

Changer l'avenir maintenant : une initiative en enseignement de l'éducation physique et à la santé dans la lutte contre les changements climatiques

PLANIFICATION D'UNE SITUATION
D'APPRENTISSAGE ET D'ÉVALUATION (SAE)
EN EPS AU PRIMAIRE - VOLUME 3

Explorer sans laisser de traces

Ce document est le troisième de cinq s'inscrivant dans la collection *Changer l'avenir maintenant : une initiative en enseignement de l'éducation physique et à la santé dans la lutte contre les changements climatiques*. Il contient un guide d'accompagnement et une situation d'apprentissage-évaluation (SAE) en enseignement de l'éducation physique et à la santé (EPS) intégrant des préoccupations écoenvironnementales. La ressource présentée dans ce document s'intitule *Explorer sans laisser de traces*. Articulée au programme de formation de l'école québécoise (PFEQ), elle s'adresse plus spécifiquement à des personnes enseignantes d'EPS intervenant au troisième cycle du primaire dans la province de Québec.

Les personnes autrices de cette SAE, Lucie Boutin et Maïa Savard, enseignent à la Faculté des sciences de l'activité physique (FASAP) de l'Université de Sherbrooke. Elles allient leurs expertises et leurs connaissances disciplinaires dans cette SAE destinée à l'ensemble de la communauté enseignante de ce domaine.

La direction académique de la collection de situations d'apprentissage et d'évaluation (SAE) a été effectuée par les Prs Jean-François Desbiens, David Bezeau et Félix Berrigan.

Les organismes collaborateurs qui ont permis la réalisation de ce projet sont :



Pour citer ce document :

Boutin, L. et Savard, M. (2026). *Explorer sans laisser de traces*. Collection *Changer l'avenir maintenant : une initiative en enseignement de l'éducation physique et à la santé dans la lutte contre les changements climatiques*. Université de Sherbrooke. Sous licence CC BY-NC. <https://doi.org/10.71892/11143/1106>.

Pour citer la collection :

Desbiens, J-F., Bezeau, D. et Berrigan, F. (dir.). (2026). *Changer l'avenir maintenant : une initiative en enseignement de l'éducation physique et à la santé dans la lutte contre les changements climatiques*. Université de Sherbrooke. Sous licence CC BY-NC.



Sauf indications contraires, le contenu de ce manuel électronique est disponible en vertu des conditions de la Licence Creative Commons Attribution - Pas d'utilisation commerciale 4.0 International

Avertissement : Les situations d'apprentissage et d'évaluation (SAE) présentées dans les volumes de cette collection sont accompagnées de diverses ressources graphiques ou vidéo provenant d'Internet. Il est possible que certaines de ces ressources comportent de la publicité. Afin d'éviter d'y exposer les élèves, nous vous suggérons de démarrer les ressources vidéo une fois les publicités passées.

REMERCIEMENTS

La préparation et la diffusion de productions de qualité suppose l'engagement d'un grand nombre de personnes qui, bien souvent, demeurent dans l'ombre des auteurs et des directeurs de publication. Nous tenons donc à offrir nos plus sincères remerciements aux personnes et organisations suivantes pour leur contribution et leur soutien dans la production de cette collection de ressources éducatives libres (REL). Nous espérons qu'elle saura inspirer nos collègues enseignantes et enseignants du domaine de l'éducation physique et à la santé dans leurs efforts pour éveiller la fibre écoenvironnementale de leurs élèves.

- Le ministère de l'Éducation du Québec par l'entremise de l'appel à projet Éducation aux changements climatiques, pour sa précieuse contribution financière sans laquelle ce projet ne serait demeuré qu'une idée.
- Le Service de soutien à la formation et le Services des bibliothèques de l'Université de Sherbrooke par l'entremise de Mme Marianne Dubé et de M. José-Miguel Escobar-Zuniga pour leur contribution inestimable à la planification et à la réalisation de l'édition et de la diffusion en ligne de cette série de situation d'apprentissage-évaluation (SAE).
- Le Réseau en éducation physique et à la santé (REPS) pour l'hébergement sur son site de l'ensemble de ces ressources.
- M. Bernard Lafleur et le Zeste Graphique pour l'admirable travail graphique réalisé pour embellir cet ouvrage et en faciliter la consultation.
- Mme Rose Bouchard, étudiante de 1^{er} cycle en biologie à l'Université de Sherbrooke pour son aide à l'identification de ressources pertinentes et adaptées sur le plan des changements climatiques.
- Mme Lyne Cliche et Des mots et des maux s.e.n.c. pour l'important travail de révision linguistique.

LISTE DES PERSONNES CONTRIBUTRICES

Félix Berrigan est professeur à la Faculté des sciences de l'activité physique de l'Université de Sherbrooke et cotitulaire de la Chaire Kino-Québec. Il étudie les effets de l'activité physique sur le développement global et la réussite scolaire des jeunes.

David Bezeau, professeur agrégé à la Faculté des sciences de l'activité physique, se spécialise dans la didactique en ÉPS. Ses projets actuels portent sur l'évaluation, à la motivation à l'accompagnement d'équipes scolaires.

Lucie Boutin est enseignante en éducation physique et à la santé au primaire depuis 30 ans et chargée de cours coresponsable des activités de plein air estival et hivernal à la Faculté des sciences de l'activité physique.

Jean-François Desbiens est enseignant d'éducation physique. Détenteur d'un doctorat en psychopédagogie, il est vice-doyen à la formation et enseigne à la Faculté des sciences de l'activité physique de l'Université de Sherbrooke depuis 2002.

Karolane Girard est chargée de cours et superviseure de stage à la Faculté des sciences de l'activité physique de l'Université de Sherbrooke. Elle y a complété un baccalauréat en enseignement en éducation physique et à la santé ainsi qu'une maîtrise en sciences de l'activité physique. Elle contribue à la formation des futur-e-s enseignant-e-s et à divers projets facultaires.

Céline Paradis est enseignante en éducation physique et à la santé au secondaire depuis 35 ans au Collège Mont-Sacre-Coeur de Granby et chargée de cours coresponsable des activités de plein air estival et hivernal à la Faculté des sciences de l'activité physique depuis 18 ans. Spécialisée dans le domaine du plein air, elle a organisé et supervisé plusieurs sorties en plein air avec des élèves du secondaire depuis le début de sa carrière.

Maïa Savard a complété son baccalauréat en enseignement de l'éducation physique et à la santé ainsi que sa maîtrise en sciences de l'activité physique à la Faculté des sciences de l'activité physique de l'Université de Sherbrooke.

Table des matières

Guide d'accompagnement stratégique pour le primaire et le secondaire	5
Explorer sans laisser de traces	21
Planification sommaire	22
Vue d'ensemble du déroulement de la SAE	27
Planification détaillée	34
Cours 1 - Introduction aux changements climatiques et aux 7 principes <i>Sans trace</i>	35
Cours 2 - Principe 3 (gérer adéquatement ses déchets) et impacts des déchets sur l'environnement	40
Cours 3 - Principe 4 (laisser intact ce que l'on trouve) et impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité	45
Cours 4 - Thèmes - Principe 6 (respect de la vie sauvage) et impacts des changements climatiques sur la biodiversité	49
Cours 5 - Transport actif, principe 1 (se préparer et prévoir) et évaluation	52
Cours 6 - Principe 2 (utiliser les surfaces durables) et principe 7 (respecter les autres visiteurs)	60
Références bibliographiques	66
Annexes	68

Un guide d'accompagnement stratégique pour le primaire et le secondaire

L'éducation physique et à la santé (EPS) en lutte contre les changements climatiques

**TRANSFORMER L'ÉDUCATION EN
MOTEUR D'ACTIONS ÉCORESPONSABLES**

Par : Jean-François Desbiens, Karolane Girard, Maïa Savard, David Bezeau,
Félix Berrigan, Lucie Boutin et Céline Paradis

L'URGENCE CLIMATIQUE ET LE RÔLE DE L'ÉCOLE



Élévation des températures

**Hausse du nombre et de la fréquence
des événements extrêmes**

Dérèglement des écosystèmes

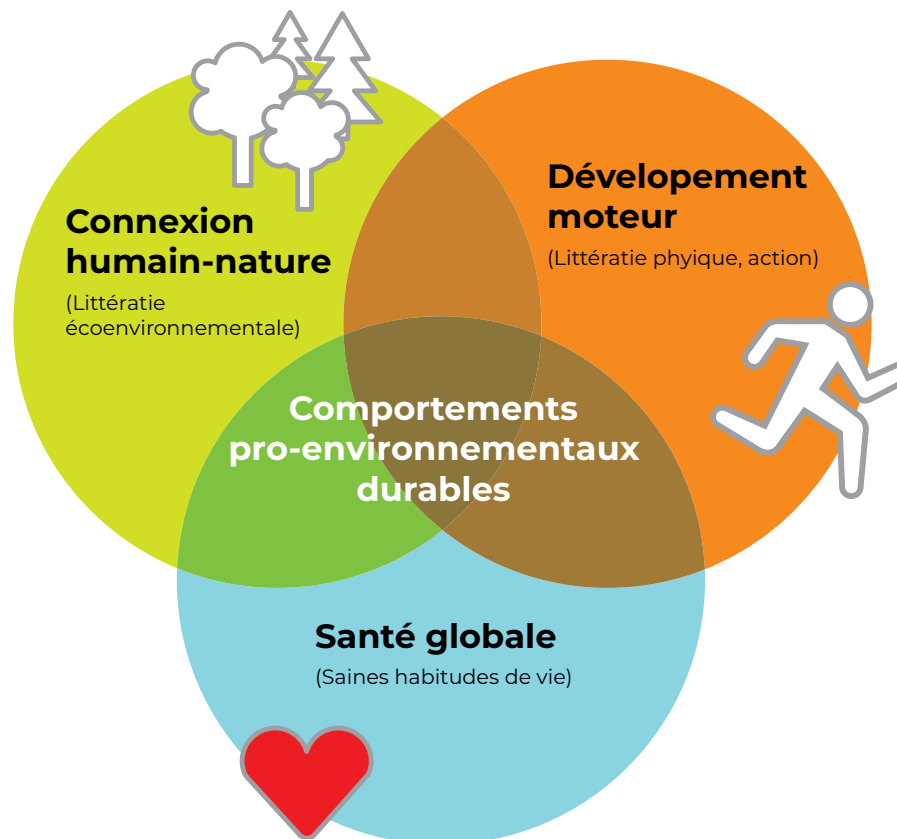


L'éducation est l'un des moyens les plus puissants pour inciter les jeunes à l'action. Selon l'Organisation des Nations unies (2026), l'école permet aux plus jeunes de connaître les incidences du réchauffement climatique, tout en apprenant à s'adapter aux changements climatiques.

**Dépasser la théorie pour enseigner des
compétences d'adaptation concrètes**

Le réchauffement et les dérèglements qui en découlent sont, pour l'essentiel, attribuables à une hausse marquée des émissions de gaz à effet de serre (GES) tels que le dioxyde de carbone, le méthane, l'ozone et le protoxyde d'azote, conséquence de l'activité humaine. Les changements climatiques s'accroissent, s'intensifient et s'étendent à toute la planète.

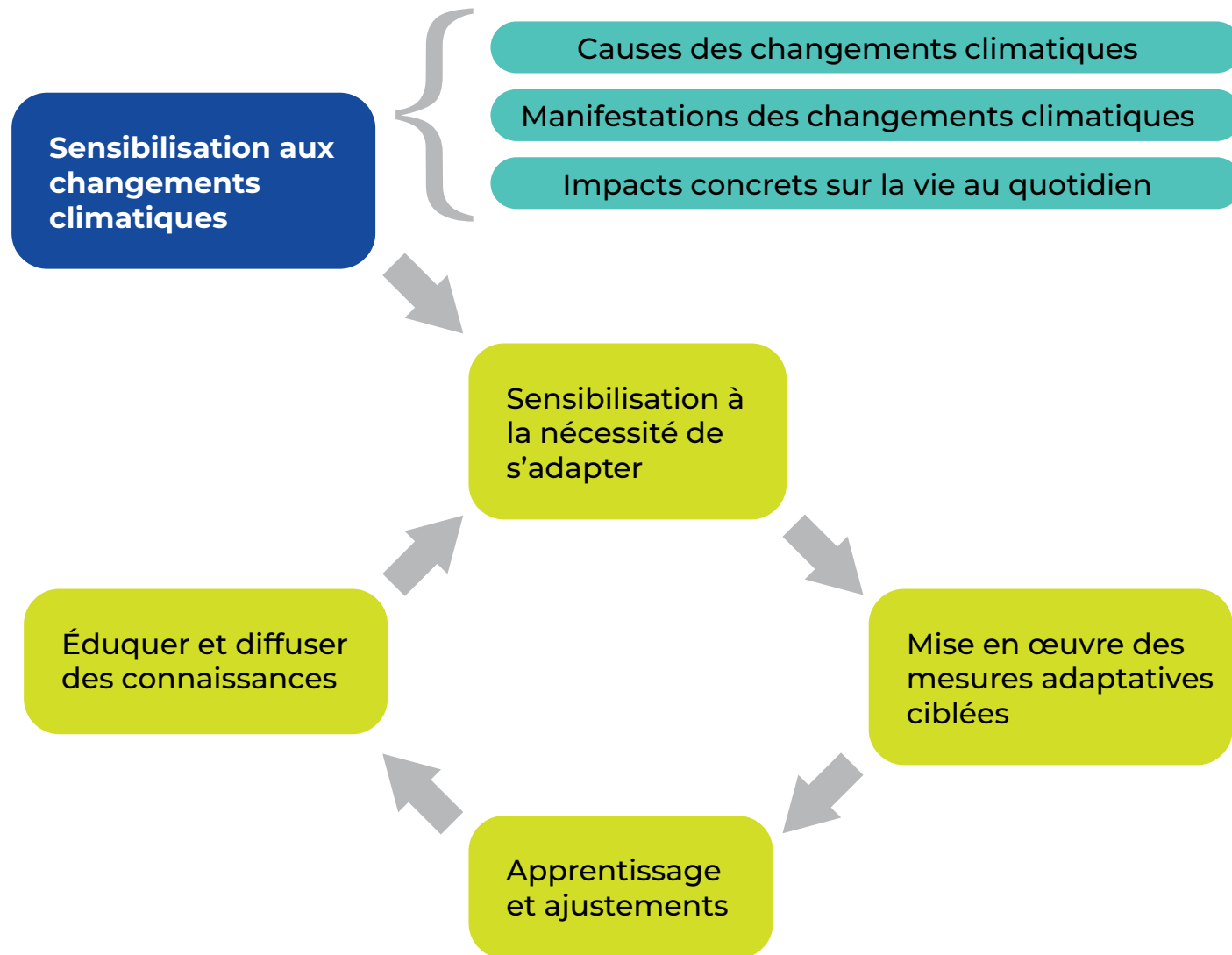
L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ (EPS) À L'INTERSECTION D'ENJEUX STRATÉGIQUES SUR LES PLANS DE L'ENVIRONNEMENT, DE L'ÉDUCATION ET DE LA SANTÉ



L'EPS contribue à la formation générale de l'élève, à la structuration de son identité, à la construction de sa vision du monde et au développement de son pouvoir d'action. Par les objectifs qu'elle poursuit, la diversité des contextes d'apprentissage dans lesquels elle se déploie, la variété des moyens d'action qu'elle peut mettre de l'avant et la durée prolongée de l'influence qu'elle exerce sur les élèves tout au long de leur scolarité, l'EPS est particulièrement bien placée pour aborder concrètement les questions relatives aux changements climatiques et susciter des prises de conscience quant aux enjeux de la crise climatique de même qu'au développement de stratégies d'adaptation sécuritaires et durables (Lundvall et Fröberg, 2022).

LE CYCLE DE L'ADAPTATION AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES

(ADAPTÉ DE LULHAM ET AL., 2023, P. 9)



LES CLÉS DU SUCCÈS : RÈGLES DE PISTE

S'appuyer sur du solide



Les sciences climatiques travaillent avec un spectre de "certitudes" assez large. Pour réduire les contestations, travailler à partir d'évidences "très probables", "presques certaines" ou "clairement établies".

S'ancrer dans l'action



Ne pas repartir de zéro. Intégrer les enjeux environnementaux directement dans l'évaluation de la Compétence 3 (agir, adopter un mode de vie sain).

Naviguer avec nuance

Le climat peut polariser. Adapter le message aux sensibilités locales et aux caractéristiques de l'auditoire. Ancrer l'apprentissage dans des réalités concrètes (ex. transport motorisé, réchauffement, loisirs, déchets, déforestation, etc.)

