

Waiapi

4-8 ans



Découvertes et bonne humeur !
Le mag des petits rusés

Édito

Je suis Waiapi, ton magazine de l'été.

Je te propose des activités pour bien te dépenser et respecter la nature. Avec moi, tu apprendras plein de choses utiles en t'amusant.

N'hésite pas à me partager avec tes amis ou ta famille.

Mais en fait, que signifie Waiapi ?



Waiapi est une tribu qui vit dans la forêt d'Amazonie, la plus grande forêt du monde. Regarde sur une carte où se trouve l'Amazonie. Les indiens Waiapi vivent avec la nature qui les entoure. Grâce à la forêt, ils fabriquent des outils, mangent, boivent, se soignent. **La forêt est leur maison et ils la respectent !** Inspire-toi des Waiapi pour prendre soin de la planète.



Avant de commencer teste-toi !



CHERCHE-MOI

JE ME CACHE SUR CETTE PAGE



DÉFIS SPORTIFS !

Pendant tout l'été, je te propose de faire plein de petites activités physiques. Retrouve ces défis page 18 et teste ta progression.



Je me suis caché dans toutes les pages du magazine.



SAURAS-TU ME RETROUVER ?

CHARADE

Mon premier est le contraire de haut.
Mon deuxième est le contraire de rapide.
Mon troisième est le contraire de matin.

Je suis un jeu que tu adores

LA BALANÇOIRE



LES BONS GESTES pour la planète !

Toi aussi, chaque jour, tu peux agir pour prendre soin de la planète. Comment ? Avec des petits gestes tout simples mais qui comptent beaucoup.

Sous les dessins, coche les gestes que tu fais déjà. Est-ce que tu en connais d'autres ?



DESSINE
des 2 côtés de la feuille

FERME LE ROBINET
quand tu te laves les dents

ÉTEINS LA LUMIÈRE
quand tu quittes la pièce

TRIE LES DÉCHETS
Il y a des poubelles de couleurs pour chaque déchet.



Aide Mimi à savoir où jeter le déchet qu'elle a ramassé en cochant la bonne case !



AU LIEU DE JETER un objet, essaye d'abord de le **recycler** ou de le **réparer**

MANGE des aliments de saison

Utilise **UNE GOURDE**

DÉPLACE-TOI à pied, à trottinette, à vélo

Défi

Tout au long de tes vacances, ramasse au moins un déchet par jour en le déposant dans la bonne poubelle.

ES-TU PRÊT À RELEVER LE DÉFI ?





LES 8 DIFFÉRENCES



AIDE-MOI À RETROUVER
LE CHEMIN DE MA MAISON



À TOI DE
JOUER !



DESSINE

ce que tu as aimé faire pendant tes vacances



Allô C'EST UNE URGENCE !



Appeler les secours est un premier réflexe qui peut sauver des vies.

Crée-toi une fiche d'urgence.
Remplis la fiche et découpe-la. Garde-la bien en évidence chez toi. Sur le frigo par exemple.



Entraîne-toi avec un adulte.

LA PERSONNE AU TÉLÉPHONE TE POSERA DES QUESTIONS

- Comment t'appelles-tu ?
- Quel âge as-tu ?
- Où te trouves-tu ?
- Pourquoi appelles-tu ?

- Je transmets toutes les informations et l'adresse du lieu de l'accident,
- Je décris ce qui se passe,
- Je réponds aux questions des secours et j'attends que l'on me demande de raccrocher.



LES NUMÉROS D'URGENCE

- 15 SAMU** Pour tout problème de santé.
- 18 POMPIERS** Pour tout problème de secours, accident de la circulation, incendie...
- 112 APPEL EUROPÉEN**
- 114 SOURDS ET MALENTENDANTS**

Les appels vers ces numéros sont gratuits.

Dans LA FAMILLE FOURMI je demande...

Les fourmis vivent en colonie dans une fourmilière.

Elles sont très bien organisées et chacune a un rôle bien précis à jouer. Seule, une fourmi ne pourrait pas survivre. Mais ensemble, elles sont très fortes !

C'est la plus âgée du groupe. Elle part à la recherche de nourriture et peut porter 50 fois son poids !

