

Le transport : Comment puis-je devenir plus actif ?

Comment puis-je réduire le temps que je passe en voiture et par extension mes émissions de gaz à effet de serre ?

Prenez en photo les mesures que vous prenez pour rester actif ou tenez une liste ou un journal d'où vous avez marché ou fait du vélo. À l'aide de cartes, faites le calcul. Partagez vos actions avec votre enseignant, votre famille et vos amis.

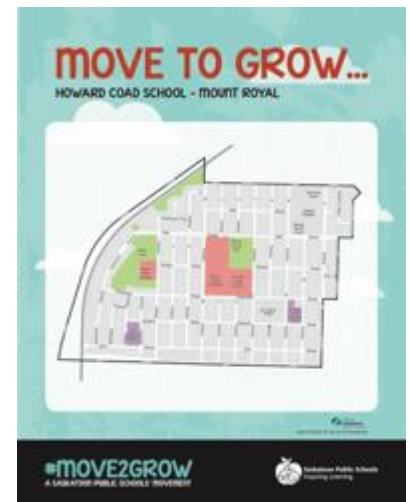
Je marche ou je fais du vélo dans mon quartier

- Selon le [Low Emissions Community Plan](#) de la Ville de Saskatoon, il est raisonnable de marcher 2 km ou de faire 5km de vélo.
- Dressez une liste des endroits que vous aimez visiter et qui se trouvent à distance de marche de votre domicile.
- Allez à pied ou à vélo à certains de ces endroits pendant deux semaines. N'oubliez pas de respecter une distance sociale de 2 mètres. Combien d'endroits avez-vous visités ?
 - Vous avez marché a combien d'endroits ?
 - Vous avez fait du vélo a combien d'endroits ?
 - Qu'avez-vous aimé à propos de vos aventures à pied ou à vélo ?
 - Que n'avez-vous pas aimé à propos de vos aventures à pied ou à vélo ?



Je planifie un chemin sécuritaire pour me rendre à l'école

- Marchez ou faites du vélo pour vous rendre à l'école ou consultez une carte du parcours. Y a-t-il des trottoirs, des pistes cyclables, des passages pour piétons, des panneaux d'arrêt ou une circulation légère ou dense le long du parcours ? Qu'est-ce qui rendrait le parcours plus sécuritaire ?
- L'initiative [Move to Grow](#) de *Saskatoon Public Schools* fournit plusieurs ressources pour supporter le transport actif.
 - Des cartes de quartiers autour des écoles de Saskatoon,
 - Des vidéos démontrant le transport actif sécuritaire,
 - Des vidéos démontrant l'importance de l'activité physique pour nous et pour l'environnement.



Nous ne tournons pas nos voitures au ralenti

- Les véhicules au ralenti produisent de l'éq. CO₂ et d'autres émissions qui nuisent à notre respiration et à l'environnement.
- Sauf dans la circulation, éteignez le moteur de votre véhicule si vous attendez plus de 10 secondes.
- Réduire le temps de ralenti de **10 minutes par jour** permettra d'économiser près de **3 \$/mois** en essence, 30 litres d'essence/année et **70 kg d'éq. CO₂/année**.



Résultats d'apprentissage

Mathématiques 4 : 4N.5 Décrire et appliquer, pour déterminer les faits de multiplication jusqu'à 9×9 et les faits de division reliés, des propriétés des nombres et des stratégies de calcul mental, telles que : la notion de doubler et d'ajouter ou d'enlever un ou deux groupes ; la notion de doubler et de diviser par 2 ; les régularités qui se dégagent des faits de multiplication par 9 ; les doubles répétés ; les carrés ; le compte par sauts à partir d'un fait connu ; le lien entre la division et la multiplication ; la propriété de la commutativité ; les propriétés de 0 et de 1 pour la multiplication et la division ; la division d'un nombre par le même nombre (sauf 0). **4N.6** Démontrer une compréhension de la notion de multiplication de numéraux à 2 ou 3 chiffres par un numéral à 1 chiffre, y compris : utiliser ses propres stratégies avec ou sans l'aide de matériel concret ; représenter des multiplications à l'aide de matrices ; établir le lien entre des représentations concrètes et leurs représentations symboliques ; appliquer la propriété de la distributivité de la multiplication ; estimer des produits ; créer et résoudre des problèmes contextualisés connexes. **4RR.1** Démontrer une compréhension de la notion de régularité et de la notion de relation, y compris : identifier et décrire des régularités et des relations dans des tables, des tableaux, ou des diagrammes ; reproduire des régularités et des relations observées dans une table, un tableau ou un diagramme à l'aide de matériel concret ; créer des tables, des tableaux ou des diagrammes pour représenter des régularités et des relations ; résoudre des problèmes contextualisés connexes. **4FE.1** Lire et noter l'heure en utilisant des horloges numériques et des horloges analogiques, y compris des horloges de 24 heures.