Cultiver l'interdisciplinarité

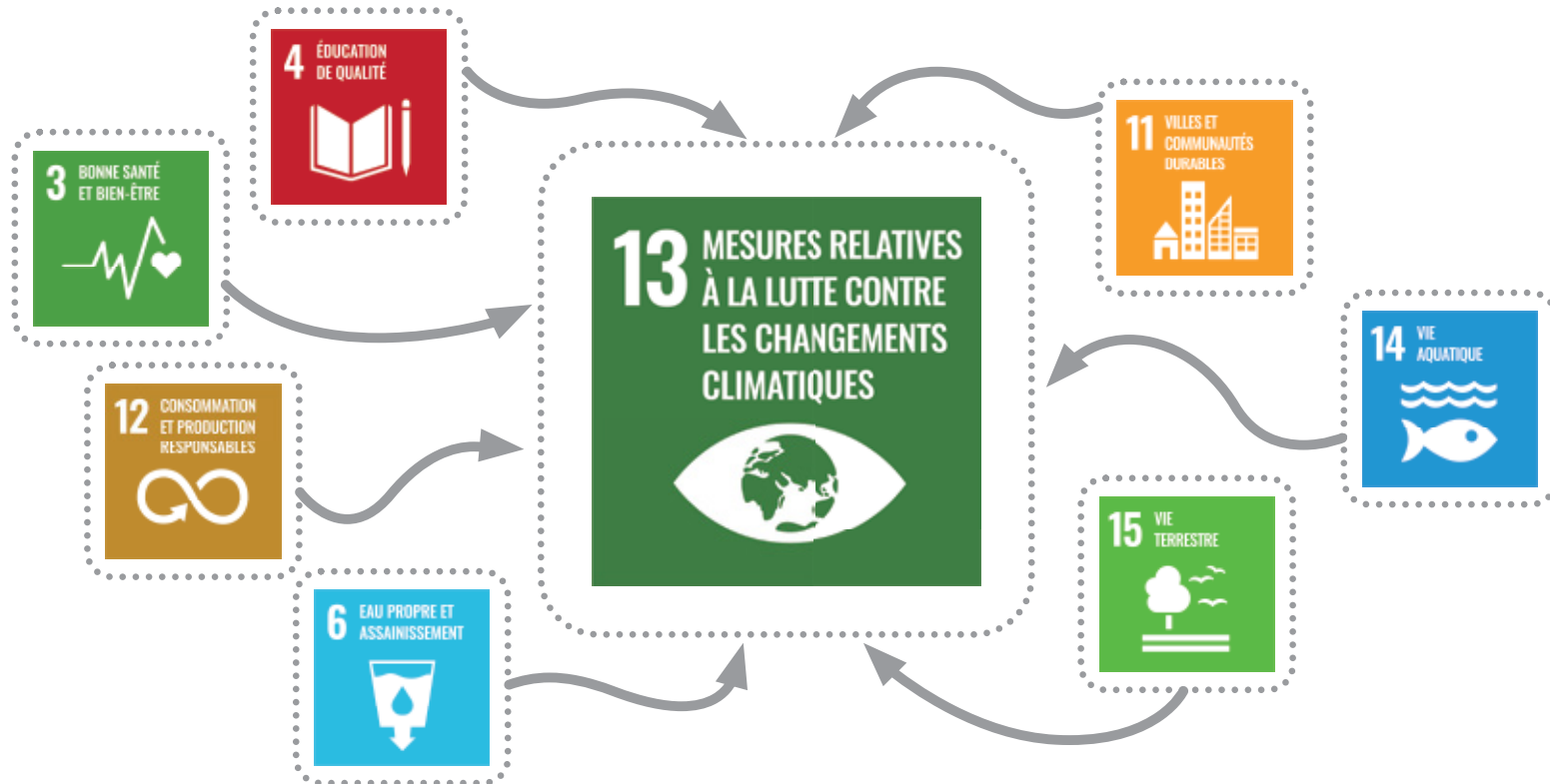
Ne pas travailler en silo. Collaborer avec les enseignants d'autres disciplines et exploiter l'environnement immédiat de l'école dont les ressources de la communauté.

L'ANATOMIE D'UNE SAE EN TROIS TEMPS PÉDAGOGIQUES

(DESBIENS ET AL., 2023)



ALIGNER L'ACTION SUR DES CIBLES MONDIALES



La compétence 3 du Programme de formation de l'école québécoise (PFEQ)- Éducation physique et à la santé devient le moteur d'une action globale et systémique.

Identifié comme l'objectif 13 (Mesures relatives à la lutte contre les changements climatiques), la lutte contre le réchauffement climatique est un élément indissociable de la réalisation du développement durable une vaste entreprise qui invite à : « repenser les rapports qu'entretiennent les êtres humains entre eux et avec la nature » (Ministère de l'Environnement, de la lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs, s.d.). Interconnectés, les objectifs de développement durables (ODD) figurant ici incarnent de grands défis auxquels la population mondiale est confrontée. L'amélioration des perspectives de vie sur la Terre dépend donc de l'atteinte concrète de chacun de ces ODD.

SURVOL DES CINQ SITUATIONS D'APPRENTISSAGE-ÉVALUATION (SAE) PROPOSÉES

CYCLES SCOLAIRES	MISSION	EXPÉRIENCE D'APPRENTISSAGE	CIBLE ENVIRONNEMENTALE
1^{er} cycle primaire	Être actif sans polluer!	Draisiennes et jeux de poursuite	Transport actif et gaz à effet de serre
2^e cycle primaire	Sauvons la planète!	Écojogging (<i>plogging</i>)	Gestion des déchets et protection de la biodiversité
3^e cycle primaire	Explorer sans laisser de trace	Randonnée en forêt	Éthique en plein air
1^{er} cycle secondaire	Habitudes de vie durables	Marche en pleine conscience et analyse à l'épicerie	Empreintes de la consommation
2^e cycle secondaire	Séjour en canot : comprendre et protéger l'eau douce	Séjour en canot, analyse des impacts humains, observation des milieux aquatiques	Changements climatiques, qualité de l'eau, bassins versants, biodiversité aquatique

1^{er} CYCLE DU PRIMAIRE - ÊTRE ACTIF SANS POLLUER!

L'action motrice

Jeux de poursuite (simulant la fonte des glaciers) et introduction aux draisienne.



Cibles :

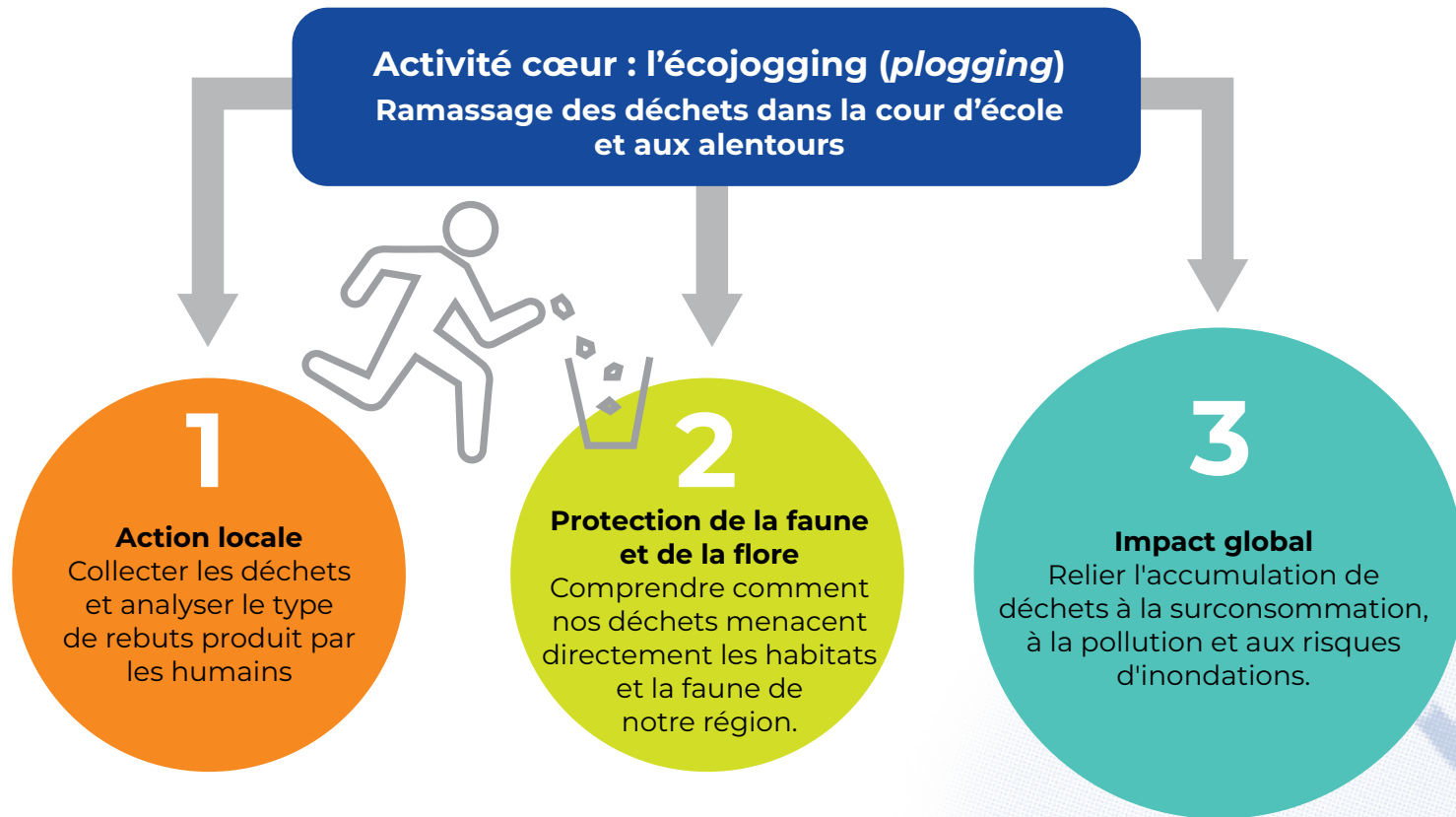


La traduction pédagogique

Les élèves découvrent les changements climatiques et leurs causes à travers des jeux actifs qui rendent les phénomènes concrets. Ils apprennent ensuite ce que sont les gaz à effet de serre et explorent une solution adaptée à leur âge : le transport actif. L'utilisation des draisienne, de la trottinette et du vélo leur permet de développer les habiletés nécessaires pour adopter des déplacements plus durables. Ils réfléchissent enfin à une action concrète qu'ils peuvent intégrer à leur quotidien.

Compétence 3 : l'élève développe des comportements actifs et responsables en comprenant comment ses choix de déplacement peuvent contribuer à la lutte contre les changements climatiques.

2^e CYCLE DU PRIMAIRE - SAUVONS LA PLANÈTE!



Les élèves explorent les causes et les conséquences des changements climatiques à travers des jeux qui illustrent la fonte des glaciers, les inondations et les impacts sur la faune. Ils prennent conscience de la présence des déchets dans leur environnement et de leurs effets sur les espèces animales. En découvrant la biodiversité locale, ils comprennent l'importance de la protéger. Ils identifient ensuite des habitudes de vie qu'ils peuvent adopter, comme le transport actif ou une meilleure gestion des déchets, et réfléchissent à l'efficacité de leurs actions.

Compétence 3 : l'élève adopte des comportements actifs, responsables et durables en comprenant comment ses choix influencent la planète.

3^e CYCLE DU PRIMAIRE - EXPLORER SANS LAISSER DE TRACE!



Les élèves apprennent à protéger les milieux naturels en s'appuyant sur les principes *Sans trace*. À travers des activités en forêt et en milieu urbain, ils découvrent comment se préparer adéquatement, utiliser les surfaces durables, gérer leurs déchets et préserver les habitats naturels. Ils prennent conscience des impacts des changements climatiques sur la biodiversité et de l'importance d'adopter des comportements respectueux envers la faune et les autres visiteurs. Ils planifient un geste concret à mettre en pratique et réfléchissent ensuite à la portée de leurs actions.

Compétence 3 : l'élève adopte des comportements éthiques, actifs et durables en plein air, renforçant son rôle de protecteur des milieux naturels.

1^{er} CYCLE DU SECONDAIRE - HABITUDES DE VIE DURABLES

Action en nature

Le parcours d'orientation

- Savoir s'orienter sans dégrader le milieu naturel.
- Comprendre l'importance de rester sur les sentiers balisés pour prévenir la dégradation des sols.

Action urbaine

L'analyse à l'épicerie

- Marche pleine conscience vers les commerces locaux.
- Analyser l'empreinte environnementale des aliments (emballages, transport, surproduction).

L'élève mature : il passe de l'apprentissage par le jeu à une analyse critique de son rôle de consommateur.

Cibles :



Les élèves apprennent à analyser l'impact de leurs choix de consommation et de leurs déplacements sur l'environnement. En nature, ils découvrent comment se déplacer sans dégrader les milieux et pourquoi il est essentiel de rester sur les sentiers balisés. En milieu urbain, ils observent les commerces locaux et évaluent l'empreinte environnementale des aliments, notamment les emballages, le transport et la surproduction. Ils développent ainsi une compréhension critique de leur rôle de consommateurs et des gestes quotidiens qui influencent leur empreinte écologique.

Compétence 3 : l'élève adopte des comportements actifs, réfléchis et durables, en comprenant comment ses décisions influencent la santé de l'environnement et de sa communauté.

2^e CYCLE DU SECONDAIRE - SÉJOUR EN CANOT

Cibles :



Les élèves découvrent les effets des changements climatiques sur les cours d'eau et la qualité de l'eau potable. Ils observent comment les précipitations, les sécheresses, les inondations, la température de l'eau et l'eutrophisation transforment les écosystèmes aquatiques. Ils analysent aussi l'impact des activités humaines sur les bassins versants et la biodiversité. Au fil du séjour, ils identifient des solutions pour réduire leur empreinte écologique et adoptent des comportements éthiques en milieu naturel. Ils réfléchissent ensuite à la portée de leurs actions.

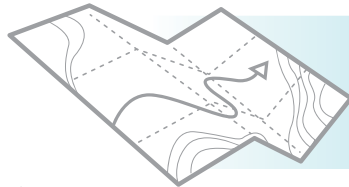
Compétence 3 : l'élève développe un mode de vie sain, actif et responsable, tout en devenant un protecteur éclairé des milieux aquatiques et de la ressource en eau douce.

L'EFFET PAPILLON : L'ÉLÈVE COMME VECTEUR DE CHANGEMENT



L'EPS ne forme pas seulement des élèves en santé; elle forme des ambassadeurs climatiques.

IMPULSER LE CHANGEMENT : PAR OÙ COMMENCER?



**Adapter vos planifications existantes
(pas besoin de tout réinventer)**



**Exploiter les espaces extérieurs à proximité
de l'école (ex. cours, parcs, boisés, etc.)**



**Initier un projet interdisciplinaire
avec les enseignants des autres disciplines**



**Cibler des actions concrètes et adaptées
à la réalité de votre milieu**

L'EPS est particulièrement bien placée pour lutter contre les changements climatiques, puisque l'activité physique, les habitudes de vie, la santé et le contact avec les milieux naturels sont au cœur de cette discipline (Lundvall et Fröberg, 2023; Fröberg et al., 2022). Par l'action et l'expérimentation, l'EPS peut aborder les enjeux environnementaux de façon concrète, accessible et signifiante pour les élèves. Ainsi, cette discipline peut contribuer à impulser les nécessaires changements qu'il faut apporter à notre mode de vie et à notre rapport à la nature de même qu'à l'environnement.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Desbiens, J.-F., Fraj, H., Spallanzani, C. et Laaouini, B. (2023). Les bases de la communication pédagogique en enseignement de l'éducation physique. Dans S. Turcotte, J.-F. Desbiens, C. Borges, J. Grenier et D. Pasco (dir.), *Enseigner l'éducation physique en contexte scolaire* (p. 195-224). JFD Éditions.

Fröberg, A., Wiklander, P. et Lundvall, S. (2022). Sustainability oriented learning in Physical Education and Health (PEH)? A document analysis of the Swedish syllabi. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 14(3), 340–356.
<https://doi.org/10.1080/25742981.2022.2112921>

Lundvall, S. et Fröberg, A. (2023). From individual to lifelong environmental processes: reframing health in physical education with the sustainable development goals. *Sport, Education and Society*, 28(6), 684–696.
<https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2062320>

Lulham, N., Warren, F.J., Walsh, K.A. et Szwarc, J. (2023). *Le Canada dans un climat en changement : Rapport de synthèse; gouvernement du Canada*. Ottawa, Ontario.
[https://changingclimate.ca/"Canada in a Changing Climate](https://changingclimate.ca/)

Organisation des Nations Unies (ONU). (consulté le 15 septembre 2023). *L'éducation est la clé de la lutte contre les changements climatiques*. Villes et action locales.
<https://www.un.org/fr/climatechange/climate-solutions/education-key-addressing-climate-change>

Explorer sans laisser de traces

Niveau	PRÉSCOLAIRE	PRIMAIRE	SECONDAIRE
Cycle	1	2	3
Compétence	AGIR	INTERAGIR	ADOPTER
Type(s) d'activité	- Technico-artistiques - Cycliques - Action unique - Adresse - Rythmiques et expressives	- Collective - Coopérative - Combat - Duel	Habitude de vie ciblée : Adoption de comportements éthiques en plein-air
Type(s) d'action(s)	- Locomotion - Non-locomotion - Manipulation	- Coopération - Opposition - Coopération-opposition	

PLANIFICATION SOMMAIRE

PRODUCTION ATTENDUE

Cette SAE veut promouvoir l'adoption de comportements éthiques en plein air dans le but de respecter et de protéger la biodiversité des régions naturelles.

À la fin de cette SAE, l'élève de 3^e cycle devra être en mesure : 1) d'identifier à l'écrit les 7 principes *Sans trace*, 2) d'identifier un principe *Sans trace* et de planifier un geste concret relié à ce principe qu'il mettra en application lors de la randonnée en forêt du dernier cours de cette SAE et 3) d'identifier au moins une habitude de vie en lien avec les principes *Sans trace* qu'il souhaite modifier dans sa vie personnelle (évaluation du critère **Cohérence de la planification**).

L'évaluation du critère **Retour réflexif** se déroulera au cours suivant la randonnée en forêt au moyen de questions écrites de retour sur le vécu et de validation des connaissances dans le carnet de l'élève. L'élève devra être en mesure d'identifier l'efficacité de la mise en place du geste choisi lors de la randonnée et d'expliquer le lien entre les principes *Sans trace*, les changements climatiques et la protection de la biodiversité.

RESSOURCES MISES À LA DISPOSITION DES ÉLÈVES

- Capsules vidéo (Voir les plans de séance détaillés.)
- Annexe I : Affiche des 7 principes *Sans trace*
- Annexe II : Mises en situation (cours 1)
- Annexe III : Guide de repérage randonnée urbaine (cours 5)
- Annexe IV : Carnet de l'élève Évaluation
- Annexe V : Code d'éthique du randonneur
- Annexe VI : Grille d'évaluation

REPÈRES CULTURELS

Les principes *Sans trace*

<https://sanstrace.ca/video-training-page>



(Voir les repères culturels et les questions explicitées au début et à la fin de chaque cours.)

