Asynchronous Learning for

**Grade 4-5 Extended French**

Week of January 11, 2021



Rester en bonne forme physique

|  |  |
| --- | --- |
| **But d’apprentissage**: Je lis un texte informatif et je démontre ma compréhension. J’explore les éléments textuels d’un texte informatif. Je fixe des buts personnels et je fais un plan pour les réaliser. Je fais de l’exercice physique! | |
| **Instructions**:  *Avant de lire*:   * Aimes-tu participer aux activités physiques? Pourquoi ou pourquoi pas? * Quelles sont tes activités physiques préférées?   Lis cette infographie sur le site web de Participaction.  [Créer leur journée idéale](https://participaction.cdn.prismic.io/participaction/50353500-bf6a-450d-ba71-016fb08a9522_infographie_Cr%C3%A9e_ta_journ%C3%A9e_id%C3%A9ale.pdf) | |
| 1. Le texte est *un texte informatif* - une infographie. Comment est-ce que tu sais que c’est une infographie? 2. À qui parle cette infographie? (exemple: les enfants, les parents, les professeurs, etc) Comment est-ce que tu le sais? Trouve quelques mots clés. 3. Est-ce que tu aimes cette infographie? Pourquoi ou pourquoi pas? 4. Identifie:    1. 1 idée importante    2. 2 avantages de l’activité physique    3. 3 nouveaux mots | Explore le site interactif [Crée ta journée idéale](http://buildyourbestday.participaction.com/fr-ca) sur le site web de Participaction.  Suis les instructions pour créer ta journée idéale qui inclut des activités physiques vigoureuses (suer) et légères (bouger), des activités relaxantes (s’asseoir) et du sommeil (dormir).  Amuse-toi bien! |
| Explore le site [Force 4](https://www.force4.tv/fr/series) qui offre des vidéos qui aident les jeunes à faire 60 minutes d’activité physique chaque jour.  Maintenant, c’est le temps de bouger! Suis quelques vidéos qui t’intéressent pour faire de l’exercice physique! Amuse-toi bien!  Quelles vidéos aimes-tu? Fais une liste de tes favoris pour regarder encore plus tard. | Réfléchis à ta propre santé et à ton niveau d’activité physique.  *Qu’est-ce qui va bien?*  *Qu’est-ce tu veux améliorer?*  *Est-ce que tu as besoin d’aide?*  Identifie quelques buts liés à ta santé physique. Fais un plan d’action qui t’aidera à atteindre ces buts.  Quel est le but?  Qu’est-ce que tu vas faire pour atteindre le but?  Quelle est la ligne de temps?  Qu’est-ce qu’il te faut?  Note tes idées en utilisant un des formats suivants:   * des petits points * un paragraphe * une représentation visuelle * ? (un autre format de ton choix) |

**Pour aller plus loin…**

* Lis une ou plusieurs [des blogues](https://ici.radio-canada.ca/jeunesse/scolaire/blogues/114/sport-bonne-humeur/blogue#top) au sujet des sports et d’activité physique sur le site du Radio-Canada
* Regarde une ou plusieurs de ces vidéos qui discutent de l’activité physique

[Les héros du samedi](https://ici.radio-canada.ca/jeunesse/scolaire/emissions/5284/lesherosdusamedi/contenu/videos/accueil)

[Pause yoga](https://ici.radio-canada.ca/jeunesse/scolaire/jeux/244/pause-yoga/jeu)