

CINÉ NAGE

6 films

4+

pour se sentir

« ***Comme un poisson
dans l'eau*** »

Depuis son origine, le cinéma développe cette faculté de rendre sensible les émotions les plus subtiles dans des moments ou environnements en apparence anodins. C'est précisément le cas de ce programme de films qui, de torrent en ruisseau, de rive en étang, de cascade en piscine, nous entraîne dans une multiplicité de points de vue, aussi bien humains, de l'adulte à l'enfant, qu'animaux. Au fil des aventures, l'enfant pourra faire l'expérience d'un large éventail d'émotions - émerveillement, suspens, doute, joie, courage, espoir - qui l'aideront à grandir.

Ce livret contient des informations sur les films ainsi que des propositions de ressources, d'activités et de jeux, pour accompagner la compréhension du programme et l'enrichir par des discussions autour des thèmes de l'eau et de la baignade. Ce programme est spécifiquement conçu pour aborder avec les enfants, avec humour et fantaisie, notre rapport à la **nature**, aux rivières et à l'eau en général. Nous espérons ainsi sensibiliser chacun à la diversité des formes d'expression de la vie, aussi bien dans l'art que dans la nature.

SOMMAIRE

INFORMATIONS SUR LES FILMS VUS AU CINÉMA	3
CRÉATIONS « MAISON »	10
QU'EST-CE QU'UNE RIVIÈRE ?	12
LE CHEMINEMENT DE LA MARNE	13
UN ÉCO-SYSTÈME	14
RENCONTRE AVEC UNE MAÎTRE-NAGEUSE	15
COLORIAGE ET CRÉDITS	16

Rêves de brume de Sophie Racine
5 min | 2013 | France

Fuyant le mouvement trépidant et grisâtre de la ville, un homme entreprend de gravir une montagne. Petit à petit, au fur et à mesure que la brume s'évapore, des taches de couleur apparaissent. Les lacs sont bleus, des cerfs-volants multicolores flottent au vent dans le ciel gris, un torrent de montagne s'écoule en couleurs vives... Près de la cabane, un violoncelliste joue quelques notes. Le soleil se couche, illuminant les sommets de teintes rouge sang. Le paysage est à présent totalement coloré. La nature se révèle alors à tous ses sens.

Ce court-métrage, tout en sensibilité et poésie, est un film de fin d'études peint sur papier. Il nous invite à écouter, respirer et ressentir le mouvement de l'eau, du vent, de l'air et de la nature. L'apparition des couleurs, après la domination du noir, de la grisaille et du blanc, est une belle tentative de traduire par l'art du dessin l'émerveillement des sens ou autrement dit l'enchantement produit par les manifestations de la vie.

À TOI DE JOUER !



Dans les images ci-dessus, quels sont les éléments en couleur et ceux en noir et blanc ? Que veut montrer la dessinatrice par cette différence ? Pourquoi de la couleur apparaît parfois selon toi ?

DÉFI BRUITAGE

Avec tes ami·es et chacun·e votre tour, tentez d'imiter avec la bouche l'un des bruits que peut produire l'eau : un plongeon (« plouf ! »), le jet continu et rapide d'une douche (« sssshhhh »), un lent et discret goutte-à-goutte (« ploc... ploc... ») ou encore le ressac (vagues qui se brisent sur elles-mêmes) régulier, intense et puissant, des vagues sur le bord de mer (« SHSHshshshhh.... SHSHshshshhh »....)

Apprenez ainsi à varier les rythmes, les durées et les intensités des sons. L'autre doit deviner ce que vous imitez en montrant l'une des images correspondantes représentées à côté.

On peut aussi faire ou refaire la même activité en associant les images à un enregistrement sonore. Pour s'aider : voir sur le site [AQUAWAL | Les bruits de l'eau, tout savoir sur l'eau.](#)



Réponse : la couleur représente les émotions du personnage : d'abord par petites touches, comme les enfants et les cerfs-volants, elle gagne en intensité au fur et à mesure qu'il ouvre ses sens à la beauté des paysages naturels)

Novembre de Marjolaine Perreten
4 min | 2015 | France

L'automne s'est installé sur les bords du ruisseau. Des petits animaux s'activent pour préparer la grande saison hivernale.

La particularité de ce film sans parole est sa dramaturgie. Il y a une péripétie unique, une pluie soudaine, mais vécue simultanément par un ensemble de personnages (comme dans un film « choral ») que l'on suit en parallèle. Chacun fait face au même évènement climatique avec des effets différents selon leur habitat et leurs compétences. Certains tentent la fuite tandis que d'autres protègent leur terrier. Le suspens se mêle au burlesque. La tension dramatique augmente en même temps que la pluie s'intensifie en provoquant une rapide montée des eaux. L'humour repose sur le comportement de chacun, que nous anticipons autant qu'il nous surprend : la grenouille impassible, le courageux hérisson et la belette paniquée. Heureusement, après la pluie, chacun reprend plus ou moins le cours naturel de sa vie.