ENTRÉE

LA GUERRIÈRE

Salle de garde

L'EXPLORATRICE

LA NETTOYEUSE

Elle entretient le nid et se débarrasse des déchets

L'AGRICULTRICE

Compost

LA REINE

Elle est la plus grosse de toutes les fourmis de la colonie. Elle passe sa vie à pondre. Elle peut vivre entre 9 et 15 ans.

LA NOURRICE

Elle nourrit et protège les larves.

Chambre d'hibernation

Chambre de la reine

Crèche pour les larves et les nymphes

Couveuse pour les œufs



Le monde FASCINANT des INSECTES

Pourquoi les insectes sont-ils très utiles ?

LE SCARABÉE BOUSIER

Il est l'insecte le plus fort du monde.



1 • Grâce aux insectes, le jardin produit des fruits et des graines

En transportant le pollen de fleur en fleur, les insectes permettent aux plantes de se reproduire. Sans insectes pollinisateurs, nous ne pourrions pas manger de nombreux fruits et légumes.

2 • Grâce aux insectes, la terre est plus riche et les plantes poussent mieux

Les insectes sont de supers éboueurs ! Ils nettoient les déchets et peuvent par exemple transformer le bois mort en engrais.

3 • Grâce aux insectes, les animaux peuvent se nourrir

Si les insectes disparaissent, de nombreux animaux n'auraient plus rien à manger. Les insectes sont une source de nourriture.



L'ABEILLE

Les abeilles butinent les fleurs et les fertilisent



LA COCCINELLE

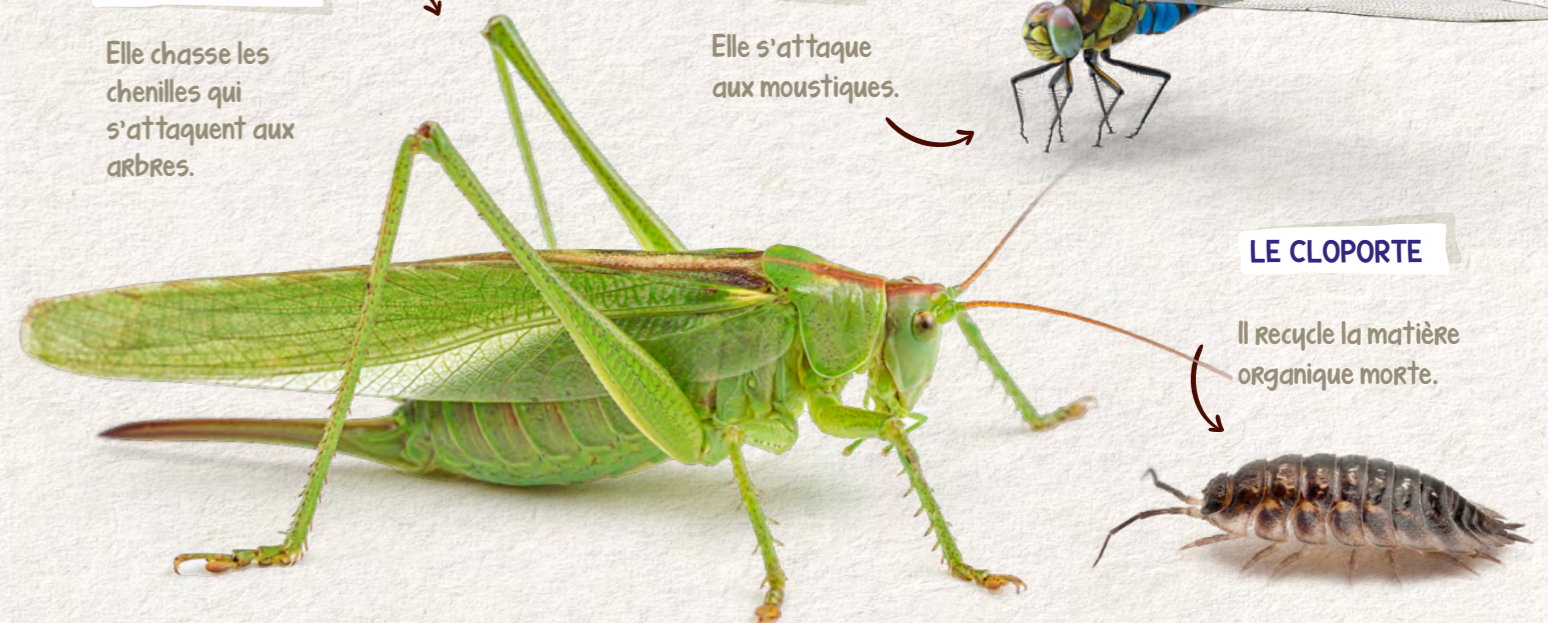
Elle protège les plantes en dévorant les pucerons