CRITÈRES D'ÉVALUATION

ÉLÉMENTS OBSERVABLES

Cohérence de la planification

Élaboration de plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie.

Efficacité de l'exécution

Mise en œuvre de plans personnels d'habitudes de vie saines et actives*.

* Cet élément doit faire l'objet d'une rétroaction à l'élève, mais ne doit pas être considéré dans les résultats communiqués à l'intérieur des bulletins.

Pertinence du retour réflexif

Évaluation de la démarche, du plan d'action et des résultats.

SAVOIRS ESSENTIELS ENSEIGNÉS (CF. PROGRESSION DES APPRENTISSAGES [PDA])		COURS DE LA SAE					
		1	2	3	4	5	6
PRIMAIRE C1 AGIR SAVOIR-FAIRE MOTEUR	C1. A. Les actions de locomotion 1. Les déplacements avec ou sans obstacles. e. Franchir des obstacles.	●					
PRIMAIRE C2 INTERAGIR SAVOIR-ÊTRE	C2. A. Les éléments liés à l'éthique. 1. Expliquer dans ses mots les règles d'éthique relatives à une situation.	●				●	
	C2. A. Les éléments liés à l'éthique. 3. Respecter les pairs (partenaires et adversaires). b. Encourager ses partenaires; c. Respecter le point de vue ou l'idée de l'autre.			●	●		
	C2. A. Les éléments liés à l'éthique. 4. Respecter les règlements.			●	●		
	C2. A. Les éléments liés à l'éthique. 8. Valoriser le dépassement de soi.						●
PRIMAIRE C3 ADOPTER UN MODE DE VIE SAIN ET ACTIF : CONNAISSANCES (HABITUDES DE VIE)	C3. C. La pratique sécuritaire d'activités physiques. 2. Expliquer dans ses mots l'importance d'une tenue vestimentaire adéquate en fonction des types d'activités physiques et du contexte (ex. : porter des chaussures adéquates, se vêtir selon la température).					●	
	C3. C. La pratique sécuritaire d'activités physiques. 4. Reconnaître les situations potentiellement dangereuses lors d'activités physiques pratiquées seul ou avec d'autres. a. Identifier des situations potentiellement dangereuses.					●	
	C3. C. La pratique sécuritaire d'activités physiques. 4. Reconnaître les situations potentiellement dangereuses lors d'activités physiques pratiquées seules ou avec d'autres. b. Identifier des comportements à adopter.		●			●	

SAVOIRS ESSENTIELS ENSEIGNÉS (CF. PROGRESSION DES APPRENTISSAGES [PDA])		COURS DE LA SAE					
		1	2	3	4	5	6
PRIMAIRE C3 ADOPTER UN MODE DE VIE SAIN ET ACTIF : CONNAISSANCES (HABITUDES DE VIE)	C3. C. La pratique sécuritaire d'activités physiques 5. Nommer les règles de sécurité relatives aux différents contextes de pratique d'activités physiques.						
	C3. C. La pratique sécuritaire d'activités physiques 7. Expliquer dans ses mots l'importance de doser ses efforts physiques en fonction de l'activité.						

SAVOIRS ESSENTIELS ENSEIGNÉS

(CF. PROGRESSION DES APPRENTISSAGES [PDA])

COURS DE LA SAE

		1	2	3	4	5	6
INTENTIONS PÉDAGOGIQUES ENVIRONNEMENTALES	Prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles, à l'aide des 7 principes d'adoption de comportements éthiques en plein air <i>Sans trace</i> .	●				●	
	Principe 1 : Se préparer et prévoir. À l'aide d'une activité de randonnée urbaine, sensibiliser : 1) à l'importance de bien se préparer avant un déplacement actif ou une sortie en plein air ; 2) à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques : le transport actif.					●	
	Principe 2 : Utiliser les surfaces durables. Lors d'une randonnée en forêt, adopter des comportements éthiques en plein air en marchant à la file au milieu du sentier et en prenant des pauses sur des surfaces durables (roche, sol dénudé, etc.), afin d'éviter d'endommager la biodiversité.	●					●
	Principe 3 : Gérer les déchets adéquatement. Par la prise de conscience du nombre de déchets présents dans l'environnement urbain et/ou naturel, sensibiliser : 1) aux impacts des déchets sur la biodiversité ; 2) à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques, soit la gestion adéquate des déchets et la consommation responsable.	●	●				
	Principe 4 : Laisser intact ce que l'on trouve. À l'aide d'une activité de construction d'abris, sensibiliser : 1) à la protection des habitats naturels ; 2) aux impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité.	●		●			
	Principe 5 : Minimiser l'impact des feux. Présentation théorique au cours 1 de ce principe, non applicable dans le cadre de cette SAE.	●					
	Principe 6 : Respecter la vie sauvage. À l'aide d'une activité de construction d'abris, sensibiliser aux impacts des changements climatiques sur la biodiversité.	●			●		
	Principe 7 : Respecter les autres visiteurs. Lors d'une randonnée en forêt, adopter des comportements éthiques en plein air en agissant avec courtoisie avec les autres randonneurs et en évitant le bruit excessif pour laisser toute la place aux sons de la nature.	●					●

VUE D'ENSEMBLE DU DÉROULEMENT DE LA SAE

SUGGESTION INTERDISCIPLINAIRE POUR FACILITER LA MISE EN PLACE DE CETTE SAE :
ÉTABLIR UNE COLLABORATION AVEC LA PERSONNE TITULAIRE DE CLASSE POUR QU'ELLE
ENSEIGNE AUX ÉLÈVES CE QUE SONT LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES DANS LE CADRE
D'UNE ACTIVITÉ DE SCIENCES, EN AMONT DE LA MISE EN PLACE DE LA SAE EN EPS.

COURS 1 – INTRODUCTION AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET AUX 7 PRINCIPES SANS TRACE

ACTIVITÉ EN GYMNASÉ

- Accueil actif
- Présentation de la thématique de la SAE
- Séance de questions aux élèves pour activer les connaissances sur l'environnement et sur les menaces qui pèsent sur lui et prise de conscience sur l'importance d'en prendre soin / vidéo explicative de ce que sont les changements climatiques (Voir le plan de séance détaillé.)
- Présentation des attentes comportementales et de la routine de la SAE
- Présentation du repère culturel : séance de questions pour faire le lien entre les changements climatiques et l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles
- Présentation sommaire des 7 principes Sans trace sans les expliciter (activité exploratoire) <https://sanstrace.ca/video-training-page>



TÂCHES D'APPRENTISSAGE	Intention pédagogique en EPS (PDA)	Intention pédagogique d'ordre environnemental	Matériel pour le cours
Tâche 1 : Chasse aux principes En équipe de 4, à tour de rôle, les élèves iront chercher un bout de papier sur lequel sera décrite une situation. Par la suite, ils devront échanger avec leurs coéquipiers et déterminer s'ils sont d'accord ou en désaccord avec la décision prise dans la situation décrite. Ils devront également nommer le principe <i>Sans trace</i> dont il est question dans cette même situation.	C1. (SVF) A. 1. E. C2. (SE) A. 1.	À l'aide d'une activité exploratoire, prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles, à l'aide des 7 principes d'adoption de comportements éthiques en plein air <i>Sans trace</i> .	• Dossard • Cerceau • Tapis • Pastilles • Cônes • Obstacles (cylindres, haies, etc.) • Feuilles des mises en situation (annexe II)



Retour en grand groupe :

- Prise de conscience des apprentissages, introduction au concept de biodiversité
- Présentation vulgarisée de la production attendue

COURS 2 – PRINCIPE 3 (GÉRER ADÉQUATEMENT SES DÉCHETS) ET IMPACTS DES DÉCHETS SUR L'ENVIRONNEMENT ACTIVITÉ EXTÉRIEURE D'ÉCOJOGGING (PLOGGING)

- Accueil actif
- Rappel de la thématique de la SAE
- Rappel des apprentissages des derniers cours
- Présentation du repère culturel : courte vidéo sur l'importance de réduire les déchets (https://www.youtube.com/watch?v=-MCf7WQiNLc&ab_channel=InfoouMytho%3F)
- Rappel des attentes comportementales et routine de la SAE
- Présentation de l'objectif de la séance



TÂCHES D'APPRENTISSAGE	Intention pédagogique en EPS (PDA)	Intention pédagogique d'ordre environnemental	Matériel pour le cours
Tâche 1 : Activité d'écojogging (plogging) dans la cour d'école, dans un boisé ou dans un parc urbain à proximité (selon l'environnement adjacent au milieu scolaire) Présenter les consignes de sécurité (ne pas ramasser la vitre cassée, les seringues, etc.). En équipes de 4 avec un sac et des gants, ramasser le plus de déchets possible (varier les milieux selon les groupes pour qu'il y ait des déchets à ramasser pour tous).	C3. (HV). C.4.b	Par la prise de conscience de la quantité de déchets présents dans l'environnement urbain et/ou naturel, sensibiliser les élèves : ● aux impacts des déchets sur la biodiversité; ● à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques, soit la gestion adéquate des déchets et la consommation responsable.	• Sacs à ordures • Gants



Retour en grand groupe :

- Prise de conscience de la quantité et de la nature des déchets; tri des déchets (recyclage, déchets, compost); lien avec les gestes concrets que les élèves peuvent faire pour diminuer leur quantité de déchets
- Transfert des comportements à adopter en forêt pendant une randonnée : capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 3 https://www.youtube.com/watch?v=tfkRLmhg7BY&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada



COURS 3 - PRINCIPE 4 (LAISSER INTACT CE QUE L'ON TROUVE) ET IMPACTS DE LA DÉFORESTATION ET DE L'URBANISATION SUR LA BIODIVERSITÉ ACTIVITÉ EXTÉRIEURE DE CONSTRUCTION D'ABRIS

- Accueil actif
- Rappel de la thématique de la SAE
- Rappel des principes Sans trace 4 et 6 vus au cours 1
- Présentation du repère culturel : capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 4
https://www.youtube.com/watch?v=8fU69TM4CZA&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada
- Rappel des attentes comportementales et de la routine de la SAE
- Présentation de l'objectif de la séance



TÂCHES D'APPRENTISSAGE	Intention pédagogique en EPS (PDA)	Intention pédagogique d'ordre environnemental	Matériel pour le cours
Tâche 1 : Construction d'abris En équipes de 4, se déplacer dans le boisé et construire un abri.	C2. (SE) A. 3. b. et c. C2. (SE) A. 4.	À l'aide d'une activité de construction d'abris, sensibiliser : ● à la protection des habitats naturels grâce au principe 4 Laisser intact ce que l'on trouve »; ● aux impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité.	• Cordelettes • Bâches



Retour en grand groupe :

- Retour à l'école, prise de conscience en grand groupe sur l'importance de laisser intact ce que l'on trouve pour la protection des habitats naturels
- Prise de conscience sur les conséquences du non-respect de ce principe sur l'environnement

COURS 4 - PRINCIPE 6 (RESPECT DE LA VIE SAUVAGE) ET IMPACTS DES CHANGEMENTS CLIMATIQUES SUR LA BIODIVERSITÉ ACTIVITÉ EXTÉRIEURE DE CONSTRUCTION D'ABRIS (SUITE)

- Accueil actif
- Rappel de la thématique de la SAE
- Présentation du repère culturel : capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 6
https://www.youtube.com/watch?v=B1zRz9z7Ro8&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada courte vidéo sur les déchets et les animaux <https://padlet.com/gauthiercha/clonage-de-jour-de-la-terre-7svx74yplg06cylg/wish/PR3NWxDmLxPkWb0O>
- Rappel des attentes comportementales et de la routine de la SAE
- Présentation de l'objectif de la séance



TÂCHES D'APPRENTISSAGE	Intention pédagogique en EPS (PDA)	Intention pédagogique d'ordre environnemental	Matériel pour le cours
Tâche 1 : Construction d'abris (suite) Même chose qu'au cours 3. Retourner dans le boisé et terminer la construction des abris.	C2. (SE) A. 3. b. et c. C2. (SE) A. 4.	À l'aide d'une activité de construction d'abris : ● sensibiliser aux impacts des changements climatiques sur la biodiversité grâce au principe 6 « Respect de la vie sauvage ».	 • Cordelettes • Bâches

Retour en grand groupe :

- Retour à l'école, prise de conscience en grand groupe sur l'importance de respecter la vie sauvage pour la protection des habitats naturels
- Rappel de la production attendue et de l'évaluation au prochain cours

COURS 5 - LE TRANSPORT ACTIF ET LE PRINCIPE 1 (SE PRÉPARER ET PRÉVOIR)

RANDONNÉE URBAINE ET ÉVALUATION

- Accueil actif
- Rappel de la thématique de la SAE
- Prise de conscience de la cause principale de la hausse des températures : les gaz à effet de serre générés par les transports (Voir les questions et les vidéos du plan de séance détaillé.)
- Présentation du repère culturel : bénéfices du transport actif
- Rappel des attentes comportementales et de la routine de la SAE
- Présentation de l'objectif de la séance
- Rappel de la production attendue

TÂCHES D'APPRENTISSAGE

Intention pédagogique en EPS (PDA)

Intention pédagogique d'ordre environnemental

Matériel pour le cours

Tâche 1 : Capsule informative et randonnée urbaine

Partie 1 : capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 1
https://www.youtube.com/watch?v=wa3om46X2Ik&embeds_referring_euri=https%3A%2F%2Fsanstrace.ca%2F&source_ve_path=OTY3MTQ

- Quoi apporter dans son sac à dos pour la randonnée d'une journée/ pour la randonnée urbaine?
- Comment ajuster son sac à dos?

Partie 2 : randonnée urbaine (marche de 15 min dans le quartier environnant l'école)

Retour sur la randonnée :

- Vérification du matériel nécessaire pour la randonnée d'une journée

Retour sur le guide de repérage :

- Réflexion sur le transport actif, les îlots de chaleur, etc.

C3. (HV) C. 2.
 C3. (HV) C. 4. A. b.
 C3. (HV) C. 5.

À l'aide d'une randonnée urbaine :

- sensibiliser à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques : le transport actif;
- sensibiliser à l'importance de bien se préparer avant un déplacement actif ou une sortie en plein air grâce au principe 1 « Se préparer et prévoir ».

- Sac à dos de randonnée
- Planchettes à pince (clipboards)
- Crayons
- Feuilles Guide de repérage (annexe III)



Tâche 2 : Évaluation Cohérence de la planification

Présenter le cahier d'évaluation et faire remplir le cahier de l'élève.

C2. (SE) A. 1.

Prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles en nommant les 7 principes d'adoption de comportements éthiques en plein air Sans trace et en planifiant un geste concret pour mettre en application un principe de son choix lors de la randonnée en forêt.

- Carnet de l'élève (annexe IV)
- Crayons



Retour en grand groupe :

- Retour sur l'évaluation
- Informations importantes pour la randonnée en forêt du prochain cours
- Rappel aux élèves pour qu'ils mettent en place le geste concret qu'ils ont inscrit dans leur cahier de l'élève

COURS 6 - PRINCIPE 2 (UTILISER LES SURFACES DURABLES) ET PRINCIPE 7 (RESPECTER LES AUTRES VISITEURS) RANDONNÉE EN FORÊT

- Rappel de la thématique de la SAE
- Rassemblement en classe avant le départ en randonnée : rappel des principes Sans trace (Mettre l'accent sur le 2 et le 7.)
- Repère culturel : capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 2
https://www.youtube.com/watch?v=5thSR_dknA0&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada et sur le principe 7
https://www.youtube.com/watch?v=KRUePgJa_wE&embeds_referring_euri=https%3A%2F%2Fsanstrace.ca%2F&source_ve_path=OTY3MTQ
- Transport vers le lieu de la randonnée en forêt



TÂCHES D'APPRENTISSAGE	Intention pédagogique en EPS (PDA)	Intention pédagogique d'ordre environnemental	Matériel pour le cours
Tâche 1 : Randonnée en forêt d'une journée Avant de partir en randonnée pour la journée : ● rendez-vous dans la classe pour vérifier le matériel; ● faites un retour sur les différents principes <i>Sans Trace</i> qui seront travaillés durant la randonnée.	C3. (HV) C. 7. C2. (SE) A. 8.	Adopter des comportements éthiques en plein air : ● en marchant à la file au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé, et en prenant des pauses sur des surfaces durables (roche, sol dénudé, etc.) afin d'éviter d'endommager la biodiversité (principe 2 « Utiliser les surfaces durables »); ● en agissant avec courtoisie avec les autres randonneurs et en évitant le bruit excessif pour laisser toute la place aux sons de la nature (principe 7 « Respecter les autres visiteurs »).	Matériel personnel de l'élève et de la personne enseignante dans un sac à dos de randonnée 

Évaluation du critère Retour réflexif :

Prendre un moment pour faire un retour oral sur la randonnée et remplir la section de retour sur le vécu du cahier de l'élève (annexe IV) au début du prochain cours.

PLANIFICATION DÉTAILLÉE

(PLANS DE SÉANCE)

COURS 1 – INTRODUCTION AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET AUX 7 PRINCIPES SANS TRACE - TÂCHE PRINCIPALE : COURSE À RELAIS EN GYMNASÉ

1^{er} TEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Présentation de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes *Sans trace* et prise de conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles.

Séance de questions aux élèves pour activer les connaissances sur l'environnement et sur les menaces qui pèsent sur lui et faire faire une prise de conscience sur l'importance d'en prendre soin.

- Question 1 : Pourquoi est-il important de prendre soin de la planète Terre?
- Question 2 : Comment peut-on prendre soin de l'environnement?
- Question 3 : Qu'est-ce que tu fais déjà dans ton quotidien/chez toi pour prendre soin de la planète et protéger la nature/la biodiversité?



