



Remerciements

Ce travail fait partie du projet Healthy Start / Départ Santé dirigé par le Réseau santé en français de la Saskatchewan, financé par le ministère des Parcs, de la Culture et du Sport de la Saskatchewan. La création de cette ressource n'aurait pas été possible sans le leadership de Kathy Wahpepah et de Tim Eashapie père. Nous les remercions sincèrement pour leur dévouement au projet et pour nous avoir transmis un grand nombre d'histoires et d'enseignements traditionnels qui ont guidé l'élaboration des cartes d'activités PEP autochtones. Nous sommes également reconnaissants pour les magnifiques illustrations créées par nos talentueuses artistes Lexa Specht et Shayla Pitt.

Nous exprimons notre profonde gratitude envers Tammy Girolami (directrice du Royal West Campus, à Saskatoon, en Saskatchewan) qui a joué un rôle essentiel dans le succès de ce projet. De plus, nous remercions vivement les parents, les enfants et les éducateurs du Royal West Early Learning Centre qui ont testé les activités et qui ont fourni de précieux commentaires à notre équipe.

Enfin, nous aimerions souligner l'engagement et le leadership des membres de l'équipe de l'activité et de la littératie physiques de Départ Santé/Healthy Start de l'Université de la Saskatchewan qui ont facilité ce projet depuis sa création :

Louise Humbert, Ph. D.
Amanda Froehlich Chow, Ph. D.
Nicole Cameron



Tatanka, Tatanka



Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (courir, esquiver); renforcement de la confiance; développement des compétences; acquisition d'habiletés sociales (coopération); développement de la maîtrise du corps et de la perception de l'espace

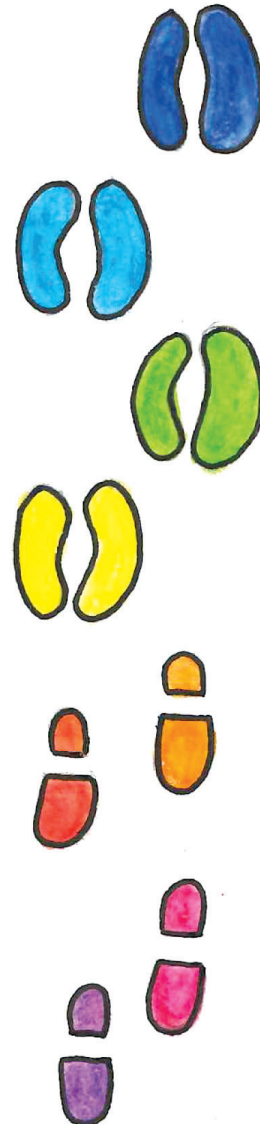
Liens avec le langage/la littératie : Jouer avec les sons du langage (p. ex., rythme, réciter)

Matériel : Aucun

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Tatanka est le plus gros des bisons et le chef du troupeau. Le bison était une importante source de nourriture et de matériaux pour la Première nation/tribu, car il fournissait de la viande, du suif, de la babiche pour la couture, des os pour les outils et du cuir pour les couvertures, les vêtements et les tipis. Toute la tribu participait au rassemblement des bisons dans un enclos à bisons ou les menait à un précipice à bisons. Dans ce jeu, les jeunes enfants développent des habiletés, comme poursuivre, attraper, courir, s'enfuir et esquiver, leur permettant ainsi de participer à la très importante chasse aux bisons lorsqu'ils en ont l'âge.





Tatanka, Tatanka (suite)

Jouons

- ❖ Commencez par choisir un enfant qui sera « Tatanka ». Il se tiendra au centre de l'aire de jeu. Les autres enfants s'aligneront contre un mur ou dans une zone limite.
- ❖ L'enfant dans le milieu crie : « Tatanka, Tatanka », et les enfants contre le mur courent d'un bout à l'autre du gymnase ou de l'espace ouvert vers le côté opposé. Chaque enfant qu'il attrape fait dorénavant partie du troupeau de bisons et reste au centre du gymnase.
- ❖ Les enfants qui ont atteint l'autre mur attendront que Tatanka crie de nouveau : « Tatanka, Tatanka » et traverseront à nouveau l'espace en courant, essayant d'éviter d'être attrapés par tous les autres enfants qui ont rejoint le troupeau de bisons.
- ❖ Le jeu continue jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un seul enfant. Cet enfant devient ensuite le nouveau Tatanka.

