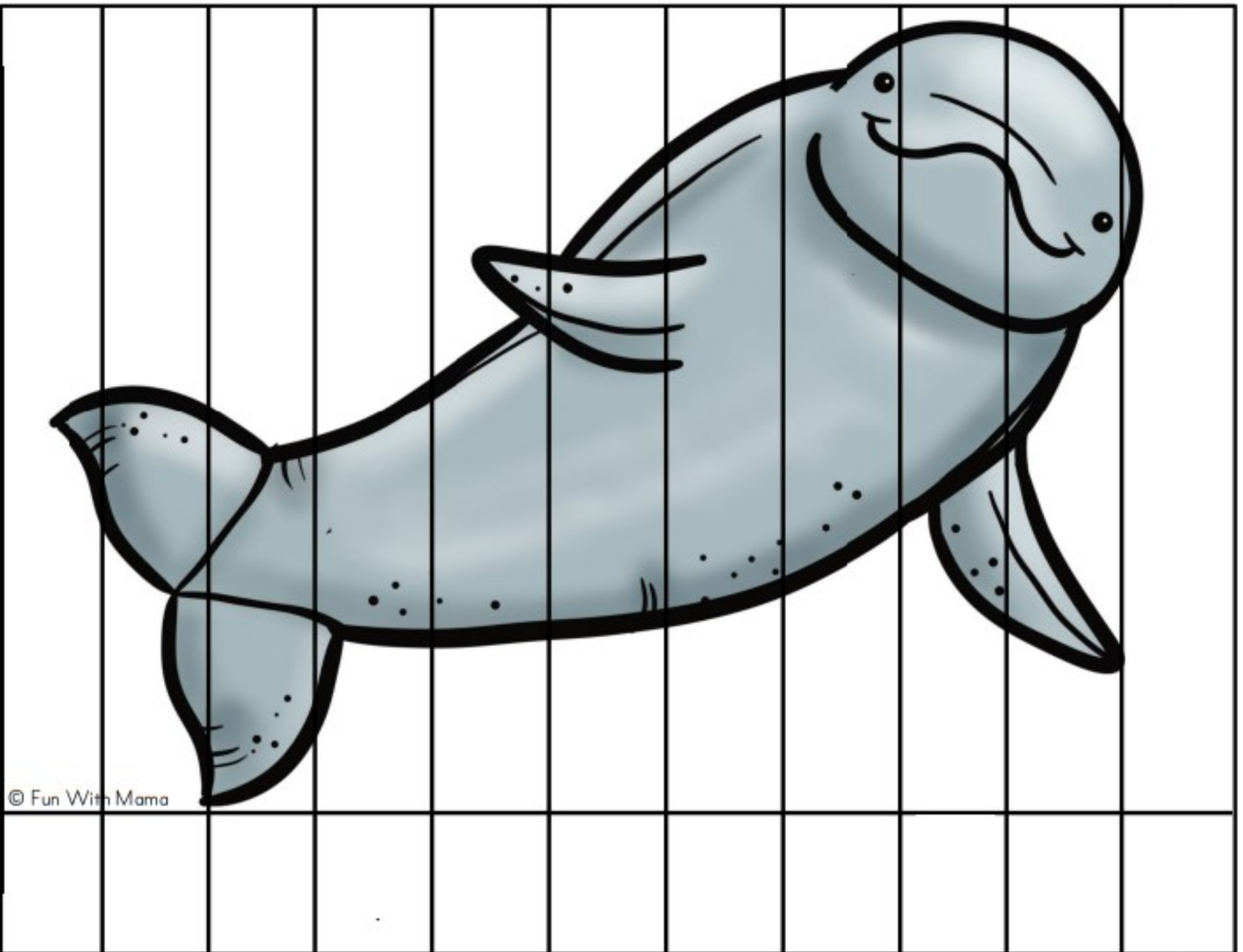
#### 6. L'ORQUE.

