

# KIT PÉDAGOGIQUE



Cycle 3

## Plum Magazine n°2 Et si ... je piquais une tête ?

Hé dis donc ! Un puzzle se balade dans toutes les pages. Trouve-les morceaux et assemble-les ensemble. Bon voyage !



Rédaction et mise en page  
Dominique Cronier, Lucie Chataigner

Illustrations  
Julia Lemeshchenko, Anatole Donarier,  
Ivan Loncle

Photographies  
Jean-Marie Ghislain

# Plum c'est quoi ?

Un magazine écologique et bénéfique !

Plum est un magazine jeunesse autour de la nature et du bien-être. Pour les 8-88 ans ! Il est créé autour des éléments eau, air, terre, feu et des sens. Un magazine-care, qui prend soin des enfants.

Une vraie boîte à outils pour aider les enfants à développer leur sensation et leur imaginaire :

1. Découvrir la nature avec des reportages et des dossiers passionnants.
2. Se sentir bien, prendre soin de soi, avec du yoga et de la méditation.
3. Être créatif grâce aux « Trucastuces », bricolages, jeux ou recettes.
4. Épater ses copains et ses copines, avec des blagues, des phrases magiques.

La revue est éditée et imprimée à Saint-Nazaire et Pornic. Label imprim'vert, encres végétales ! Un magazine coloré et illustré par des artistes géniaux, avec émotion, poésie et élégance.

Plum, un rendez-vous pour sentir, ressentir, écouter, s'écouter...



## Intérêts pédagogiques

L'enjeu du cycle 3 est de former l'élève lecteur. Ainsi, l'étude de *Plum Magazine* permettra aux enseignants de guider les élèves vers une lecture fluide afin de les amener à développer des compétences de compréhension et d'interprétation.

Lire *Plum Magazine* offrira aux élèves l'occasion d'être confrontés à une œuvre susceptible d'enrichir leur vocabulaire et de nourrir leur imagination. Ce magazine sur le développement durable permettra d'informer l'enfant des enjeux écologiques sur le respect et la protection de l'environnement. Il donne des pistes pour un comportement plus éthique et responsable.

Cette revue constitue un support de lecture privilégié qui favorise l'articulation des activités en classe : lecture, écriture et expression orale, et ainsi d'obtenir une maîtrise de la langue : consolidation de l'écriture et de la lecture.

Par son format ludique et pédagogique, Plum Magazine permet d'apprendre en s'amusant et de réaliser des productions d'arts plastiques.

Les activités proposées lors de l'étude de cette revue répondent aux exigences des programmes d'enseignement de cycle 3, conformément aux prescriptions du **Bulletin officiel n°31 du 30 juillet 2020**.



# SOMMAIRE



## Comprendre

C'est quoi pour moi l'eau ?	4
Plum c'est quoi ?	5
J'essaie de comprendre Elle nage avec les dauphins...	6
J'essaie de comprendre... Photographe de requins	9
D'où vient l'eau que je bois ?	11