HABILETÉ MOTRICE : ESQUIVER



Indications pour l'enfant

- Garde la tête haute.
- Pousse avec ton pied et tourne.

Gestes

- Garde la tête haute et une position basse.
- Maintiens un pied au sol.
- Change rapidement de direction pour échapper à un chasseur.

Conseils

- Rappelez aux enfants de plier les genoux pour esquiver.

Autres habiletés

- Courir



Tatanka, Tatanka Traversons la rivière



Liens avec l'activité/la littératie physique : Activité physique vigoureuse; développement des habiletés motrices (sauter); renforcement de la confiance; développement des compétences; acquisition d'habiletés sociales (coopération, travail d'équipe); développement de la maîtrise du corps et de la perception de l'espace

Liens avec le langage/la littératie : Mots associés au mouvement (sauter, limites)

Matériel : Ruban adhésif, serviettes (pour les « roches »)

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Les membres des Premières nations vivant dans les prairies et les plaines étaient habiles à voyager et à naviguer en utilisant les étoiles et des repères. Leurs voyages les ont amenés à traverser des rivières et des chaînes de montagnes sur des chemins parfois difficiles à parcourir et où la capacité de bien sauter était essentielle. Ce jeu est une version modifiée d'un jeu auquel on joue déjà dans la plupart des écoles des différentes réserves autochtones des Prairies, du nom de « Tatanka, Tatanka ». Dans cette version, il y aura une course pendant laquelle il faudra traverser une rivière imaginaire. Elle permettra aux enfants de s'entraîner à sauter et à atterrir à un endroit précis.





Tatanka, Tatanka Traversons la rivière (suite)

Jouons

- ❖ Commencez par placer du ruban adhésif sur le plancher du gymnase pour marquer l'emplacement des roches imaginaires.
- ❖ Les enfants sauteront d'une roche à l'autre pour traverser la rivière.
- ❖ Les enfants seront divisés en deux équipes, les bisons et les chasseurs. La piste de course sera aménagée en créant deux rangées distinctes de « roches » parallèles, l'une pour les chasseurs et l'autre pour les bisons.
- ❖ Les chasseurs courront après les bisons. Si vous ne battez pas le chasseur, vous en devenez un. Si vous êtes un bison et que vous gagnez la course, vous pouvez continuer le jeu en tant que bison.
- ❖ La course peut durer jusqu'à ce qu'il y ait un vainqueur, ou pendant une durée déterminée.

HABILETÉ MOTRICE : SAUTER HORIZONTALEMENT



Indications pour l'enfant

- Utilise tes deux pieds.
- Balance tes bras.
- Saute comme si tu allais toucher au ciel.
- Plier les genoux pour retomber.
- Retomber sur deux pieds avec les genoux pliés.

Gestes

- Bras en arrière, genoux pliés.
- Balance les bras vers le haut et en avant.
- Saute et reviens sur les deux pieds en même temps.
- Plie les genoux pour absorber le choc.

Conseils

- Encouragez les enfants à commencer leur saut avec les **bras vers l'arrière** et les **genoux pliés**.
- Vous pouvez aussi réciter ce petit poème :
Bras en l'air, pour sauter en l'air,
genoux pliés et bras pointés,
pour revenir et atterrir.