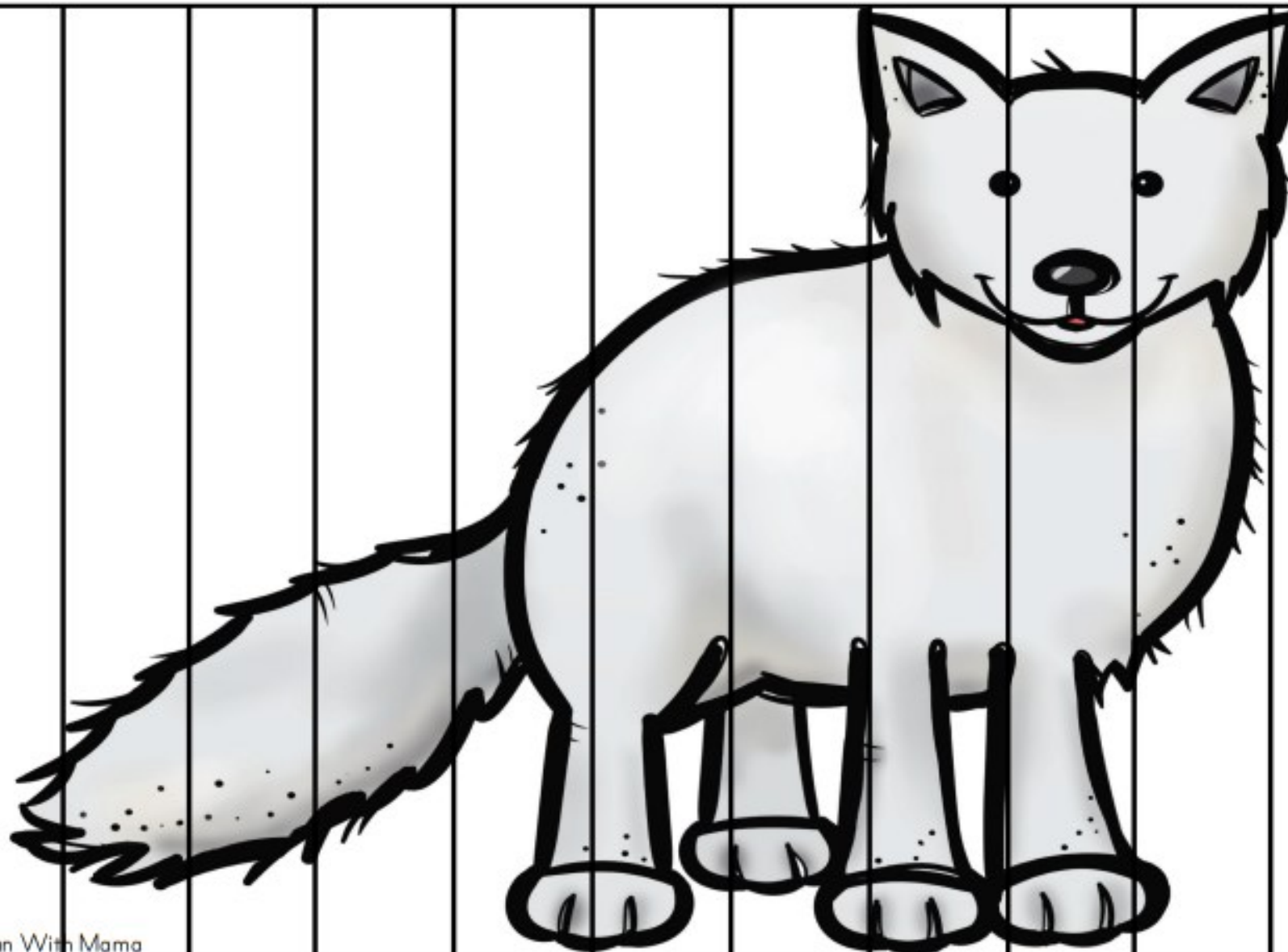
Reculez sur vos mains et vos pieds, le corps en forme de V à l'envers, les fesses en l'air. Faites semblant d'être une orque sautant dans les eaux glacées.



