



Découvrez les histoires interACTIVES de la Fondation Champions pour la vie.



champions pour la vie
for life

La Fondation Champions pour la vie

La Fondation Champions pour la vie est un organisme de bienfaisance qui œuvre dans de plus de 800 écoles primaires à travers le Canada. Notre mission est d'accompagner les enfants de 4 à 12 ans dans le développement de leur littératie physique, afin de leur donner la confiance, la motivation et la capacité de bouger avec joie et plaisir tout au long de leur vie..

Petits Champions

Petits Champions Nunavik | Pigasuarsitiapiit Nunavimmi

La Fondation Champions pour la vie vous présente ses histoires interactives. Notre mission ? Transformer l'apprentissage des habiletés motrices en une expérience ludique, engageante et éducative.

Le concept en 3 étapes simples

1. On écoute et on lit une histoire captivante.
2. On bouge! À travers la lecture, les enfants découvrent 3 habiletés motrices à pratiquer (sauter, courir, attraper, etc.).
3. On relève les défis! Chaque histoire propose des stations de défis moteurs en lien avec l'histoire et se conclut par une « Minute Magique » pour un retour au calme tout en douceur.

Histoire : Félix et Isaac à la bibliothèque

Série : Programme Petits Champions (Les Saisons) | Thème : Les émotions

L'histoire que nous te présentons se déroule dans la bibliothèque de l'école où Félix et Isaac découvrent de nouveaux livres. Les deux amis aiment trouver de nouvelles histoires et s'amuser ensemble. Viens avec nous visiter la bibliothèque avec Félix et Isaac!

Différentes émotions sont présentes dans l'histoire. Est-ce que tu sauras les reconnaître ? Il y a une étoile dans l'image lorsqu'il y a une émotion à trouver!

Histoire : Une journée au camp d'Ulaayu

Série : Programme Petits Champions Nunavik | Thème : Reconnaître des lettres et des chiffres

Une initiative unique qui célèbre la culture inuite! Ce récit a été co-créé en collaboration avec Ulaayu Dupuis-Miron, enquêtrice à Kuujjuaq. Disponibles en inuktitut, français et anglais, ces histoires apportent la culture locale et les traditions du Nunavik.

Une immersion culturelle enrichissante qui permet de travailler les habiletés motrices tout en s'exerçant à reconnaître les lettres et les chiffres.

Bonne lecture... et bon mouvement!

www.championspurlavie.ca

Une journée au camp d'Ulaayu

Par : Ulaayu Dupuis-Miron,
enquêteuse à Kuujjuaq

**Reconnaître des
lettres et des
chiffres**



**petits champions
nunavik**



**ᐱᐅᐱᐸᐱᐸᐱᐸᐱᐸ
ᐱᐅᐱᐸᐱᐸ**



Voici Ulaayu Dupuis-Miron, elle est enquêtrice pour le service de police du Nunavik. Elle est née à Kuujjuaq où elle travaille aujourd'hui. Ulaayu a choisi de devenir policière pour aider les gens de son village et faire en sorte que la police et les Inuit s'entendent bien.



IVUJIVIK
ᐃᑭᐅᐃᐅ

SALLUIT
ᓕᓕᓂᐃᓕ

KANGISUJUAQ
ᐅᐃᐅᓕᓕᓂᐃᓕ

AKULIVIK
ᐃᑭᓕᐃᐅ

QUAQTAQ
ᓕᑭᑭᓕᓂᐃᓕ

PUVIRNITUQ
ᑭᐃᓕᓂᐃᓕ

KANGIRSUK
ᐅᐃᐅᓕᓂᐃᓕ

AUPALUK
ᐃᑭᓕᓂᐃᓕ

BAIE
D'UNGAVA

BAIE
D'HUDSON

INUKJUAQ
ᐃᑭᐅᓂᐃᓕ

TASIUAQ
ᑭᓕᓂᐃᓕ

KANGISUALUJJUAQ
ᐅᐃᐅᓕᓂᐃᓕ

KUJJUAQ
ᑭᓕᓂᐃᓕ

UMIUAQ
ᐅᑭᓂᐃᓕ

KUJJUARAAPIK
ᑭᓕᓂᐃᓕ

NUNAVIK
ᐅᑭᓂᐃᓕ

L'histoire d'Ulaayu se passe à Kuujuaq, le plus grand village du Nunavik avec 2 668 habitants. L'été, il y fait plus chaud et les baies y poussent en grand nombre. Savais-tu que les marées à Kuujuaq peuvent monter très haut, aussi haut qu'une maison? Ulaayu se souvient de ces grandes marées et de la tundra en été.

Ulaayu est très heureuse d'apprendre qu'elle part au camp familial pour quelques jours. Elle doit se dépêcher car elle et sa famille doivent partir avant que la marée baisse.



Peux-tu trouver la lettre A?



As-tu déjà observé le phénomène des marées?

Peux-tu
gambader comme
Ulaayu?



Une fois arrivée au camp, la marée descend. Aujourd'hui, Ulaayu veut aider son père à travailler. Elle gambade pour aller le retrouver.



Reconnais-tu des lettres dans l'image?

Ulaayu observe son père. Il lance une roche en l'air et la rattrape avec la même main. Ulaayu aime beaucoup faire comme son papa. Elle prend un petit caillou et essaie de faire le même mouvement.



Dans cette image, peux-tu trouver les 2 chiffres?



Et toi, arrives-tu à lancer et attraper à une main?

Et toi, peux-tu
tenir la pose du
bateau?



