

INITIATIVES & APPRENTISSAGE INTÉGRÉ

- [Éducation environnementale](#)
- [Fondations pour une école saine](#)
- [Apprentissage socioémotionnel](#)

MATÉRIEL

- Papier graphique
- Papier et outils pour écrire (crayons, stylos, etc.)
- Une variété d'équipements permettant aux élèves d'explorer les compétences de locomotion. Par exemple :
 - cônes
 - trotinettes
 - cordes à sauter
 - variété d'objets à utiliser comme obstacles (chaises, seaux, ballons, etc.)

NOM DE L'ACTIVITÉ :

ALLONS-Y !

PRÉPARATION À LA :

Glissade sur neige

DIVISION :

Junior

LIENS AU CURRICULUM



Curriculum
de l'Ontario



Santé & éducation physique

A1. appliquer, au mieux de leurs capacités, une gamme de compétences d'apprentissage socioémotionnelles à mesure qu'ils acquièrent des connaissances et des compétences en rapport avec les attentes en matière des domaines d'étude pour ce niveau scolaire (vie active, compétence motrice, vie active) ;

B1. participer activement et régulièrement à une grande variété d'activités physiques, et montrer qu'ils comprennent comment intégrer l'activité physique dans leur vie quotidienne ;

B2. démontrer une compréhension de l'importance d'être physiquement actifs et appliquer des concepts et pratiques de conditionnement physique qui contribuent à une vie saine et active ;

D1. démontrer une compréhension des facteurs qui contribuent à un développement sain ;

D3. démontrer leur capacité à établir des liens avec la santé et le bien-être - comment leurs choix et leurs comportements influent sur eux-mêmes et sur les autres, et comment les facteurs du monde qui les entoure influent sur leur santé et leur bien-être.

AVANT DE PARTIR

Objectif d'apprentissage

→ Les élèves exploreront différentes combinaisons de mouvements locomoteurs avec et sans les autres. Les élèves exploreront différentes vitesses, niveaux et parcours avec et sans équipement.

Activité de mise en situation :

→ Créez un tableau sur une feuille de papier et, avec la classe, dressez une liste de mouvements locomoteurs et de façons de se déplacer.

Exemples de questions	Exemples de réponses
Dans notre espace de jeu, décrivez des mouvements locomoteurs ou des moyens de déplacement pour aller d'un endroit à un autre ?	Je peux courir, sauter, bondir, galoper, marcher. Je peux glisser, ramper et même rouler.
Décrivez comment vous pouvez effectuer les mouvements locomoteurs seul et/ou avec d'autres personnes.	Je peux sauter bas et je peux sauter haut. Je peux marcher en avant, en arrière et aussi en zigzag. Quand je suis sur une trottinette, mon ami peut me pousser doucement pour que je glisse plus loin et plus vite. Je peux dévaler une colline enneigée.
Décrivez quelques surfaces sur lesquelles il est facile de se déplacer.	Je peux facilement me déplacer sur une surface dure et lisse comme le trottoir, le sol du gymnase et un sentier accessible. J'aime patiner et je sais glisser sur la glace.
Décrivez des surfaces sur lesquelles il est difficile de se déplacer.	Il m'est difficile de me déplacer sur le sable, car mes pieds s'y enfoncent. Je me déplace en fauteuil roulant et, en hiver, il est difficile de me déplacer dans la neige, car la neige se coince dans mes roues.

Activité de déroulement

→ Organisez la classe en groupes de 4 à 5 élèves. Fournissez à chaque groupe le matériel suivant :

- Papier et outils pour écrire (crayons, stylos, etc.)
- Une variété d'équipements permettant aux élèves d'explorer les compétences de locomotion. Par exemple :
 - cônes
 - trottinettes
 - cordes à sauter
 - variété d'objets à utiliser comme obstacles (chaises, seaux, ballons, etc.)

→ En groupe, les élèves travaillent ensemble pour créer une course d'obstacles en utilisant le matériel fourni. Une fois la course d'obstacles créée, ils doivent la reproduire sur une carte qui identifie :

- La ligne de départ et d'arrivée.
 - Au moins 3 mouvements locomoteurs qui permettent de se déplacer dans le parcours d'obstacles.
- Donnez aux groupes la possibilité de tester leur propre course d'obstacles.
 → Donnez l'occasion aux groupes de tester les parcours d'obstacles des autres groupes.

SUR PLACE

Activité Écoles sur neige

- Amusez-vous à glisser et à rire en descendant une colline sur un tube à neige ! Prenez l'air frais et savourez l'incroyable paysage de neige blanche avant de descendre. La glissade en tube à neige est une excellente façon de pratiquer une activité hivernale en plein air !

AU RETOUR

Activité de consolidation

- Lancez une discussion de groupe sur l'expérience de la classe avec l'activité de glissade en tube à neige. Exemples de questions :
 - *Décrivez ce qui a été le plus réussi dans l'activité de glissade en tube à neige.*
 - *Décrivez ce qui a été le plus difficile dans l'activité de glissade en tube à neige.*
 - *Comment vous êtes-vous senti avant, pendant et après l'activité de glissade en tube à neige ? Recommanderiez-vous cette activité à un pair ou à un ami ?*
 - *Où pouvez-vous vous aller pour en savoir plus sur la pratique de la glissade en tube à neige?*
 - *Quelles autres activités pouvez-vous faire à l'extérieur pendant la saison hivernale ?*
 - *Qu'avez-vous apprécié le plus de cette activité ?*

CODE DE RESPONSABILITÉ EN MONTAGNE



LA PRATIQUE D'UN SPORT DE GLISSE COMPORTE DES RISQUES INHÉRENTS QUE L'USAGE DE BON SENS ET DE PRUDENCE PEUVENT AIDER À DIMINUER. SOYEZ COURTOIS ENVERS LES AUTRES. ADHÉREZ AU CODE MENTIONNÉ CI-DESSOUS ET PARTAGEZ AVEC LES AUTRES LA RESPONSABILITÉ D'UNE EXPÉRIENCE DE PLEIN AIR SÉCURITAIRE.

- 1** Restez toujours en contrôle. Assurez-vous de pouvoir arrêter et éviter toute personne ou tout obstacle, au besoin.
- 2** Les personnes devant vous ou en aval (plus bas) ont priorité. C'est à vous de les éviter.
- 3** Arrêtez-vous uniquement là où les personnes en amont peuvent vous voir et si vous n'obstruez pas le passage.
- 4** Avant de vous engager dans une piste ou aux intersections, regardez vers le haut de la montagne afin de prévenir toute collision.
- 5** Évitez que votre équipement se détache et glisse de façon incontrôlée sur la pente.
- 6** Lisez et observez la signalisation, les avertissements et toute marque indiquant un danger.
- 7** N'accédez pas aux pentes fermées ou aux zones fermées.
- 8** Si vous ne savez pas comment utiliser les remontées mécaniques en toute sécurité, notamment comment y embarquer et en descendre, faites appel au personnel responsable.
- 9** N'utilisez pas les remontées mécaniques et n'empruntez pas les pistes si vous êtes sous l'influence de drogues ou d'alcool.
- 10** En cas de collision ou d'incident, donnez vos coordonnées aux autres personnes impliquées ainsi qu'à une ou un membre du personnel de la station.

Connaître le code, c'est votre responsabilité.