



Éducation physique et à la santé

TRAVAIL À LA CHAÎNE

Repère culturel

- › Évolution des pratiques d'activités physiques en plein air

Anecdote

Saviez-vous que Simon Fraser est parvenu, avec l'aide d'Amérindiens expérimentés, à transporter son canot de village en village, sans route et sans panneau indicateur, pour étendre son commerce de traite des fourrures? Ensemble, ils ont exploré plus de 800 km de territoire, ce qui fait de leur expédition l'une des plus grandes traversées du Canada.

Mise en situation

Les premiers explorateurs tout comme les Amérindiens étaient de très bons porteurs. Ce mode de vie entre terre et mer leur a permis de parcourir un vaste réseau territorial. À l'image de Simon Fraser, qui a bravé les eaux tumultueuses du fleuve portant aujourd'hui son nom, les élèves planifient et expérimentent une randonnée en plein air à la manière des ancêtres. En s'attribuant différents rôles et responsabilités, ils découvrent l'importance de la collaboration pour mener à terme un grand projet.



Une sortie à organiser

Activité 1

Les élèves s'intéressent à l'évolution des activités physiques en plein air, plus particulièrement à celles qui se réalisent en groupe. Ils déterminent les lieux les plus propices pour les vivre. Ils participent à des activités guidées pour découvrir les différents éléments à prendre en considération lors de l'organisation d'un projet d'activité de plein air : équipement, tenue vestimentaire, lieu, rôle des participants, etc.



Totem des apprentis

Activité 2

Les élèves s'intéressent à la signification des animaux totems. Ils se regroupent ensuite en fonction de l'animal qui les représente afin d'imaginer un rallye d'orientation comportant des énigmes et des défis physiques associés à leur animal. Avant de prendre part au rallye conçu par une autre équipe, les élèves s'attribuent des responsabilités selon leurs forces et leurs champs d'intérêt.



Les grands explorateurs

Activité 3

Les élèves participent à l'organisation d'une sortie de canot-camping en planifiant les rôles et les responsabilités de chacun ainsi que l'équipement nécessaire. Du canot au rabaska, ils expérimentent différents types d'embarcations. Ils s'informent des techniques ancestrales de plein air et discutent des effets de la coopération et de la communication sur la réussite d'une telle sortie.

Ressources complémentaires

Éléments ciblés du Programme de formation de l'école québécoise

- › Maintien ou augmentation de la qualité des relations interpersonnelles harmonieuses
- › Modalités d'utilisation du matériel et règles relatives aux différents contextes
- › Principes de communication
- › Actions de coopération et règles d'éthique

Questions pouvant être posées aux élèves durant l'activité

- › Quelles sont les étapes à suivre pour organiser une sortie en plein air?
- › Comment les Amérindiens géraient-ils leur équipement lorsqu'ils partaient en exploration?
- › Quels sont les obstacles à la participation des gens à différentes activités de plein air?
- › Comment les sorties extérieures ou les sports ont-ils évolué à travers le temps, des Amérindiens à aujourd'hui?
- › Quelles sont les principales règles de sécurité à respecter lors de sorties en plein air?

Suggestions d'activités avec des partenaires

- › Inviter un guide-accompagnateur des sentiers pédestres et riverains de la Sépaq
- › Inviter un athlète d'une discipline liée au plein air (canot, aviron, etc.)

Références

- › S'engager dans de bonnes pratiques d'[activités de plein air](#), y compris les [activités nautiques et aquatiques](#)
- › S'informer sur [les modes de transport et le matériel](#) utilisés par les explorateurs et les Amérindiens
- › S'inspirer d'[activités de plein air](#), comme la [géocache](#)
- › S'informer sur l'[évolution du plein air](#) et sur l'[histoire du canotage](#)