Chasse à la boule de quilles

Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (faire rouler); acquisition d'habiletés sociales (attendre son tour, coopérer); renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., observer, décrire, raconter une histoire)

Matériel : Balles, animaux en peluche ou images de différents animaux

Bricolage : Animal en peluche ou images d'animaux (les enfants peuvent vouloir colorer les impressions des animaux)

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ L'hiver est une période difficile pour chasser. Certains petits animaux n'hibernent pas en hiver, mais vivent tout de même dans des terriers sous la neige. Différentes habiletés sont requises pour chasser ce genre d'animaux qui vivent sous la neige ou la glace. Il y a longtemps, les chasseurs en Amérique du Nord utilisaient des javelots qu'ils lançaient vers le sol ou la glace pour chasser. La chasse permettait aux membres des Premières nations de subvenir aux besoins de leur famille. Il était très important de subvenir aux besoins des enfants. Les enfants étaient considérés comme étant si importants que personne ne voulait voir un enfant souffrir de la faim. Les jeunes enfants apprenaient à chasser en accompagnant leurs parents pendant la chasse. La chasse en hiver leur donnait l'occasion de sortir et de chercher du petit gibier. Cette activité est une adaptation du jeu original appelé Serpents à neige qui utilisait des javelots lancés sur la glace. Les enfants développaient leurs compétences en observant leurs parents et en essayant d'imiter ce qu'ils faisaient.





Chasse à la boule de quilles (suite)

Jouons

- ❖ Commencez par aligner les enfants en rangées de cinq ou six enfants. La rangée 2 doit se placer derrière la rangée 1, et la rangée 3, derrière la rangée 2. Chaque rangée avance quand c'est son tour. La rangée à l'avant sera celle des chasseurs.
- ❖ À l'aide d'une plus grosse balle, les enfants essaient de chasser efficacement, en faisant rouler la balle en direction de l'animal en peluche ou de la cible pour la frapper.
- ❖ Avec une rangée d'animaux en peluche comme cibles, toute une rangée d'enfants peut faire rouler leur balle vers les cibles, la récupérer et la remettre à la rangée suivante qui attend son tour.
- ❖ Cela encourage la coopération et fait de la récupération des balles une partie amusante du jeu.

HABILETÉ MOTRICE : FAIRE ROULER ET LANCER PAR-DESSOUS L'ÉPAULE



Indications pour l'enfant

- Fais face à la cible.
- Fais un pas et balance ton bras.
- Mains en l'air.
- Lâche la balle près du sol (fais-la rouler).
- Lâche la balle en amenant la main qui la lance vers l'avant de ton corps.

Gestes

- Mets-toi debout face vers l'avant et ton bras, vers l'arrière.
- Fais un grand pas avec le pied contraire à la main qui tient la balle.
- Plie les genoux et les hanches pour lancer la balle près du sol.

Conseils

- Encouragez les enfants à faire un **grand pas** pour **allonger** le bras et lancer vers le **bas**.
- Pointer la cible après le lancer aidera les enfants à améliorer leur visée!
- Un lancer par-dessous l'épaule, c'est comme faire rouler la balle, sauf que vous la lâchez en l'air plutôt que sur le sol. Demandez aux enfants de se tenir bien droit pour effectuer un lancer par-dessous l'épaule.



Bâton et cerceau

Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (coordination yeux-mains, synchronisation); renforcement de la confiance; développement des compétences; acquisition d'habiletés sociales (coopérer, attendre son tour); développement de la maîtrise du corps et de la perception de l'espace

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., observer, décrire, raconter une histoire)

