



FICHES *HIVERNALES*

10 SUGGESTIONS ACTIVES POUR ENSEIGNER
DEHORS L'HIVER

HOURRA!

RSEQ
QUÉBEC - CHAUDIÈRE-APPALACHES

Mise en contexte

Dans la poursuite du partage de fiches pour enseigner dehors, l'équipe du secteur de mode de vie physiquement actif de HOURRA! propose aux enseignants du primaire des activités pédagogiques touchant différents domaines d'études, afin d'aller enseigner à l'extérieur même en hiver.

Dans la situation actuelle créée par la pandémie de la COVID-19, le choix de l'enseignement extérieur en est un des plus judicieux puisque l'espace disponible dehors facilite la distanciation physique. De plus, le contact avec la nature améliore la concentration, diminue le stress et favorise l'engagement sur la tâche pendant une plus longue période.

Les idées proposées proviennent de ressources existantes et ont été bonifiées afin de les rendre plus actives et de fournir tous les éléments clé en main.

Les activités vous permettront de continuer dans l'utilisation de l'environnement extérieur comme outil pédagogique même lors des périodes froides de l'hiver. Ces activités permettront aux enfants de faire leurs apprentissages par l'action motrice, au grand air et avec du plaisir assuré.

Bonnes découvertes extérieures à tous!



HOURRA!

RSEQ
QUÉBEC - CHAUDIÈRE-APPALACHES

1

Chasseur de blanc

Lieux: Cour d'école et boisé avoisinant

Domaine d'études: français

Matériel: Objets blancs (balles de ping-pong, styromousse, etc.), bâches blanches (si désiré)

Durée: 30 minutes

Source: Creative STAR Learning Company, 2010

Description: Chercher des objets blancs ou des personnes camouflées à l'aide d'une bâche blanche dans la neige.

Préparation: Déterminer le périmètre de recherche pour le jeu.

Déroulement:

- Demander à un groupe d'élèves de camoufler des objets blancs dans la neige (sans les enterrer) ou de se camoufler eux-mêmes dans l'aire de jeu déterminée à l'aide d'une bâche blanche.
 - Puis, envoyer les autres élèves à la recherche des objets ou personnes.
 - Échanger les rôles et recommencer.
- * Cette activité peut servir d'amorce pour parler du camouflage chez les animaux, inspirer une histoire, servir à compter la fraction d'objets retrouvés par rapport à l'ensemble de départ, illustrer avec un diagramme la vitesse de repérage versus la catégorie ou la grosseur de l'objet, faire travailler les mots d'orthographe (objets à trouver avec des lettres à remettre dans l'ordre), etc.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Faire le tour de l'aire de jeu au jogging ou en faisant divers déplacements afin de bien situer les limites, de s'activer ou de se réchauffer. Refaire entre chaque partie au besoin.

La fonte des neiges

Lieux: Cour d'école et boisé avoisinant

Domaines d'études: Mathématiques et sciences

Matériel: Balances, rubans à mesurer, bols, annexe 1

Durée: 30 minutes

Source: Creative STAR Learning Company, 2010

Description: Découvrir plusieurs principes de sciences et de mathématiques à travers le phénomène de la fonte des neiges.

Déroulement:

- Prendre une marche avec les élèves et leur demander de faire ou de trouver une boule de neige qu'ils peuvent transporter dans une main.
- Retourner dans la cour pour peser et mesurer les boules.
- Rentrer en classe et placer les boules dans des bols à divers endroits (si désiré, ajouter du colorant dans la neige pour le visuel sur les photos). Calculer le temps de fonte et combien d'eau chacune produit.
- Prendre des photos pendant la fonte aux 20 minutes. Comparer les observations à la fin selon l'endroit où les bols étaient placés.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Pour augmenter l'intensité de l'activité, faire des pauses actives pendant la marche (exemple: faire 5 sauts en longueur en avançant et en reculant ou imiter un animal). Faire des exercices selon le poids et la grandeur des boules de neige (1 livre + 10 cm = 11 sauts en longueur)

Source annexe 1: Équipe mode de vie physiquement actif - Hourra !