Présentation d'une courte vidéo résumant ce que sont les changements climatiques

<https://www.salamandre.org/article/le-rechauffement-climatique-tu-connais>

Présenter les attentes relatives aux comportements des élèves et aux routines de transition propres au milieu scolaire concerné (p. ex. *Lumière rouge!*) si elles sont communes à toutes les activités de la SAE.

Présentation du repère culturel :

À la fin de cette SAE, nous irons faire une randonnée en forêt pour établir le lien entre les changements climatiques et l'importance du respect et de la protection des régions sauvages et naturelles.

- Pourquoi est-il important que le plein air soit pratiqué de manière sécuritaire, agréable et respectueuse des milieux naturels et des gens?
- Pourquoi est-il important de protéger les forêts et les lacs?
- Comment pouvons-nous faire du plein air tout en respectant et en protégeant les régions sauvages et naturelles?

Montrer au tableau les 7 principes Sans trace (<https://sanstrace.ca/video-training-page/> (annexe I) sans les expliciter en guise de préparation pour l'activité exploratoire. Poser des questions aux élèves pour savoir comment ils interprètent chacun des principes et ce qu'ils signifient pour eux.

- Principe 1 : Se préparer et prévoir
- Principe 2 : Utiliser les surfaces durables
- Principe 3 : Gérer les déchets adéquatement
- Principe 4 : Laisser intact ce que l'on trouve
- Principe 5 : Minimiser l'impact des feux
- Principe 6 : Respecter la vie sauvage
- Principe 7 : Respecter les autres visiteurs

DESCRIPTION DE LA FORMATION DE LA CLASSE

Positionnement des élèves et des personnes enseignantes à leur arrivée au gymnase propre au milieu scolaire concerné (p. ex. formation d'équipe)

OBJECTIF(S) ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Objectif de la séance :

Introduire les 7 principes *Sans trace*.

Déroulement général de la séance :

1. Échauffement habituel (si pertinent)
2. Tâche 1 : *Chasse aux principes*
3. Retour en grand groupe

ÉCHAUFFEMENT (avant ou après l'accueil) propre au milieu scolaire concerné (p. ex. ballon libre pendant 5 minutes, jogging, etc.)

*Même chose pour tous les autres cours de la SAE, si applicable



5 - 7 minutes

TÂCHE D'APPRENTISSAGE # 1 : CHASSE AUX PRINCIPES



15 minutes

INTENTION PÉDAGOGIQUE DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental :

À l'aide d'une activité exploratoire, prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles à l'aide des 7 principes d'adoption de comportements éthiques en plein air *Sans trace*.

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C1. AGIR. (Savoir-faire moteur)

- A. Les actions de locomotion
- 1. Les déplacements avec ou sans obstacles
- e. Franchir des obstacles.

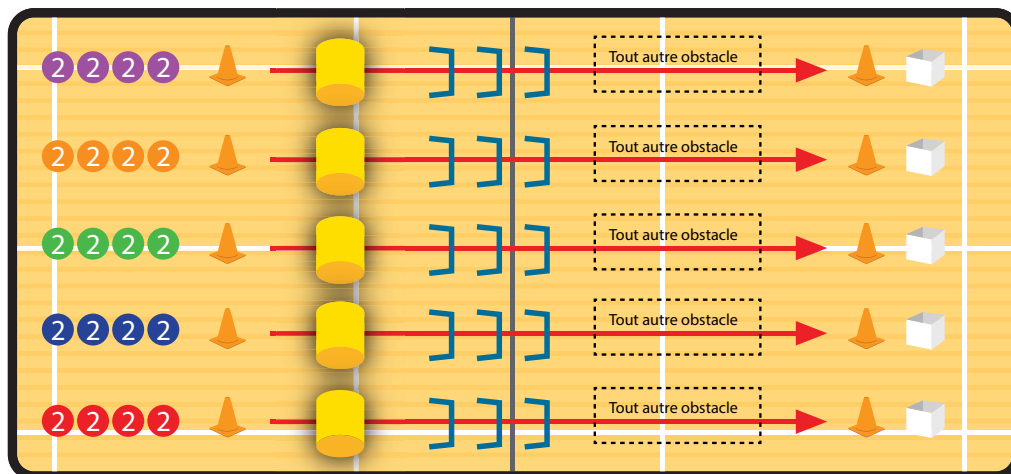
C2. INTERAGIR. (Savoir-être)

- A. Les éléments liés à l'éthique
- 1. Expliquer dans ses mots les règles d'éthique relatives à une situation.



- 8 bornes/cônes
- Obstacles à franchir (haies, cylindres, etc.)
- Crayons
- Cordes à sauter ou autres pour délimiter l'espace des sentiers
- Mises en situation (préalablement découpées et placées dans une caisse au bout du couloir de chaque équipe)

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE



Légende

-  Déplacement de l'élève
-  Cône
-  Caisse avec les énoncés à l'intérieur (peut également être un autre cerceau ou tout autre contenant)
-  Haie à franchir
-  Obstacle à franchir (S'assurer qu'il soit bien immobilisé.)

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Course à relais avec obstacles à franchir :

Les élèves doivent aller récupérer une mise en situation relative aux principes Sans trace, revenir et la classer.
(Voir les consignes d'organisation et l'annexe II.)

Consignes d'organisation :

- Placer, au bout de chaque sentier, une caisse (ou un autre contenant) pour y déposer des morceaux de papier sur lesquels des mises en situation sont inscrites (annexe II).
- Former 4 équipes ou conserver les formations déjà planifiées.
- Placer chacune des équipes devant la borne/le cône de départ qui représente son sentier.
- Faire une démonstration pour illustrer la façon de parcourir le sentier en choisissant un ou une élève au hasard qui devra se placer derrière le cône du premier sentier et, à votre signal, se rendre en courant à l'autre bout du sentier (tout en sautant par-dessus les obstacles qui se dressent sur le parcours), piger une situation dans la caisse et la ramener au cône de départ.
- Faire lire la situation à voix haute par l'élève et demander au groupe entier de déterminer s'il est d'accord ou en désaccord avec la situation et de nommer le principe *Sans trace* auquel la situation fait référence.
- Une fois la démonstration effectuée, donner le signal de départ (3-2-1 partez!) au premier élève de chaque équipe qui devra se déplacer jusqu'à la caisse et rapporter une mise en situation à la borne de départ en empruntant le même sentier pour le retour que pour l'aller.
- L'élève lira la situation pigée à ses coéquipiers et, ensemble, ils devront échanger pour déterminer s'ils sont d'accord ou en désaccord avec la décision prise dans la mise en situation. S'ils sont d'accord, ils devront encercler le pouce vert et s'ils sont en désaccord, le pouce rouge. De plus, ils devront inscrire le principe ou les principes *Sans trace* dont il est question dans la mise en situation sur la ligne prévue à cet effet.
- Une fois ces tâches accomplies, le deuxième élève peut parcourir le sentier à son tour.

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Rapporte un énoncé à la fois.
- Reste dans ton sentier (couloir attribué à ton équipe).

QUESTIONS DE CLARIFICATION

- Combien d'énoncés à la fois dois-tu rapporter? Un.
- Si tu es d'accord avec la mise en situation, que dois-tu entourer sur la feuille? *Pouce vert*.

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

CRITÈRES DE RÉUSSITE

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève est capable d'exprimer dans ses mots s'il est d'accord ou non avec la situation présentée.
- L'élève identifie adéquatement au moins un principe *Sans Trace* associé à la mise en situation.
- L'élève participe activement à la discussion en équipe et démontre une compréhension éthique des comportements respectueux de l'environnement en plein air.

En lien avec les intentions pédagogiques en EPS (C1 — AGIR. / C2 — INTERAGIR.) :

- L'élève franchit les obstacles de manière sécuritaire et efficace.
- L'élève attend son tour avant de partir et respecte son couloir de course.
- L'élève collabore avec les membres de son équipe (écoute, prise de parole partagée, consensus).

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève a de la difficulté à faire le lien entre la mise en situation et le ou les principes Sans Trace.
- L'élève fournit des réponses trop générales (p. ex. « *Ce n'est pas correct.* » au lieu d'identifier un principe).
- L'élève manque d'investissement dans la tâche réflexive (p. ex. l'élève veut seulement jouer).

En lien avec l'intention EPS :

- L'élève part avant le retour de son coéquipier.
- L'élève prend plus d'un énoncé par trajet.
- L'élève franchit les obstacles de manière risquée ou désorganisée.
- L'écart de rapidité important entre les élèves cause des attentes prolongées pour les plus rapides.
- Certains élèves éprouvent de la difficulté à lire à voix haute ou à écrire les réponses.
(Prévoir une ou des adaptations pour les élèves ayant des besoins particuliers.)

VARIANTES

Plus facile :

- Prévoir une distance plus courte pour le trajet.

Plus difficile :

- Varier les différents déplacements en ajoutant des déplacements sur échasses, au moyen d'une trottinette, sur des planches à roulettes, etc.

PRISE DE CONSCIENCE DES APPRENTISSAGES

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



10 minutes

Question introductive :

Pourquoi les principes Sans trace sont-ils importants quand on fait du plein air? Ils permettent de respecter et de protéger la biodiversité des régions naturelles.

Vulgarisation du concept de biodiversité :

Déconstruire le mot :

- Bio = vie
- Diversité = variété et différences dans les formes de vie/sortes d'animaux/plantes/champignons/bactéries

Montrer une courte vidéo pour expliquer ce qu'est la biodiversité :

- Vidéo 1 min 30 en français vulgarisant le concept
https://www.youtube.com/watch?v=9oxr0yhC7cE&ab_channel=InfoouMytho%3F;
- Vidéo 2 min vulgarisant le concept (mieux adaptée aux plus jeunes)
<https://www.salamandre.org/article/la-biodiversite-tu-connais;>
- Vidéo documentaire Notre planète de 2 min 50 en anglais, avec sous-titres en français (mieux adaptée aux élèves plus âgés)
[https://www.youtube.com/watch?v=ba_whVliTe8&ab_channel=WWFFrance.](https://www.youtube.com/watch?v=ba_whVliTe8&ab_channel=WWFFrance)

Questions à poser aux élèves :

Pourquoi est-il important de respecter et de protéger la biodiversité des régions naturelles?

« Elle est essentielle à notre bien-être et à notre survie. En effet, la biodiversité nous rend des services écologiques inestimables. Mais l'équilibre de la biodiversité est aujourd'hui menacé. Notre mode de vie, en particulier celui des pays industrialisés, est la cause principale du déclin rapide des espèces sur Terre, appelée la sixième extinction. En 2050, la biodiversité de notre planète devra supporter 9 milliards d'êtres humains. C'est pourquoi il est urgent de repenser notre usage de la nature et de réduire notre empreinte écologique. Il en va de la survie et du bien-être des générations actuelles et futures. »

<https://biogenus.ca/zone-profs>

RETOUR SUR LE VÉCU

Aucune question de retour sur le vécu n'est prévue pour cette séance.

TRANSFERT

Présentation vulgarisée de la production attendue :

Présenter la production attendue à la fin du cours, une fois que les élèves ont découvert les 7 principes Sans trace grâce à la tâche.

Le but de cette SAE est d'apprendre à adopter les bons comportements pour respecter et protéger la biodiversité des régions naturelles. À la fin des 6 cours, l'élève devra être capable dans son cahier d'évaluation :

1. d'écrire les 7 principes *Sans trace*;
2. de planifier un geste concret pour mettre en application un principe de son choix lors de la randonnée du dernier cours et dans sa vie personnelle.

COURS 2 – PRINCIPE 3 (GÉRER ADÉQUATEMENT SES DÉCHETS) ET IMPACTS DES DÉCHETS SUR L'ENVIRONNEMENT

TÂCHE PRINCIPALE : ACTIVITÉ D'ÉCOJOGGING (PLOGGING)

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Rappel de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes Sans trace afin de prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles

Rappel des apprentissages du dernier cours :

Quelqu'un peut me nommer les 7 principes Sans trace?

- Principe 1 : Se préparer et prévoir
- Principe 2 : Utiliser les surfaces durables
- Principe 3 : Gérer les déchets adéquatement
- Principe 4 : Laisser intact ce que l'on trouve
- Principe 5 : Minimiser l'impact des feux
- Principe 6 : Respecter la vie sauvage
- Principe 7 : Respecter les autres visiteurs

Aujourd'hui, nous nous concentrons sur le principe 3.

Présentation du repère culturel :

- Présenter une courte vidéo sur l'importance de réduire les déchets
https://www.youtube.com/watch?v=-Mcf7WQinLc&ab_channel=InfoouMytho%3F
- Rappeler aux élèves que le lien entre le réchauffement de la planète et les déchets est clair : plus on jette, plus les matières s'accumulent dans les sites d'enfouissement, et plus on émet de GES qui contribuent aux changements climatiques. Il est donc impératif de modifier nos habitudes de consommation et nos comportements pour limiter la quantité de déchets qui se retrouvent dans les poubelles.

Rappeler les attentes relatives aux comportements des élèves et aux routines de transition propres au milieu scolaire concerné (p. ex. Lumière rouge!) si elles sont communes à toutes les activités de la SAE.

DESCRIPTION DE LA FORMATION DE LA CLASSE

Positionnement des élèves et des personnes enseignantes à leur arrivée au gymnase propre au milieu scolaire concerné (p. ex. formation d'équipe)

OBJECTIF(S) ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Sensibiliser les élèves :

- aux impacts des déchets sur la biodiversité;
- à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques, soit la gestion adéquate des déchets et la consommation responsable.

Déroulement général de la séance :

1. Échauffement habituel (si pertinent)
2. Activité d'écojogging (*plogging*) dans la cour d'école, dans un boisé ou dans un parc urbain à proximité (selon l'environnement adjacent au milieu scolaire)
3. Retour en grand groupe à la fin du cours

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #1 : ACTIVITÉ D'ÉCOJOGGING (*PLOGGING*)



15 minutes

INTENTION PÉDAGOGIQUE DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental :

Par la prise de conscience de la quantité de déchets présents dans l'environnement urbain et naturel, sensibiliser les élèves :

1. aux impacts des déchets sur la biodiversité;
2. à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques, soit la gestion adéquate des déchets et la consommation responsable.

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C3. ADOPTER. (Habitudes de vie)

C. La pratique sécuritaire d'activités physiques

4. Reconnaître les situations potentiellement dangereuses lors d'activités physiques pratiquées seules ou avec d'autres.

b. Identifier des comportements à adopter.

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.



- Sacs à ordures
- Boîte de gants
- Balance pour peser les sacs de déchets (variante)
- Sac à dos : trousse de premiers soins et téléphone cellulaire en cas d'urgence (pour la personne enseignante)

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Activité d'écojogging (*plogging*) :

Avec un sac et des gants, ramasser le plus de déchets possible par terre dans la cour d'école, dans un boisé ou dans un parc urbain à proximité (selon l'environnement adjacent au milieu scolaire et selon la quantité de déchets par endroits). Varier les milieux selon les groupes pour qu'il y ait des déchets à ramasser pour tout le monde.

Suggestion : Inviter les parents à faire l'activité avec les élèves.

Consignes d'organisation :

- Place-toi en équipe de 4. Fais un choix éclairé de partenaire. Je te fais confiance pour faire les bons choix (si le terrain est très grand, placez les élèves en équipes de 2).
- Lorsque ton équipe est formée, nomme une personne pour venir chercher le sac à ordures et une autre personne pour venir chercher les 4 paires de gants.
- N'oublie pas d'aller chercher ton manteau et de changer tes chaussures.
- Lorsque tu es prêt, viens me rejoindre dans le grand hall (où endroit de rassemblement donné par la personne enseignante).
- Lorsque nous serons sur le terrain de l'école, je t'assignerai une zone par équipe pour ramasser les déchets.
- Tu auras de 10 à 15 minutes maximum afin de réaliser cette activité (temps variable étant donné qu'il faut tenir compte de la durée du déplacement vers le lieu et du temps nécessaire pour revenir vers l'école).
- Quand tu entendras mon appel, je te demande de venir me rejoindre.
- Nous ferons le retour en grand groupe sur cette activité à l'école.
- À la suite de la collecte des déchets, fais le tri des déchets à l'aide de tes coéquipiers et dépose-les dans le bac de recyclage ou de compostage, ou simplement à la poubelle.

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Ne pas ramasser la vitre cassée, les seringues, etc.
- Rester dans le périmètre prédéterminé.
- Toujours porter des gants.
- Se déplacer en marchant de façon sécuritaire.

QUESTION DE CLARIFICATION

- Dans tes mots, peux-tu me résumer les différentes étapes à réaliser? Voir les consignes d'organisation.
- Pourquoi est-il important de ramasser nos déchets? Pollution des sols, pollution visuelle, danger pour les animaux qui les ingèrent ou qui restent pris, etc.

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

CRITÈRES DE RÉUSSITE

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève participe activement à l'activité de ramassage en démontrant de l'attention pour l'environnement.
- L'élève est capable d'expliquer en ses mots pourquoi ramasser les déchets est important pour la planète et pour les milieux naturels ou urbains.

En lien avec l'intention pédagogique EPS (C3 – sécurité) :

- L'élève porte ses gants en tout temps et respecte les consignes de sécurité (ne touche pas aux objets dangereux, reste dans la zone désignée, ne court pas).

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- Manque de déchets dans la zone désignée, ce qui entraîne une fin prématurée de l'activité ou une baisse de motivation.
- Élèves qui ramassent sans discernement (végétation, éléments non nuisibles, objets dangereux).
- Élèves qui voient l'activité comme une corvée plutôt que comme un geste écoresponsable, sans lien au changement climatique.