Éducation physique 4 : 4EP.1 Améliorer son propre niveau de condition physique liée à la santé à l'aide des : stratégies et des principes d'entraînement ; évaluations de son propre niveau de forme physique liées à la santé. **4EP.9** Mettre en œuvre des habiletés, des stratégies et des tactiques dans des jeux de filet et de mur préparatoires et à effectifs réduits, p. ex. volleyball avec un gros ballon léger, pickleball, handball, et le raffinement, seul(e) ou avec autrui, des habiletés, des tactiques et des stratégies motrices dans : des jeux imaginatifs, coopératifs et exigeant peu d'organisation ; des jeux de tir préparatoires et à effectifs réduits ; des jeux de frappe ou de champ préparatoires et à effectifs réduits ; des jeux d'invasion (ou territoriaux) préparatoires et à effectifs réduits ; des activités en milieu inhabituel. **4EP.10** Intégrer des tactiques, des stratégies et des règles pour la sécurité et l'inclusion de tous dans des activités de mouvement, y compris, dans des : jeux préparatoires coopératifs et compétitifs ; activités en milieu inhabituel.

Sciences humaines 4 : 4LT.1 Cerner l'impact de l'environnement naturel sur le mode de vie des gens de la Saskatchewan, y compris les Premières nations.

Mathématiques 5 : 5N.3 Développer et appliquer des stratégies de calcul mental et des propriétés du nombre pour déterminer avec fluidité les faits de multiplication jusqu'à 81 et les faits de division correspondants, telles que : le compte par sauts à partir d'un fait connu ; la notion de doubler ou de diviser par deux ; les régularités qui se dégagent des faits de multiplication ou de division par 9 ; les doubles répétés ou les moitiés répétées ; les carrés ; la propriété de la commutativité ; les propriétés de zéro et de un. **5N.4** Approfondir et appliquer, avec ou sans l'aide de matériel concret, sa compréhension de la notion de multiplication pour multiplier des numéros à deux chiffres par un numéral à deux chiffres, y compris : des stratégies de calcul mental ; ses propres stratégies d'estimation et de calcul ; des propriétés du nombre ; la résolution de problèmes contextualisés connexes.

Éducation physique 5 : 5EP.1 Exécuter un plan de mise en forme physique quotidienne, conçu en collaboration, axé sur : l'endurance cardiovasculaire ; l'atteinte d'un objectif d'amélioration personnelle ; un principe d'entraînement tel F.I.T.T. ; l'analyse des données normalisées et personnelles. **5EP.2** Mettre en œuvre des stratégies saines d'amélioration de l'endurance musculaire et de la souplesse dans une variété d'activités de mouvement. **5EP.7** Démontrer de l'amélioration, seul et avec un petit nombre de joueurs, des habiletés motrices, des tactiques et des stratégies lors : des jeux de filet ou de mur ; des jeux de tir ; des jeux de frappe et de champ ; des jeux d'invasion (ou territoriaux) ; des activités et des jeux en milieu inhabituel.

Sciences 5 : 5SH.1 Déterminer l'importance de maintenir un corps en santé et les répercussions de ne pas maintenir un corps en santé sur l'individu ou la société. **5SH.3** Établir des liens entre le fonctionnement des systèmes pour la locomotion, la croissance et les réactions aux stimulus.

Sciences humaines 5 : 5RE.2 Examiner la gestion actuelle de l'environnement naturel au Canada.

Mathématiques 6 : 6RR.1 Approfondir et appliquer sa compréhension de la notion de régularité et de relation linéaire dans des tables de valeurs et des graphiques se limitant aux graphiques linéaires d'éléments discrets. **6FE.2** Appliquer de façon concrète, imagée et symbolique sa compréhension des notions de périmètre, d'aire, et de volume (prismes droits à base rectangulaire) pour : établir le lien entre l'aire et le volume ; comparer : l'aire et le périmètre, l'aire et le volume ; généraliser des stratégies et des formules ; analyser l'effet d'orientation ; résoudre des problèmes contextualisés connexes. **6SP.1** Appliquer sa compréhension de la notion d'analyse de données à la résolution de problèmes ou pour répondre à des questions, y compris : choisir, justifier et utiliser des méthodes de collecte de données : questionnaires, expériences, consultation de bases de données, consultation de la presse électronique ; créer, étiqueter et interpréter des

diagrammes, y compris des diagrammes à lignes ; distinguer entre des données continues et des données discrètes ; tracer des diagrammes à partir de données recueillies ; tirer des conclusions.