Curling modifié

Lieu: Surface glacée sur la cour d'école

Domaines d'études: Mathématiques, éducation physique et à la santé

Matériel: Poches de sable, cerceaux

Durée: 30 minutes

Source: Équipe mode de vie physiquement actif - Hourra !

Description: Utiliser les surfaces glacées pour jouer au curling avec des poches de sable et des cerceaux.

Déroulement:

- Cibler un endroit avec une surface glacée sur la cour d'école.
- Installer les cerceaux pour créer les jeux de curling.
- Laisser un temps de pratique aux élèves pour faire glisser les poches de sable sur la glace et viser le centre du cercle.
- Proposer ensuite un tournoi avec un nombre de lancers et accorder des points selon l'endroit où arrête la poche de sable. Faire ensuite additionner les points. Ajouter des défis mathématiques selon le niveau des élèves (ex. : 0,5 points bonus si 2 lancers arrivent au centre du cerceau. Multiplier ensemble les points de 2 membres de l'équipe. Si plusieurs poches sont au centre, faire additionner par bonds de 5, etc.)



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Pour augmenter l'intensité de l'activité, faire un échauffement avant de débiter la partie et faire des pauses actives entre chaque partie. Demander aux élèves de vous proposer des mouvements.

4

Course de cuillères et boules de neige

Lieu: Cour d'école et/ou boisé

Domaine d'études: Éducation physique et à la santé

Matériel: Cuillères

Durée: 30 minutes

Source: [Creative STAR Learning Company, 2010](#)

Description: Faire une course à obstacles avec une boule de neige dans une cuillère.

Déroulement:

- Demander aux élèves de créer un parcours à obstacles avec la neige (en faisant des buttes ou des zigzags par exemple).
- Donner une cuillère à chaque élève et leur demander de se façonner une boule de neige qui peut tenir en équilibre dessus.
- Suivre le parcours avec la boule de neige en équilibre sur la cuillère. Si elle tombe, l'élève doit refaire une nouvelle boule de neige pour continuer.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Pour augmenter l'intensité de l'activité, ajouter des déplacements différents dans le parcours (pas chassés, pas de géant, marche genoux hauts, etc.). Il est aussi possible d'ajouter une conséquence active si les élèves échappent leur boule de neige. À titre d'exemple, leur demander de faire le tour du module à la course 2 fois.

Dessin qui disparaît

Lieu: Cour d'école

Domaine d'études: Arts plastiques

Matériel: Feuilles de papier blanches et crayons feutres

Durée: 30 minutes

Source: [Creative STAR Learning Company, 2010](#)

Description: Faire un dessin dehors et l'effacer sur la neige.

Déroulement:

- Faire créer des dessins sur du papier blanc avec des crayons feutres de couleur.
- Dès que le dessin est terminé, demander aux enfants de retourner le dessin et de le frotter fort sur la neige. Le dessin disparaîtra.
- Recommencer avec des messages secrets ou d'autres dessins.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Pour augmenter l'intensité de l'activité, faire changer la posture des enfants pour dessiner après 8 à 10 minutes et leur demander d'effectuer un mouvement actif avant de prendre une nouvelle posture.

6

Expériences scientifiques

Lieu: Cour d'école

Domaine d'études: Sciences

Matériel: Selon l'expérience choisie

Durée: 30 à 60 minutes

Sources: Citées pour chaque activité

Description: Faire des expériences scientifiques dehors en hiver.

Déroulement selon chaque expérience:

- Créer un volcan en hiver : Blogue *Je suis une maman* <https://bit.ly/3iFxb8v>
- Plusieurs expériences scientifiques à l'école : <https://bit.ly/34ZMWCh>
- Plusieurs expériences en classe neige : <https://bit.ly/3iEz994>



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Lorsqu'il faut ramasser de la neige pour l'expérience, organiser une course à relais avec des petites pelles et des plats à remplir. Fixer un point dans la cour pour chaque équipe à des distances similaires et calculer quelle équipe aura rempli son plat en premier.