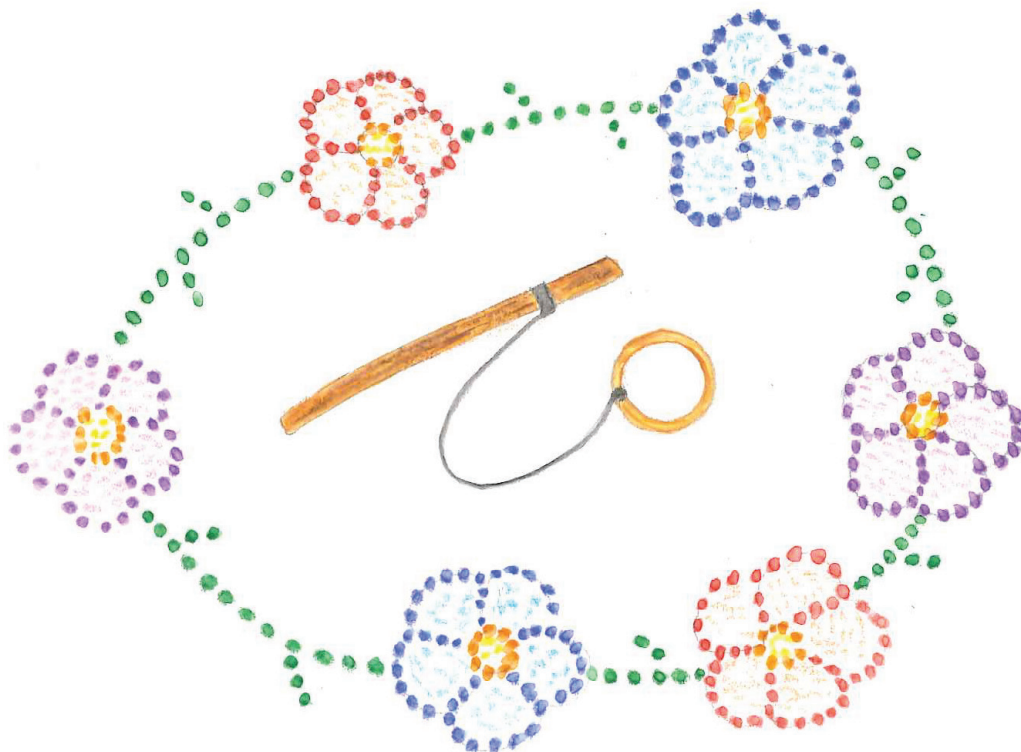
Matériel : Un cerceau et un bâton par enfant

Bricolage : Cerceaux (couvercles de pots de yogourt ou de beurre en plastique)

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ La chasse était une compétence essentielle que les jeunes des Premières nations devaient apprendre. Ils commençaient très tôt avec des jouets qui les encourageaient à développer leurs compétences. Pour jouer, des cerceaux étaient créés à partir d'une tranche d'os d'une patte de bison ou d'un bâton de saule plié et attaché en un cercle. Ce cerceau était attaché à l'extrémité d'un bâton par une ficelle. Ensuite, le joueur tenait le bâton et balançait le cerceau en l'air. Le but du jeu était de harponner le cerceau qui volait en l'air avec le bâton.





Bâton et cerceau (suite)

Jouons

- ❖ Les enfants peuvent commencer l'activité en tenant le bâton et en le pointant vers le sol.
- ❖ Lorsqu'ils sont prêts, les enfants peuvent essayer de soulever rapidement le bâton devant eux, ce qui envoie le cerceau en l'air.
- ❖ L'enfant peut alors tenter de l'attraper en utilisant son bâton comme un javalot et en essayant de harponner son cerceau.
- ❖ Le joueur peut faire autant de tentatives qu'il le souhaite pour harponner le cerceau avec le bâton.



La chasse

Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (lancer); acquisition d'habiletés sociales (attendre son tour, coopération); renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., observer, décrire, raconter une histoire)

Matériel : Balles et animaux en peluche ou images d'animaux

Bricolage : Images d'animaux en peluche ou de différents animaux (les enfants peuvent vouloir colorer les images des animaux)

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Les membres des Premières nations n'avaient pas de magasins où acheter leur nourriture. Ils dépendaient de leurs frères, les animaux, pour se nourrir. Ils croient que les animaux se sont donnés aux gens pour qu'ils n'aient pas faim. Ce sacrifice des animaux exigeait des chasseurs qu'ils développent d'excellentes habiletés pour chasser les animaux sans qu'ils souffrent. Sachant qu'un javelot ou une flèche traversant les côtes jusqu'aux poumons ou au cœur était le moyen le plus rapide et le plus efficace de tuer les animaux, les chasseurs essayaient de les tuer le plus rapidement et de la manière la moins douloureuse possible. Cela exigeait d'innombrables heures de pratique.
- ❖ Chaque chasseur devait fabriquer ses propres flèches, lances et couteaux en pierre, ce qui prenait de longues heures. S'ils n'étaient pas doués pour fabriquer des pointes de flèches et des couteaux en silex, ils devaient trouver des biens à échanger contre ces objets précieux. Cela donne une grande valeur aux pointes de flèche et au javelot, une autre raison d'être très prudent avec eux lors de la chasse. La précision était très importante.
- ❖ Enfin, lors de la chasse, les chasseurs priaient et faisaient montre de respect pour les animaux qu'ils chassaient, en faisant une offrande de précieux tabac sacré en signe de gratitude, lorsque l'animal était tué.





