Asynchronous Learning for

**Grade 6-8 French Immersion**

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 la page web [Allez-y! Conseils et exercices de mise en forme](https://jeunessejecoute.ca/information/conseils-exercices-de-mise-en-forme/) sur le site Jeunesse, j’écoute. |
| 1. Ce texte est un texte informatif - une page web. Comment le sais-tu?
2. Ce texte est publié sur une page web. Quels sont les éléments d’une page web efficace et attrayante? Explique ta pensée avec les exemples spécifiques de cette page. As-tu des idées pour améliorer cette page web?
3. Quelles sont les idées principales du texte? Note tes idées.
 | Fais une annonce publicitaire pour promouvoir l’importance de l’activité physique quotidienne chez les jeunes de ton âge. Explique ce que c’est, pourquoi c’est important (les bienfaits), et donne quelques exemples des activités intéressantes. Tu peux ajouter d’autres détails intéressants aussi, si tu veux.Tu peux choisir un format audio ou écrit selon tes intérêts et la technologie disponible. Formats possibles:* une annonce radio
* une annonce télévisée
* une annonce pour l’internet (ex. sur un site web ou un média social)
* une annonce écrite pour le journal
* une affiche pour un endroit dans la communauté
* une infographie
* ? (un autre format de ton choix)
 |
| 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? Lesquelles vas-tu garder dans tes favoris? | Réfléchis à ta propre santé et à ton niveau d’activité physique. *Qu’est-ce qui va bien?* *Qu’est-ce tu aimerais améliorer?* *Quel soutien est-ce qu’il te faut?*Fixe quelques objectifs liés à ta santé physique pour aujourd’hui, cette semaine, ce mois et cette année. Fais un plan d’action qui t’aidera à atteindre ces buts. 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…**

Regarde une ou plusieurs de ces vidéos qui discutent de l’activité physique chez les jeunes.

[Mission XY: L’activité physique](https://www.idello.org/en/resource/2936-Lactivite-Physique?navcontext=7807)

[Active-toi: activités physiques](https://www.idello.org/en/resource/3357-Activites-Physiques?navcontext=7807)

[Savais-tu que...L’exercice nous aide à être plus intelligent](https://www.idello.org/en/resource/26940-Savais-Tu-QueLexercice-Nous-Aide-A-Etre-Plus-Intelligent)