En lien avec l'intention pédagogique EPS (sécurité / encadrement) :

- Difficulté à respecter les consignes de sécurité (p. ex. certains enlèvent leurs gants, courent pour ramasser plus vite, tentent de manipuler des objets dangereux)
- Désorganisation dans les équipes (p. ex. mauvaise répartition des tâches, conflit entre membres)
- Besoin de supervision élevé dans les zones plus éloignées ou moins visibles
- Conditions météo non favorables (vent, pluie, froid) affectant la durée ou la sécurité de l'activité
- Activité complémentaire non prévue pour les élèves qui terminent la tâche plus rapidement et qui s'ennuient (p. ex. observation de la faune urbaine, dessin de ce qu'ils ont vu, tri fictif des déchets, discussions éthiques)

VARIANTES

Plus faciles :

- Les élèves émettent des hypothèses par rapport au poids des sacs de déchets.
- Les élèves pèsent les sacs de déchets par la suite.

Plus difficile :

- Au lieu de travailler à 4, les élèves effectuent le travail de façon individuelle.

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



5 minutes

PRISE DE CONSCIENCE DES APPRENTISSAGES

- Faire un tas avec tous les déchets pour faire faire une prise de conscience sur la quantité collectée.
- Peser le sac de déchets (variante).
- Trier les déchets (recyclage, déchets, compost).

AIDE-MÉMOIRE SUR LE TRI DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

RÉDUCTION

Matière ou objet qu'on aurait pu éviter de consommer ou dont on pourrait réduire l'usage. (Exemple : acheter un seul gros contenant de yogourt plutôt que plusieurs petits formats...)

RÉUTILISATION

Matière à laquelle on peut redonner une autre vie. (Exemple : un sac de plastique qui devient un sac à lunch...)

RÉCUPÉRATION

Matière pouvant être réintroduite dans le procédé de production dont elle est issue. (Exemples : journaux, plastique - sauf ceux identifiés par le chiffre 6, verre, carton...)

VALORISATION

Matière organique issue des restants de table et qui se décompose rapidement. (Exemples : fruits et légumes, pain, pâtes, riz, sachets de thé, marc de café, papier brun...)

VERS L'ENFOUISSEMENT

Matière qui ne peut être classifiée dans aucune des catégories précédentes... et qui terminera inévitablement sa vie utile dans la poubelle.

- Pourquoi est-il important de trier ses déchets ? Certaines matières se biodégradent presque automatiquement, en quelques semaines ou en quelques mois seulement, tandis que d'autres mettent des centaines, voire des milliers d'années à se décomposer... ce qui revient presque à dire qu'elles sont « éternelles ». Les matières organiques, telles que les restes de table, qui terminent leur cycle de vie dans les sites d'enfouissement émettent du méthane, un puissant GES. Il faut comprendre que lorsque ces déchets se retrouvent dans les sites d'enfouissement, ils sont compressés en une masse compacte sans oxygène. Et sans oxygène, les micro-organismes qui permettent la biodégradation ne peuvent pas se développer. Par contre, d'autres types de micro-organismes en profitent pour se multiplier et libérer du méthane et d'autres biogaz nuisibles. À l'inverse, le compostage, lui, se fait en présence d'oxygène, ce qui rend possible la biodégradation des résidus.

Rappeler que les déchets ne « disparaissent » pas une fois qu'ils sont jetés...
Ce n'est pas parce qu'on ne les voit plus qu'ils n'existent plus!

RETOUR SUR LE VÉCU

- Êtes-vous surpris de la quantité de déchets que vous avez ramassée?

TRANSFERT

- Qu'est-ce que tu peux faire à la maison ou à l'école pour réduire la quantité de déchets?
Préparer des collations maison, privilégier les contenants réutilisables et en verre, trier tes déchets, utiliser des objets usagés et de seconde main, ne pas acheter de « bébelles » qui vont aller à la poubelle, etc.

Transfert vers les comportements à adopter en plein air lors de la randonnée du cours 6 :

- Montrer la capsule vidéo du site *Sans trace* sur le principe 3
https://www.youtube.com/watch?v=tfkRLmhg7BY&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada.



COURS 3 – PRINCIPE 4 (LAISSER INTACT CE QUE L'ON TROUVE)

ET IMPACTS DE LA DÉFORESTATION ET DE L'URBANISATION SUR LA BIODIVERSITÉ

TÂCHE PRINCIPALE : CONSTRUCTION D'ABRIS

1^{er} TEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Rappel de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes *Sans trace* afin de prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles

Présentation du repère culturel :

- Capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 4
https://www.youtube.com/watch?v=8fU69TM4CZA&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada

Questions :

- Comment peut-on mettre en application ce principe lors d'une activité de construction d'abris dans le boisé?
- Dans quelles circonstances les êtres humains laissent-ils des traces dans l'environnement naturel? Donne des exemples.
Déchets, déforestation, surexploitation des ressources naturelles pour l'énergie, entre autres.

Impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité :

Expliquer les conséquences de la déforestation, de la construction des villes (urbanisation) et de l'utilisation des ressources naturelles de la planète Terre (surexploitation des ressources naturelles). *Destruction des habitats des animaux et des plantes; augmentation de la pollution dans l'air, donc l'air est plus chaud (hausse des températures).*
OU

Montrer cette vidéo de 3 minutes résumant les conséquences de la déforestation :

- https://www.youtube.com/watch?v=Hkv3pSse3XQ&ab_channel=Kidaia.
Option intéressante en anglais : https://www.youtube.com/watch?v=vJnnrpSDWPI&ab_channel=OneTreePlanted

Question pour alimenter une prise de conscience sur l'impact des températures qui montent sur la planète Terre, et au Québec :

- Saviez-vous que quand les températures montent à cause de la pollution et que l'air est plus chaud, la végétation et les arbres deviennent plus secs? Que peut-il arriver dans ce cas? (Feux de forêt, par exemple ceux qui ont affecté l'Abitibi à l'été 2023.)

Expliquer qu'en plus de la déforestation, les feux de forêts aussi détruisent les habitats des animaux et des plantes, et contribuent à la hausse des températures.

Rappeler les attentes relatives aux comportements des élèves et aux routines de transition propres au milieu scolaire concerné (p. ex. *Lumière rouge!*) si elles sont communes à toutes les activités de la SAE.

DESCRIPTION DE LA FORMATION DE LA CLASSE

Positionnement des élèves et des personnes enseignantes à leur arrivée au gymnase propre au milieu scolaire concerné (p. ex. formation d'équipe)

OBJECTIF(S) ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Objectif de la séance :

Sensibiliser : 1) à la protection des habitats naturels; 2) aux impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité grâce aux principes 4 « Laisser intact ce que l'on trouve ».

Déroulement général de la séance :

1. Échauffement habituel (si pertinent)
2. Construction d'abris
3. Retour en grand groupe à la fin du cours

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #1 : CONSTRUCTION D'ABRIS



30 minutes

Ajustement du temps par rapport à la distance du lieu de l'activité

INTENTION PÉDAGOGIQUE DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental :

À l'aide d'une activité de construction d'abris, sensibiliser grâce au principe 4 « Laisser intact ce que l'on trouve » :

1. à la protection des habitats naturels;
2. aux impacts de la déforestation et de l'urbanisation sur la biodiversité.

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C2. INTERAGIR. (Savoir-être)

- A. Les éléments liés à l'éthique
3. Respecter les pairs (partenaires et adversaires).
 - b. Encourager ses partenaires.
 - c. Respecter le point de vue ou l'idée de l'autre.
 4. Respecter les règlements.



- 6 paquets de 4 cordelettes
- 6 bâches
- Sac à dos du responsable pour la personne enseignante d'éducation physique : trousse de premiers soins, rouleau de corde, canif ou couteau suisse, papiers-mouchoirs, ruban adhésif entoilé (duct tape)

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

* Premier cours sur deux

Mise en situation :

Tu es parti en randonnée avec 3 de tes amis. Chaque personne a son sac à dos de jour qui contient des collations, de l'eau, une lampe frontale. Un de tes amis transporte dans son sac une petite bâche et quelques cordelettes en cas de besoin (précieux conseils acquis lors de ses sorties avec les scouts). Avec cette équipe tu auras à construire un abri pouvant accueillir les 4 personnes de ton groupe afin qu'elles soient au chaud et au sec durant toute la nuit.

Toujours en vous référant aux principes *Sans Trace* vus ultérieurement, construisez votre abri pour vous protéger.

Consignes d'organisation :

- Vous devez vous placer en équipes de 4.
- Vous devez transporter votre propre sac à dos.
- Un des élèves aura une bâche et 4 cordelettes.
- Vous devez être capables de défaire les nœuds à la fin de l'activité si vous utilisez des cordelettes.
- Le groupe se déplace vers le boisé proche de l'école.

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Respecter le périmètre délimité par la personne enseignante pour la construction des abris.
- Utiliser (si possible) des éléments de la nature : roches, tronc d'arbre déjà cassé et couché comme poutre, etc.
- Laisser intact les feuilles, les branches et tous végétaux vivants.
- À la fin du cours 4, replacer, en équipe, l'environnement où les abris ont été construits (comme il était avant que vous arriviez).

QUESTIONS DE CLARIFICATION

- Que peut-on utiliser pour la construction de nos abris? *Cordelettes, bâches, éléments de la nature : roches, tronc d'arbre déjà cassé et couché, pas la nature vivante.*
- Pourquoi est-il important de laisser la nature intacte? *Il est important de laisser la nature intacte pour ne pas déranger les plantes, les animaux et les milieux naturels, car chaque écosystème joue un rôle dans l'équilibre de l'environnement. En la préservant, on aide à protéger la biodiversité et à réduire les effets des changements climatiques, comme la perte de forêts qui captent le CO₂.*

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

CRITÈRES DE RÉUSSITE

En lien avec l'intention d'ordre environnemental (principe 4 « Laisser intact ce que l'on trouve ») :

- L'abri est construit uniquement à l'aide de matériaux non vivants (bâches, cordelettes, éléments déjà au sol comme des roches ou des troncs morts).
- Aucun végétal vivant n'a été déraciné, arraché ou brisé durant la construction.
- L'équipe démontre une conscience environnementale en nettoyant et en remettant l'environnement en état à la fin de l'activité.
- L'espace de construction respecte les balises du périmètre autorisé.

En lien avec l'intention EPS – C2 INTERAGIR. (éthique, collaboration, respect) :

- Tous les membres de l'équipe participent activement et de façon respectueuse à la construction et à la prise de décision.
- Les règlements liés à la sécurité, à l'environnement et à l'organisation sont respectés tout au long de la tâche.

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- Utilisation involontaire de végétaux vivants (par manque de discernement ou de solutions de remplacement)
- Difficulté à concevoir un abri sans perturber l'environnement (p. ex. vouloir creuser, briser des branches vivantes, etc.)
- Manque d'investissement dans la remise en état du lieu à la fin de l'activité
- Oubli du lien avec le principe Sans Trace

En lien avec l'intention EPS – C2. INTERAGIR. :

- Désaccords sur le plan de construction, engendrant conflits ou désengagement
- Manque d'écoute ou de respect envers les idées des autres membres du groupe
- Répartition inégale des tâches (certains élèves ne participent pas)
- Difficulté à démonter l'abri à la fin ou à défaire les nœuds (matériel mal utilisé)

VARIANTES

Plus facile :

- Donner une feuille à chaque équipe avec des images représentant des idées d'abris.

Plus difficile :

- Ne donner aucun matériel. Les élèves auront à utiliser les ressources naturelles.

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



10 minutes

PRISE DE CONSCIENCE DES APPRENTISSAGES

- Quels sont les comportements à adopter lorsqu'on est en nature?
- Pourquoi est-il important d'être respectueux de la nature en la laissant intacte?

RETOUR SUR LE VÉCU

- Avez-vous remarqué des traces humaines dans la forêt? Lesquelles? (*Réponses : déchets, poteaux électriques, poubelles, etc.*).
- Comment avez-vous appliqué le principe 4 « Laisser intact ce que l'on trouve »?

TRANSFERT

Aucune question de transfert n'est requise. Mentionner simplement aux élèves que l'activité se poursuivra au prochain cours.

COURS 4 – THÈMES — PRINCIPE 6 (RESPECT DE LA VIE SAUVAGE)

ET IMPACTS DES CHANGEMENTS CLIMATIQUES SUR LA BIODIVERSITÉ

TÂCHE PRINCIPALE : CONSTRUCTION D'ABRIS (SUITE)

1^{er} TEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Rappel de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes Sans trace afin de prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles

Présentation du repère culturel :



- Capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 6
https://www.youtube.com/watch?v=BlzRz9z7Ro8&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada



- Courte vidéo sur les déchets et les animaux pour le Jour de la Terre
https://www.youtube.com/watch?v=5nE9jjgfGn8&ab_channel=JourdeLaTerreCa

Comment peut-on mettre en application ce principe lors d'une activité de construction d'abris dans le boisé?



Impacts des changements climatiques sur la biodiversité :

- https://www.youtube.com/watch?v=cP5VoBuEL18&ab_channel=CistudeNature
- Disparition d'animaux et de plantes : certaines espèces ne peuvent pas survivre aux nouvelles conditions climatiques.
- Changement des habitats : les animaux doivent trouver de nouveaux endroits où vivre.
- Modification des habitudes : les animaux changent leurs comportements migratoires et reproductifs.
- Déséquilibre écologique : certaines espèces dominent, et d'autres disparaissent, perturbant ainsi l'équilibre naturel.

Rappeler les attentes relatives aux comportements des élèves et aux routines de transition propres au milieu scolaire concerné (p. ex. *Lumière rouge!*) si elles sont communes à toutes les activités de la SAE.

DESCRIPTION DE LA FORMATION DE LA CLASSE

Positionnement des élèves et des personnes enseignantes à leur arrivée au gymnase propre au milieu scolaire concerné (p. ex. formation d'équipe)

OBJECTIFS ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Sensibiliser aux impacts des changements climatiques sur la biodiversité grâce au principe 6 « Respect de la vie sauvage ».

Déroulement général de la séance :

1. Échauffement habituel (si pertinent)
2. Construction d'abris
3. Retour en grand groupe à la fin du cours

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #1 : CONSTRUCTION D'ABRIS (SUITE)



30 minutes

Ajustement du temps
par rapport à la distance
du lieu de l'activité

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental :

À l'aide d'une activité de construction d'abris, sensibiliser aux impacts des changements climatiques sur la biodiversité grâce au principe 6 « Respect de la vie sauvage ».

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C2. INTERAGIR. (Savoir-être)

- A. Les éléments liés à l'éthique
- 3. Respecter les pairs (partenaires et adversaires).
- b. Encourager ses partenaires.
- c. Respecter le point de vue ou l'idée de l'autre.
- 4. Respecter les règlements.



- 6 paquets de 4 cordelettes
- 6 bâches
- Sac à dos du responsable pour la personne enseignante d'éducation physique : trousse de premiers soins, rouleau de corde, canif ou couteau suisse, papiers-mouchoirs, ruban adhésif entoilé (duct tape)

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

* Même chose qu'au cours 3, suite de l'activité

Consignes d'organisation :

- Les élèves se placent en équipes de 4.
- Chaque élève transporte son propre sac à dos.
- Un des élèves aura une bâche et 4 cordelettes.
(Vous devez être capables de défaire les nœuds à la fin de l'activité si vous utilisez des cordelettes.)
- Le groupe se déplace vers le boisé proche de l'école.

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Respecter le périmètre délimité par la personne enseignante pour la construction des abris.
- Utiliser (si possible) les éléments de la nature : roches, tronc d'arbre déjà cassé et couché pouvant être utilisé comme poutre, etc.
- Laisser intactes les feuilles, les branches, etc.
- À la fin du cours 4, replacer, en équipe, l'environnement où les abris ont été construits (comme il était avant que vous arriviez).

QUESTIONS DE CLARIFICATION

- Qu'est-il important de faire à la fin du cours pour respecter le principe Sans trace?
Replacer l'environnement exactement comme il était.
- Pourquoi est-ce important? Parce qu'en ayant un comportement éthique en plein air, on évite d'endommager la nature, on la laisse intacte pour les autres et on contribue à la protéger contre les impacts des changements climatiques.

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

CRITÈRES DE RÉUSSITE

*Même chose qu'au cours 3, suite de l'activité

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

*Même chose qu'au cours 3, suite de l'activité

VARIANTES

Plus facile :

- Donner une feuille à chaque équipe avec des images représentant des idées d'abris.

Plus difficile :

- Ne donner aucun matériel. Les élèves auront à utiliser les ressources naturelles.

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



10 minutes

PRISE DE CONSCIENCE DES APPRENTISSAGES

- Pourquoi est-il important d'être respectueux de la vie sauvage?

RETOUR SUR LE VÉCU

- Qu'est-ce qui a été le plus difficile dans la construction d'abris?
- Comment avez-vous appliqué le principe 6 « Respect de la vie sauvage »?

TRANSFERT

Rappel de la production attendue et de l'évaluation au prochain cours :

Au prochain cours, tu devras être capable dans ton cahier d'évaluation de :

1. connaître et écrire les 7 principes Sans trace;
2. planifier un geste concret pour mettre en application un principe de ton choix lors de la randonnée du dernier cours.

COURS 5 – TRANSPORT ACTIF, PRINCIPE 1 (SE PRÉPARER ET PRÉVOIR) ET ÉVALUATION - TÂCHE PRINCIPALE : RANDONNÉE URBAINE

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Rappel de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes Sans trace afin de prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles

Prise de conscience sur la cause principale de la hausse des températures, à savoir les gaz à effet de serre générés par les transports :

Connaissez-vous la principale raison pour laquelle la planète est plus chaude (la principale source de gaz à effet de serre) ?

Le secteur du transport est le plus grand émetteur de gaz à effet de serre au Québec.