7

Planter de la laitue en hiver

Lieu: Cour d'école

Domaine d'études: Sciences

Matériel: Terre, semis, pot, engrais, pelle, cloche pour protéger les plans

Durée: 30 à 60 minutes

Source: Blogue Hortik <https://bit.ly/3iKX8ne>

Description: Planter et faire pousser de la laitue en hiver.

Préparation: Cibler le meilleur endroit dans la cour d'école pour faire pousser de la laitue (ensoleillé et à l'abri du vent et des intempéries).

Déroulement:

- Préparer le ou les pots avec les semis choisis (voir les étapes sur le lien suivant : [Blogue Hortik](#))
- Observer l'évolution du plan de laitue et le protéger lors de journées très froides.
- Ajouter des discussions sur l'alimentation, les aliments à privilégier selon les saisons, la découverte du nouveau guide alimentaire, etc.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journée froides:

Faire une promenade active autour de la cour d'école avant d'aller planter ou de prendre soin de la plante. Voici quelques idées de pauses actives à intégrer dans la marche: <https://www.gardescolaire.org/outils/cest-lheure-de-la-pause-active/>

Création de mangeoires pour les oiseaux

Lieux: Cour d'école ou boisé

Domaines d'études: Arts, sciences et technologie

Matériel: Selon la mangeoire choisie (voir exemples <https://bit.ly/34woacN>)

Durée: 30 à 60 minutes

Source: Wilder Child <https://bit.ly/34woacN>

Description: Fabriquer des mangeoires pour les oiseaux et aller les installer sur des arbres.

Préparation: Sélectionner le matériel nécessaire.

Déroulement:

- Discuter de la migration des oiseaux avec les élèves. Expliquer que certains oiseaux restent ici même en hiver. Voici plusieurs informations pertinentes:
 - [Guide des 4H](#)
 - [Article de Radio-Canada](#)
 - [Site des Aventures Nouvelle-France](#)
- Choisir la sorte de mangeoire que vous désirez fabriquer et préparer les ingrédients (** Attention aux allergies). Voici deux sites avec plusieurs idées :
[Des mangeoires d'oiseaux à fabriquer à la maison - Ta tribu](#)
[18 idées DIY de mangeoire à oiseaux pour zéro euro!](#)
- Fabriquer les mangeoires et aller faire une promenade afin de les poser dans le boisé ou sur les arbres dans la cour d'école. En profiter pour découvrir les sortes d'arbre et/ou pour prendre des photos des oiseaux qui viendront visiter les mangeoires.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Ajouter des pauses actives pendant la promenade (voir fiche précédente) ou faire des petites courses pendant le trajet (ex. : aller toucher à une roche et revenir, faire le tour du terrain de basketball en pas chassés, etc.).

L'eau sous toutes ses formes

Lieu: Cour d'école

Domaines d'études: Mathématiques, sciences et technologie

Matériel: Bols de différentes grosseurs, règles, thermomètres, balances, annexe 2

Durée: 30 à 60 minutes

Source: iHomeschool network <https://bit.ly/3lnMog5>

Description: Mesurer les précipitations sous toutes les formes, observer la transformation et trouver les plus gros glaçons.

Déroulement:

- Créer une amorce en discutant de la météo et des précipitations.
- Choisir un coin de la cour et mesurer la quantité de neige tombée pendant une semaine (ou plus selon la météo). Vous pouvez faire un tableau démontrant les accumulations ou vous servir de l'annexe 2.
- Sélectionner ensuite une quantité de neige et demander aux équipes de trouver à quelle température la neige fond.
- Calculer la différence de poids, de volume et comparer l'apparence de l'eau dans les divers états durant la fonte.
- Si désiré, trouver un endroit de la cour où des glaçons se forment. Mesurer les glaçons à divers moments dans la journée/semaine. Demander aux élèves d'expliquer pourquoi il y a des glaçons à cet endroit.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

Si la neige colle lors de vos sorties extérieures, faites une pause boules de neige. Afin d'éviter les accidents, lancer les boules sur un mur de l'école sans fenêtre ou créer un bonhomme de neige et le bombarder de boules de neige. Plaisir et défoulement garantis!

Annexe 2 : Équipe mode de vie physiquement actif - Hourra !