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

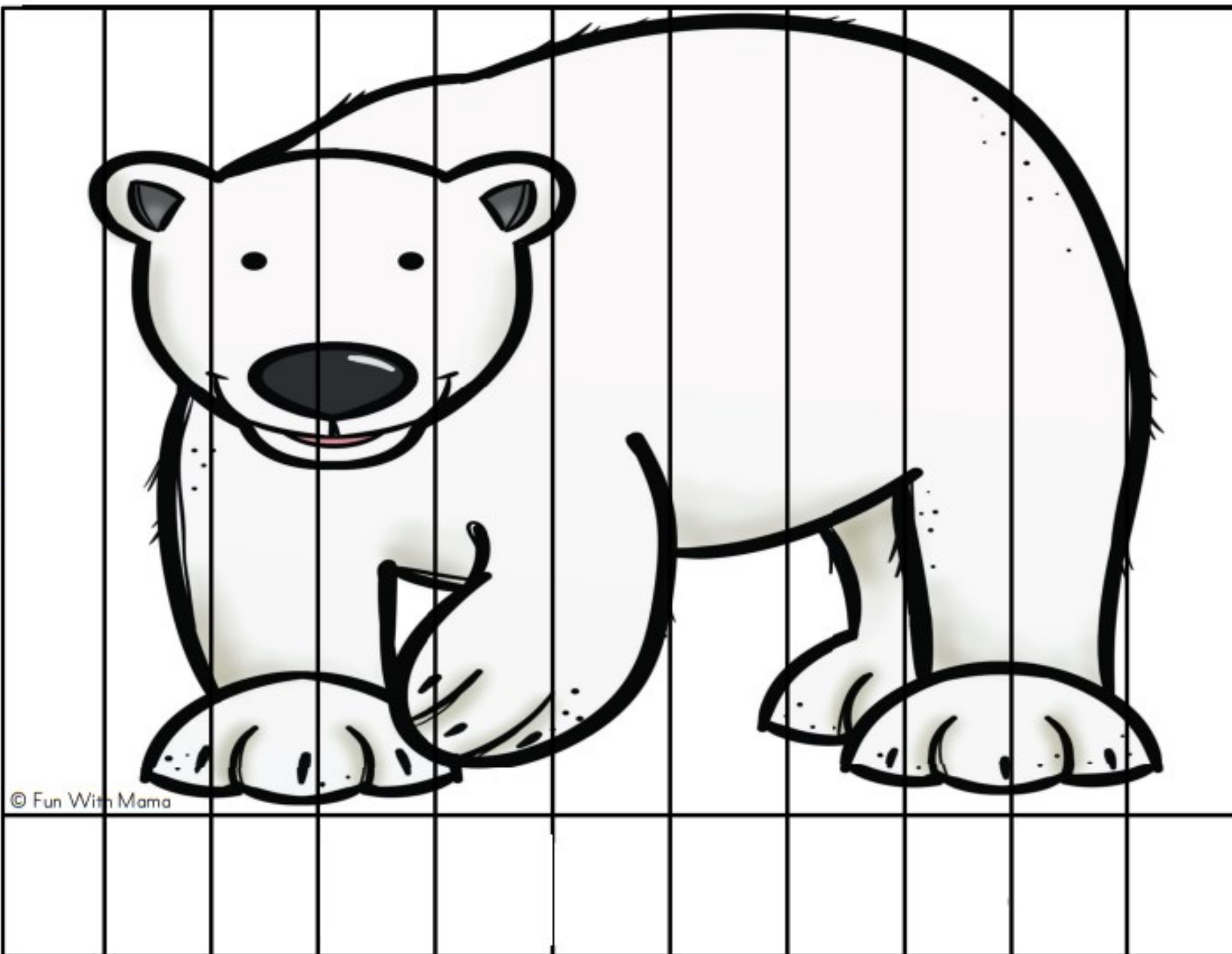
Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)





