

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 ?

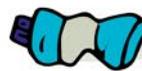


Waiapi est une tribu qui vit dans la **forêt d'Amazonie**, la plus grande forêt du monde. Regarde sur une carte où se trouve l'Amazonie. Les indiens Waiapi vivent avec la nature qui les entoure. Grâce à la forêt, ils fabriquent des outils, mangent, boivent, se soignent. **La forêt est leur maison et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



**BONNES
VACANCES !**

LES BONS GESTES pour la planète !



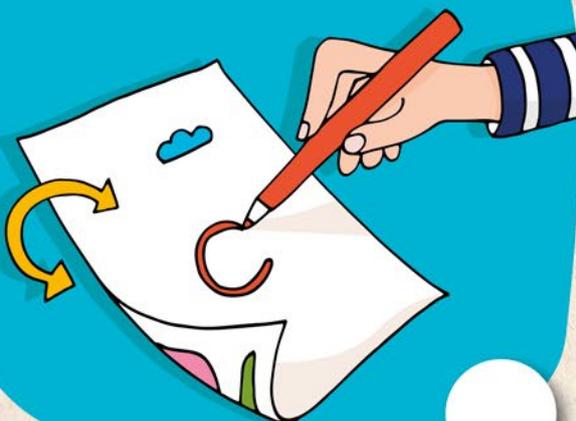
Toi aussi, chaque jour, tu peux agir pour prendre soin de la planète. Comment ?
Avec des petits gestes tout simples mais qui comptent beaucoup.