- Courte vidéo pour expliquer ce qu'est la couche d'ozone
https://www.youtube.com/watch?v=agc9qXt04A4&ab_channel=InfoouMytho%3F

À votre avis, quels sont les moyens de transport les moins et/ou les plus polluants? Qu'est-ce que tu peux faire de ton côté pour moins utiliser l'automobile et donc réduire les gaz à effet de serre? *Transports actifs*

Présentation du repère culturel :

Selon l'organisme Équiterre, le transport écologique est bénéfique pour les raisons suivantes

([guide changements climatiques activités 2018 FAE.pdf](#)) :

- Bienfaits pour la santé : plus d'énergie et moins de stress, moindre exposition aux polluants, moins d'obésité et de maladies
- Bienfaits pour le portefeuille : moins cher pour le citoyen
- Bienfaits pour l'environnement : pas d'émissions de CO₂, moins de déchets produits
- Bienfaits pour gagner du temps : plus rapide à vélo en ville aux heures de pointe

Rappeler les attentes relatives aux comportements des élèves et aux routines de transition propres au milieu scolaire concerné (p. ex. *Lumière rouge!*) si elles sont communes à toutes les activités de la SAE.

Rappel de la production attendue :

Je te rappelle que tantôt, à la fin du cours, tu devras être capable dans ton cahier d'évaluation de :

1. connaître et écrire les 7 principes Sans trace;
2. planifier un geste concret pour mettre en application un principe de ton choix lors de la randonnée du prochain cours et dans ta vie personnelle.

DESCRIPTION DE LA FORMATION DE LA CLASSE

Positionnement des élèves et de la personne enseignante à leur arrivée au gymnase propre au milieu scolaire concerné (p. ex. formation d'équipe)

OBJECTIF(S) ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Objectifs de la séance :

- Sensibiliser à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques (le transport actif).
- Sensibiliser à l'importance de bien se préparer avant un déplacement actif ou une sortie en plein air grâce au principe 1 « Se préparer et prévoir ».
- Évaluer le critère **Cohérence de la planification**.

Déroulement général de la séance :

1. Échauffement habituel (si pertinent)
2. Randonnée urbaine
3. Tâche d'évaluation du critère **Cohérence de la planification** : finalisation du carnet de l'élève
4. Retour en grand groupe à la fin du cours

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #1 : RANDONNÉE URBAINE



15 minutes

INTENTION PÉDAGOGIQUE DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental

À l'aide d'une randonnée urbaine :

- sensibiliser à l'importance de bien se préparer avant un déplacement actif ou une sortie en plein air grâce au principe 1 « Se préparer et prévoir »;
- sensibiliser à une solution concrète pour lutter contre les changements climatiques (le transport actif).

Intention pédagogique EPS (PDA)

- C3. ADOPTER. (Habitudes de vie)
- C. La pratique sécuritaire d'activités physiques
2. Expliquer dans ses mots l'importance d'une tenue vestimentaire adéquate en fonction des types d'activités physiques et du contexte (p. ex. porter des chaussures adéquates, se vêtir selon la température).
 4. Reconnaître les situations potentiellement dangereuses lors d'activités physiques pratiquées seules ou avec d'autres.
 - a. Identifier des situations potentiellement dangereuses.
 - b. Identifier des comportements à adopter.
 5. Nommer les règles de sécurité relatives aux différents contextes de pratique d'activités physiques.

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.



Pour l'élève :

- Guide de repérage (annexe III)
- Planchette à pince (clipboard)
- Sac à dos (fourni par l'élève)
- Collations
- Gourde d'eau
- Vêtements adaptés à la température

Pour la personne enseignante :

- Liste des élèves, fiches médicales, trousse de premiers soins, carte du sentier, lampe frontale, briquet, ruban adhésif entoilé (duct tape), bâche, bâtons de marche (comme si c'était une vraie randonnée)
- Vêtements de rechange, collations en cas, sac à ordures, papiers-mouchoirs
- Dossard de brigadier pour la personne enseignante afin qu'elle soit visible

DESCRIPTION DE LA TÂCHE



Description de la tâche partie 1 - CAPSULE INFORMATIVE

Présentation de la capsule vidéo du site *Sans trace* sur le principe 1

https://www.youtube.com/watch?v=wa3om46X2Ik&embeds_referring_euri=https%3A%2F%2Fsanstrace.ca%2F&source_ve_path=OTY3MTQ

Quoi apporter dans son sac à dos pour une randonnée

Élèves :

- Collations et lunch dans des plats ou sacs réutilisables
- Gourde d'eau
- Vêtements adaptés à la température (casquette/chapeau ou tuque/cache-cou/gants, lunettes de soleil, manteau de pluie/poncho, chandail chaud, etc.)
- Vêtements de rechange (bas, sous-vêtements, chandail)
- Papiers-mouchoirs ou papier hygiénique

Adulte responsable (à présenter aussi pour que l'élève soit conscient de ce qu'une randonnée implique comme préparation) :

- Liste des élèves
- Fiches médicales
- Trousse de premiers soins
- Carte du sentier
- Lampe frontale
- Briquet
- Ruban adhésif entoilé (duct tape)
- Bâche
- Bâtons de marche

Comment ajuster son sac à dos :

- D'abord, mets ton sac sur ton dos. Si ton sac a une ceinture de taille, tu dois bien la placer sur les os iliaques et la serrer. De cette façon, le poids de ton sac reposera sur les deux os les plus forts.
- Ensuite, ajuste les deux bretelles de ton sac pour qu'il soit bien fixé à ton dos. Il ne doit pas être lâche. Imagine ton sac comme si c'était la carapace d'une tortue!
- Enfin, ajuste le haut des épaules et attache l'ajustement pour la poitrine, s'il y a lieu.

Description de la tâche partie 2 - RANDONNÉE URBAINE

Lors d'une marche de 15 minutes dans le quartier autour de l'école, en équipes de 2 et à l'aide d'une feuille de l'élève et d'une planchette à pince (clipboard) les élèves devront :

1. vérifier si le quartier autour de l'école est un endroit qui favorise ou non le transport actif à l'aide d'un guide de repérage (annexe III);
2. tester leur niveau de préparation en prévision de la randonnée en forêt du prochain cours.

Consignes d'organisation :

Chaque élève porte son sac à dos et est habillé en fonction de la température.

- Placez-vous en équipe de 2.
- Faites un choix éclairé de partenaire.
- Lorsque votre équipe est formée, assoyez-vous.
- Dans votre équipe de 2, nommez l'élève qui ira chercher la feuille et la planchette à pince (*clipboard*) et celui qui ira chercher le crayon.
- N'oubliez pas d'aller chercher votre manteau ni de changer de chaussures.
- Pour vous rendre jusqu'à l'intersection, marchez deux par deux sur le trottoir. Suivez toujours la première personne devant (normalement la personne enseignante).
- Quand il restera 5 minutes, je vais vous le dire.
- Lorsque l'activité sera terminée, nous reviendrons vers l'école et reparlerons de l'activité vécue.

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Je m'attends à ce que tu sois calme pendant les déplacements.
- Je m'attends à ce que tu te déplaces à la file pour simuler le déplacement dans le sentier en forêt.
- Je m'attends à ce que tu restes sur le trottoir et en arrière de moi en tout temps.
- Je m'attends à ce que tu laisses passer les piétons.

QUESTIONS DE CLARIFICATION

- Nomme-moi 4 éléments que je devrais avoir dans mon sac à dos. Voir ci-dessus.
- Quelles sont les étapes pour ajuster un sac à dos? Voir ci-dessus.
- Pourquoi est-il important de prioriser le transport actif plutôt que la voiture? Meilleur pour la santé, réduction des gaz à effet de serre, donc réduction des hausses de température, etc.

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

CRITÈRES DE RÉUSSITE

Lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève est capable d'identifier, à l'aide du guide de repérage, les éléments du quartier qui favorisent ou freinent le transport actif, montrant ainsi une prise de conscience des impacts environnementaux liés aux modes de déplacement.
- L'élève verbalise clairement les raisons pour lesquelles le transport actif contribue à la lutte contre les changements climatiques (réduction des gaz à effet de serre, amélioration de la qualité de l'air).

Lien avec l'intention EPS (habitudes de vie et sécurité) :

- L'élève ajuste correctement son sac à dos selon les étapes enseignées, démontrant une bonne préparation physique et un souci de confort et de sécurité.
- L'élève choisit et porte une tenue vestimentaire adaptée aux conditions météorologiques et au contexte de la randonnée.
- L'élève applique les règles de sécurité : marcher en file, respecter le trottoir, rester calme et courtois envers les autres usagers de la voie publique.
- L'élève remplit avec précision la feuille de repérage.

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- Difficulté à comprendre ou à appliquer le principe de préparation (p. ex. oublis d'éléments essentiels pour la randonnée, manque de réflexion sur les impacts du transport)
- Manque d'engagement à observer attentivement le quartier et à reconnaître les aires aménagées pour le transport actif ou les obstacles au transport actif
- Difficulté à faire le lien entre le transport actif et les enjeux environnementaux comme les changements climatiques

En lien avec l'intention EPS :

- Difficulté à ajuster correctement le sac à dos, entraînant inconfort ou risques de blessures
- Tenue inadaptée aux conditions météorologiques, pouvant entraîner inconfort ou problèmes de santé (froid, chaleur, pluie)
- Manque de respect des consignes de sécurité lors des déplacements (marcher en file, rester sur le trottoir, respecter les piétons)
- Difficulté à comprendre ou à remplir la feuille de repérage

VARIANTES

Plus faciles :

- Réduire la distance du circuit de randonnée urbaine.
- Faire des équipes de 3 pour remplir la feuille.

Plus difficiles :

- Varier le circuit (p. ex. moitié urbaine, moitié dans un boisé, plus longue distance, dénivelé plus élevé, etc.).
- Augmenter le rythme de la marche (la personne enseignante en tête de file accélère le pas).

PRISE DE CONSCIENCE ENTRE LES DEUX TÂCHES



5 minutes

PRISE DE CONSCIENCE DES APPRENTISSAGES

- Quelqu'un peut me résumer quelles sont les étapes pour bien ajuster un sac à dos lors d'une randonnée?

RETOUR SUR LE VÉCU

Retour sur l'importance de bien se préparer avant son déplacement actif (sac à dos bien ajusté, vêtements adaptés à la météo)

- Pourquoi est-il important d'être bien préparé avant de partir en randonnée?
- Est-ce qu'il te manquait quelque chose dans ton sac à dos? Si oui, quoi?

Retour sur le guide de repérage.

- Pourquoi est-il important qu'il y ait beaucoup de verdure dans les villes? **Concept d'îlot de chaleur** – Il est important qu'il y ait beaucoup de verdure dans les villes, car les plantes et les arbres réduisent les îlots de chaleur en apportant de l'ombre et en rafraîchissant l'air. Un îlot de chaleur, c'est quand certaines zones urbaines deviennent beaucoup plus chaudes que les endroits autour, surtout à cause des gaz émis par les voitures, du béton, de l'asphalte et du manque de végétation. La verdure aide donc à garder les villes plus fraîches, ce qui est essentiel pour s'adapter au réchauffement climatique.
- Pourquoi est-il important qu'il y ait des stationnements à vélos et assez d'espaces, comme des pistes cyclables, pour se déplacer sécuritairement en moyens de transport actif? **Réduire l'utilisation des voitures et, par le fait même, l'empreinte carbone.** Il est important qu'il y ait assez d'espaces sécuritaires, comme des pistes cyclables, pour se déplacer à vélo ou avec d'autres moyens de transport actif, car cela réduit l'utilisation de la voiture, ce qui diminue les émissions de gaz à effet de serre responsables des changements climatiques. En favorisant le transport actif, on contribue à un mode de vie plus écologique, tout en améliorant la qualité de l'air et la santé des citoyens.

TRANSFERT

Aucune question de transfert n'est prévue.

CONSIGNES DE TRANSITION VERS LA PROCHAINE TÂCHE

Retour au gymnase :

Consignes propres au milieu d'enseignement pour faciliter le passage de cette activité à l'activité suivante (p. ex. les élèves s'assoient en silence avec leur matériel dès qu'ils entendent Lumière jaune! ; un décompte de 5 secondes peut être utilisé pour optimiser le temps de transition, le suivi des consignes de déplacement, le positionnement final et la gestion du matériel).

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #2 : FINALISATION DU CARNET DE L'ÉLÈVE

(Évaluation du critère Cohérence de la planification)



20 minutes

Intention pédagogique d'ordre environnemental

Prendre conscience de l'importance du respect et de la protection des régions sauvages et naturelles en nommant les 7 principes d'adoption de comportements éthiques en plein air Sans trace et en planifiant un geste concret pour mettre en application un principe de son choix lors de la randonnée en forêt.

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C2. INTERAGIR. (Savoir-être)

A. Les éléments liés à l'éthique.

1. Expliquer dans ses mots les règles d'éthique relatives à une situation.



- Crayons
- Cahier de l'élève (annexe IV)

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

- Retour au gymnase après la randonnée urbaine
- Remise du cahier de l'élève à chaque élève par la personne enseignante d'éducation physique
- Présentation en grand groupe du carnet de l'élève (annexe IV)

L'élève aura à remplir minimalement les pages 4 et 5 du carnet de l'élève en y inscrivant les 7 principes Sans Trace, en choisissant un des 7 principes Sans Trace et en planifiant un geste concret à mettre en application lors de la grande randonnée d'une journée et dans sa vie personnelle en lien avec ce même principe.

La personne enseignante devra donner un exemple au tableau :

- Tu choisis (coches sur ta feuille) le principe 3 « Gérer adéquatement les déchets ».
- Tu écris ensuite ce que tu comptes faire : « Lors de ma randonnée, je vais apporter une pomme et m'assurer de mettre le cœur de pomme dans ma boîte à lunch pour le rapporter à l'école et le mettre dans le compost ».

**CONSIGNES DE
TRANSITION VERS
LA PROCHAINE
TÂCHE**

Consignes d'organisation :

- Chaque élève se prend un crayon et une place dans le gymnase.
- Chaque élève remplit son cahier de façon individuelle et en silence.
- Chaque élève rapporte son cahier à la personne enseignante une fois qu'il a terminé et se dirige, s'il y a lieu, vers l'activité prévue pour les élèves plus rapides.

**Voir la suggestion de grille d'évaluation en annexe VI.*

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Je m'attends à ce que tu travailles de façon individuelle.
- Je m'attends à ce que tu remplisses ton cahier proprement et de façon lisible.
- Je m'attends à ce que tu respectes les autres élèves qui travaillent si tu as terminé avant eux en étant silencieux et en t'occupant de façon autonome à l'activité proposée.

- Que dois-tu faire si tu as terminé avant les autres? *Faire l'activité proposée par la personne enseignante en silence et de façon autonome.*
- Pourquoi est-il important de planifier un geste concret que tu feras pendant la randonnée?

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève est capable de nommer correctement les 7 principes *Sans Trace*, ce qui démontre une compréhension minimale des comportements responsables en plein air.
- L'élève choisit un principe *Sans Trace* pertinent et est capable de planifier un geste concret, réaliste et cohérent à mettre en œuvre lors de la randonnée en forêt et dans sa vie personnelle.
- Le geste planifié tient compte de l'impact environnemental et reflète une volonté de respecter et de protéger les milieux naturels.

En lien avec l'intention pédagogique en EPS (C2. INTERAGIR – Éthique) :

- L'élève remplit son carnet de manière soignée, lisible et autonome, en respectant les consignes et l'espace de travail partagé.
- L'élève démontre du respect pour ses pairs, en restant silencieux, concentré et en s'occupant calmement s'il a terminé avant les autres.

**DIFFICULTÉS
ANTICIPÉES**

En lien avec l'intention d'ordre environnemental :

- L'élève nomme incorrectement ou oublie certains principes *Sans Trace*, ce qui révèle une compréhension partielle.
- L'élève propose un geste trop vague, irréaliste ou non lié au principe choisi.
- L'élève a de la difficulté à percevoir l'impact environnemental de son comportement ou à comprendre pourquoi un geste individuel peut avoir de l'importance.

En lien avec l'intention EPS (éthique et savoir-être) :

- L'élève éprouve des difficultés à travailler de façon autonome ou à maintenir sa concentration.
- Le travail est illisible, négligé ou incomplet.
- L'élève interrompt le travail des autres en parlant ou en s'agitant après avoir terminé.
- L'activité prévue pour les élèves rapides est mal encadrée ou inadaptée, ce qui entraîne du bruit ou de l'ennui et peut perturber le climat de travail.

VARIANTES

Aucune variante n'est prévue pour l'activité d'évaluation, mais des ajustements sont possibles :

- Prendre des traces pour ajuster la notation si l'élève a besoin d'aide significative de la part de la personne enseignante.
- Prévoir un moment de reprise (p. ex. une récréation) pour les élèves qui n'ont pas terminé.

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



5 minutes

**PRISE DE
CONSCIENCE DES
APPRENTISSAGES**

- Quels principes semblent les plus faciles à mettre en application pendant la randonnée?
- Pouvez-vous me donner des exemples de gestes concrets que vous avez planifiés dans votre cahier de l'élève?

**RETOUR
SUR LE VÉCU**

Aucune question de retour sur le vécu n'est prévue pour cette séance.

TRANSFERT

- Partage des informations importantes pour la randonnée en forêt du prochain cours
- Rappel de mettre en place leur geste concret planifié dans le cahier de l'élève

COURS 6 – PRINCIPE 2 (UTILISER LES SURFACES DURABLES) ET PRINCIPE 7 (RESPECTER LES AUTRES VISITEURS)

TÂCHE PRINCIPALE : RANDONNÉE EN FORÊT – SORTIE D'UNE JOURNÉE

Informations importantes pour la personne enseignante d'EPS – Préparation de la sortie

- Faire approuver la sortie par le Conseil d'établissement.
- Envoyer une lettre aux parents pour expliquer la sortie et demander leur autorisation.
- Si nécessaire, placer une section dans la lettre pour sonder l'intérêt des parents à devenir parents-accompagnateurs ou parents-transporteurs.
- Réceptionner et compiler les coupons-réponse.
- Communiquer avec les parents qui ont signalé leur intérêt pour accompagner ou véhiculer.
- Faire du repérage dans le sentier avant la randonnée avec les élèves et ajuster/prévoir le trajet selon l'expertise de la personne enseignante d'EPS.
- Prévoir l'endroit où la randonnée aura lieu et prévenir les responsables du site (p. ex. si la randonnée se déroule dans un parc de la SEPAQ, il faut avoir réservé en ligne afin que les responsables du parc sachent qu'il y aura un groupe dans les sentiers à cette date).
- Si le transport s'effectue en autobus, il faut envoyer une soumission à la compagnie de transport et réserver l'autobus.
- Si le transport est assuré par les parents, il faut s'assurer d'avoir le nombre exact de places disponibles dans les véhicules afin que tous les élèves puissent aller à la sortie, préparer un plan du trajet avec un numéro de téléphone d'urgence et vérifier les antécédents judiciaires.
- Préparer un plan d'évacuation.
- Prévoir des accompagnateurs (parents, membres de l'équipe-école, autres).
- S'assurer que le degré de difficulté de la randonnée correspond au niveau des élèves.
- Regarder la météo une journée ou deux avant la randonnée pour que l'expérience soit agréable.