Éducation physique 6 : **6EP.1** Exécuter un plan personnel de conditionnement physique sain axé sur : l'amélioration de l'endurance cardiovasculaire ; le principe de conditionnement FITT. **6EP.2** Démontrer l'impact d'une vie active et d'une vie inactive sur la composition du corps pour une vie saine et équilibrée. **6EP.4** Déterminer par le mouvement physique le degré d'interdépendance entre certains éléments de : l'agilité, la vitesse, le temps de réaction, l'équilibre et la coordination ; l'endurance cardiovasculaire, l'endurance musculaire, la force musculaire, la flexibilité et la composition du corps. **6EP.10** Démontrer, au niveau « contrôle », dans diverses activités de gestion corporelle et en milieu inhabituel : certaines habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation ; des comportements axés sur la sécurité et la protection de l'environnement.

Sciences humaines 6 : **6LT.1** Déterminer l'impact de techniques d'organisation spatio-temporelle développées par les humains sur leur mode de vie, y compris : les parallèles (de latitude) ; les méridiens (de longitude) ; les fuseaux horaires. **6LT.2** Distinguer les éléments topographiques en jeu lors de l'établissement et du déplacement des humains au Canada et dans un pays riverain de l'Atlantique. **6RE.3** Cerner les effets des choix des consommateurs et consommatrices sur l'environnement naturel et l'économie de sa communauté locale et du monde.

Mathématiques 7 : **7RR.1** Établir des liens entre des régularités, des graphiques et des relations linéaires.

Éducation physique 7 : **7EP.1** Exécuter un plan personnel de conditionnement physique quotidien sain axé sur le principe d'entraînement FITT et l'amélioration de : l'endurance cardiovasculaire ; l'endurance musculaire ; la flexibilité. **7EP.9** Utiliser des habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation, seule ou en combinaison, dans les activités : en milieu inhabituel ; de gestion du corps, y compris la danse et la gymnastique éducative. **7EP.10** Critiquer la planification, l'organisation et la mise en œuvre d'une activité de mouvement axée sur l'engagement d'autrui dans des activités de mouvement telles : les activités parascolaires ; les journées consacrées au conditionnement et au divertissement ; les jeux sur le terrain de jeu. **7EP.11** Examiner le rôle de certains facteurs, hors du contexte scolaire, dans la satisfaction des besoins pour le développement des habiletés motrices et de la vie active, y compris : les coûts ; la disponibilité des installations ; les occasions de pratique. **7EP.13** Démontrer un comportement responsable et un souci envers les autres afin d'entretenir des relations positives lors de sa participation à des activités de mouvement.

Sciences humaines 7 : **7LT.1** Cerner l'impact de la géographie sur les événements de l'actualité ou du passé à partir de cartes géographiques de diverses projections. **7LT.3** Discerner les effets des événements historiques sur la population d'un pays circumpolaire ou riverain du Pacifique à partir de différentes sources.

Bien-être 8 : **8CHC.6** Analyser le concept de viabilité environnementale en lien avec plusieurs perspectives et ses complications au niveau du bien-être personnel, des autres et de l'environnement. **8AP.1** Élaborer deux plans d'action d'une durée de sept jours à propos de la mise en place de multiples soutiens de santé selon le contexte.

Mathématiques 8 : **8SP.1** Analyser et critiquer les façons dont des données sont présentées et la vraisemblance des conclusions.

Éducation physique 8 : **8EP.1** Proposer des améliorations suite à l'exécution de son plan de conditionnement physique quotidien axé sur le principe d'entraînement FITT et l'amélioration de : l'endurance cardiovasculaire ; l'endurance musculaire ; la flexibilité ; la force musculaire. **8EP.7** Adapter au besoin les habiletés et les stratégies requises pour la participation à des activités de mouvement en milieu inhabituel naturel. **8EP.9** Inciter un individu ou un petit groupe de personnes à la participation répétée à une activité physique, à l'école, à la maison ou dans la collectivité à partir d'un plan.

Sciences humaines 8 : **8RE.3** Discerner les approches du Canada et des Canadiennes et des Canadiens en matière de développement durable et de la responsabilité envers l'environnement naturel.