© Fun With Mama



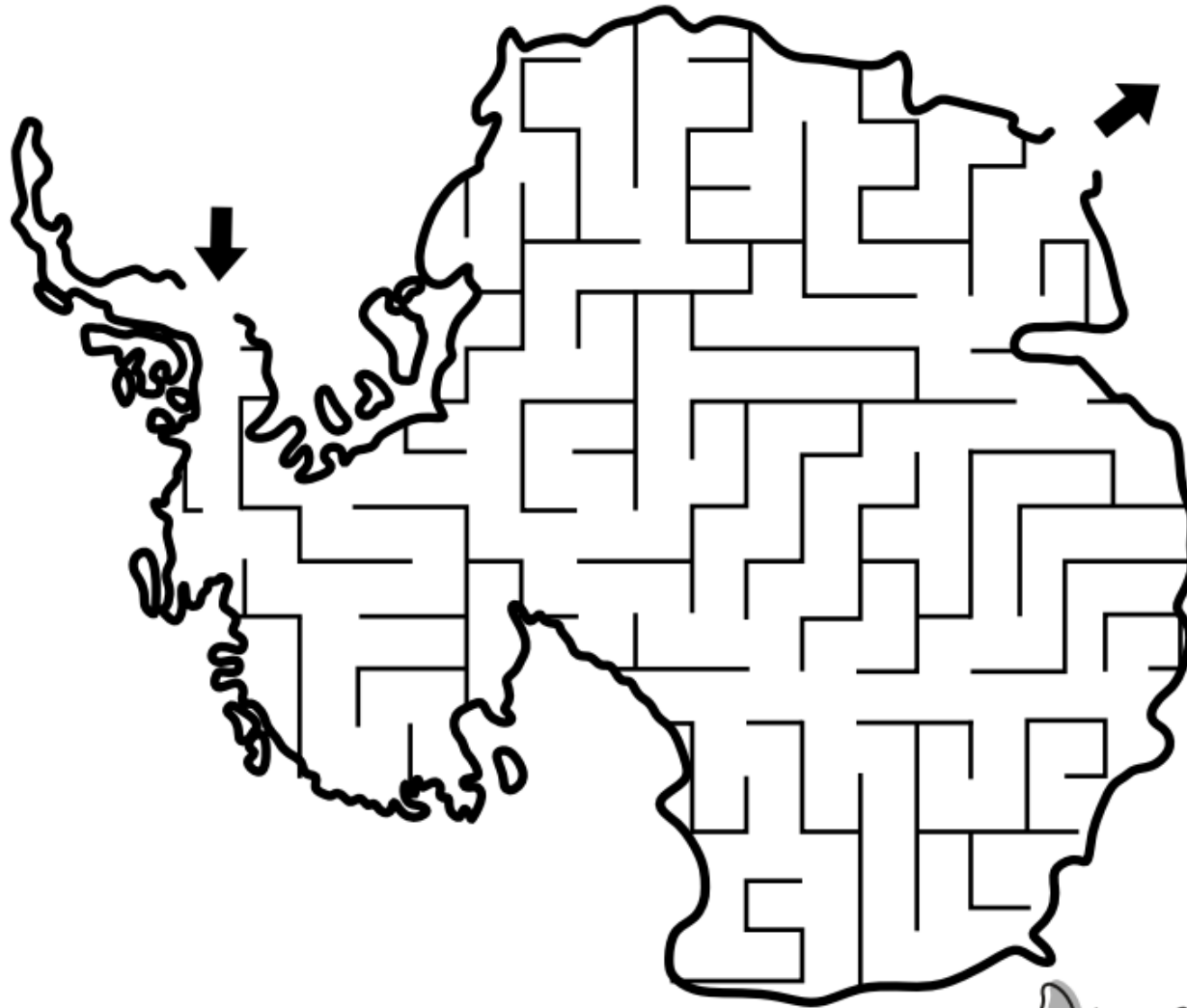


**Dossier Thématique: L'Antarctique**

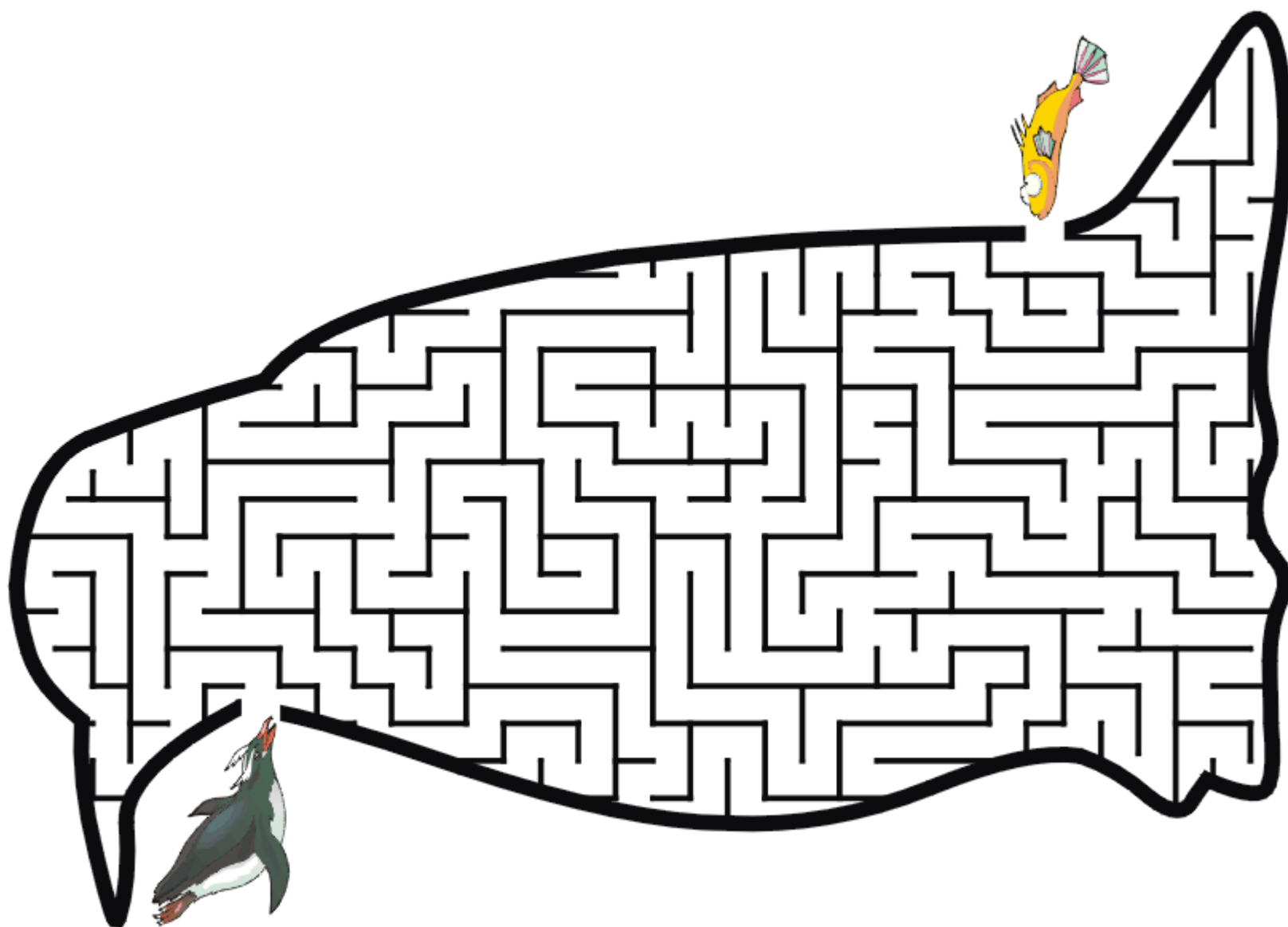
Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca **www.aquouvousjouez.com**

# Antarctica Maze



 *Muse Printables*  
Copyright © 2018 MusePrintables.com





## Ateliers culinaires

### Pingouins Bananes

**Ingrédients:** Bananes, Chocolat fondue, M&M's (ou équivalent)





## Biscuits patte d'ours polaire

### Ingrédients

- 1 tasse de beurre non salé ramolli
- 1 tasse de sucre
- 1 œuf
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille
- 2 tasses de farine
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 1/2 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1/4 cuillère à café de sel
- 1 sachet de pastilles au chocolat au lait.
- 1 sac de pépites de chocolat mi-sucré seulement 3 pépites vont sur chaque biscuit pour les griffes



### Déroulement:

Préchauffez le four à 350 degrés. Tapisser une plaque à biscuits d'un tapis à biscuits (ou de papier parchemin) et réserver. À l'aide d'un batteur sur socle, crémier ensemble le beurre et le sucre. Ajouter l'œuf, la vanille et battre pour combiner.

Ajouter le bicarbonate de soude, la poudre à pâte, le sel et la farine et battre jusqu'à ce qu'une pâte molle se forme. À l'aide d'une petite cuillère à glace, prendre la pâte entre vos mains et la rouler en boule. Rouler dans du sucre supplémentaire si désirée.

Placer la pâte sur une plaque à biscuits à 2 pouces d'intervalle et cuire 9 à 12 minutes. Une fois les biscuits cuits, placez une pastille au centre du biscuit pour le coussinet de la patte. Placez ensuite 3 pépites de chocolat au-dessus de la patte pour les pinces. Répétez les étapes avec la pâte restante et les biscuits.

Laisser refroidir les biscuits environ 30 minutes avant de déguster.



