



# LE GUIDE PÉDAGOGIQUE

## DES PETITS EXPLORATEURS DE L'OcéAN



Embarquez avec la Team Bleu Blanc dans une aventure hors du commun !



1

# DÉCOUVERTE DE L'UNIVERS MARITIME



# CAP SUR LA COURSE !



## C'EST QUOI UNE COURSE AU LARGE ?

Les skippers participent à des courses en bateau sur plusieurs jours, même plusieurs semaines ! Ils dorment peu, mangent des plats déshydratés et affrontent les tempêtes.



Leur mission : aller le plus vite possible sans moteur, uniquement avec le vent !

## ET LA TRANSAT CAFÉ L'OR ?

La Transat Café L'Or, c'est une grande course de bateaux à voile !

Les marins partent du port du Havre, en France, et traversent l'océan Atlantique jusqu'à la Martinique, dans les îles.

Ils sont deux par bateau et doivent naviguer sans s'arrêter, juste avec le vent. C'est une belle aventure en mer, avec des vagues, du soleil, et parfois des dauphins ou des baleines.

À l'arrivée, c'est la fête en Martinique pour les accueillir !



LE HAVRE



LA MARTINIQUE

# LE DICTIONNAIRE DES PETITS MARINS

RELIE LE MOT À SA DÉFINITION !  
(RÉPONSES PAGE 19)

- |                   |                                                               |
|-------------------|---------------------------------------------------------------|
| 1. Skipper        | A. Partie du bateau qui permet de le diriger, comme un volant |
| 2. Voile          | B. Grande toile accrochée au mât, qui prend le vent           |
| 3. Mât            | C. La personne qui pilote un voilier                          |
| 4. Bôme           | D. Longue pièce fixée sur le bateau, pour qu'il reste stable  |
| 5. Soute          | I. Long tube vertical qui tient la voile                      |
| 6. Barre          | G. Longue barre horizontale qui tient le bas de la voile      |
| 7. Quille         | H. Mesure pour calculer les distances en mer                  |
| 8. Mille nautique | J. Mouvement des vagues sur la mer                            |
| 9. Houle          | F. Endroit dans le bateau pour ranger les affaires            |



# LES BATEAUX DE LA TRANSAT CAFÉ L'OR

DURANT LA COURSE, 4 CLASSES DE BATEAUX PARTICIPENT À LA COURSE !

VOICI LES GRANDES FAMILLES :



## 1. ULTIM

Ce sont les plus grands trimarans du monde. Ils peuvent mesurer plus de 30 mètres et aller très très vite !

## 2. OCEAN FIFTY

Des trimarans rapides et légers. Ils ont 3 coques et mesurent environ 15 mètres



## 3. IMOCA

Des monocoques très techniques. Ils sont capables de voler au-dessus de l'eau grâce à des foils !

## 4. CLASS40

Ils mesurent 12 mètres, ils sont nombreux et se ressemblent beaucoup, ce qui rend la course encore plus intéressante !



# CAP POUR ELLES : UNE COURSE 100% FILLES !

Cap pour Elles, c'est un projet où deux filles skippeuses forment une équipe pour traverser l'océan Atlantique en bateau, lors de la Transat Café L'Or.

Le but ? Leur donner tout le soutien pour réussir cette grande aventure : argent, entraînement, et aide pour parler de leur projet.



Qui est le duo de Cap pour Elles pour 2025 ?  
Aina et Axelle, deux grandes navigatrices très fortes qui s'entraînent dur pour la course.

Pourquoi c'est spécial ?

- C'est une équipe 100% féminine, parce que dans la voile, il y a peu de filles qui font des grandes courses et ce projet veut changer ça ;
- Elles montrent que les filles aussi peuvent faire des choses incroyables en mer ;
- Ce projet aide aussi d'autres filles à rêver de devenir skippeuses !