## Écrire

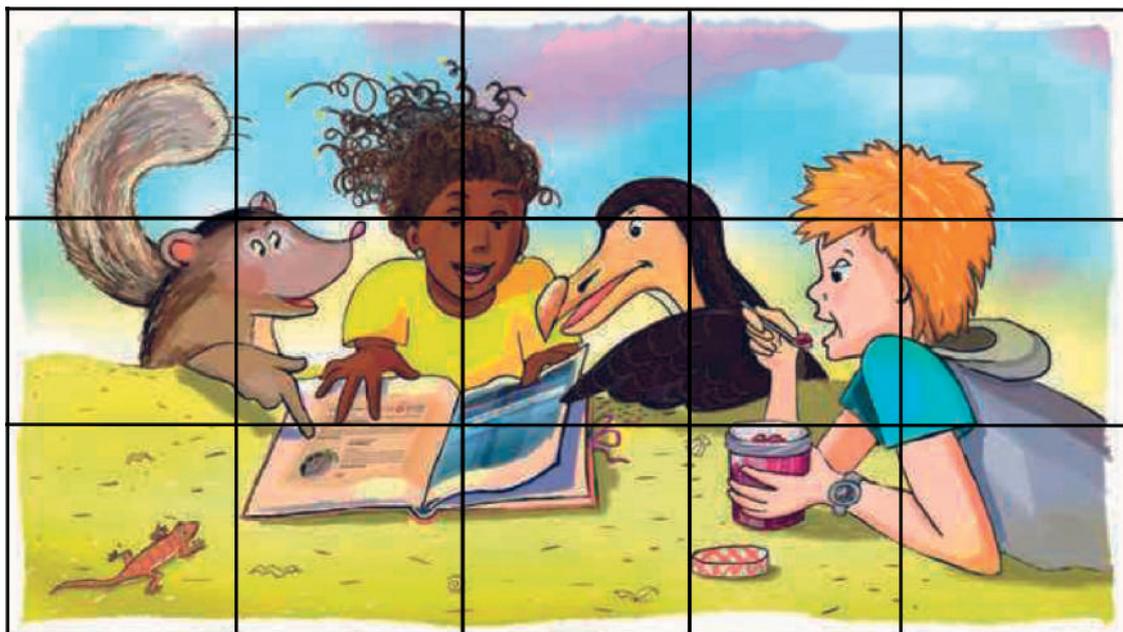
Écriture: la lettre o	13
Imagine...	15

## S'amuser

Minute détente	8
Page libre	12
Trouve-moi...	17



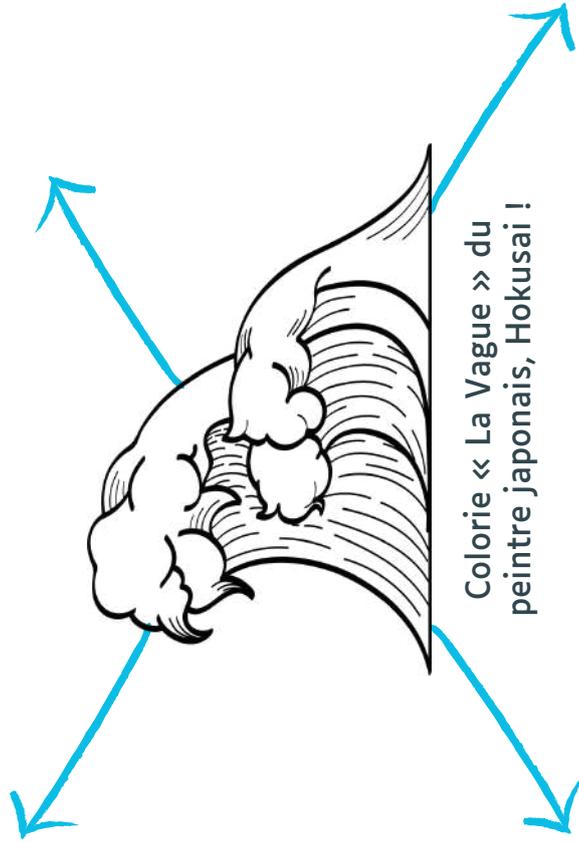
## Le puzzle





## C'est quoi pour moi l'eau ?

Tu peux rajouter des flèches si tu as beaucoup d'idées.



Colorie « La Vague » du  
peintre japonais, Hokusai !

# Plum c'est quoi ?

Place les éléments suivants sur la couverture :

Le nom du magazine - le titre du numéro - la devise - la date de parution - l'illustration - le logo de l'élément - un super bonus



la devise → Un mag qui a du sens et qui réveille tes sens!

le nom du magazine → PLUM

l'illustration → [Illustration of a child scuba diving]

le titre du numéro → ET SI... JE PIQUAIS UNE TÊTE?

la date de parution → #2 PLEINE LUNE

superbonus c'est quoi ? un corail

le logo de l'élément → [Logo of a coral reef]

## Le sais-tu ?

Plum Magazine est imprimé avec du papier PEFC : c'est du papier fabriqué à partir d'arbres issus de forêts européennes gérées durablement. Si tu veux en savoir plus, jette un coup d'œil à la rubrique "Marre des bobards" page 34 de Plum #1.

## Est-ce une première de couverture ou une quatrième de couverture ?

C'est une première de couverture.

---

---

---

---



# J'essaie de comprendre Elle nage avec les dauphins...

Propos recueillis par D. C.

Leina a toujours eu une fascination pour les dauphins. Elle voyageait beaucoup et éprouvait aussi énormément de plaisir à être sous l'eau, dans le fond.