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



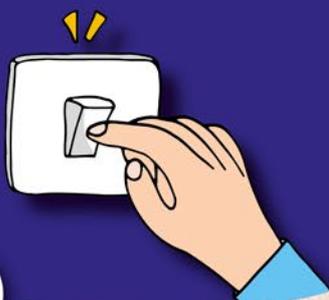
FERME LE ROBINET

quand tu te laves
les dents



ÉTEINS LA LUMIÈRE

quand tu quittes la pièce



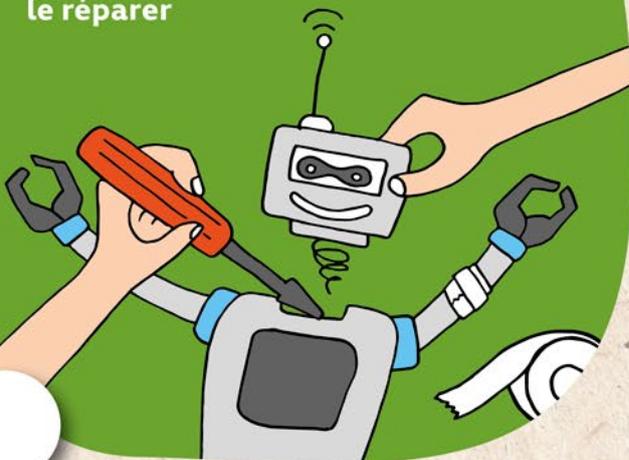
TRIE LES DÉCHETS

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 ?**



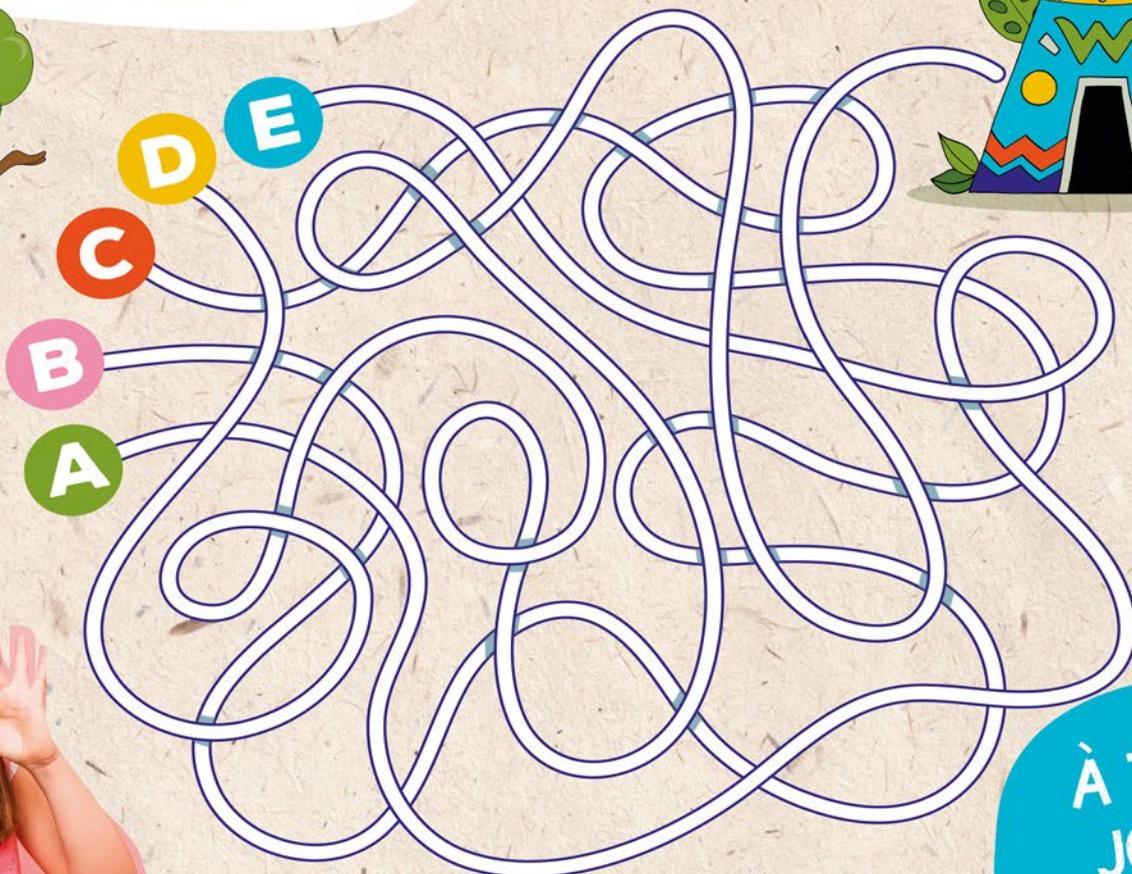




LES 8 DIFFÉRENCES



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

Salle de garde

LA GUERRIÈRE

Chambre des pucerons

Grenier à viande

Grenier à graines

L'EXPLORATRICE

Elle entretient le nid et se débarrasse des déchets

LA NETTOYEUSE

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 ?

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.



L'ABEILLE

Les abeilles butinent les fleurs et les fertilisent

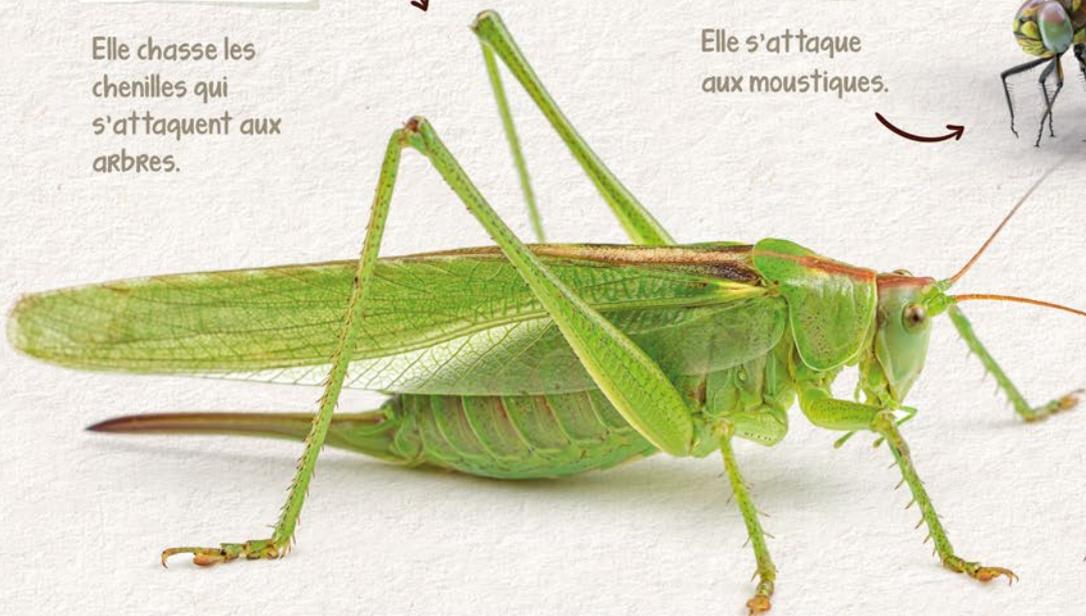


LA LIBELLULE

Elle s'attaque aux moustiques.

LA SAUTERELLE

Elle chasse les chenilles qui s'attaquent aux arbres.



LE SCARABÉE BOUSIER

Il est l'insecte le plus fort du monde.



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.



LA COCCINELLE

Elle protège les plantes en dévorant les pucerons

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 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 !