AINA ET AXELLE





2

**MISSION OCÉAN !**

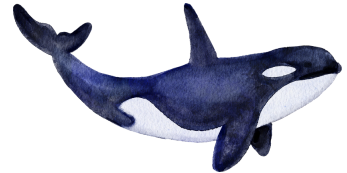


# NOS AMIS DE L'Océan

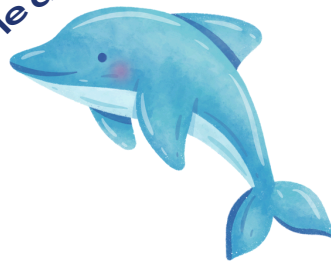
le requin



l'orque



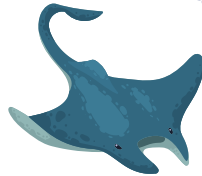
le dauphin



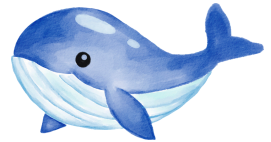
la tortue



la raie manta



la baleine



la pieuvre



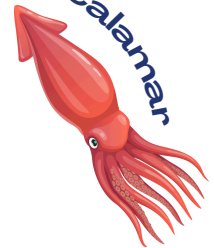
Le bernard-l'hermite



l'étoile de mer



le calamar



la méduse



l'hippocampe



le crabe



le poisson



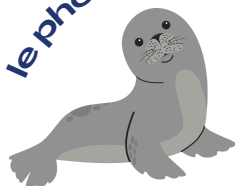
le cachalot



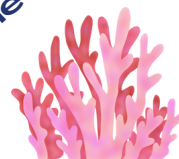
le poulpe



le phoque



le corail



# QUELQUES SECRETS...



## **Le poulpe a trois cœurs :**

2 pour ses branchies, 1  
pour le reste du corps !



## **Les pieuvres sont super intelligentes :**

elles peuvent  
résoudre des  
énigmes et même  
ouvrir des bouches !



**La tortue  
marine  
peut vivre  
plus de  
100 ans !**



**Les hippocampes  
mâles portent les  
bébés : c'est le papa  
qui a le ventre plein !**



## **Le bernard-l'hermite n'a pas de coquille :**

il en emprunte une  
vide... et la change  
quand il grandit !



## **Le crabe marche de travers :**

ses pattes  
sont faites  
pour aller  
sur les côtés,  
pas tout droit !



# LES DANGERS POUR L'OcéAN

## LES 4 GRANDS DANGERS



Le plastique : bouteilles, sacs ou filets abandonnés flottent dans la mer. Les animaux marins les confondent avec de la nourriture



La pollution : les déchets, les produits chimiques ou les eaux sales peuvent rendre les océans malades



La surpêche : on pêche parfois trop de poissons, et certains ne peuvent plus se reproduire



Le réchauffement climatique : l'eau devient trop chaude, ce qui perturbe la vie des poissons, des coraux...





# PROTÉGEONS LES OCÉANS

## CE QUE JE PEUX FAIRE

Trier mes déchets

Utiliser une gourde réutilisable

Éteindre la lumière quand je sors

## CE QUE JE NE DOIS PAS FAIRE

Jeter des déchets dans la nature

Utiliser plein de bouteilles en plastique

Laisser les lumières allumées ou l'eau couler sans raison



8 millions de tonnes de plastique finissent dans les océans chaque année (l'équivalent du poids de un million d'éléphants !)



Une tortue sur 2 a déjà mangé du plastique

90% des poissons ont des microplastiques dans leur ventre



Un sac plastique met 400 ans à disparaître dans la mer



# MISSION SAUVETAGE DES OCÉANS !



LIS CHAQUE SITUATION ET COCHE LA  
RÉPONSE QUI TE RESSEMBLE LE PLUS

À la fin, compte combien de A, B ou C tu as choisis !

Quand je termine mon goûter dehors...