Leina a eu une période difficile à 14 ans. Une amie lui a dit : « Suis ce qui te met en joie ». Pour Leina, joie = mer, dauphins. Sa meilleure amie lui prêta un jour « Le livre des dauphins et des baleines ». Son histoire avec les mammifères marins commença ainsi, en rêvant des endroits de la planète où il était possible de les rencontrer, en liberté. Son rêve prit forme à 15 ans lorsqu'elle partit vivre à l'autre bout du monde, à Hawaï. À ses yeux, les dauphins sont un peuple premier. Ils incarnent la sagesse, la sensibilité, l'intelligence. Dès qu'elle a commencé à plonger avec eux, beaucoup de choses ont changé dans sa vie. Elle a renoué avec son corps au contact de l'eau, son enfant intérieur, sa féminité.

Les dauphins font preuve d'une qualité de présence exceptionnelle. Quand ils viennent à nous, ils donnent tout. Ce sont parmi les rares animaux sauvages qui acceptent spontanément la présence des personnes humaines. Ils choisissent de venir à nous de manière complètement désintéressée. Ils sont simples et beaux. Ils sont purs et fluides. La famille, les liens du groupe sont précieux- même vitaux- pour eux. Les dauphins sténelles, par exemple, sont une espèce qui n'est pas du tout « adaptée » à la captivité – un individu se laissera mourir de tristesse si on l'extraie du groupe, tellement son rapport à son « pod » (tribu de dauphins) est fort. Les dauphins possèdent donc une grande intelligence émotionnelle et sociale. Les enfants, bien que très proches de leurs mères, sont également veillés par tout le pod. Le pod est structuré en sous-groupes : la nursery, les adolescents qui jouent, les « anciens » qui veillent sur le pod...



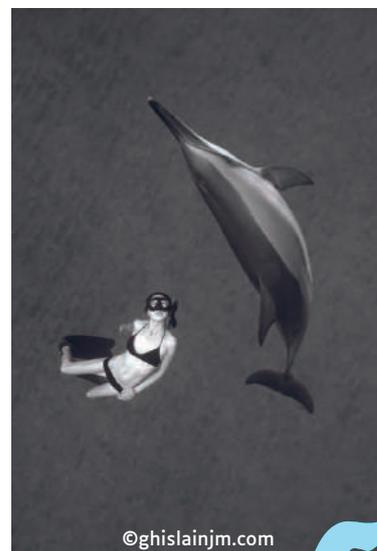
©ghislainjm.com

## 1. Quel est le rêve de Leina ?

Son rêve est de rencontrer et de nager avec les dauphins. Elle est partie vivre à Hawaï. Dès qu'elle a commencé à plonger avec eux, beaucoup de choses ont changé dans sa vie.

## 2. Est-ce que les dauphins acceptent la présence des humains ?

Ils acceptent spontanément la présence des personnes humaines. Ils choisissent de venir à nous de manière complètement désintéressée. Ils sont simples et beaux. Ils sont purs et fluides.



©ghislainjm.com

Quand on plonge avec eux, on est parfois accueilli par les mâles sentinelles. Ils viennent te « sonder » pour vérifier que tu ne représentes pas une source de danger et relayent l'information au reste du groupe. Les dauphins sont toujours en mouvement. Ils ne sont jamais statiques, même pour se reposer ou dormir. Ils ont donc besoin de nager librement dans les mers et les océans, les enfermer est juste inconcevable. En captivité, leur sonar cesse souvent de fonctionner – l'environnement stérile les prive de stimuli. Le sonar est un système d'écholocation, basé sur la propagation d'ondes acoustiques dans l'eau. Il leur permet d'appréhender leur environnement de manière tridimensionnelle. En milieu clos, notamment dans un bassin, l'écho renvoyé par les parois leur est insupportable. En milieu naturel, le sonar leur permet de repérer leurs congénères, leurs proies, les nageurs... et même de dresser notre cartographie intérieure : par exemple, ils savent percevoir notre rythme cardiaque et même détecter la présence d'un fœtus chez une femme enceinte.

Les dauphins sont donc des êtres acoustiques : ils voient avec le son comme nous voyons avec les yeux. Le sonar leur permet de capturer des images holographiques de leur univers. On suppose même qu'ils seraient capables de les retransmettre à l'ensemble du groupe. Tandis que nous faisons appel à nos smartphones pour capturer une photo ou une vidéo pour la diffuser aux membres de notre « réseau », les dauphins ont déjà cette « technologie » intégrée dans leur biologie !

