



Journée de la marche hivernale

Idées d'activités

1^{er} mercredi de février (ou n'importe quand en février)



Aller à l'école à pied est la façon idéale de profiter de l'hiver canadien ! Voici quelques idées pour féliciter les enfants qui font l'aller-retour entre la maison et l'école à pied (ou en roulant de façon active !). Vous trouverez au verso un contenu éducatif et des suggestions de prix.

Aller à l'école à pied, activités de marche



- Défilé d'hiver ou journée Pédibus : rassembler les parents et élèves chefs de file, choisir l'heure et le lieu de la réunion, créer des affiches selon la couleur ou le thème choisis, puis aller ensemble à l'école à pied.
- Distribuer : tasses de chocolat chaud, collations, autocollants, mitaines, tuques, chauffe-mains ou autres articles gratuits.
- Organiser un carnaval d'hiver ou une danse d'hiver devant l'école.
- Jeu « J'aperçois » : les élèves choisissent un thème pour chaque jour de la Semaine ou du Mois de la Marche hivernale, p. ex., ce qui est sécuritaire ou ce qui ne l'est pas, ce qui pollue, etc.
- Marche en groupe pendant les pauses.
- Se donner des « high fives » (voir photo à gauche) ou se prendre en photo avec la mascotte de l'école ou un membre du personnel déguisé.

Assemblées



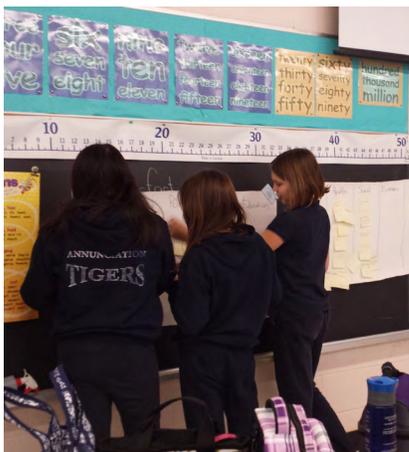
- Défilé de mode d'hiver.
- Chorégraphie de danse, de meneur/meneuse de claques ou de patinage.
- Vidéo ou diaporama montrant les endroits populaires du quartier en hiver.
- Conférencier invité : infirmière de la santé publique, athlète d'hiver (ancien de l'école), agent de la police locale, conseiller municipal, etc.
- Habiller le directeur ou la directrice ou l'un des enseignants en tenue d'hiver.

Motivation entre pairs



- Cartes de club J'marche : tamponner la carte chaque fois que l'élève va à l'école à pied ou d'une autre façon active.
- Concours de chansons ou de chants pour meneurs/meneuses de claques.
- Concours de photos.
- Concours d'affiches ou de cartes postales.
- Tirage.
- Concours de banderoles de classe.
- Trophée « Botte d'or » décerné à la classe avec le plus grand nombre d'élèves qui se déplacent à pied ou d'une autre façon active.
- Club des kilomètres : l'élève gagnant.e est celui ou celle qui aura marché le plus de kilomètres pendant l'hiver.

Activités en classe



Géographie et sciences

- Comparer l'hiver dans différentes zones climatiques du Canada.
- Chauffe-mains faits à la main.
- Club des animaux migrateurs : compter les kilomètres parcourus à pied par les élèves et comparer avec les trajets migratoires des animaux qui passent l'hiver dans le Sud. Les élèves qui ne se déplacent jamais à pied sont « des animaux qui hivernent ».

Langue

- Chaque élève raconte par écrit sa marche préférée de l'hiver.

Études culturelles

- Comparer les types de raquettes de neige et de toboggans ou autres modes de transport actif utilisés par les Premières nations en hiver.

Mathématiques

- Créer des graphiques sur la marche et les modes de transport actif.
- Suivi : chaque élève appose un autocollant ou coche une case chaque fois qu'il ou elle accomplit un trajet scolaire à pied ou d'une autre façon active.



Journée de la marche hivernale

Idées d'activités

1^{er} mercredi de février (ou n'importe quand en février)



Sensibilisation et partage d'idées

Voici quelques exemples de messages pour vos affiches, babillards, comptes de médias sociaux, annonces, bulletins scolaires et autres documents de communication populaires dans votre école.

Aller à l'école à pied (ou en roulant de façon active) en hiver est bénéfique et **amusant** :

- Sensibiliser les enfants et leur famille aux bienfaits du transport scolaire actif. Se déplacer à pied ou en mode de transport actif est sain, mieux pour l'environnement et une excellente façon de découvrir le quartier et de tisser des liens communautaires. Pour de plus amples renseignements, consultez notre site Web.
- Comparer l'hiver dans diverses régions du Canada.
- Demander aux élèves de décrire ce qui leur fait le plus plaisir pendant l'aller-retour entre leur maison et l'école.
- Demander aux élèves et aux parents de recommander des trajets piétonniers.

Il est possible d'aller à l'école à pied (ou en roulant de façon active) en toute **sécurité** et en tout **confort**. Donnez des conseils :

- sur la façon de s'habiller par temps froid ou mouillé ;
- sur le cyclisme ou d'autres modes de transport actif d'hiver ;
- sur la sécurité routière lorsque les journées sont courtes ;
- sur les moyens de demander des améliorations de l'infrastructure.

Les élèves qui habitent **trop loin** pour marcher ou pédaler **peuvent toujours rester actifs** :

- en se faisant déposer à un pâté de maisons ou deux de l'école pour faire le reste à pied ;
- en participant à des marches en groupe et à d'autres activités scolaires pendant les pauses.

Idées de prix

Un prix peut être simple et pas cher. Les meilleurs prix sont ceux qui incitent les élèves à continuer à se déplacer à pied ou d'une autre façon active. Voici quelques idées :

- Le directeur ou la directrice se déguise en bonhomme de neige ou autre personnage d'hiver
- Danse drôle ou populaire interprétée par un ou plusieurs membres du personnel
- Certificats
- Temple de la renommée
- Bons-cadeau ou coupon à échanger dans un restaurant, un café ou un magasin du quartier.
- Partie de patins à glace
- Randonnée en skis
- Randonnée en raquettes de neige
- Randonnée en vélos à pneus surdimensionnés (permettant de se déplacer sur la neige)