## Déjeuner/Collation Ours polaire

### Ingrédients:

- Fromage en crème fouetté
- Bananes en rondelles
- Bleuets
- Pain grillé

**Déroulement:** Commencez par faire griller votre pain. Tartinez chaque tranche de pain de fromage frais fouetté. Prenez 3 rondelles de banane et placez-en 2 sur le dessus de la tranche de pain grillé pour les oreilles et une vers le bas pour le nez et la bouche.

Prenez deux bleuets et placez-les sur votre tranche de pain grillé pour former les yeux. Déposez une noisette de fromage frais au dos d'une myrtille et utilisez-la pour la fixer à votre banane qui fera office de nez/bouche.



Source: <https://funhappyhome.com/polar-bear-toast-fun-breakfast-idea/>

Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



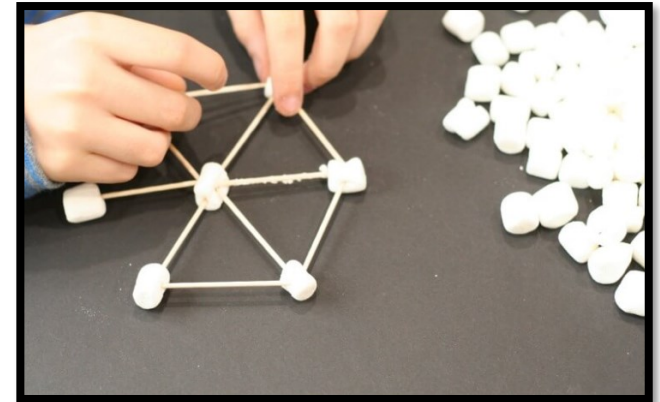
## Sciences

### Igloo en guimauve

<https://lemonlimeadventures.com/engineering-for-kids-building-igloos-with-marshmallows/>

**Matériel:** Mini-guimauves et cure-dent.

**Déroulement:** Pour ce défi une seule consigne sera donnée: faire un igloo en utilisant à la fois des cure-dents et des guimauves. Pas d'instructions particulières. Complètement ouvert. À la fin du temps donné, on peut exposer les différentes réalisations des élèves et faire un retour en grand groupe pour que chacun explique sa démarche.



Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



## Tempête de neige dans un bocal.

(<https://www.mombrite.com/snowstorm-in-a-jar/>)

**Matériel:** Huile pour bébé (vous pouvez également utiliser de l'huile végétale, mais le liquide sera jaune), peinture blanche, comprimés Alka-Seltzer, bocal en verre transparent, paillettes (facultatif), du colorant alimentaire bleu (facultatif)

**Déroulement:** Remplissez les  $\frac{1}{4}$  du pot avec de l'eau. Ajoutez environ une cuillère à café de peinture blanche dans l'eau et remuez pour mélanger. Le mélange doit ressembler à du lait. Si nécessaire, ajoutez plus de peinture.

Remplissez le reste du pot avec de l'huile pour bébé. Laissez le mélange d'eau et de peinture se déposer au fond. Ajoutez des paillettes dans le mélange si désiré (pas nécessaire, mais cela rend la tempête de neige plus jolie).

Ajoutez quelques gouttes de colorant alimentaire bleu si vous le souhaitez (pour simuler la couleur du ciel). Laissez le mélange eau/peinture se déposer au fond. Brisez un comprimé d'Alka-Seltzer et déposez les morceaux brisés un à la fois dans le pot. Regardez la magie opérer !

**Explication:** Il y a quelques leçons de sciences à expliquer à vos élèves ici :

- L'huile et l'eau ne se mélangent pas. Les molécules d'eau sont polaires, ce qui signifie qu'elles ont une petite charge positive à une extrémité et une petite charge négative à l'autre extrémité. Par conséquent, ils sont attirés l'un vers l'autre comme un aimant et forment des liens solides. Les molécules d'huile ne sont pas polaires et sont donc plus attirées les unes par les autres que les molécules d'eau.
- L'huile est moins dense que l'eau. Par conséquent, la peinture mélangée à l'eau coule au fond, tandis que l'eau reste en haut.
- Lorsque vous déposez des comprimés d'Alka-Seltzer, qui contiennent du bicarbonate de soude, dans l'eau, la réaction entre le bicarbonate de sodium (bicarbonate de soude) et l'acide citrique et l'oxyde d'hydrogène (eau) crée du dioxyde de carbone. Les bulles remplies de dioxyde de carbone poussent le mélange d'eau et de peinture vers le haut, mais l'huile exerce une pression vers le bas et repousse le mélange vers le bas, créant l'effet neige.