Les dauphins communiquent aussi par des sifflements. Chaque dauphin, dès sa naissance, développe un sifflement qui lui est propre. Ce « sifflement signature » est comme un prénom et leur permet de s'identifier auprès de ses congénères. Lorsqu'ils émettent une information, ils commencent souvent leur « phrase » par ce sifflement signature.

Dans l'archipel d'Hawaï, les dauphins sténelles chassent la nuit au large des côtes. Ils se nourrissent essentiellement de calamars et de poissons lanternes et peuvent plonger jusqu'à 200 m de profondeur pour attraper leurs proies.

Quelle magie de nager avec les dauphins et de rencontrer Leina !



### 3. Pourquoi ne doit-on pas mettre un dauphin en captivité ?

Ils ont besoin de nager librement dans les mers et les océans, les enfermer est juste inconcevable. En captivité, leur sonar\* cesse souvent de fonctionner – l'environnement stérile les prive de stimuli. En milieu clos, notamment dans un bassin, l'écho renvoyé par les parois leur est insupportable.

\* (Le sonar est un système d'écholocation, basé sur la propagation d'ondes acoustiques dans l'eau. Il leur permet d'appréhender leur environnement de manière tridimensionnelle.)

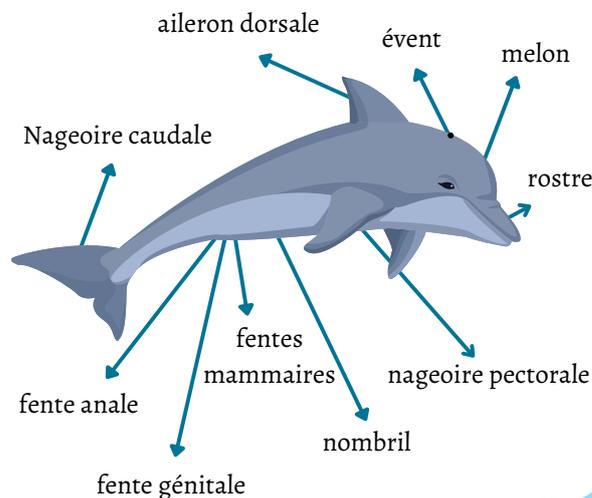
### 4. Comment communiquent-ils entre eux ?

Les dauphins communiquent par des sifflements. Les dauphins sont des êtres acoustiques : ils voient avec le son. Le sonar leur permet de capturer des images holographiques de leur univers. On suppose même qu'ils seraient capables de les retransmettre à l'ensemble du groupe.

### Complète mon anatomie



Nageoire caudale - fente génitale - aileron dorsale - évent (= narines, orifice situé sur la tête du dauphin) - rostre (= nez) - fente anale - nageoire pectorale - melon - fentes mammaires (une de chaque côté de la fente génitale) - nombril



# Minute détente

## Yoga

Inspire, respire  
et inspire-toi.

### LA POSTURE DU BATEAU

« Navasana » en sanskrit  
(langue ancestrale d'Inde)

1

Assieds toi par terre, au centre de tes fessiers,  
les jambes jointes et allongées.  
Tes orteils regardent vers le plafond.  
Le haut de ton corps est grand, et ton cou est long.  
Ton menton est légèrement dirigé vers ta poitrine.



2



Ramène tes mains bien à plat derrière toi,  
le bout des doigts vers les fessiers. Prends  
légèrement appui sur tes mains. Ramène  
tes pieds vers toi pour plier tes genoux.

Prends appui sur tes mains, plie un peu les  
coudes, penche légèrement le haut de ton  
corps vers l'arrière. Sur ton expiration, sou-  
lève et tends les jambes vers le plafond. Tes  
orteils sont vers le plafond, les pieds  
sont bien étirés et joints. Ton corps  
a maintenant une forme de V. Tu  
peux maintenant tendre tes bras  
sur le côté à l'horizontal du sol, avec  
les paumes de mains qui se regardent.

3



4



Essaie de tenir la posture,  
ensuite (si c'est trop difficile  
plie tes genoux) en respirant  
normalement, tu es prêt pour  
naviguer !

### Bienfaits

Cette posture tonifie les muscles abdominaux,  
améliore ton équilibre et t'aide à développer ta  
volonté.