La chasse (suite)

Jouons

- ❖ Commencez par fixer des animaux en peluche ou des dessins d'animaux au mur. Ils serviront de cibles pour lancer une balle de tennis (ou un mini javelot bricolé à partir d'un goujon ou d'une nouille de piscine).
- ❖ Dans ce jeu, les enfants forment des rangées de cinq ou six. La rangée 2 doit se placer derrière la rangée 1, et la rangée 3, derrière la rangée 2. Chaque rangée avance quand c'est son tour. La rangée à l'avant sera celle des chasseurs.
- ❖ Les chasseurs ont chacun une balle de tennis à lancer sur leur cible. Ils ont quatre chances de toucher la cible. Après chaque lancer, ils doivent attendre que tout le monde ait fini de lancer avant de récupérer leur balle (c'est particulièrement important lorsque vous utilisez un javelot).
- ❖ Après avoir récupéré la balle une dernière fois, ils la remettent aux enfants de la rangée suivante, pour leur permettre de jouer à leur tour. Les balles peuvent être marquées de la même façon que les flèches l'étaient traditionnellement, avec des bandes de couleur pour identifier le propriétaire.

HABILETÉ MOTRICE : LANCER



Indications pour l'enfant

Vous pouvez aussi réciter ce petit poème :

Bras levé,
de côté,
bras en avant,
lance devant.

Gestes

- En position debout, mets-toi de côté.
- Baisse le bras qui tient la balle et garde-le en arrière.
- Fais un grand pas vers l'avant avec le pied contraire.
- Regarde à l'endroit où tu veux lancer et lève le bras vers l'avant.
- Quand tu vois tes doigts, lance la balle.

Conseils

- Encouragez les enfants à continuer le mouvement en pointant vers la cible longtemps après que la balle a quitté leur main.



Jouons au ballon sous le tipi



Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (lancer et attraper); jeu coopératif, renforcement de la confiance; développement des compétences

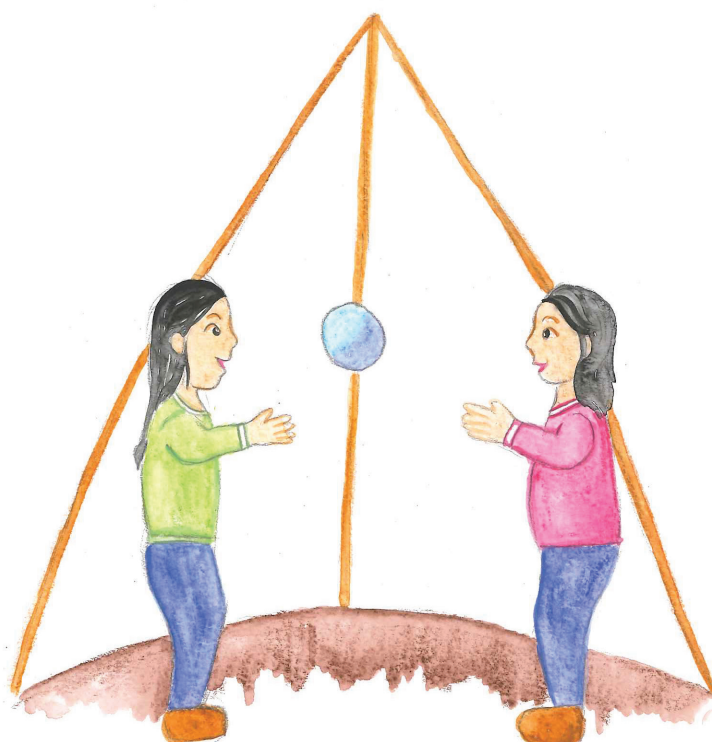
Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., raconter une histoire)