LA SAUTERELLE

Elle chasse les chenilles qui s'attaquent aux arbres.

LA LIBELLULE

Elle s'attaque aux moustiques.



LE CLOPORTE

Il recycle la matière organique morte.



LA MANTE RELIGIEUSE

C'est une chasseuse hors-paire qui protège nos jardins des autres insectes. Elle se régale de mouches, sauterelles, criquets et punaises.



LE PINCE-OREILLE

Le pince-oreille est très utile aussi dans un jardin car il se nourrit d'insectes nuisibles.



LE CARABE DORÉ

On l'appelle "jardinière". Il est l'ami du potager car il tue les petites bestioles nuisibles dans le jardin.



LA FOURMI

Les fourmis nettoient la terre et déplacent des graines qui germeront.



LE PHASME

C'est un véritable expert du camouflage. Il peut rester immobile pendant des heures. Il est alors impossible de les repérer !



À TOI DE JOUER !

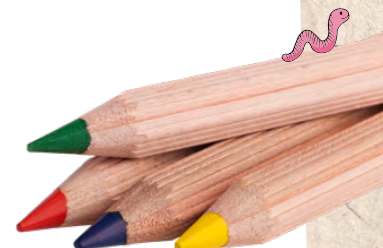
La vie des papillons est divisée en quatre étapes. Numérote ces étapes de 1 à 4 dans le bon ordre.



Larve

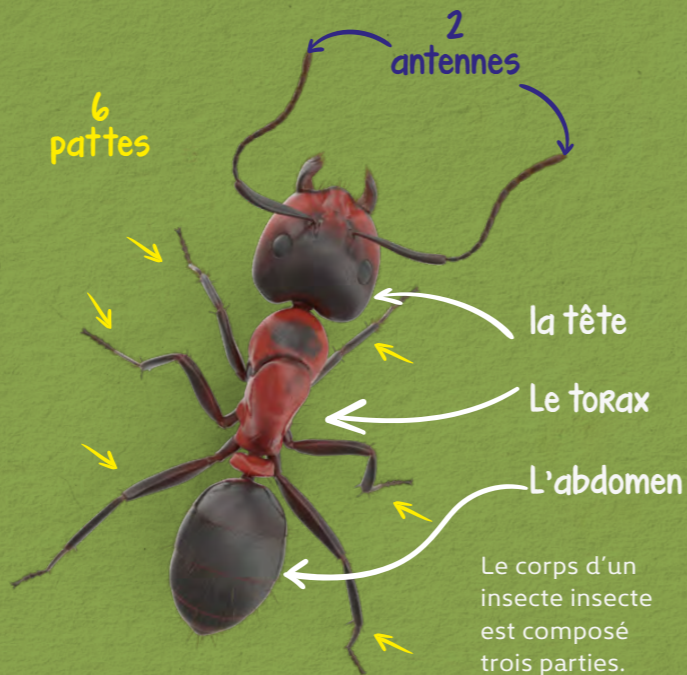
La principale activité de la chenille : s'alimenter ! La coquille de son oeuf constitue son premier repas, tout de suite après l'éclosion.

DESSINE ton insecte imaginaire



Combien d'insectes différents as-tu observé pendant tes vacances ? Es-tu capable de les nommer ? Essaie de les dessiner. Tu peux aussi les photographier.

Comment RECONNAÎTRE UN INSECTE ?