Par Cécile Hérault  
Thai, massages et yoga  
> [www.cecile-herault.com](http://www.cecile-herault.com)

Illustration Julia Lemeschenko

# J'essaie de comprendre... Photographe de requins

Propos recueillis par D. C.

**JEAN-MARIE GHISLAIN** plonge depuis longtemps avec les requins, armé de son appareil photo sous-marin.

Lui qui avait peur de l'eau. Il est allé au-delà de ses croyances, il a balayé ses doutes et passe la majeure partie de sa vie dans l'eau pour son plus grand bonheur.

Pour rencontrer les requins dans de bonnes conditions il est essentiel de sortir du rapport hiérarchique et de respecter leur spécificité.

Grâce à cette approche il a vécu de nombreux moments exceptionnels y compris avec les requins les plus craints comme les grands blancs et les tigres.



## Nous ne sommes pas au menu des requins

La chair de l'homme est pauvre en calorie, ça ne les intéresse pas.

Les morsures sont des erreurs. Quand les requins mangent un poisson, un phoque, il ne reste rien en quelques secondes. S'ils mordent un homme, ils n'y retournent pas.

Plum #2 pages 22-23



## Ce qui menace les requins

- La surpêche. Les requins sont obligés de se déplacer de plus en plus loin pour trouver du poisson. Le requin est à la tête de la chaîne alimentaire, il est garant de son équilibre.
- La pollution acoustique, électromagnétique. Les requins ainsi que les baleines, dauphins sont hyper sensibles aux champs magnétiques. Les sonars et les explosifs utilisés pour la recherche sismique perturbent leur système sensoriel très sophistiqué.



## 1. De quoi avait peur Jean-Marie ?

Jean-Marie avait peur de l'eau. Il est allé au-delà de ses croyances, il a balayé ses doutes et passe la majeure partie de sa vie dans l'eau pour son plus grand bonheur.

## 2. Les requins aiment-ils la chair humaine ? Explique.

Non ! Nous ne sommes pas au menu des requins. La chair de l'homme est pauvre en calorie, ça ne les intéresse pas. Les morsures sont des erreurs. Quand les requins mangent un poisson, un phoque, il ne reste rien en quelques secondes. S'ils mordent un homme, ils n'y retournent pas.

### 3. De quoi sont menacés les requins ?

Ils sont menacés par la surpêche puisqu'ils sont obligés de se déplacer de plus en plus loin pour trouver du poissons.

Par la pollution acoustique, électromagnétique, les requins sont hyper sensibles aux champs magnétiques. Les sonars et les explosifs utilisés pour la recherche sismique perturbent leur système sensoriel très sophistiqué.

### 4. Dans quel cas un requin peut-il mordre ?

Le requin mord quand la visibilité n'est pas bonne dans l'eau. Il mord pour savoir à qui il a à faire. Le seul requin dangereux c'est celui qu'on n'a pas vu et qui mord pour savoir ce que l'on est.

### C'est un malentendu

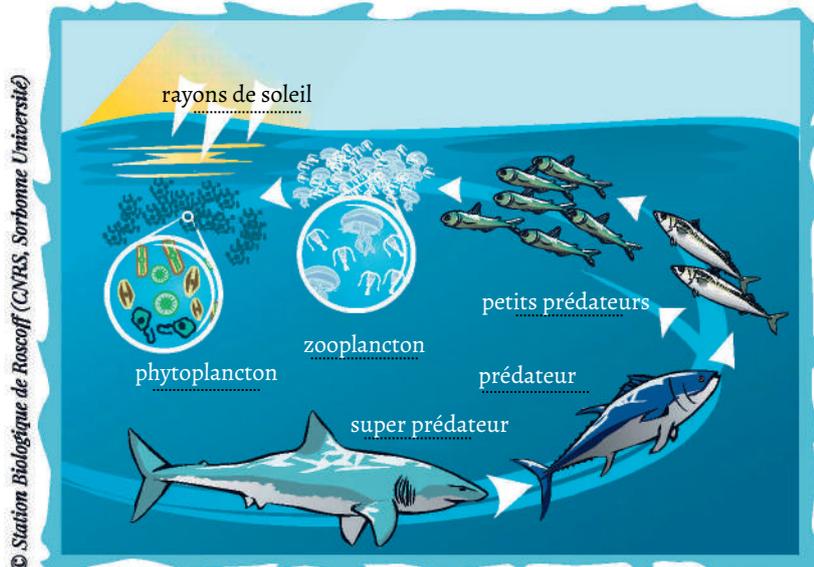
Quand la visibilité n'est pas bonne dans l'eau, le requin est opportuniste, il mord pour savoir à qui il a à faire. Et c'est trop tard si c'est un être humain.