Ce film est un beau support, tout en douceur et simplicité, pour évoquer les cycles des saisons ainsi que la diversité de la faune et de la flore le long d'une rive. Il peut aussi éventuellement aider à évoquer le phénomène de crue, lorsqu'une rivière déborde à cause de la pluie.



À TOI DE JOUER !

Te souviens-tu ? Repense au film et réponds à ces questions !

- 1- Sur quoi le hérisson navigue-t-il pour ne pas tomber dans l'eau ?
- 2- Qui s'est invité à ses côtés ?
- 3- Quel animal à pattes n'est inquiet ni par la pluie ni par la crue ?

Réponses :
1- une feuille
2- 3 escargots dans l'embarcation et un insecte dans la feuille qu'il prend pour en faire un parapluie
3- la grenouille

La Carpe et l'Enfant d'Arnaud Demuynck et Morgane Simon
7 min | 2024 | Belgique, France

Un enfant va pêcher la carpe. Mais il a la mauvaise idée d'amener avec lui son petit chien curieux et maladroit. Entre le chiot, une grenouille, et un canard, pas facile d'attraper un poisson...

Le mince fil narratif repose à nouveau sur un récit en apparence anecdotique (parviendra-t-il à pêcher le poisson ?) mais dont les péripéties enchaînent des moments de fantaisie et d'émotions subtiles. Ce film est conçu, selon les propres mots du réalisateur, comme "un moment furtif de poésie et d'humour". La composition musicale accompagne le rythme et le suspens autour de la pêche, mêlant habilement le grattement aigu des cordes aux irrptions des différents sons produits par les animaux et la nature. Les délicates touches de couleurs pastels et l'absence de contours dans le décor dessinent un cadre harmonieux, vaporeux et immersif, pour mieux nous plonger dans l'ambiance bucolique de cette tranche de vie.



À TOI DE JOUER !

CHARADE

Mon premier est
la 1ère lettre de l'alphabet
Mon second est
la trace laissée par mes pieds
lorsque je marche
Mon tout permet
d'attirer les poissons
pour les pêcher

Réponse : appât

Affiche, coloriages et jeux disponibles sur le [site](#) du film

La Leçon de natation de Danny De Vent

10 min | 2008 | France, Belgique

Jonas, cinq ans, s'apprête à suivre son premier cours de natation. Alors qu'il tente de fuir cet endroit qui l'effraie, il tombe dans le grand bain. Retenu à flots par ses brassards, Jonas découvre la piscine, lieu chaotique peuplé d'étranges créatures.



La mise en scène nous impose le point de vue exclusif d'un petit garçon intimidé par sa première expérience de la piscine. Vu sous cet angle, le lieu prend des accents épiques et fantastiques. Les silhouettes en contre-jour, les visages recouverts de masques, les couleurs et les contre-plongées rendent l'environnement, tour à tour, terrifiant ou clownesque. Cette aventure lui apprend néanmoins, et au spectateur à travers lui, à trouver le courage de surmonter ses peurs. La direction artistique de l'image et de la bande-son est particulièrement soignée, retranscrivant l'ambiance réelle d'une piscine tout en jouant avec la subtile étrangeté de son acoustique et de ses ombres et lumières.

À TOI DE JOUER !

Désigne parmi tous les objets ceux qui permettent de flotter sur l'eau sans couler.



Réponse : les bouées, les brassards et la planche (images 1, 4, 9 et 11)

Au-delà du barrage d'Alix Penon

3 min | 2017 | France

Les castors s'activent pour construire un barrage alors que l'un d'entre eux transforme les morceaux de bois en instruments de percussion...

Dans ce joli film d'animation de fin d'études, [Alix Penon](#) s'intéresse à un personnage marginal qui détourne un objet de travail en objet de plaisir, ce qui est très mal vu par ses congénères qui le bannissent. En guise d'exil, le castor se laisse littéralement « dériver » vers l'inconnu, vers l'aval de la rivière. Cette errance, tout d'abord triste car solitaire, amène cependant le héros à suivre un chemin positif et émancipateur puisqu'il va trouver sa place dans une communauté, celle des grenouilles, dont le chant s'accorde à merveille à son jeu rythmique.



À TOI DE JOUER !

Te souviens-tu ? Repense au film et réponds à ces questions !