Matériel : Petits ballons

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Vivre dans un petit espace comme une hutte ou un tipi, surtout par temps froid, a fait évoluer de nombreux jeux. Des ballons faits de retailles de cuir ont été utilisés dans des matchs de football qui pouvaient s'étendre d'un bout à l'autre des plaines par temps chaud, car l'aire de jeu n'avait pas de limites. Ce jeu n'était pas possible dans la neige ou lors d'une tempête, mais le ballon restait un jouet populaire. À l'intérieur, on peut jouer à des jeux avec des ballons exigeant moins d'espace. Vivant dans un petit espace en grands groupes familiaux, les membres des Premières nations ont appris à leurs enfants à être respectueux et à faire attention à la sécurité et au confort des uns et des autres dans le tipi.
- ❖ Les enseignements dans le tipi étaient essentiels et guidaient la vie de famille. Chaque perche du tipi représentait un enseignement dans la vie des Premières nations. Les perches du tipi représentent : l'obéissance, le respect, l'humilité, le bonheur, l'amour, la foi, le lien de parenté, l'hygiène, la reconnaissance, le partage, la force, la saine éducation des enfants, l'espoir et la protection ultime. L'interdépendance est représentée par les rabats du tipi et la corde représente le lien sacré ou notre relation avec l'Univers.





Jouons au ballon sous le tipi (suite)

Jouons

- ❖ Après avoir appris la signification des perches du tipi, les enfants sont prêts à commencer l'activité.
- ❖ Pour commencer, les enfants se tiendront en cercle au milieu du gymnase, dans leur tipi imaginaire.
- ❖ Ils se lanceront le ballon l'un à l'autre dans le but de coopérer en regardant directement chaque personne à qui ils lancent le ballon.
- ❖ Si l'enfant ciblé pour attraper le ballon le laisse tomber, il ne peut plus jouer et s'assoit au centre jusqu'à ce qu'un autre enfant laisse tomber le ballon. Lorsque cela arrive, l'enfant qui se trouve au centre peut reprendre sa place dans le cercle.
- ❖ Le jeu continue jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un seul joueur qui n'a pas laissé tomber le ballon. Ce jeu peut comporter plusieurs tours.
- ❖ Pour augmenter l'activité physique, plusieurs parties avec de nombreux petits groupes d'enfants peuvent se dérouler en même temps.

HABILETÉ MOTRICE : ATTRAPER



Indications pour l'enfant

- Tends les mains.
- Regarde bien le ballon.
- Ramène le ballon vers toi.

Gestes

- Mets les bras vers l'avant, plie un peu les coudes.
- Regarde bien le ballon.
- Allonge les bras vers le ballon.
- Attrape le ballon avec les mains.

Conseils

- Encouragez les enfants à allonger les **bras vers l'avant** et à **regarder** le ballon.
- Vous pouvez aussi réciter ce petit poème :
Bras tendus, doigts étendus,
attrape bien avec les mains!

Autres habiletés

- Lancer



Dansons!



Écoutons une histoire

- ❖ Chez les Autochtones, la danse joue un rôle social et cérémonial important. La danse sert à rassembler les gens pour célébrer. Elle est utilisée pour unir les gens entre eux, comme dans les sociétés qui travaillent ensemble pour que leurs membres mettent en commun leurs habiletés particulières. Ces sociétés peuvent rassembler des guerriers, des guérisseurs ou des artisans qui ont des chants et des danses qui leur sont propres. Les chants et les danses servent aussi à transmettre les connaissances, à préserver les histoires d'importance historique et à communiquer les concepts qui ont guidé les gens. Beaucoup de chants et de danses enseignent des choses sur les animaux et leurs habitudes, ou sur des éléments de la nature. En devenant membre d'une société, un jeune devient un apprenant. Il acquiert les connaissances et bénéficie des mentors et de l'aide nécessaires pour apprendre les habiletés et les connaissances particulières de la Société. Il apprend aux côtés de ses mentors, les dirigeants de la Société, en les regardant, puis en les imitant.