Quel que soit le requin, quand on le croise dans l'eau avec une visibilité normale, il vient au contact et repart.

Le seul requin dangereux c'est celui qu'on n'a pas vu et qui mord pour savoir ce que l'on est. Jean-Marie Ghislain a plongé pendant dix ans des heures durant avec plus de 50 espèces de requins dont les blancs les longimanus, les tigres, les bouledogues, sans jamais avoir l'impression que sa vie était menacée.

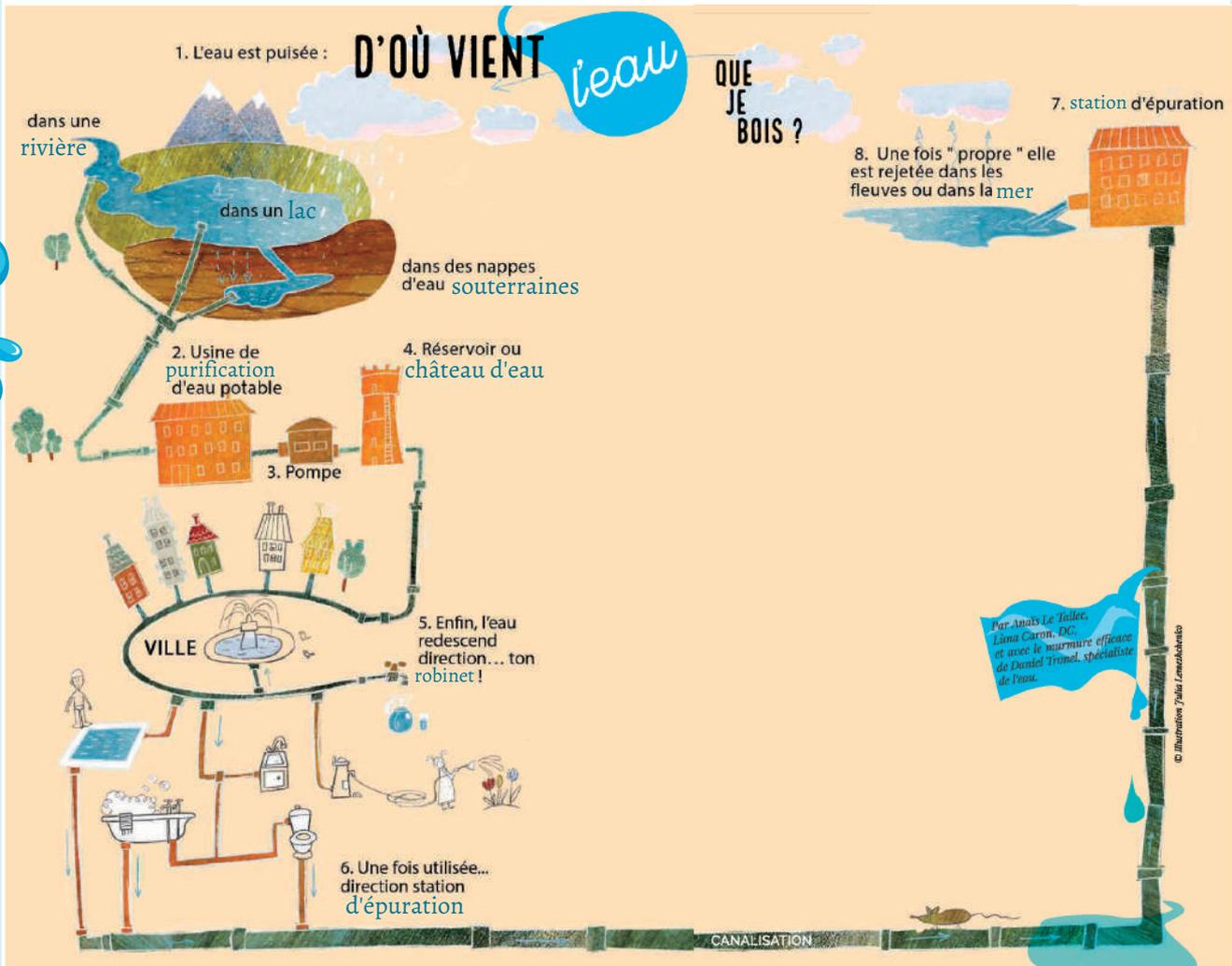
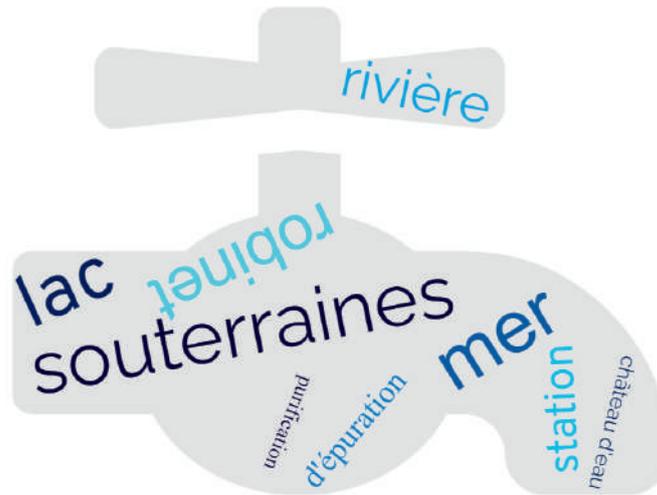