- 1- En quoi le héros de l'histoire est-il différent des autres ?
- 2- Avec quoi ce castor fait-il de la musique ?
- 3- Quels sont les animaux qui font de la musique avec le castor et comment ?

Réponses :
1- Il ne leur ressemble pas et préfère jouer de la musique plutôt que de travailler.
2- Des percussions sur un rondin de bois
3- Les grenouilles en croassant (chant des grenouilles)

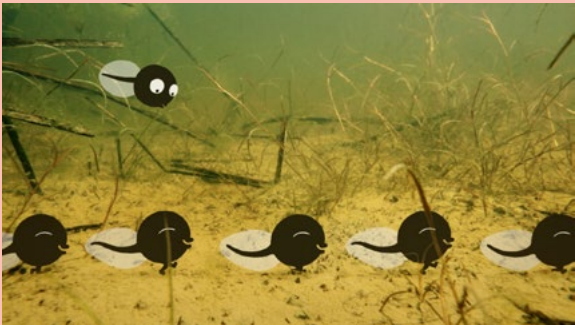
Kuap de Nils Hedinger
7'38 / 2018 / Suisse

Un têtard rate son évolution pour devenir grenouille et se retrouve tout seul ; mais l'étang lui permet de vivre beaucoup d'aventures et, de toute façon, il est certain que le prochain printemps viendra. Une petite histoire sur comment devenir grand.

Ce film mêle habilement dessin par ordinateur et arrière-plans en prise de vues réelles (photographie). Le mouvement des yeux disproportionnés du personnage renforce son expressivité et l'humanise. Par ces artifices, le film nous amuse et captive, mais il délivre aussi modestement un message positif : l'idée que chacun avance à son rythme... « Le film peut éveiller un intérêt à propos des fascinantes métamorphoses qui nous entourent. Je veux ainsi dépeindre au plus près les minuscules créatures de nos étangs et raconter ce difficile passage à l'âge adulte auquel nous sommes tous confrontés. » (Nils Hedinger, sur le site dédié au making-of du film : <https://www.kuap.ch/>).

À TOI DE JOUER !

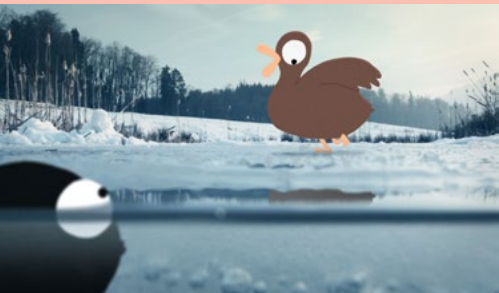
Peux-tu retrouver notre héros parmi les autres têtards sur les images suivantes ? Qu'est-ce qui le différencie des autres ?



Réponse : il n'a pas de pattes

Te souviens-tu ? Repense au film et réponds à ces questions !

1- Que ressent selon toi ce têtard sur chacune des 3 images suivantes ? Pourquoi ?



2- Que devient finalement le têtard ?

Réponses :
1- Il ressent un mélange d'inquiétude, de doute et de jalousie parce qu'il ne comprend pas pourquoi il ne change pas aussi vite que les autres. Il envie le canard de pouvoir marcher quand lui ne peut encore que nager. Il voudrait explorer l'univers de la rive en dehors de l'eau.
2- Il a grandi et devient une grenouille.

UN BAIN D'ÉMOTIONS

Ce programme de courts métrages met en scène différentes émotions : émerveillement, courage, surprise, joie, curiosité et inquiétude, qui rythment le récit et traversent ainsi le spectateur. Les riches décors où les personnages évoluent constituent alors de vastes terrains d'aventures et de découvertes pour apprendre sur soi et sur notre environnement. Nous trouvons ainsi plusieurs manières de représenter l'eau : du torrent énergique à l'étang tranquille en passant par le barrage, la rive bucolique ou l'étrange piscine. Chaque environnement apporte son caractère particulier.

À TOI DE JOUER !

Relie chaque personnage à une ou plusieurs émotions qui te semblent lui correspondre.

ÉMERVEILLEMENT INQUIÉTUDE SURPRISE COURAGE JOIE CURIOSITÉ



Relie chaque image de l'eau au personnage lui correspondant.

POUR ALLER PLUS LOIN

Nombre de films prennent pour cadre notre relation à la nature et à l'eau. Parmi ces films, voici une petite sélection qui rappellera la démarche thématique et esthétique des films du programme.