La danse du lapin



Liens avec l'activité/la littératie physique : Développement des habiletés motrices (sauter); créativité et expression de soi; renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., imiter, raconter une histoire)

Matériel : Tambour, boîte à musique (peut être fabriquée à partir de matériaux recyclés que vous avez à votre centre ou à la maison [p. ex., un seau ou un contenant en plastique])

Site Web : binged.it/2ILdyhC

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Cette danse a été conçue à l'origine pour les enfants. En créant un segment spécial du pow-wow pour les enfants, leur importance dans la communauté est reconnue et honorée. La Société des lapins est une société spéciale pour les enfants. Comme dans d'autres sociétés en Amérique du Nord, cette Société avait un but, qui était d'enseigner aux plus jeunes enfants qu'ils appartenaient à la communauté et qu'ils y jouaient un rôle important. Leur responsabilité était d'apprendre à danser quand on chantait la chanson de la danse des lapins. Ainsi, les enfants sont eux aussi assurés d'avoir un but au sein de la communauté, qui est de danser ensemble et de profiter de la présence des uns et des autres.





La danse du lapin (suite)

Dansons!

- ❖ Les enfants dansent avec les doigts sur la tête, formant des oreilles de lapin. Ils sautent en imitant un lapin.

HABILETÉ MOTRICE : SAUTER HORIZONTALEMENT



Indications pour l'enfant

- Utilise tes deux pieds.
- Balance tes bras.
- Saute comme si tu allais toucher au ciel.

Gestes

- Bras en arrière, genoux pliés.
- Balance les bras vers le haut et en avant.
- Saute et reviens sur les deux pieds en même temps.
- Plie les genoux pour absorber le choc.

Conseils

- Encouragez les enfants à commencer leur saut avec les **bras vers l'arrière** et les **genoux pliés**.
- Vous pouvez aussi réciter ce petit poème :
Bras en l'air, pour sauter en l'air,
genoux pliés et bras pointés,
pour revenir et atterrir.

Autres habiletés

- Sauter à cloche-pied



La danse du papillon



Liens avec l'activité/la littératie physique : Créativité et expression de soi; se déplacer dans un espace ouvert, renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., imiter, raconter une histoire)

Matériel : De longs rubans à suspendre aux poignets, de la musique et un système de haut-parleurs

Site Web : youtu.be/EFJMLXd9tnE

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Dans la nature, les papillons sont considérés comme ayant une belle apparence et un beau comportement. Les Autochtones honorent cette beauté. Les magnifiques couleurs des papillons peuvent être vues lors d'un pow-wow, sur les costumes des danseurs, n'importe quelle fin de semaine de l'été. Les pow-wow existent depuis des siècles. À l'origine, il s'agissait de célébrations entourant le retour des guerriers au camp. Ils se rassemblaient pour rendre grâce à leur retour à la maison sains et saufs. Les femmes dansaient sur le côté pour les accueillir et leur montrer leur soutien. Au fil des ans, les pow-wow ont évolué pour inclure de nombreuses cultures tribales différentes. À partir des danses traditionnelles, d'autres danses ont été créées pour être dansées lors des pow-wow. On dit qu'une danse a évolué ou a été influencée par les magnifiques couleurs et mouvements du papillon. Cette danse s'appelle la danse libre des femmes. Les femmes portent un beau châle sur leurs épaules qu'elles tiennent sur le côté. Les franges du châle volent dans les airs pendant que les danseuses tournent et dansent sur la pointe des pieds, faisant des pas délicats, mais énergiques, pour se déplacer gracieusement sur le sol.



Dansons!

