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. |