Microcosmos, Claude Nuridsany et Marie Pérennou (France, 1996), un documentaire qui nous met à hauteur d'insectes des campagnes, et les films sous-marins du cinéaste biologiste Jean Painlevé comme **L'Hippocampe ou Cheval-marin** (France, 1934), nous emmènent à la rencontre du vivant et du macroscopique, en restituant la magie de ce monde en miniature. **Flow**, Gints Zilbalodis (France, 2025) est à voir comme un écho à **Novembre**, où le spectateur vit un déluge à travers le point de vue des animaux et sans paroles. On retrouvera aussi une histoire originale de déluge, avec un personnage mi-fille, mi-poisson, dans **Ponyo sur la falaise**, Hayao Miyazaki (Japon, 2008). Enfin, **Le Moine et le Poisson**, Michael Dudok Dewitt (France, 1994), où un moine s'évertue à pêcher un poisson insaisissable, résonne tout particulièrement avec **La Carpe et l'Enfant**.

galateefilms® | Les Documents cinématographiques® | Sacrebleuproductions® | Studio Ghibli® | Folimage

Quelques albums jeunesse :

Sur le thème de la rivière
Au fil de l'eau de Nicolas Michel, France, éditions La Joie de Lire, 2025
Rivière d'Amandine Laprun, France, Nathan, 2021
Balade au fil de l'eau de Charlotte Molas, France, Amaterra, 2025

Sur le thème de grandir
Petit-Arbre ne veut pas grandir de Loren Long, France, Cir-conflexe, 2016
Le printemps des 999 têtards de Ken Kimura, Japon, éditions Autrement, 2010
Grandir de Valentine Laffitte, France, Versant Sud, 2022

CRÉATIONS « MAISON »

Créer une image mixte

Dans *Kuap*, la technique d'animation mélange prises de vues réelles et animation, un mélange facile à reproduire avec les enfants en plusieurs étapes :

Étape 1 : fais une sortie à l'extérieur pour prendre en photo des espaces naturels à proximité.

Étape 2 : dessine différents animaux (la taille dépend de l'impression des photographies).

Étape 3 : imprime les photographies et colle les animaux dessinés sur les paysages photographiés, comme dans le film. Tu peux aussi découper les photos d'arrière-plan dans une brochure ou un magazine.



Créer un instrument de musique

Pour accompagner l'orchestre du film *Au-delà du barrage* ou le rythme des vagues ou des torrents, on peut construire très facilement des « maracas » artisanales.

Étape 1 : rassemble le matériel : rouleaux de papier toilettes vides, rouleau adhésif, riz ou lentilles crues, peinture et/ou feutres.

Étape 2 : pince une des deux extrémités du rouleau de papier toilette et applique un adhésif pour fermer un des côtés.

Étape 3 : remplis de moitié avec du riz ou des lentilles crues puis ferme en pinçant le côté encore ouvert perpendiculairement au côté déjà fermé et applique un morceau de rouleau adhésif.

Étape 4 : utilise de la peinture ou des feutres et laisse libre cours à ton imagination pour décorer tes maracas.



Source photos : site momes.parents

CRÉER UN ORIGAMI « POISSON »

Les films du programme nous entraînent le long des rives mais aussi sous l'eau à la rencontre des créatures de la rivière. Construis ton poisson pour lui inventer d'incroyables aventures sous-marines.

Étape 1 : choisis une feuille de papier carré, unie d'un côté et avec motifs de l'autre.

Étape 2 : place le papier face à motifs vers toi et plie le coin en bas à gauche.

Étape 3 : retourne le papier face unie vers toi puis rabats les côtés vers le milieu.