Construire un igloo

Lieu: Cour d'école

Domaines d'études: Mathématiques, sciences et technologie

Matériel: Outils pour créer des blocs de neige solides, planche pour le toit de l'igloo et la porte.

Durée: 2 heures

Source: Your modern family <https://bit.ly/34ALFRN>

Description: Créer un igloo

Préparation:

- Profiter de ce projet pour discuter des solides, de la symétrie, du volume, des techniques pour la conception et la fabrication d'environnement. Demander aux élèves de faire des recherches et un plan de leur igloo.
- Prévoir cette activité à l'avance pour faire créer les blocs de neige ou faire l'activité une journée où la neige colle.
- Suivre les étapes décrites sur ce site ou regarder la vidéo avant de commencer le projet.

Déroulement:

- Fabriquer plusieurs blocs de neige solides pour créer un igloo. Si le travail se fait en équipe, demander à chaque équipe de prévoir le nombre de blocs dont ils auront besoin. Sinon, faire une prédiction toute la classe ensemble. Pour créer des blocs solides et de formes similaires, utiliser un carton de lait ou les outils pour faire des blocs de neige vendus en magasin.
- Faire l'assemblage de l'igloo.
- Visiter le ou les igloos en petits groupes par la suite.



Ajout actif pour bonifier et pour adapter aux journées froides:

La construction de l'igloo est un travail physique qui devrait vous garder au chaud si tout le monde participe! ** Penser à vérifier que tous les élèves soient bien habillés et prévoir des vêtements de rechange au besoin pour s'assurer de rester au sec lorsque ce sera fini.

Annexe 1

La fonte de la neige



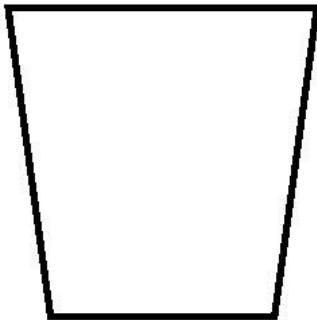
Avant l'expérience

Est-ce que la neige est propre? Oui Non

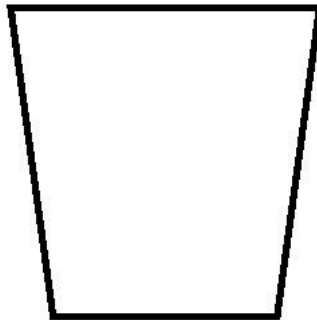
À quoi ressemble la neige?

Pendant l'expérience

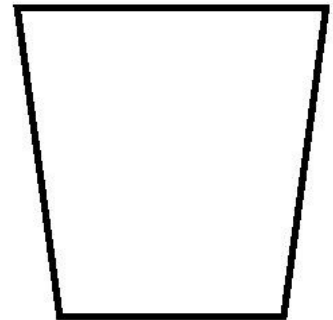
Avec ton enseignant(e), observe les verres remplis de neige. Trace une ligne pour indiquer jusqu'où chaque verre est rempli.



Verre 1

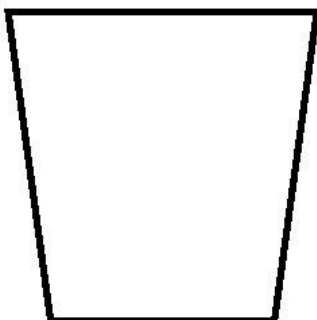


Verre 2

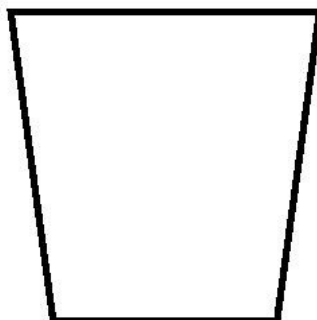


Verre 3

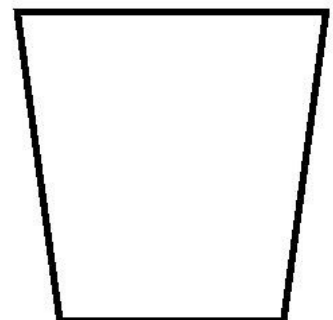
Après 20 minutes



Verre 1



Verre 2



Verre 3

Combien de temps a-t-il fallu à la neige pour fondre au complet?