- ☐ A. Je garde mes déchets dans ma poche pour les jeter plus tard
- ☐ B. Je les laisse par terre sans faire attention
- ☐ C. Je les cache sous une feuille

Quand je vois un déchet dans la nature...

- ☐ A. Je le ramasse avec un mouchoir ou un gant
- ☐ B. Je dis "c'est pas à moi" et je passe mon chemin
- ☐ C. Je le lance dans un buisson

Quand je me brosse les dents...

- ☐ A. J'éteins l'eau pendant que je frotte
- ☐ B. J'oublie parfois de fermer le robinet
- ☐ C. Je laisse couler toute l'eau... comme une rivière

Quand je quitte une pièce...

- ☐ A. J'éteins la lumière pour ne pas gaspiller d'énergie
- ☐ B. J'oublie parfois d'éteindre
- ☐ C. Je laisse toujours allumé, ce n'est pas grave





# RÉSULTATS

Majorité de A :  
Bravo, tu es irréprochable !  
Tu fais tout pour protéger les  
océans, continue comme ça !



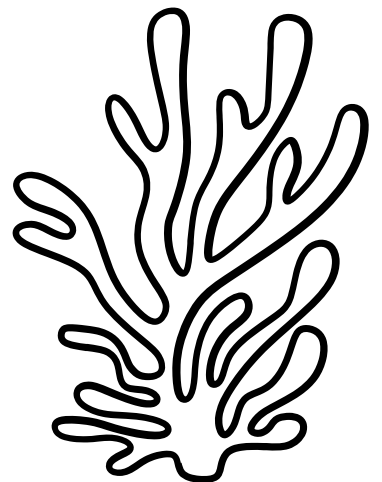
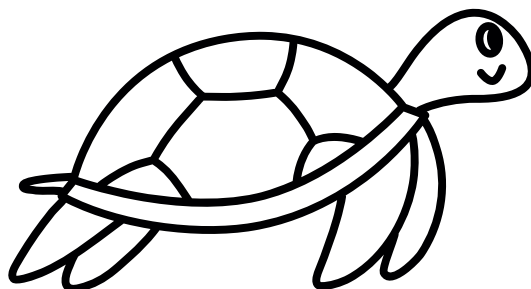
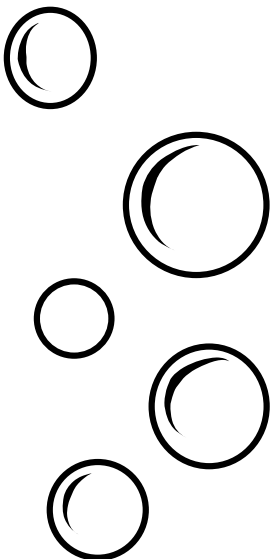
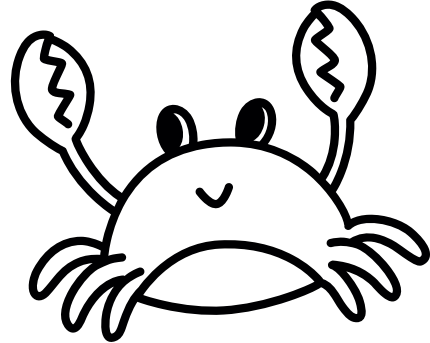
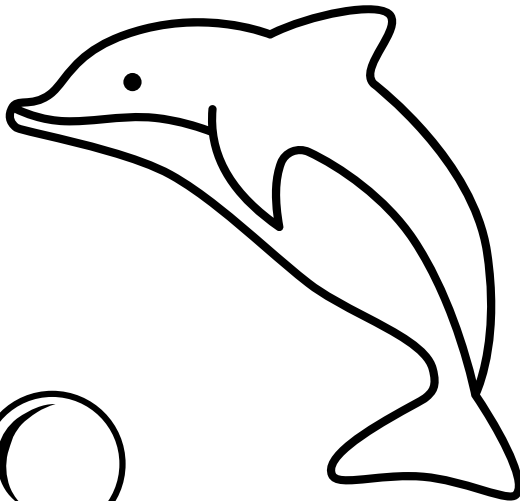
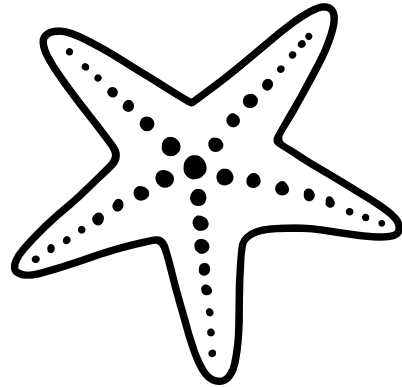
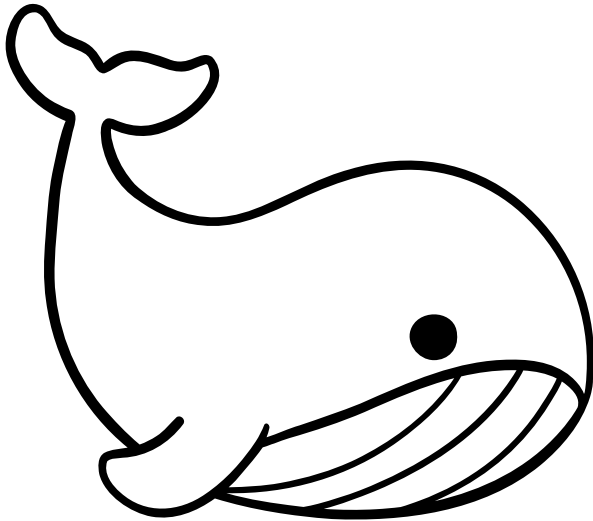
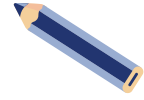
Majorité de B :  
Tu es sur la bonne voie !  
Il y a encore quelques gestes à  
revoir, mais tu vas y arriver