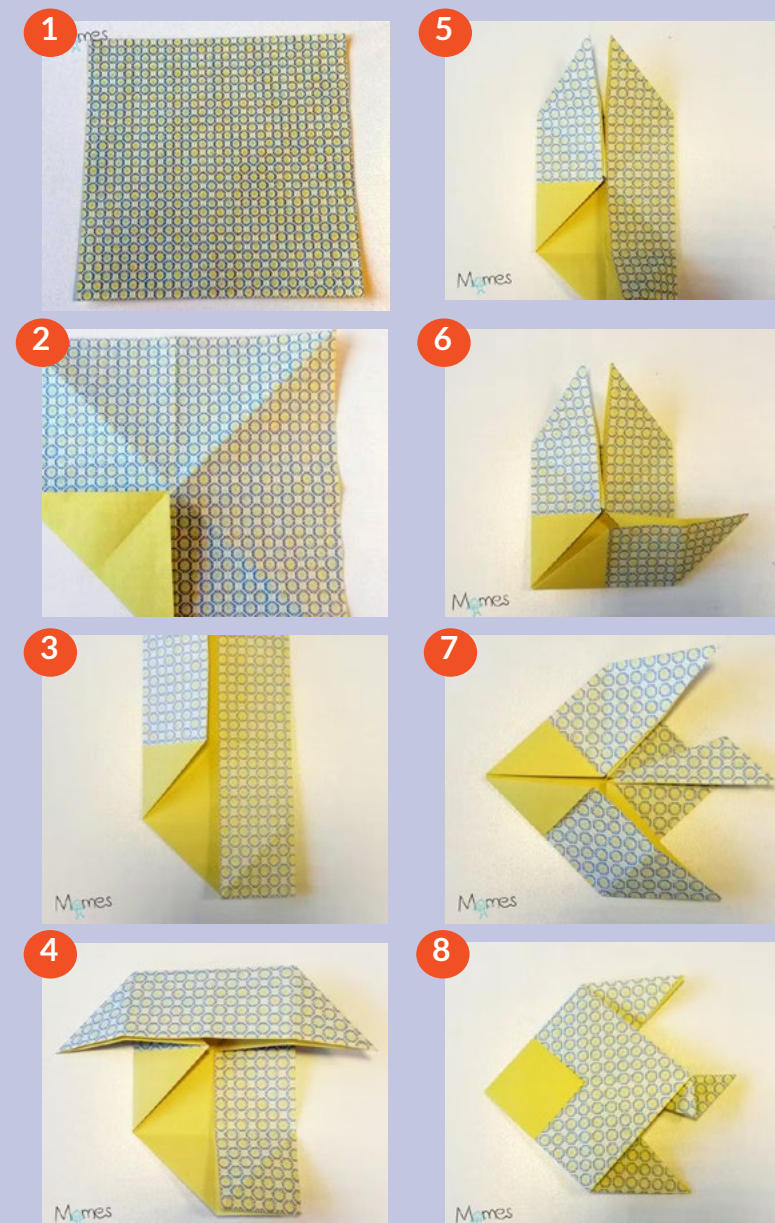
Étape 4 : rabats la partie supérieure vers toi en tirant les coins vers l'extérieur.

Étape 5 : rabats les coins vers le haut.

Étape 6 : replie le coin en bas à droite en tirant vers l'extérieur.