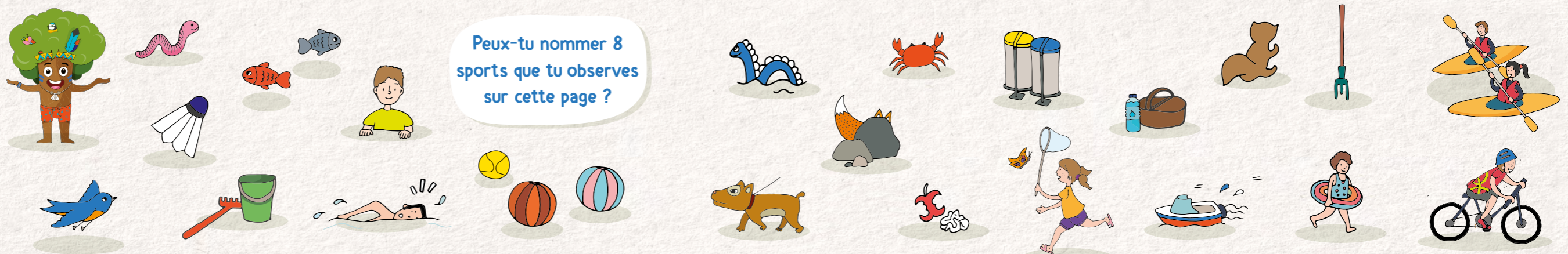




À TOI DE JOUER !

Waiapi s'est caché dans le décor. Sauras-tu le retrouver ?

Peux-tu nommer 8 sports que tu observes sur cette page ?



LE SAIS-TU ?

Pour être en forme il faut bien manger et bien s'hydrater



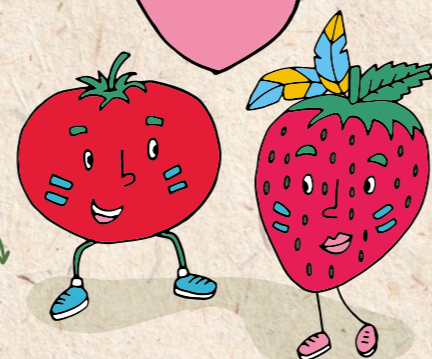
LE KIVI



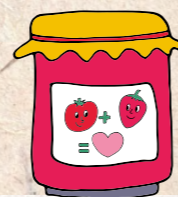
C'est le fruit qui contient le plus de vitamine C. Encore plus que l'orange ! Il possède aussi de la vitamine E.

LA TOMATE

La tomate n'est pas un légume mais bien un fruit !

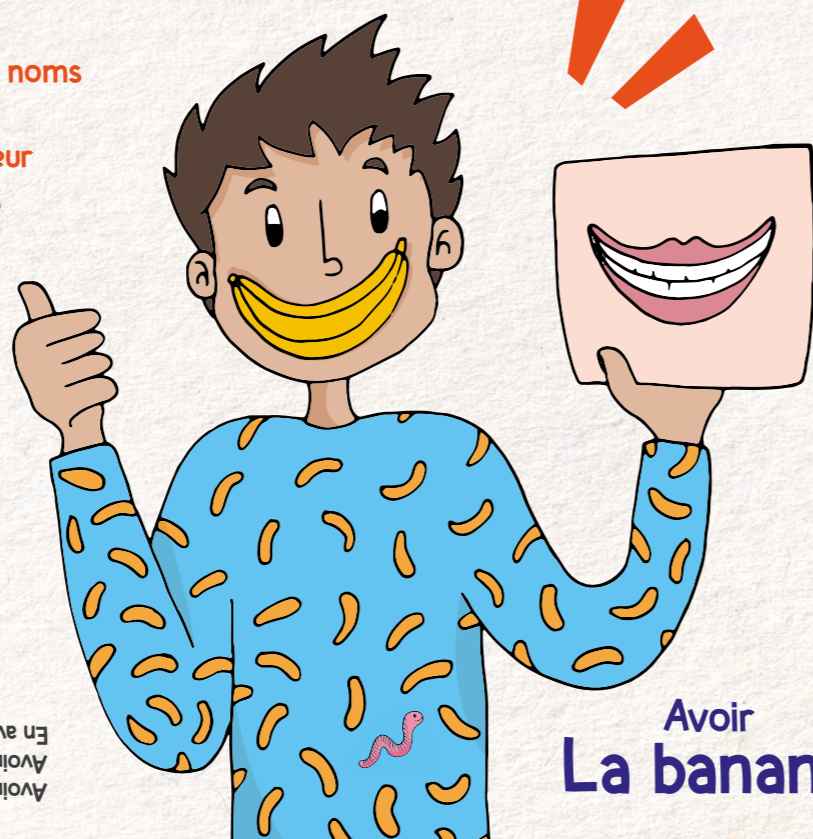
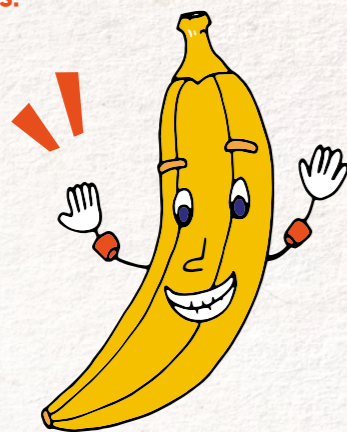