Un peu plus loin, Ulaayu aperçoit sa mère qui cueille des baies. La jeune fille s'assoit pour en cueillir le plus possible. Elle prend des pauses et tient la pose du bateau pour rigoler. Sa maman la trouve drôle.



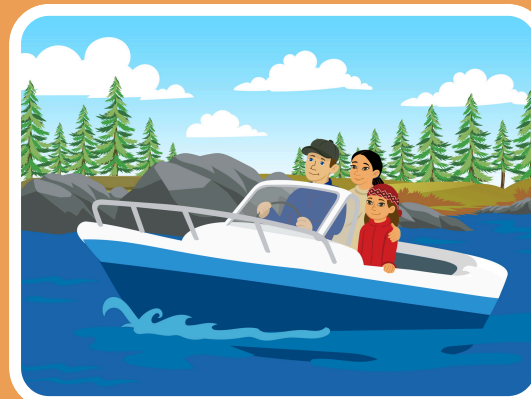
Peux-tu trouver la lettre U dans cette image?

À la fin de la journée, la marée a monté. Ulaayu et sa famille préparent du suvalik avec les baies qu'ils ont ramassées. Son père dit souvent qu'Ulaayu a beaucoup d'énergie, mais ce soir elle est fatiguée. Elle a déjà hâte à demain!



Et toi, que manges-tu autour d'un feu de camp?

Les souvenirs qui ont inspiré l'histoire



Gambader

Vidéo et lien



Indices

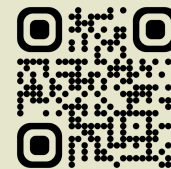
1 Je regarde devant.

2 Je garde le dos droit.



Gambader

Vidéo et lien



Indices

3 Je fais un saut, puis un pas.

4 Je balance mes bras à l'opposé de mes jambes.



Lancer et attraper à une main

Vidéo et lien



Indices

1 Je regarde l'objet.

2 Je lance d'une main.



Lancer et attraper à une main

Vidéo et lien



Indices

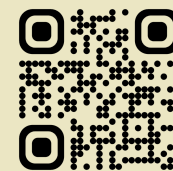
3 Je tends la main, les doigts écartés.

4 J'attrape doucement en fermant les
doigts sur l'objet et en absorbant avec
le bras



Le bateau

Vidéo et lien



Indices

1

Je m'assois au sol avec les jambes étendues.



2

Je soulève mes jambes et je tends les bras vers l'avant.



Le bateau

Vidéo et lien



Indices

3 Je respire régulièrement.

4 Je tiens la pose 3, 5, 10, 15 secondes et plus.



x3

x5

x10

x15

DÉFI 01

Gambader



But du jeu :

Faire autant de pas en gambadant qu'il y a de lettres dans le mot!



Matériel :

Pas de matériel



Instructions :

1 Place-toi au bout de la pièce.

2 Compte combien de lettres il y a dans le mot Ulaayu.



U-l-a-a-y-u

3

Fais autant de pas qu'il y a de lettres en gambadant pour traverser la pièce.

4

Fais la même chose, mais avec ton nom ou le nom d'un ami.



Ton nom: _ _ _ _ _
Le nom d'un ami:

_ _ _ _ _

Variantes:

- Fais le même jeu en utilisant les couleurs.
- Déplace-toi d'autres façons telles qu'en faisant des pas chassés, des sauts à l'horizontales, etc.

DÉFI 02

Lancer et attraper avec une main



But du jeu :

Réciter tout l'alphabet sans faire tomber la poche.



Matériel :

Poches



Instructions :

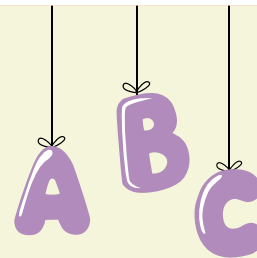
1

Prends une poche et exerce-toi à lancer ta poche avec une main et la rattraper avec la même main.



2

Recommence, mais cette fois, dis la première lettre de l'alphabet avant de rattraper la poche.



3

Continue jusqu'à la fin de l'alphabet.

Variantes:

- Essaie de lancer et attraper avec l'autre main.
- Épèle d'autres mots, comme ton nom, un objet dans la classe, etc.

DÉFI 03

Le bateau



But du jeu :

Rester en équilibre dans la pose du bateau le plus longtemps possible pendant qu'un ami gambade autour du cercle



Matériel :

Aucun matériel



Instructions:

1

Assieds-toi en cercle avec tes amis.



2

Fais la pose du bateau.



3

Un ami se lève et gambade autour du cercle.



Variantes :

- Essaie de tenir la pose du bateau pour plus d'un tour.

4

Tiens la pose jusqu'à ce que
l'ami revienne à sa place.

5

Recommence jusqu'à ce que
tout le monde ait gambadé.



La minute magique

Demandez aux enfants de s'asseoir en cercle ou en demi-cercle.

La pose du feu de camp



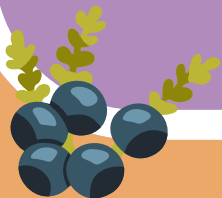
Assis-toi sur tes genoux et lève tes bras par-dessus ta tête. Bouge tes bras de gauche à droite comme les flammes d'un feu de camp.

La pose de la marée



Assis-toi et étends tes jambes devant toi. Penche-toi et étire tes bras jusqu'à tes orteils, comme une marée sur la plage.

La pose de la baie



Couche-toi sur le dos et prends tes genoux pliés dans tes bras. Balance-toi doucement comme une baie.

Bravo!



Gambader



Le bateau



Lancer et attraper à
une main