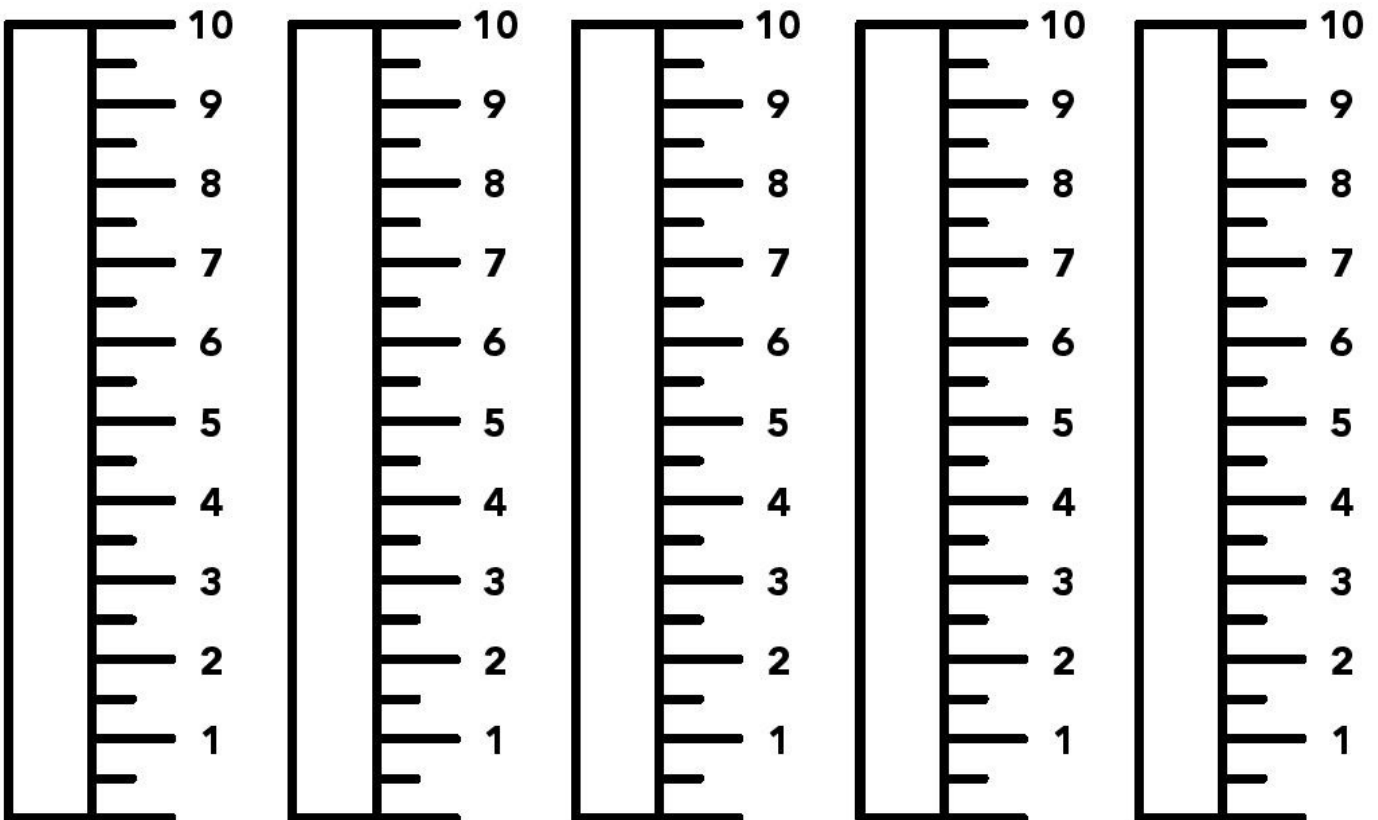
Annexe 2

Mesure des précipitations de neige



Date

--	--	--	--	--



Résultat en centimètres

--	--	--	--	--



Total de la quantité de neige tombée :

--