Majorité de C :  
Oups...  
les océans ont besoin de toi !  
Mais c'est pas grave, tu peux  
changer ça dès aujourd'hui



# MISSION TERMINÉE, BRAVO MOUSSAILLON !

TU PEUX MAINTENANT T'AMUSER !





3

## MON ALBUM PHOTO



COLLE TES PHOTOS OU ÉCRIS LES  
MOMENTS QUE TU AS ADORÉS LORS  
DE LA VISITE !

RIEN QUE POUR TOI...



# DES PHOTOS DE LA TEAM BLEU BLANC



**QUENTIN LE NABOUR**  
*skipper officiel*



**NOTRE BATEAU**  
(C'EST UN CLASS40)



**THIERRY CHABAGNY**  
*co-skipper*





4

## RÉPONSES JEU



# RÉPONSES JEU

RELIE LE MOT À SA DÉFINITION !

1 → C

2 → B

3 → I

4 → G

5 → F

6 → A

7 → D

8 → H

9 → E

10 → J





# COMMENT RECYCLER CE GUIDE ?

SI TU NE VEUX PLUS DE CE GUIDE :



À FAIRE :

Dépose-le dans la poubelle de tri. Il est 100% recyclable !



À ÉVITER :

Ne pas jeter le guide avec des déchets alimentaires !



ET SI TU VEUX ALLER PLUS LOIN :

Réutilise les pages pour faire du dessin ou du brouillon ;

Donne le guide à un autre groupe d'enfants ou une école !



Merci de faire attention à notre belle planète !

L'océan te dit merci

# ALORS, L'AVENTURE T'A PLU ?



Merci d'avoir voyagé avec nous à travers les océans !

Tu sais maintenant plein de choses sur l'océan, les bateaux et la course Transat Café L'Or.

Continue de protéger la planète et qui sait, peut-être qu'un jour, tu deviendras skipper/skippeuse toi aussi !

À bientôt, la Team Bleu Blanc



