



Vélo Québec

Dans le cadre du programme *À pied, à vélo, ville active*, Vélo Québec propose aux enseignants des outils pour réaliser une activité *Mon école à pied, à vélo* avec leur classe. Parmi ceux-ci, il y a l'activité **JUSQU'OU PEUVENT VOUS MENER VOS PAS ?** qui encourage les déplacements actifs en comptant les pas des élèves.

Jusqu'ou peuvent vous mener vos pas?

Description de l'activité

Chaque classe participante détermine une destination dans le monde où elle aimerait se rendre virtuellement. À l'aide de podomètres, le décompte du nombre de pas de tous les élèves de la classe est fait chaque jour et est comptabilisé jusqu'à l'atteinte du nombre de pas nécessaires pour se rendre à la destination choisie. Une échéance doit être fixée pour arriver à destination et la classe doit s'assurer de la respecter!

Clientèle visée

2^e et 3^e cycle du primaire.

Durée de l'activité

Variable selon la destination choisie.

Objectifs

- Inciter les élèves à marcher pour se rendre à l'école afin d'accumuler des pas.
- Utiliser des compétences en mathématiques dans un contexte concret.
- Permettre aux élèves d'atteindre collectivement un objectif fixé par l'ensemble de la classe.

Matériel requis

- Podomètres
 - Feuilles de papier ou grand carton.
 - Crayon.
-

Préparation

- Déterminez votre objectif en fonction du nombre d'élèves participants et de la durée du défi. Un enfant actif fait facilement 10 000 pas dans une journée. Selon la saison, vous pourriez décider de vous rendre au Pôle Nord ou encore à Walt Disney ou de faire l'ascension du Kilimandjaro!

Distance en partant de Montréal (1 km = 1 250 pas)	
Walt Disney (États-Unis)	4 337 km
Machu Picchu (Pérou)	9 359 km
Pôle Nord	9 568 km
Traverser le Canada de St. John's (NL) à Victoria (BC)	7 821 km
Le Sphinx (Égypte)	10 026 km
Tour Eiffel (France)	11 296 km
Madagascar	11 475 km
Taj Mahal (Inde)	15 003 km
La Lune	382 171 km

- Fixer un certain nombre de jours ou de semaines pour réussir le défi.
- Faites un grand tableau pour comptabiliser quotidiennement le nombre de pas ou encore dessinez une image représentant l'endroit à atteindre et affichez-le au mur de la classe.

Déroulement

Chaque élève doit porter un podomètre soit du levé au couché, soit lorsqu'il est à l'école. Chaque matin, à l'arrivée des élèves en classe, notez le nombre de pas de chaque enfant et inscrivez le total sur le tableau ou le dessin que vous aurez choisi pour illustrer l'objectif. Vous pourriez aussi décider de calculer le total des pas à la fin de la journée. Avec les élèves, suivez de près le trajet parcouru de jour en jour pour atteindre la destination convoitée.

Conseils

- Faites une compétition amicale entre les classes pour voir qui arrivera le premier à la destination choisie.
- Profitez-en pour faire une leçon de géographie sur la destination choisie.
- Faites de cette activité un exercice de mathématiques où les élèves devront trouver le nombre de pas à accumuler pour accomplir leur défi.