### Complète le schéma de la chaîne alimentaire



# D'où vient l'eau que je bois ?

Place les éléments suivants sur le schéma





## Page libre

Et toi, tu aimes entrer dans l'eau ? comment ?



**COLORIE CETTE PHRASE !**

aujourd'hui  
je vais  
buller

# Écriture : la lettre o

## Entre terre et ciel

La lettre O est la lettre magique de tout l'alphabet !

Elle dessine le point, le cercle, la cellule, l'atome, la lune, les planètes. La lettre O est comme la graine des enfants dans le ventre des mamans, comme la graine des plantes, des arbres, des légumes et des fruits qui nourrissent les humains.

Quand on dit O, on entend aussi les mots « eau,

### Le jeu de l'O

Remplis les blancs des mots avec O ou Eau  
Puis écris tes lignes avec des o-eaux

## Eau sacrée

### Ô sacré

ô, oh ! ». Cela s'appelle l'homophonie : c'est le même son, mais ça s'écrit différemment. Comme les mots « vers, vert, verre, vair ». Ou encore « seau, sot, sceau ». Cela s'appelle la langue des Oiseaux. Normal, quand on navigue dans le magazine Plum... Parce que l'eau est sacrée pour rester en vie, jouons dans les vagues des océans et des mers qui unissent tous les pays de notre belle planète bleue...

b.b. bat... ros...

am.ur t.t.

cachal.t .céan

...o.....eau...o..o.eau....o.

requin mart...

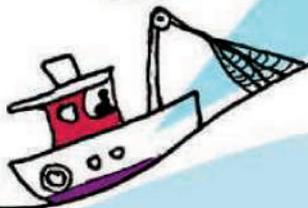
h.rizon



pip...

rep.s

rad...



p.ète

rig.l.

gât...



À TOI!

.o.o...eau...eau...o.o...eau...

..o.....eau



par Dominique Vaudoiset

Yoga de l'alphabet / Dominique Vaudoiset

© Illustration Ivan Loncle



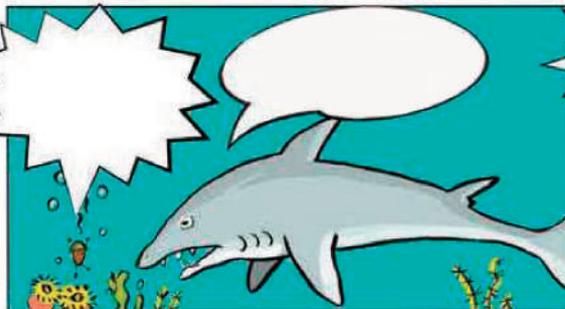
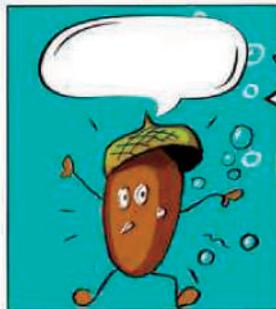
# Imagine...