Étape 7 : pivote le poisson sur la droite puis plie la pointe du milieu sur elle-même pour former la queue du poisson.

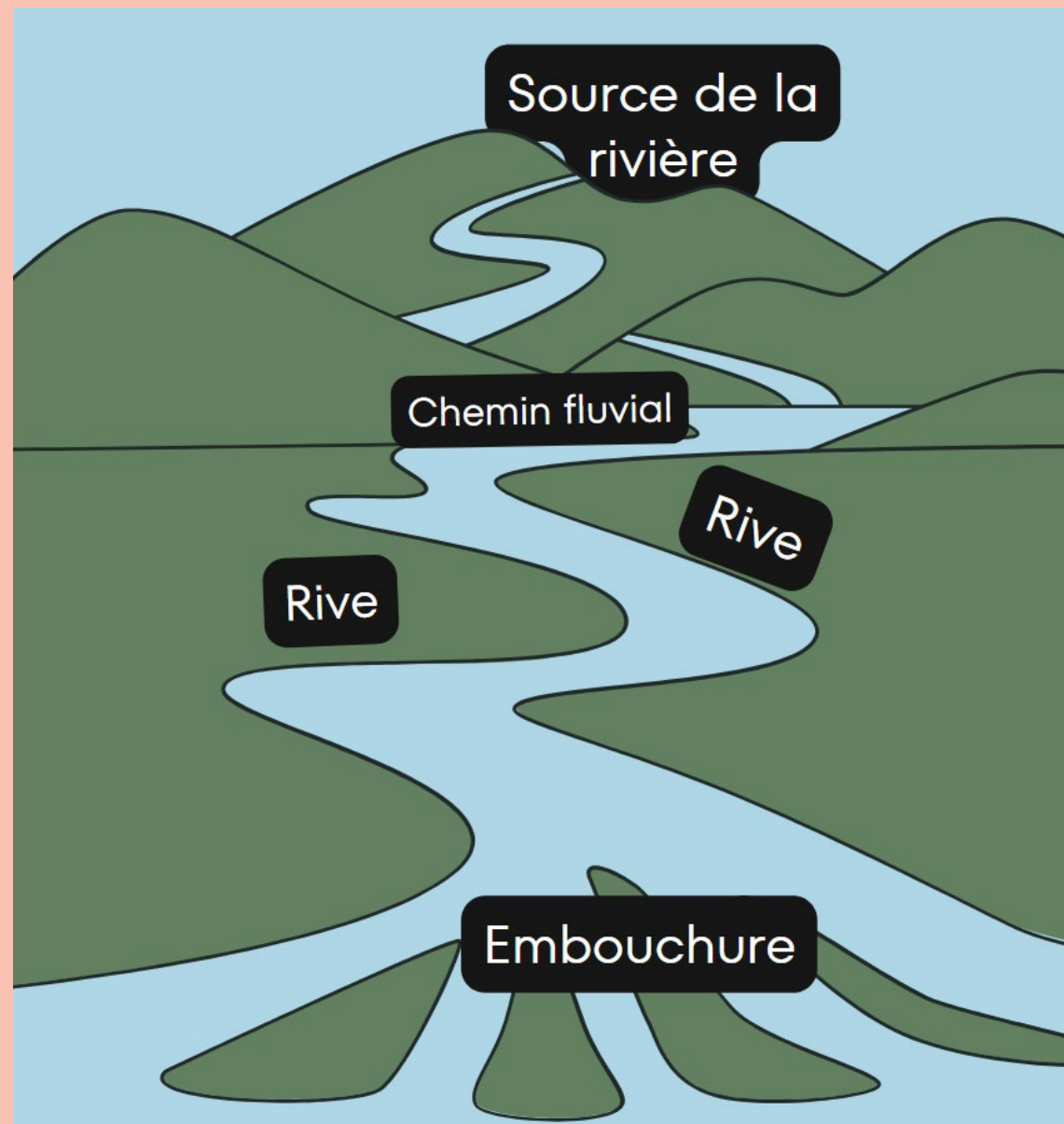
Étape 8 : les deux autres pointes forment les nageoires