- ❖ Dans ce jeu, les enfants allongent les bras et dansent en sautant vers l'avant et en tournant de temps en temps pour imiter les mouvements gracieux du papillon.
- ❖ Des rubans peuvent être attachés autour des poignets pour accentuer le mouvement et évoquer la beauté de la danse libre des femmes des pow-wow.
- ❖ Les danseurs suivent leur propre rythme et pas et se déplacent dans le sens horaire. Leur but est d'imiter la grâce et la beauté d'un papillon qui passe de fleur en fleur.



La danse des bisons



Liens avec l'activité/la littératie physique : Créativité et expression de soi; renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., imiter, raconter une histoire)

Site Web : binged.it/2IPPMB3

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Les bisons étaient originaires des prairies et continuent d'avoir une identité forte en Saskatchewan. Autrefois, ils constituaient la principale source de nourriture pour les membres des Premières nations et un élément important des relations économiques entre les Métis qui se livraient au commerce des fourrures avec les premiers colons. Leur importance pour les peuples autochtones en a fait le centre de leur vie dans les prairies. Leurs peaux leur servaient d'abri lorsqu'elles étaient transformées en tipis, qui constituaient la principale demeure des bandes d'Autochtones vivant dans la prairie. La chaleur des peaux était prisée, et celles-ci étaient utilisées comme couvertures, manteaux et bottes, protégeant ainsi les jeunes et les moins jeunes des rudes hivers des prairies. Les cornes, les os et les vessies fournissaient des cuillères, des outils et des récipients pour transporter l'eau. La grande quantité de viande fournie par un bison nourrissait énormément de gens. Lorsqu'une chasse aux bisons était couronnée de succès, il y avait infailliblement un festin. Comme il sied à une célébration, le festin s'accompagnait assurément de chants et de danses.



Dansons!

- ❖ Cette activité célèbre le bison et son esprit libre, ainsi que les nombreuses nécessités qu'il a apportées aux peuples autochtones des prairies.
- ❖ Les bisons dansent tous en cercle dans le sens horaire, parfois en tapant du pied ou en secouant leur tête ébouriffée.
- ❖ Les enfants dansent sur un rythme saccadé avec les doigts sur le front, comme les cornes du bison.



La danse de l'amitié



Liens avec l'activité/la littératie physique : Créativité et expression de soi; acquisition d'habiletés sociales (coopération, travail d'équipe); renforcement de la confiance; développement des compétences

Liens avec le langage/la littératie : Jeu structuré avec des instructions verbales et gestuelles (p. ex., raconter une histoire)

Matériel : Tambour ou système audio

Site Web : binged.it/2IOX5Jv

Endroit : À l'intérieur ou à l'extérieur

Écoutons une histoire

- ❖ Les peuples autochtones de la côte est ont été les premiers à accueillir des étrangers sur ce continent. Ils n'ont pas été les premiers à accueillir de nouvelles personnes dans leur communauté. Pendant de nombreuses générations, les peuples autochtones d'Amérique du Nord ont voyagé. Au cours de leurs voyages, ils étaient souvent accueillis dans de nouvelles communautés, voire adoptés par la bande. Ces visiteurs amicaux étaient traités comme des parents. Ils étaient nourris, recevaient des cadeaux, et leur arrivée était célébrée. Ils apportaient des marchandises à troquer, des nouvelles d'autres communautés et de nouvelles histoires et chansons d'autres parties de l'Amérique du Nord. La danse de l'amitié célèbre les amis, tant anciens que nouveaux.



Dansons!

- ❖ Les enfants se donnent la main pour former un cercle.
- ❖ La danse commence par des pas vers la gauche, au rythme du tambour. Le battement du tambour imite le battement d'un cœur.
- ❖ Ils continuent à danser vers la gauche jusqu'à ce qu'on leur dise d'aller vers la droite.
- ❖ À un autre moment, ils peuvent danser en s'éloignant du centre du cercle, en élargissant leur cercle, puis en dansant vers le milieu, en levant les mains au milieu et en poussant un cri pour terminer la danse.