ACCUEIL

Accueil des élèves propre au milieu scolaire concerné (p. ex. arrivée progressive des élèves du vestiaire, accueil informel de façon semi-individuelle, suivi d'un échauffement de ballon-libre)

Rappel de la thématique de la SAE :

Adoption de comportements éthiques en plein air à l'aide des 7 principes *Sans trace* afin de prendre conscience de l'importance du respect et de la protection de la biodiversité des régions naturelles

Rassemblement en classe avant le départ de la randonnée :

Rappel des principes *Sans trace* (Mettre l'accent sur le 2 et le 7.)

- Principe 1 : Se préparer et prévoir
- Principe 2 : Utiliser les surfaces durables
- Principe 3 : Gérer les déchets adéquatement
- Principe 4 : Laisser intact ce que l'on trouve
- Principe 5 : Minimiser l'impact des feux
- Principe 6 : Respecter la vie sauvage
- Principe 7 : Respecter les autres visiteurs



Présentation du repère culturel (si temps disponible) :

- Capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 2
https://www.youtube.com/watch?v=5thSR_dknA0&ab_channel=LeaveNoTraceCanada%2FSanstraceCanada
- Capsule vidéo du site Sans trace sur le principe 7
https://www.youtube.com/watch?v=KRUEPgJa_wE&embeds_referring_euri=https%3A%2F%2Fsanstrace.ca%2F&source_ve_path=OTY3MTQ

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Positionnement habituel des élèves et des personnes enseignantes dans leur classe

OBJECTIF(S) ET DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Adopter des comportements éthiques en plein air :

- En marchant à la file au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé, et en prenant des pauses sur des surfaces durables (roche, sol dénudé, etc.) afin d'éviter d'endommager la biodiversité (nature) (principe 2 « Utiliser les surfaces durables »).
- En agissant avec courtoisie avec les autres randonneurs et en évitant le bruit excessif pour laisser toute la place aux sons de la nature (principe 7 « Respecter les autres visiteurs »).

Déroulement général de la journée :

1. Rassemblement en classe
2. Transport vers le lieu de la randonnée
3. Randonnée en forêt
4. Retour à l'école

TÂCHE D'APPRENTISSAGE #1 : RANDONNÉE EN FORÊT



Toute une journée

Départ de l'école 30 minutes après la cloche du début des cours et retour pour la fin des classes

INTENTION PÉDAGOGIQUE DE LA TÂCHE

Intention pédagogique d'ordre environnemental :

Adopter des comportements éthiques en plein air :

- En marchant à la file au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé, et en prenant des pauses sur des surfaces durables (roche, sol dénudé, etc.) afin d'éviter d'endommager la biodiversité (nature) (principe 2 « Utiliser les surfaces durables »).
- En agissant avec courtoisie avec les autres randonneurs et en évitant le bruit excessif pour laisser toute la place aux sons de la nature (principe 7 « Respecter les autres visiteurs »).

Intention pédagogique EPS (PDA) :

C2. INTERAGIR. (Savoir-être)

- A. Les éléments liés à l'éthique
8. Valoriser le dépassement de soi.

C3. ADOPTER. (Habitudes de vie)

- C. La pratique sécuritaire d'activités physiques
7. Expliquer dans ses mots l'importance de doser ses efforts physiques en fonction de l'activité.



Élèves :

- Un sac à dos (fourni par l'élève)
- Collations
- Gourde d'eau
- Vêtements adaptés à la température
- Numéros d'urgence

Personnes enseignantes :

- Liste des élèves, fiches médicales, trousse de premiers soins, carte du sentier, lampe frontale, briquet, ruban adhésif entoilé (duct tape), bâche, bâtons de marche
- Vêtements de rechange, collations en cas, sac à ordures, papiers-mouchoirs
- Téléphone cellulaire
- Carte du sentier
- Numéros d'urgence

SCHÉMA DE L'ORGANISATION DU GROUPE DURANT LA TÂCHE

Aucun schéma n'est nécessaire pour cette tâche.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Sortie d'une journée en randonnée en forêt

Consignes d'organisation à l'école :

- Le matin même, la personne enseignante d'éducation physique et à la santé se rend dans la classe pour rejoindre la personne titulaire.
- La personne titulaire prend les présences.
- La personne enseignante nomme et montre les différents éléments à avoir dans le sac à dos (vérification) et demande que les élèves enlèvent les effets scolaires. (On ne sait jamais : un élève pourrait transporter son cahier de mathématiques ou autres dans son sac, ce qui ajouterait du poids superflu pour la randonnée.)
- Les personnes enseignantes vérifient si tous les élèves ont un lunch. (Il pourrait y avoir eu un oubli ou l'élève pourrait avoir réservé un repas à la cafétéria.)
- Les personnes enseignantes donnent les consignes d'usage pour le déplacement en autobus : volume adéquat; nécessité de rester assis tout le long, les jambes à l'intérieur des bancs; interdiction de manger.
- Les personnes enseignantes rappellent l'importance de respecter les principes 2 et 7 et présentent des vidéos. (Voir section « accueil » ci-dessus.)
- Les élèves se rendent aux toilettes.
- Tout le monde se déplace vers l'autobus ou vers les parents transporteurs.
- Si le transport est assuré par les parents, il faut leur faire remplir au préalable le document des antécédents judiciaires, déterminer quels élèves seront transportés par quel parent-accompagnateur/parent-transporteur, leur remettre un plan de la route à suivre pour aller à l'endroit de la randonnée sur lequel on retrouvera le numéro de téléphone de la personne enseignante responsable si jamais il ou elle s'égare.

Arrivée sur les lieux de la randonnée :

- Les élèves débarquent de l'autobus, et la personne enseignante s'assure que tous les élèves ont leur matériel (aucun oubli dans l'autobus).
- Les élèves ajustent leur sac à dos.
- La personne enseignante responsable note le numéro de téléphone du chauffeur d'autobus afin de pouvoir le contacter si jamais le groupe doit revenir plus tôt.
- Quand le transport est assuré par les parents, la personne enseignante doit vérifier si tous les parents sont arrivés sur les lieux de la randonnée.



- La personne enseignante effectue un petit rappel du code d'éthique du randonneur aux élèves (annexe V : https://www.fondationsanteglobale.com/fr/ressources-outils-plein-air.htm?ssid=8i6h9vegndgpxly&ssname=code_d_ethique_du_randonneur_sante_globale.pdf).
- Le groupe se dirige vers le sentier.
- Il y aura un chef de file, soit l'adulte qui est devant et que l'on ne doit pas dépasser; et un serre-file qui s'assurera qu'aucun élève n'est derrière lui.

Durant la randonnée :

- Prévoir des pauses pour l'hydratation (prendre une petite gorgée d'eau toutes les 20 minutes si la température est très chaude).
- Faire de petites pauses régulièrement pour :
 - tester le moral des troupes;
 - mesurer le niveau d'énergie;
 - encourager les élèves à exprimer dans leurs mots l'importance de doser leurs efforts physiques en fonction de l'activité.

Il est important que la personne enseignante fasse une randonnée de reconnaissance afin d'établir au préalable les meilleurs endroits où faire les pauses-collation et la pause-dîner, ainsi que les meilleurs endroits où uriner ou autre.

Pause-dîner :

- Trouver un endroit propice pour le dîner en ayant toujours en tête les principes *Sans Trace* et la sécurité des élèves.
- Durant la pause du dîner, poser des questions aux élèves. *Qu'ont-ils remarqué lors de la randonnée? Ont-ils trouvé des traces d'êtres vivants?*

Descente :

- Après la pause du dîner, retourner vers le point de départ de la randonnée.
- Prévoir assez de temps pour la descente. Celle-ci peut être plus longue en raison de la fatigue des élèves et/ou de l'état du sentier. (Gestion des risques)

Fin de la randonnée – retour vers l'école :

- Prendre les présences.
- Dans l'autobus, faire un retour avec les élèves sur l'activité. (Voir le 3^e temps pédagogique ci-dessous.)

Attentes au regard des règles de sécurité et des comportements éthiques :

- Assure-toi de respecter les principes *Sans trace* que nous avons appris aux 5 derniers cours (rester dans le sentier, ramener ses déchets, être silencieux, rester loin des animaux, ne pas ramasser de branches d'arbre ou autres, respecter les autres randonneurs en leur laissant de la place pour passer et en disant bonjour, etc.).
- Assure-toi aussi d'être bien positionné durant la randonnée. Si tu as besoin de plus de temps de repos lors des pauses, place-toi devant. De cette façon, lorsque le groupe arrêtera, tu pourras reprendre ton souffle et ton énergie avant de repartir.
- Lors des pauses, si tu as besoin d'uriner ou autre, tu dois suivre la règle. D'abord, tu dois laisser ton sac à dos dans le sentier; ensuite, tu dois avertir un adulte; puis enfin, tu dois aller derrière le serre-file (à quelques mètres seulement) et trouver un endroit propice.

QUESTIONS DE CLARIFICATION

- Que doit-on faire lorsqu'on rencontre des gens dans le sentier? Qui a priorité?
- Pourquoi est-il important de rester sur les surfaces durables (de ne pas sortir du sentier)?

CRITÈRES DE RÉUSSITE

2^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION

En lien avec l'intention pédagogique d'ordre environnemental :

- L'élève adopte un comportement éthique et responsable en milieu naturel, notamment :
 - en restant sur les surfaces durables (au centre du sentier, même boueux);
 - en respectant les autres randonneurs (silence, politesse, espace partagé);
 - en évitant de nuire à la biodiversité, en ne ramassant pas d'éléments naturels, en ne nourrissant pas les animaux et en rapportant tous ses déchets.
- L'élève participe aux discussions et aux retours réflexifs en cours ou en fin d'activité (p. ex. observations sur la nature, conscience de l'impact de ses gestes).

En lien avec l'intention en éducation physique (C2 et C3) :

- L'élève valorise le dépassement de soi en maintenant une attitude positive, persévérante et respectueuse, même en présence de fatigue ou de difficultés physiques.
- L'élève est capable d'exprimer dans ses mots l'importance de doser ses efforts, par exemple en choisissant sa position dans le groupe selon son niveau d'énergie ou en adaptant son rythme durant la marche.
- L'élève respecte les règles de sécurité données (garder sa place, signaler un besoin de pause ou d'uriner, rester avec le groupe, etc.).

DIFFICULTÉS ANTICIPÉES

- Manque de motivation
- Fatigue
- Non-respect des sentiers par certains élèves qui marchent 2 ou 3 de larges

VARIANTES

Plus facile :

- Ajuster le circuit (le raccourcir).

Plus difficile (pour les élèves ayant besoin de défis) :

- Trouver des traces d'animaux.

3^e TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION



10 minutes

**PRISE DE
CONSCIENCE DES
APPRENTISSAGES**

Évaluation du critère *Retour réflexif* :

Prendre un moment pour faire un retour oral sur la randonnée et remplir la section de retour sur le vécu du cahier de l'élève (annexe IV) au début du prochain cours.

Exemples de questions à poser à l'oral :

- As-tu été capable de mettre en pratique le principe que tu avais choisi sur ta feuille d'évaluation?
Quels ont été tes moyens pour réussir, pour y arriver?
- As-tu réussi à respecter d'autres principes Sans trace pendant la randonnée? Comment?

**RETOUR
SUR LE VÉCU**

Exemples de questions à poser à l'oral :

- Comment as-tu trouvé la randonnée?
- Quelle activité des 6 derniers cours as-tu préférée?

TRANSFERT

Exemples de questions à poser à l'oral :

- Maintenant que tu es un professionnel de la protection de la biodiversité des environnements naturels en plein air, quels gestes pourrais-tu aussi poser à la maison pour réduire l'impact des changements climatiques?
- Penses-tu que tes parents et tes frères/sœurs peuvent poser des gestes en plein air et à la maison pour protéger l'environnement aussi? Lesquels?

RÉFÉRENCES MÉDIAGRAPHIQUES

Biogenus. (s. d.). Zone profs. *Pourquoi éduquer à la biodiversité?*

<https://biogenus.ca/zone-profs>

Cistude Nature. (2016, 30 novembre). *Effets du changement climatique sur la biodiversité* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=cP5VoBuELI8>

Info ou Mytho? (2015, 18 mai). *C'est quoi, la biodiversité?* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=9oxr0yhC7cE>

Info ou Mytho? (2015, 18 mai). *C'est quoi, la couche d'ozone?* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=agc9qXt04A4>

Info ou Mytho? (2020, 15 mars). *Pourquoi faut-il réduire les déchets?* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=-MCf7WQINLc>

Jour de la Terre Canada. (2021, 7 avril). *Jour de la Terre 2021 : prenons soin de la planète* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=5nE9jjfGn8>

Kidaia. (2023, 18 avril). *Les conséquences alarmantes de la déforestation : les animaux de la forêt ont besoin de toi!* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=Hkv3pSse3XQ>

La Salamandre. (s. d.). *La biodiversité expliquée aux enfants.*

<https://www.salamandre.org/article/la-biodiversite-tu-connais>

OpenAI. (2025). *Images générées avec ChatGPT (version GPT-4o)* [Outil d'intelligence artificielle].

<https://chat.openai.com>

Sans trace Canada. (2022, 22 septembre). *Principe 1 : Se préparer et prévoir* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=wa3om46X2lk>

Sans trace Canada. (2022, 22 septembre). *Principe 2 : Utiliser les surfaces durables* [Vidéo].

YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=5thSR_dknA0

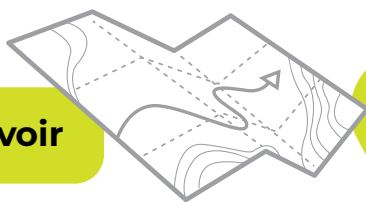
Sans trace Canada. (2022, 22 septembre). *Principe 3 : Gérer adéquatement les déchets* [Vidéo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=tfkRLmhg7BY>

- Sans trace Canada. (2022, 12 septembre). *Principe 4 : Laisser intact ce que l'on trouve* [Vidéo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=8fU69TM4CZA>
- Sans trace Canada. (2022, 22 septembre). *Principe 6 : Respecter la vie sauvage* [Vidéo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=B1zRz9z7Ro8>
- Sans trace Canada. (2022, 22 septembre). *Principe 7 : Respecter les autres visiteurs* [Vidéo]. YouTube.
https://www.youtube.com/watch?v=KRUEPgJa_wE
- Sans trace Canada. (s. d.). *Capsules vidéos – Apprendre avec Sans trace Canada*.
<https://sanstrace.ca/video-training-page>
- One Tree Planted. (2020, 28 mai). *Qu'est-ce que la déforestation?* [Vidéo]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=VJnnrpSDWPI>
- Université McGill et Réserve naturelle Gault. (s. d.). *Les 7 principes sans traces*.
<https://gault.mcgill.ca/workspace/uploads/fichiers/7-principes-sans-traces.pdf>
- Vélo Québec. (2021, 16 juin). *Guide pour effectuer la marche de repérage*.
<https://ulsat.qc.ca/wp-content/uploads/2016/07/Guide-pour-effectuer-la-marche-de-reperage.pdf>
- WWF France. (2019, 11 décembre). *Notre Planète : qu'est-ce que la biodiversité?* [Vidéo]. YouTube.
https://www.youtube.com/watch?v=ba_whVlIt8

ANNEXE I - AFFICHE 7 PRINCIPES SANS TRACES





Se préparer et prévoir

1

- Connaître les règles, droits d'accès, restrictions en vigueur et particularités du site;
- Se préparer aux intempéries, risques naturels et autres urgences;
- Planifier ses sorties en période de faible fréquentation;
- Diviser les grands groupes en petits groupes de 10 personnes maximum.

Utiliser les sentiers désignés

2

- Se déplacer sur les sentiers balisés;
- Marcher à la file au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé.

Gérer adéquatement les déchets

3

- Rapporter ce que l'on a apporté;
- Trier les matières résiduelles et les déchets dangereux;
- Ramasser les déchets sur votre chemin;
- Utiliser les infrastructures sanitaires à votre disposition.

Laisser intact ce que l'on trouve

4

- Laisser les pierres, les plantes et tous les autres objets naturels à leur place et dans leur état d'origine;
- Prévenir la propagation des espèces exotiques envahissantes en enlevant la boue et les débris accrochés aux chaussures, aux vêtements et au matériel.

Réduire le risque de feu

5

- Respecter l'interdiction de fumer et vapoter sur le site;
- S'abstenir de faire des feux sur tout le territoire de la Réserve naturelle Gault.

Respecter la vie sauvage

6

- Laisser le champ libre aux animaux et les observer à distance;
- S'abstenir de nourrir les animaux pour préserver leur santé et leur comportement;
- Éviter de déranger les animaux pendant les périodes de reproduction, de nidification et de croissance de leurs petits, ou durant l'hiver;
- Laisser son animal domestique en sécurité à la maison.

Respecter les autres visiteurs·euses

7

- Agir avec courtoisie. En sentier, céder le passage à ceux qui montent;
- Prendre les pauses sur des surfaces durables en bordure des sentiers;
- Éviter le bruit excessif et mettre des écouteurs;
- S'abstenir d'utiliser un drone sur le site;
- Sur les réseaux sociaux, publier des photos qui démontrent un bon comportement en milieux naturels.