Source : site momes.parents (pour celles et ceux qui préfèrent rester en surface, on retrouve également un [origami bateau](#) sur ce site).

QU'EST-CE QU'UNE RIVIÈRE ?

La rivière est une grande masse d'eau qui coule depuis une **source** jusqu'à une plus grande étendue d'eau.



Embouchure : ouverture par laquelle un cours d'eau se jette dans une mer ou un lac.

Chemin fluvial : réseau des voies navigables. Ces voies permettent le transport de marchandises ou de voyageurs.

Rive : terre située le long du fleuve. Elle abrite une végétation et une faune (animaux) variées.

LE CHEMINEMENT DE LA MARNE

Longue de **514 km**, la Marne traverse 219 communes et 7 départements !

Classée navigable sur **183 km**, elle prend sa source dans la Haute-Marne et se jette dans la Seine dans le **Val-de-Marne**.



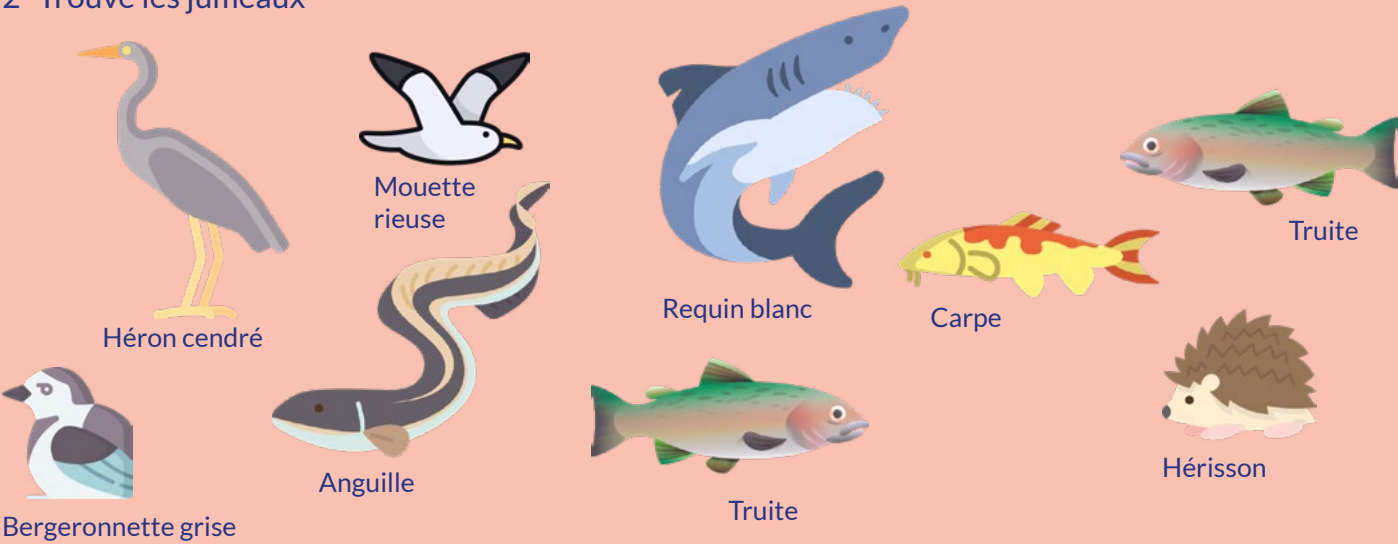
UN ÉCO-SYSTÈME

Le nombre d'espèces vivant dans La Marne a considérablement augmenté depuis 1970. 34 espèces de poissons, parmi lesquelles gardon, goujon, hotu, chabot, silure, barbeau, tanche ou truite, y côtoient désormais moules, crevettes et écrevisses. De l'automne au printemps, mouettes et sternes s'installent sur les rives. On y croise aussi martins-pêcheurs, bernaches, goélands, cygnes, hérons, canards, bergeronnettes ou poules d'eau. Les plantes aquatiques les plus répandues y sont les myriophylles ou encore les nénuphars. Sur ses berges, nous croisons également une grande variété d'arbres : ormes, aulnes, frênes, saules pourpres ou saules pleureurs.

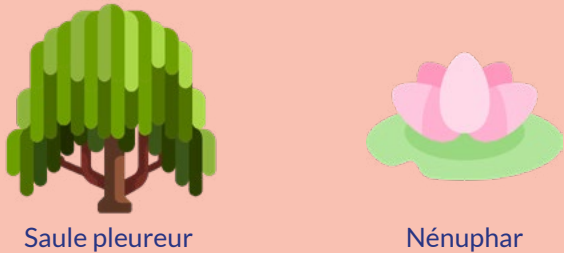
À TOI DE JOUER !

1- Trouve l'intrus parmi ces animaux

2- Trouve les jumeaux



3- As-tu remarqué ces plantes dans les films du programme ? Dans lesquels de ces films ?



Pour préserver la Marne et la Seine :

- Jette tes déchets dans des poubelles : 1 500 à 2 000 tonnes de déchets sont ramassées chaque année dans la Marne et la Seine.
- Ne nourris pas les canards ni les cygnes au pain. Ils sont herbivores et le pain n'est pas bon pour leur santé.

Réponses :
1- On ne rencontrera pas de requin blanc vit dans la mer.
2- Il y a 2 truites identiques bien qu'elles naissent pas du même côté.
3- Il n'y a pas de plantes dans La Leçon de natation, qui se passe dans une piscine. Nous ne les apercevons pas dans Rêves de brume (qui se passe surtout en ville et montagne) ou Kuap (qui se passe sous l'eau) mais on voit des nénuphars flotter dans Novembre et Au-delà du barrage, ainsi que dans La Carpe et l'Enfant dont l'action se déroule sous un majestueux saule pleureur.

RENCONTRE AVEC UNE MAÎTRE-NAGEUSE

Nous remercions Joelle Stauffer d'avoir répondu à nos questions !

Quelles sont les missions d'un(e) maître-nageur(se) ?

- La surveillance des piscines et baignades naturelles : mers, lacs, rivières...,
- Le sauvetage, en cas de noyade, et le secourisme, en cas de noyade, malaise ou blessure,
- La prévention, en faisant respecter un règlement pour éviter les noyades,
- L'enseignement de la natation aux adultes, aux enfants et aux écoles...,
- L'entraînement de la natation, du plongeon, du water-polo et de la natation synchronisée.

Quelles sont les précautions à prendre avant de se baigner si on ne sait pas nager ?

