Asynchronous Learning for

**Grade 4-6 Core French**

Week of January 25, 2021



Rester en bonne santé mentale

|  |
| --- |
| **But d’apprentissage**: Je lis un texte informatif et je démontre ma compréhension des aspects de la santé mentale et le bien-être. J’explore les éléments textuels d’un texte informatif. J’utilise des stratégies et des outils pour écrire.  |
| **Instructions**: Lis cette affiche: [12 anti-stress instantanés](https://jeunessejecoute.ca/information/12-anti-stress-instantanes/)Utilise [ce dictionnaire visuel](https://docs.google.com/document/d/180flQtS1GaZed6_p5B9dg4g6nyKha3XHaDMOWC3qnAE/copy?usp=sharing) pour t’aider et pour ajouter du vocabulaire nouveau que tu apprends.  |
| 1. Le texte est *un texte informatif* - une affiche. Comment est-ce que tu sais que c’est une affiche?

*C’est une affiche parce qu’il y a .../parce que je vois...* 1. Qui écrit cette infographie?
2. Trouve quelques mots clés.
3. Est-ce que tu aimes cette infographie?

Pourquoi ou pourquoi pas?*Oui, j’aime cette affiche parce que...**Non, je n’aime pas cette affiche parce que…*1. Identifie les activités de cette affiche que tu fais. Crée une liste et donne des détails possibles. Regarde les exemples:
* *Je fais de la bicyclette dans mon quartier.*
* *Je respire 10 fois.*
 | **La pleine conscience** (Mindfulness)Faire de l'exercice peut aider avec le stress. Regarde les vidéos sur Idello: [Yoga et Méditation](https://www.idello.org/en/resource/18520-Yoga-And-Meditation?navcontext=27755)ou [Mini Yoga](https://www.idello.org/en/resource/25631-Mini-Yoga)Tu peux écouter, regarder et suivre les instructions pour faire des exercices pour la pleine conscience. Amuse-toi bien! |
| Regarde cet épisode sur Idello:  [Zen](https://www.idello.org/en/resource/29480-Zen)Utilise les sous-titres et la transcription pour t’aider. Réponds à ces questions: 1. Qui sont les personnages? (noms/animaux)
2. Où sont-ils?
3. Qu’est ce que Chavapa fait?
4. Pourquoi penses-tu qu’il fait ceci?
5. Quelles activités fait Mouk?

  | Voici une affiche qui démontre quoi faire quand on se sent fâché ou triste:  [**Petit truc pour se sentir mieux**](http://elisegravel.com/wp-content/uploads/2018/01/meditation.jpg)(de Elise Gravel)Fais une représentation de ce que sont **la santé mentale** et **le bien-être** ou ce que tu peux faire pour te calmer. **Option A**Tu peux créer une affiche avec les mots, les phrases et les images ou les dessins. **Option B**Utilise [**Jamboard**](https://jamboard.google.com/) ou [**Mindomo**](https://chrome.google.com/webstore/detail/mindomo-mind-mapping-and/lomfkamlboaefcpcnnklebogoelalnjm)pour créer une carte conceptuelle/mentale avec tes idées. |