Asynchronous Learning for

**Grade 7-8 Core French**

Week of Feb 8, 2021



Rester en bonne santé mentale

|  |
| --- |
| **But d’apprentissage**: Je lis un texte informatif et je démontre ma compréhension. J’explore les éléments textuels d’un texte informatif. J’utilise le processus de l’écriture pour écrire un paragraphe. |
| Bonjour les amis! Cette semaine, on continue à explorer la santé mentale.C’est normal d’avoir du stress dans la vie. Par exemple, on peut être stressé par la famille, par nos amis, par l’école, par un travail, par un problème de santé physique. Ce qui est important, c’est comment on répond au stress. Dans ces activités, on va explorer les stratégies pour bien identifier ce qui nous stresse et les stratégies pour bien gérer notre stress.Lis cette affiche [**La pleine conscience-CHEO**](https://www.cheo.on.ca/en/resources-and-support/resources/P6174F.pdf) **(Mindfulness).** |
| Ce texte est un texte informatif - **une affiche.**Comment est-ce que tu sais que c’est une affiche? Par exemple:*:** *Je vois les images*
* *Je vois un grand titre*
* *…*

Choisis une page de l’affiche. Lis cette page encore une fois. Souligne les mots familiers.Décris ce que tu vois. 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. | Lis la page 3 de l’affiche et note: * ce que tu vois
* ce que tu entends
* ce que tu touches
* ce que tu sens

quand tu fais des activités chez toi.

|  |
| --- |
| **La pleine conscience - Mindfulness** |
| **L'activité**  | **les actions** |
| **voir** | **entendre** | **toucher** | **sentir** |
|  |  |  |  |
| Quand je me lève |  |  |  |  |
| Quand je mange |  |  |  |  |
| Quand je marche dehors |  |  |  |  |
| autre... |  |  |  |  |

source of images: <http://clipart-library.com/clipart/eyeball-clipart-3.htm><http://clipart-library.com/clip-art/ear-transparent-background-10.htm><https://thenounproject.com/term/one-finger/68667/><https://pixabay.com/illustrations/icon-heart-black-love-emblem-2445095/> |
| Regarde la vidéo[**Santé Mentale**](https://www.idello.org/en/resource/3352-Sante-Mentale) à partir de **11:12-13:55**. Clique pour voir les sous-titres en français, et regarde aussi la transcription pour t’aider. Arrête la vidéo quand tu en as besoin. Les élèves dans la vidéo créent un espace pour éviter le stress, se relaxer et se calmer. Imagine aussi un espace idéal pour toi. Si tu peux créer un espace calme, qu’est-ce que tu vas faire?Fais une liste de ce que tu veux avoir dans ton espace calme/de relaxation.

|  |
| --- |
| **Mon espace de relaxation** |
| Des objets | Autre (musique, lumière, art…) |
|  |  |

 | Crée ton propre espace idéal pour te calmer et te relaxer. Dessine ton espace sur papier, [Google Drawings](https://chrome.google.com/webstore/detail/google-drawings/mkaakpdehdafacodkgkpghoibnmamcme), [Google slides](https://docs.google.com/presentation/) ou [Jamboard](https://jamboard.google.com/)Décris ton espace idéal à l'oral ou par écrit. *Dans ma salle idéale, il y a ...* |