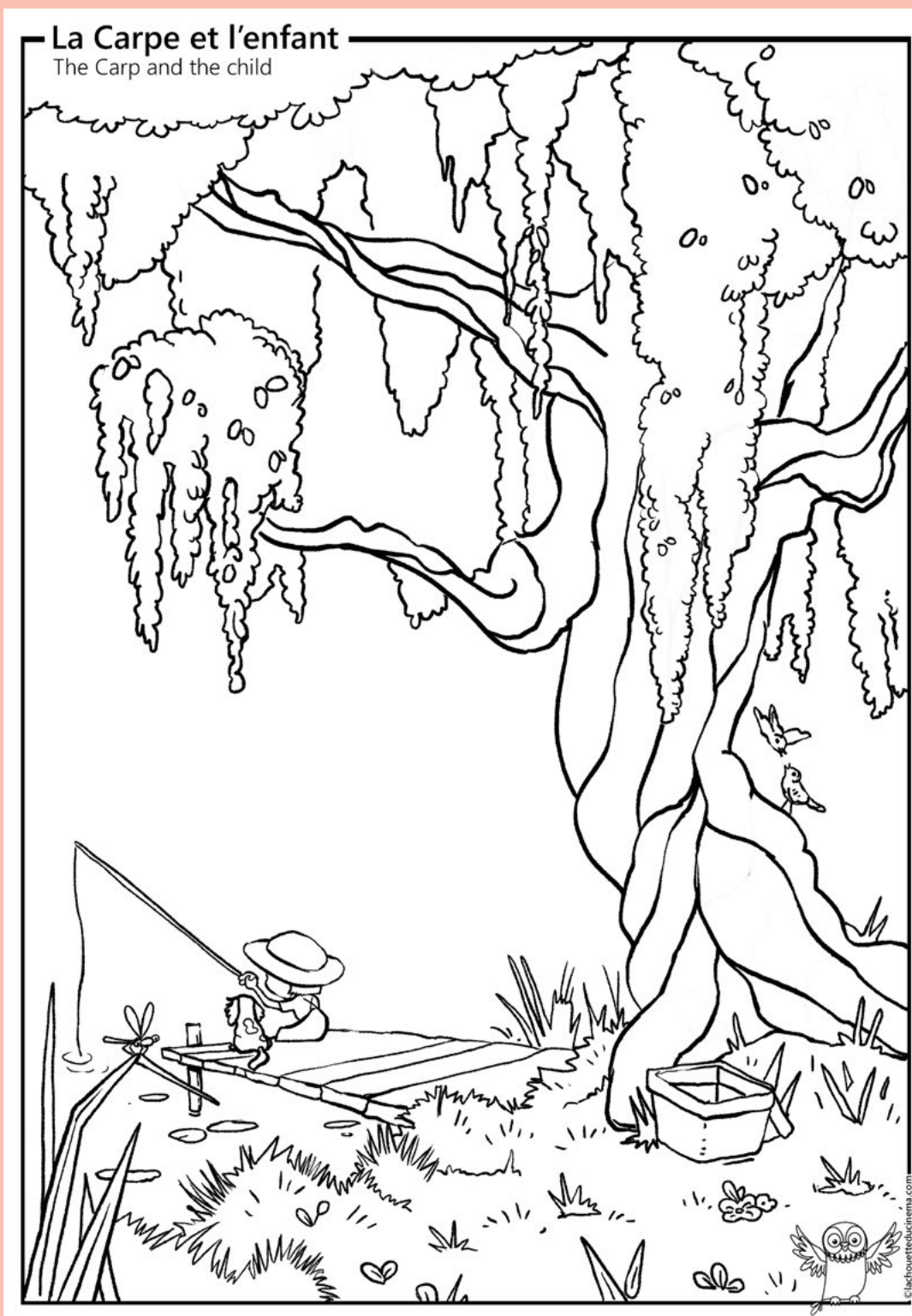
- Se baigner avec un adulte,
- Se baigner en eau peu profonde de préférence si je ne sais pas nager,
- Se baigner dans un lieu de baignade surveillé par un maître-nageur ou une maître-nageuse,
- Se renseigner sur le règlement : vérifier que le baignade est surveillée et qu'elle n'est pas dangereuse en raison des vagues ou des courants,
- Vérifier la température de l'eau et y entrer progressivement surtout si elle est froide,
- Ne jamais plonger avant d'avoir vérifié que la profondeur est suffisante et non encombrée d'objets (rochers, carcasse de voiture, tronc d'arbre...).

Quelles sont les différences entre la baignade dans une piscine et dans un fleuve ou une rivière, comme la Marne ou la Seine par exemple ?

- En piscine l'eau est chaude, claire, désinfectée, surveillée et la profondeur y est progressive.
- En milieu naturel, comme la Seine et la Marne, l'eau peut être froide, trouble ou polluée. Il peut y avoir aussi du courant qui peut empêcher de revenir à l'endroit de la mise à l'eau. L'eau peut également être soudainement très profonde. Enfin, la baignade n'est pas toujours surveillée.
- En mer, il peut y avoir des vagues et des courants très forts qui peuvent m'emmener au large et m'empêcher de revenir au bord et et la baignade n'est pas toujours surveillée non plus. Il peut également y avoir des méduses ou de la pollution.



COLORIAGE



Rêves de Brume de Sophie Racine · Agence du Court Métrage®
Novembre de Marjolaine Perreten · Agence du Court Métrage®
La Carpe et l'Enfant d'Arnaud Demuynck, Morgane Simon · Les Films du Nord®
La Leçon de natation de Danny De Vent · Agence du Court Métrage®
Au-delà du barrage d'Alix Penon · Alix Penon®
Kuap de Nils Hedinger · Agence du Court Métrage®