ANNEXE II - MISES EN SITUATION (COURS 1)

Mises en situation pour les élèves. À imprimer 4x (ou selon le nombre d'équipe) et découper pour l'activité :

SITUATION 1

Par une belle journée du mois d'août, Jérémy et sa famille vont en randonnée à l'acropole des Draveurs pour la première fois. Les membres de la famille sont en forme et vont régulièrement monter des montagnes comme le mont Orford. Étant donné la température élevée, ils décident de limiter leur matériel et laissent leurs manteaux dans la voiture, se disant qu'ils seront revenus avant le coucher du soleil de toute manière.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 2

Magalie et Sophie vont faire du vélo de montagne à Bromont. Elles y vont plusieurs fois chaque été. Avant de partir, elles s'assurent toujours d'avoir la carte des sentiers avec elles et y notent le trajet qu'elles souhaitent emprunter.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 3

C'est le printemps, la neige est presque toute fondue et Francis a très hâte de recommencer la course en sentier. Il décide donc d'aller courir dans les sentiers du Mont-Bellevue. En courant, il réalise que le sentier est très mou et boueux. Il décide donc de les contourner et de prendre d'autres chemins non aménagés.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 4

Lors d'une longue randonnée de fin de semaine dans les montagnes blanches, Nathalie et Yvan décident de réserver un abri pour dormir à la place d'apporter leur tente.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 5

Lors d'une excursion en canot-camping de plusieurs jours, Samuel et Audrey décident de cuisiner leurs repas et collations qu'ils apporteront dans des contenants réutilisables et hermétiques (pour éviter le contact avec l'eau). Ils préparent des repas et collations en fonction de la durée de l'expédition.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 6

Dans le cadre d'une sortie scolaire, les élèves sont amenés à réaliser une course à obstacles en forêt. À la fin de l'événement, ils reçoivent d'un commanditaire local une pomme comme collation. Raphaël et Béatrice décident de jouer à celui ou celle qui lance son cœur de pomme le plus loin dans la forêt. Les deux amis savent bien qu'ils auraient pu le jeter dans le bac de compost, mais se disent qu'il se décomposera de toute manière.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 7

Durant ses vacances, Maeva s'aventure dans les sentiers du parc national du Fjord-du-Saguenay. Étant une amatrice de thé, elle connaît bien les plantes. Durant sa randonnée, elle aperçoit du thé des bois tout près du sentier. Elle est très excitée et décide de sortir du sentier pour aller en cueillir une petite quantité qu'elle rapportera chez elle.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 8

Pendant un voyage en Gaspésie, la famille de Mathis décide d'aller s'aventurer dans les sentiers du mont Albert. Une fois près du sommet, le père de Mathis aperçoit au loin des caribous. Il sort alors ses jumelles pour les observer à distance. Il explique ensuite à Mathis qu'il s'agit d'une espèce protégée et qu'il faut éviter de leur causer du stress.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 9

Lors d'une sortie en ski de fond, Émilie et Thomas sont épuisés et décident de ralentir. Toutefois, des fondeurs expérimentés se rapprochent d'eux avec rapidité. Les deux amis décident donc de se ranger en bordure de la piste pour les laisser passer. Rendus à côté d'eux, les fondeurs expérimentés expriment leur appréciation du geste par un remerciement et leur souhaitent une belle journée.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 10

Par une journée achalandée à la montagne, un groupe d'amis s'installe pour dîner près d'un point de vue populaire. Pour y mettre de l'ambiance, l'un des membres du groupe décide de faire jouer de la musique sur son haut-parleur portable. Ses amis sont bien heureux et le groupe commence à discuter plus fort pour être en mesure de s'entendre avec la musique.



PRINCIPE(S) : _____

SITUATION 1

Par une belle journée du mois d'août, Jérémy et sa famille vont en randonnée à l'acropole des Draveurs pour la première fois. Les membres de la famille sont en forme et vont régulièrement monter des montagnes comme le mont Orford. Étant donné la température élevée, ils décident de limiter leur matériel et laissent leurs manteaux dans la voiture, se disant qu'ils seront revenus avant le coucher du soleil de toute manière.

Type de réponse attendue : Pas d'accord.

- Le climat peut changer à tout moment.
- Difficile de prévoir certaines situations qui peuvent retarder une randonnée (blessures, malaises, désorientation, etc.)

Quel principe?

- Se préparer et prévoir.

SITUATION 2

Magalie et Sophie vont faire du vélo de montagne à Bromont. Elles y vont plusieurs fois chaque été. Avant de partir, elles s'assurent toujours d'avoir la carte des sentiers avec elles et y notent le trajet qu'elles souhaitent emprunter.

Type de réponse attendue : D'accord.

- Connaissance des sentiers empruntés et où elles sont rendues.
- Connaissance de la distance à parcourir.

Quel principe?

- Se préparer et prévoir.

SITUATION 3

C'est le printemps, la neige est presque toute fondue et Francis a très hâte de recommencer la course en sentier. Il décide donc d'aller courir dans les sentiers du Mont-Bellevue. En courant, il réalise que le sentier est très mou et boueux. Il décide donc de les contourner et de prendre d'autres chemins non aménagés.

Type de réponse attendue : Pas d'accord.

- Ils devraient attendre que les sentiers soient secs pour ne pas les endommager.
- Ils ne devraient pas créer d'autres sentiers et risquer d'endommager la végétation fragile.

Quel principe?

- Utiliser les surfaces durables.

SITUATION 4

Lors d'une longue randonnée de fin de semaine dans les montagnes blanches, Nathalie et Yvan décident de réserver un abri pour dormir à la place d'apporter leur tente.

Type de réponse attendue : D'accord.

- Ils sont plus légers pour marcher.
- Ils utilisent une surface durable qui limite leur empreinte.
- Ils sont prêts et s'assurent d'un endroit pour dormir.

Quel principe?

- Se préparer et prévoir.
- Utilisation de surfaces durables.

SITUATION 5

Lors d'une excursion en canot-camping de plusieurs jours, Samuel et Audrey décident de cuisiner leurs repas et collations qu'ils apporteront dans des contenants réutilisables et hermétiques (pour éviter le contact avec l'eau). Ils préparent des repas et collations en fonction de la durée de l'expédition.

Type de réponse attendue : D'accord.

- Impact écologique moindre (moins d'emballage et de déchets).
- Bonne préparation en fonction de la durée de l'excursion.

Quel principe?

- Se préparer et prévoir.
- Gérer adéquatement les déchets.

SITUATION 6

Dans le cadre d'une sortie scolaire, les élèves sont amenés à réaliser une course à obstacles en forêt. À la fin de l'événement, ils reçoivent d'un commanditaire local une pomme comme collation. Raphaël et Béatrice décident de jouer à celui ou celle qui lance son cœur de pomme le plus loin dans la forêt. Les deux amis savent bien qu'ils auraient pu le jeter dans le bac de compost, mais se disent qu'il se décomposera de toute manière.

Type de réponse attendue : Pas d'accord.

- Si tout le monde pense comme eux, il y aura des cœurs de pomme partout.
- La décomposition peut être plus lente.
- Il est préférable de rapporter ses déchets ou d'en disposer aux endroits prévus.
- Modifie le comportement des animaux et la possibilité de les mettre en danger (exposition et problèmes de santé).

Quel principe?

- Gestion des déchets.

SITUATION 7

Durant ses vacances, Maeva s'aventure dans les sentiers du parc national du Fjord-du-Saguenay. Étant une amatrice de thé, elle connaît bien les plantes. Durant sa randonnée, elle aperçoit du thé des bois tout près du sentier. Elle est très excitée et décide de sortir du sentier pour aller en cueillir une petite quantité qu'elle rapportera chez elle.

Type de réponse attendue : Pas d'accord.

- Il est préférable de laisser ce que l'on trouve à sa place et éviter d'altérer l'environnement.
- En sortant du sentier, elle peut endommager d'autres plantes fragiles.
- Si tout le monde collecte une petite quantité, celle-ci devient alors une grande quantité.

Quel principe?

- Laisser intact ce que l'on trouve.
- Utiliser des surfaces durables.

SITUATION 8

Pendant un voyage en Gaspésie, la famille de Mathis décide d'aller s'aventurer dans les sentiers du mont Albert. Une fois près du sommet, le père de Mathis aperçoit au loin des caribous. Il sort alors ses jumelles pour les observer à distance. Il explique ensuite à Mathis qu'il s'agit d'une espèce protégée et qu'il faut éviter de leur causer du stress.

Type de réponse attendue : D'accord.

- Les mouvements brusques et les bruits excessifs perturbent les animaux et peuvent leur causer du stress.
- En quittant les sentiers pour s'approcher, on peut endommager la végétation.

Quel principe?

- Respect de la vie sauvage.
- Utiliser les surfaces durables.

SITUATION 9

Lors d'une sortie en ski de fond, Émilie et Thomas sont épuisés et décident de ralentir. Toutefois, des fondeurs expérimentés se rapprochent d'eux avec rapidité. Les deux amis décident donc de se ranger en bordure de la piste pour les laisser passer. Rendus à côté d'eux, les fondeurs expérimentés expriment leur appréciation du geste par un remerciement et leur souhaitent une belle journée.

Type de réponse attendue : D'accord.

- En se rangeant sur le côté, les deux amis montrent du respect et de la courtoisie envers les autres usagers.
- Ce respect mutuel rend l'expérience agréable pour tout le monde.

Quel principe?

- Respect des autres usagers.

SITUATION 10

Par une journée achalandée à la montagne, un groupe d'amis s'installe pour dîner près d'un point de vue populaire. Pour y mettre de l'ambiance, l'un des membres du groupe décide de faire jouer de la musique sur son haut-parleur portatif. Ses amis sont bien heureux et le groupe commence à discuter plus fort pour être en mesure de s'entendre avec la musique.

Type de réponse attendue : Pas d'accord.

- Certaines personnes vont en nature pour la tranquillité et pour écouter les sons de la nature.
- Plus il y a de bruit, moins il y a de chance d'apercevoir des animaux qui préféreront s'enfuir.

Quel principe?

- Respect des autres usagers.
- Respect de la vie sauvage.

ANNEXE III - GUIDE DE REPÉRAGE EN RANDONNÉE URBAINE

(COURS 5)

NOMS :

GROUPE :

EST-CE QU'IL Y A SUFFISAMMENT D'ESPACE POUR MARCHER OU ROULER EN TOUTE SÉCURITÉ?

☐ OUI

☐ CERTAINS PROBLÈMES SE POSENT

- ☐ Trottoirs ou pistes cyclables en mauvais état.
- ☐ Trottoirs ou pistes cyclables encombrés de poteaux de signalisation, poubelles, etc.
- ☐ Absence de trottoirs, de sentiers, de pistes cyclables.
- ☐ Trop de circulation.
- ☐ Autres : _____.



LA TRAVERSÉE DES RUES EST-ELLE FACILE?

☐ OUI

☐ CERTAINS PROBLÈMES SE POSENT

- ☐ Rue trop large.
- ☐ Temps d'attente trop long au feu de circulation.
- ☐ Pas assez de temps alloué au feu de circulation.
- ☐ Manque de marquage au sol ou de signalisation.
- ☐ Vue restreinte à cause des véhicules stationnés ou autre.
- ☐ Absence d'inclinaison de descente pour les personnes handicapées et poussettes (trottoirs).
- ☐ Autres : _____.

LES CONDUCTEURS DE VÉHICULES ONT-ILS UN COMPORTEMENT ADÉQUAT?

☐ OUI

☐ CERTAINS PROBLÈMES SE POSENT

- ☐ Des conducteurs...
- ☐ Sortent de leur entrée, en marche arrière, sans regarder.
- ☐ Ne cèdent pas le passage aux piétons qui traversent la rue.
- ☐ Effectuent un virage sans tenir compte de la traversée des piétons.
- ☐ Conduisent trop rapidement.
- ☐ Accélèrent au feu jaune ou brûlent le feu rouge.
- ☐ Autres : _____

EST-CE QUE LA MARCHÉ EST AGRÉABLE?

☐ OUI

☐ CERTAINS PROBLÈMES SE POSENT

- ☐ Manque de verdure, d'arbres et de fleurs.
- ☐ Présence de chiens agressifs.
- ☐ Activités suspectes.
- ☐ Présence de déchets, de saletés.
- ☐ Autres : _____

EST-CE QU'IL Y A UN STATIONNEMENT À VÉLOS DISPONIBLE PROCHE DE L'ÉCOLE?

☐ OUI

☐ CERTAINS PROBLÈMES SE POSENT

- ☐ Absence de stationnement à vélo.
- ☐ Le stationnement à vélo est loin.
- ☐ Le stationnement à vélo est en mauvais état.
- ☐ Présence de déchets, de saletés.
- ☐ Autres : _____

ANNEXE IV - CARNET DE L'ÉLÈVE ÉVALUATION (COURS 5)

Lien vers le document PDF (à imprimer recto verso, faire le montage du carnet en pliant les feuilles au centre de façon que les numéros de pages soient dans l'ordre) : [Carnet de l'élève_SAE 3^e cycle primaire_Sans trace.pub](#)



**Mon environnement,
j'y tiens!**

Nom : _____

Groupe : _____

**Mon activité de
plein air préférée**



1

**Qu'est-ce que le
Sans trace pour toi ?**

Donne deux exemples :

1. _____

2. _____

2



**Les principes
*Sans trace***

3

Les 7 principes

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

4

Quel principe est-ce que je trouve le plus important pour ma randonnée d'une journée ?

Comment est-ce que je compte l'appliquer pendant la randonnée ?

6

Maintenant que je suis mieux informé des bons comportements à adopter en plein air pour protéger et respecter la biodiversité, est-ce que j'envisage de changer ou d'adopter certaines habitudes ? Explique ta réponse.



6

Je me questionne

Lors de la randonnée, est-ce que j'ai réussi à mettre en application mon principe *Sans trace* choisi ? Entoure le bonhomme qui représente le mieux ton niveau de réussite.



Penses-tu être capable de refaire ce geste dans ta vie personnelle (par exemple à la maison, au parc ou en sortie scolaire) ? Entoure le bonhomme qui représente le mieux ta réponse.



7

Selon toi, en quoi appliquer les principes Sans trace peut aider et protéger la nature et les animaux, ou même à ralentir les changements climatiques ? Donne un exemple si tu peux.

Il n'y peut-être pas de wifi dans la forêt. Mais il y a certainement une meilleure connexion!

8

Cuisiner ou acheter ?

5 bonnes raisons de cuisiner sa collation :

1. Possibilité d'acheter les aliments en vrac

En achetant en vrac, on réduit la quantité de déchet produit comparativement aux produits emballés individuellement comme la plupart des barres tendres achetées à l'épicerie.

2. Économie d'argent

En achetant des produits séparément, il est possible de faire de grandes économies et en avoir plus pour notre argent.

3. Contrôle sur le contenu

Cuisiner permet de s'assurer de la qualité des aliments, mais aussi des saveurs qu'on souhaite déguster.

4. Contrôle des portions

Cuisiner permet de choisir ses portions en fonction de ses habitudes alimentaires.

5. Réduire la quantité de déchets

En réduisant la quantité de déchets d'emballage produit, on réduit également la quantité de déchet qui risque de se retrouver en milieu naturel. On favorise donc l'utilisation de contenants réutilisables. **9**

Boules d'énergie

Par Caroline Savard (wooloo.ca)

Tu as besoin de :

- 1 tasse de gruau
- 1/2 tasse d'amande moulu
- 1/4 de graines de tournesol
- 1/2 tasse de framboises congelées
- 1/4 tasse de raisins secs Golden ou de dattes fraîches
- 2 c. à soupe de graines de chia
- 2 c. à soupe de chocolat blanc ou de noix de coco râpée

* Conserver au frigo

10

ANNEXE V - CODE D'ÉTHIQUE DU RANDONNEUR (COURS 6)



Avoir du plaisir



Gérer adéquatement les déchets et remportez ce que vous apportez. Ne pas laisser de déchets ou papier dans la nature.



Conserver un climat de groupe agréable, encourager, soutenir les personnes ayant plus de difficulté.



Laisser intact ce que l'on trouve. Ne pas briser les arbres, les branches ou autres végétaux.



Respecter les règles de circulation dans les sentiers (ne jamais dépasser le chef de file et brester devant le serre-file).



Respecter les autres usagers. Respecter le calme de la forêt, il est permis de chanter mais il n'est pas permis de crier sans raison par respect pour les autres randonneurs.



Utiliser les surfaces durables en demeurant en tout temps dans les sentiers.



Respecter la vie sauvage. Ne jamais nourrir les animaux.

ANNEXE VI - GRILLE D'ÉVALUATION

GROUPE :

COMPÉTENCE CIBLÉE : CD3 / LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

HABITUDE DE VIE CIBLÉE : ADOPTION DE COMPORTEMENTS ÉTHIQUES EN PLEIN AIR

GRILLE D'OBSERVATION

LÉGENDE

- ++** Très bien réussi
- +** Bien réussi
- +/-** Difficilement réussi
- Non réussi
- Avec aide (encercler)

NOM DE L'ÉLÈVE

COHÉRENCE DE PLANIFICATION

Élaboration de plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie

L'élève a identifié un principe Sans trace et un geste concret relié à ce principe qu'il mettra en application lors de la randonnée

L'élève est en mesure d'identifier au moins une habitude de vie en lien avec les principes Sans trace qu'il souhaite modifier dans sa vie personnelle

PERTINENCE DU RETOUR RÉFLEXIF

Évaluation de la démarche, du plan d'action et des résultats

L'élève est en mesure d'identifier l'efficacité de la mise en place du geste choisi lors de la randonnée

L'élève est capable d'expliquer le lien entre les principes Sans trace, les changements climatiques et la protection de la biodiversité