## Comment les animaux arctiques résistent aux eaux glacées?

**Matériel:** Un bol d'eau glacée, de la graisse végétale (style Crisco), des gants en latex ou en vinyle et une pellicule de plastique

**Déroulement:** Tout d'abord, encouragez vos élèves à mettre leur main dans un bol d'eau glacée.



Ensuite, remettez des gants en latex à vos élèves. Cela leur permettra de participer à l'expérience sans avoir à passer des heures à essayer de laver la graisse de leur mains. :)



**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



Ensuite, demandez-leur de retirer la graisse végétale et de serrer le poing. Mettez vous-même un gant, puis ajoutez également des morceaux de matière grasse à l'extérieur de sa main. Enveloppez la boule de graisse avec un morceau de film plastique.

Demandez-leur ensuite de remettre leurs mains dans l'eau glacée.

**Explication:** Les animaux arctiques possèdent une grande couche de graisse en dessous de leur pelage ce qui leur permet d'être bien isolé quand vient le temps d'aller sous l'eau.



Source: <https://www.icanteachmychild.com/how-arctic-animals-stay-warm-in-icy-water/>

**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## La Fonte des Glaces

**Matériel:** Glaçons, Moule à muffins, bocaux ou récipients, Divers solides, (Vous pouvez commencer avec du sel de table et du sucre, mais aussi inclure différents types de sel, du bicarbonate de soude, du sable ou de la terre, etc.) Chronomètre ou horloge pour mesurer la durée de l'expérience.



**Déroulement:** Dans cette expérience, vous étudierez les facteurs qui accélèrent la fonte de la glace en y ajoutant différents solides.

Étape 1: Répartissez 4 à 5 glaçons dans 6 moules à cupcakes. Veillez à ce que chaque moule contienne la même quantité de glaçons.

Étape 2 : Versez 3 cuillères à soupe de chaque ingrédient solide dans un récipient rempli de glaçons. Ajoutez 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude dans le moule n° 1. Ajoutez 3 cuillères à soupe de sel dans le moule n° 2. Ajoutez 3 cuillères à soupe de sable dans le moule n° 3.

**Dossier Thématique: L'Antarctique**

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquouvousjouez.com](http://www.aquouvousjouez.com)



Les moules n°4, n°5 et n°6 sont vos témoins et rien ne sera ajouté à la glace.

**Étape 3 :** Programmez une minuterie pour vérifier l'état des glaçons toutes les 10 minutes pendant une demi-heure et notez vos résultats. Tirez ensuite vos conclusions. Qu'avez-vous constaté qui a provoqué la fonte la plus rapide de la glace ?



## Conclusion

Sans surprise, l'ajout de sel (chlorure de sodium ou NaCl) a permis à la glace de fondre le plus rapidement. Le bicarbonate de soude arrive en deuxième position, car c'est un type de sel qui peut abaisser le point de congélation de l'eau. Cependant, il se présente sous forme de poudre. Le sable, quant à lui, n'a eu que peu d'effet ! Alors, pourquoi le sel fait-il fondre la glace ?

Le sel abaisse le point de congélation ou de fusion de l'eau. Il interfère avec la formation des cristaux de glace et, en se mélangeant à l'eau liquide présente sur la glace en train de fondre, il accélère le processus de fonte. On parle alors d'abaissement du point de congélation.

Source: <https://littlebinsforlittlehands.com/what-makes-ice-melt-faster/>

Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)



## Cinéma

Pour souligner la fin de la thématique **Antarctique**, pourquoi ne pas se faire un après-midi cinéma avec du maïs soufflé! Voici une sélection de quelques films ayant pour thème ce continent. Bon cinéma!



Les Petits Pieds du Bonheur (2006)



Les Petits Pieds du Bonheur 2 (2011)



Opération Arctique (2014)

### Dossier Thématique: L'Antarctique

Réalisé par Simon Lamarche, Technicien en service de garde  
simon.lamarche@cssdhr.gouv.qc.ca [www.aquoivousjouez.com](http://www.aquoivousjouez.com)