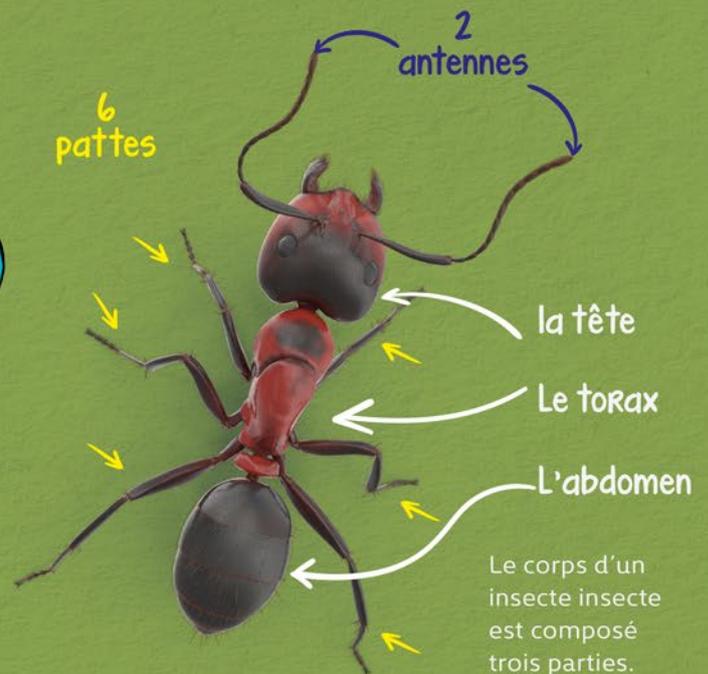
LE PINCE-OREILLE

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



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 !

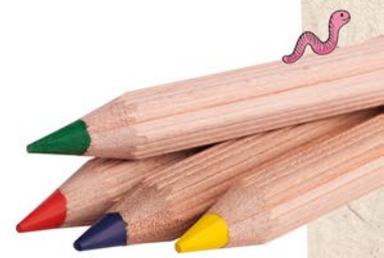
La vie des papillons est divisée en quatre étapes. Numérote ces étapes de 1 à 4 dans le bon ordre.

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



CHERCHE ET TROUVE !



LE SAIS-TU ?

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



LE KIWI



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 !



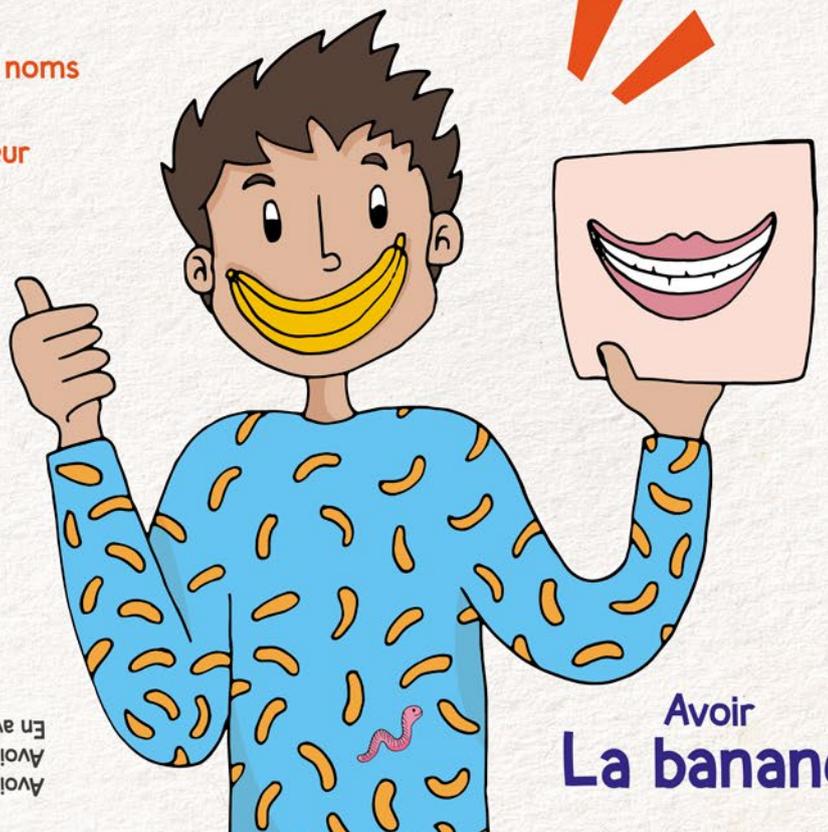
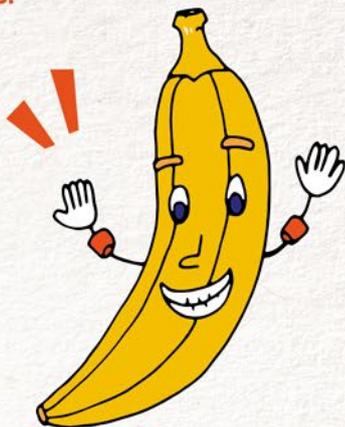
Essaie un mélange de
fraises et de tomates,
c'est délicieux !



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, figues, 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.

**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