Essaie un mélange de fraises et de tomates, c'est délicieux !



À TOI DE JOUER !

Connais-tu des expressions avec des noms de fruits ou de légumes ?
Joue avec tes parents et demande-leur de t'expliquer ce que veulent dire ces expressions.



Avoir
La banane

Avoir la pêche - Se fendre la poire
Avoir un cœur d'artichaut - Raconter des salades
En avoir gros sur la patate - Avoir le melon.....

70% D'EAU !

Notre corps est constitué d environ 70% d eau ! Il est important de bien boire chaque jour au moins 1 litre d'eau.



LES FRUITS SECS SUCRÉS

Abricots, figes, raisins, pruneaux... sont excellents pour tes muscles.



LES PETITS POIS

Les petits pois ou encore les lentilles sont très riches en fer. Encore plus que les épinards ! Les épinards sont excellents et sont très riches en vitamines et minéraux.



LE CITRON

Il est plus sucré que la fraise.



LA CAROTTE

Elle est une excellente source de vitamine A, qui favorise une bonne vision dans l'obscurité.

L'ARTICHAUT

L'artichaut pousse au sommet d'une tige pouvant atteindre une hauteur de 2 mètres.

↑
2m

DESSINE
ton fruit ou ton légume préféré !



WAIAPI TE MET AU DÉFI ! BOUGE ET LIBÈRE TON ÉNERGIE !



Je te donne des idées pour bien te dépenser tout au long de l'été.

01

Mets-toi sur la **POINTE DES PIEDS** et tiens le plus longtemps possible dans cette position.

04

RAMPE comme un serpent, **SAUTE** comme une grenouille, **GALOPE** comme un cheval et **MARCHE** à quatre pattes comme un ours.

05

DANSE sur une musique que tu aimes. Invente une chorégraphie.

02

Fais des **ROULADES** sur un tapis de gym, un lit, une grosse couverture ou sur l'herbe.

03

Tiens en **ÉQUILIBRE** sur une jambe pendant 30 secondes.

06

Fais un **PARCOURS** en roller, en skate ou en trottinette avec les copains.

07

Dessine des petits ronds dans lesquels il faut **SAUTER**

08

Dessine une ligne sur laquelle tu dois **MARCHER EN ÉQUILIBRE**

09

BONDIS de manière rythmée : 3 grands bonds en avant puis 1 petit bond.

10

Demande à quelqu'un de **CACHER UN TRÉSOR** dans le jardin ou dans la maison et essaie de le trouver avec des **INDICES**





Éduquer... tout un sport !

Association reconnue d'utilité publique, l'Union générale sportive de l'enseignement libre (UGSEL) est la fédération française de sport scolaire de l'enseignement privé. Elle a pour missions de soutenir et coordonner l'animation éducative et institutionnelle au sein des établissements, de développer une offre de formation disciplinaire et interdisciplinaire et de promouvoir le sport scolaire au sein de tous les établissements.

SUIVEZ-NOUS



WWW.UGSEL.ORG



Waiapi
4-8 ans

Création illustration et mise en page :
Agence-duo.com

Conception et coordination éditoriale :
François Martin - Agence Duo

Tous droits réservés ©Ugsel nationale, 277 rue Saint Jacques,
75240 Paris cedex 05, Juin 2021
Crédits photos : Adobe Stock, Evato