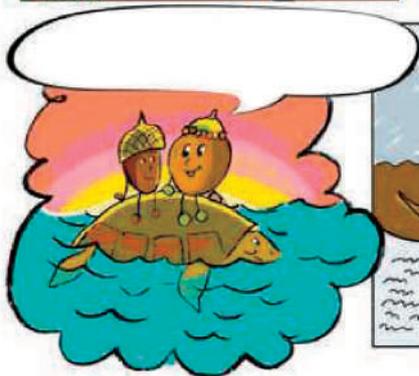
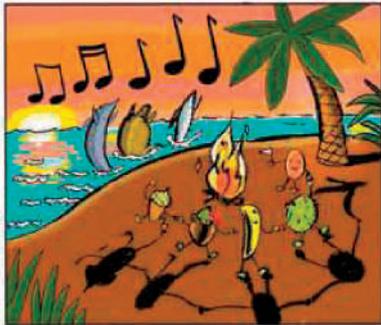
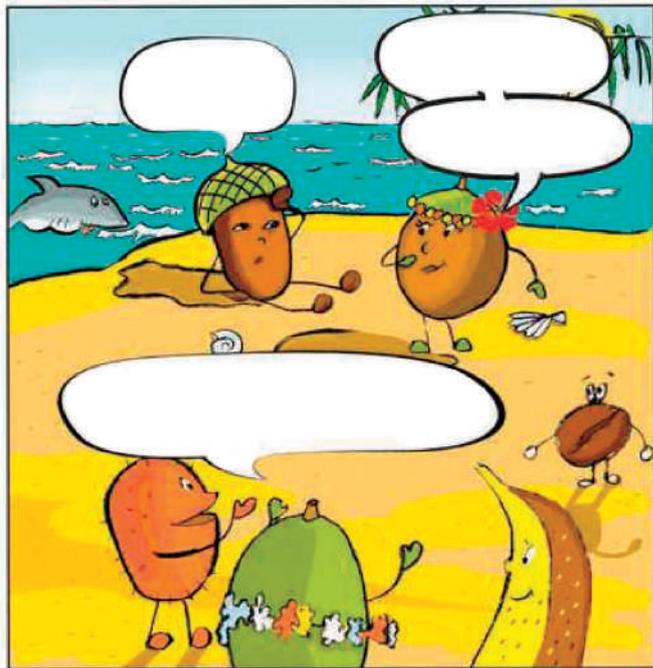
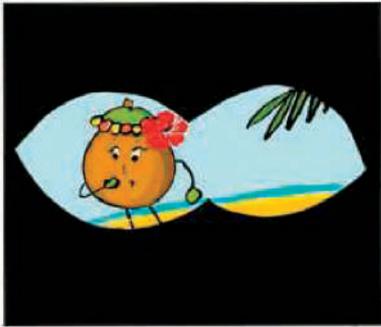
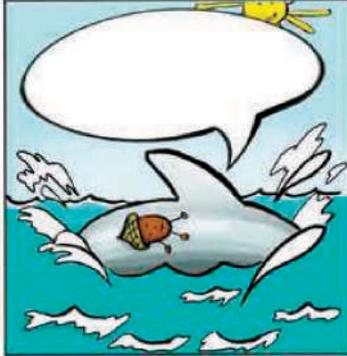
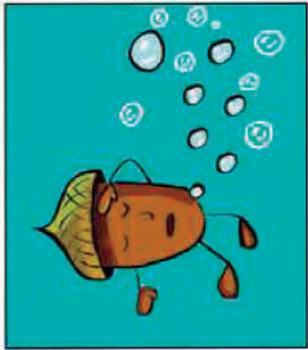
Crée ton histoire en complétant les bulles !

## bande dessinée

**ORN  
STORIES**

**LE RÊVE HAWAÏEN**  
par Julia Lemeshchenko





# Trouve-moi...

Trouve les déchets dans l'océan et observe leurs durées de vie dans la nature

**DURÉE DE VIE DES DÉCHETS DANS LA NATURE**

Déchet	Durée de vie dans la nature
Sac plastique	400 ans
Canette en aluminium	De 200 à 500 ans
Filet de pêche	600 ans
Lave linge	Indéterminé
Vélo	De 100 à 300 ans
Vêtement en nylon	De 30 à 40 ans
Chaussure	De 25 à 40 ans
Mégot de cigarette	De 1 à 5 ans
Chewing-gum	5 ans