

COMPÉTENCES

Composantes du développement global de l'élève :

- Développer la créativité.

Compétences professionnelles mises de l'avant pour cette activité :

- Planification d'une activité à prédominance cognitive.

INTENTIONS ÉDUCATIVES

- À la fin de l'activité, l'élève aura travaillé sa relation avec les pairs en utilisant divers moyens de coopération.

GROUPE D'ÂGE

Multiâge.

DURÉE

45 minutes.

MATÉRIEL REQUIS

- Une copie par élève du coloriage « Mon moment *Rigol'eau* » (disponible à la fin de cette trousse).
- Crayons de couleur.

Avant la réalisation de l'activité

- Imprimer le coloriage « Mon moment *Rigol'eau* » pour chaque élève. Prévoir quelques copies supplémentaires, en cas de besoin.
- Pour vous préparer à répondre aux questions sur la saine hydratation, la lecture des courts outils suivants est suggérée :
 - **Boire à la source** (Extenso, 2016);
 - fiche pour les parents **Quelques idées pour boire plus d'eau** (Coalition Poids et AQGS, 2017) - disponible au soifdesante.ca/ecole.

IMPORTANT : pendant l'activité, si vous n'avez pas la réponse à une question, notez la question et cherchez la réponse à un autre moment, afin d'y revenir plus tard avec les élèves.



Rigol'eau est le personnage vedette du *Défi Tchîn-tchin*

Démarche

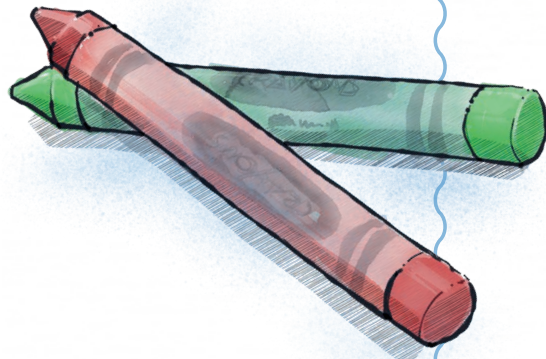
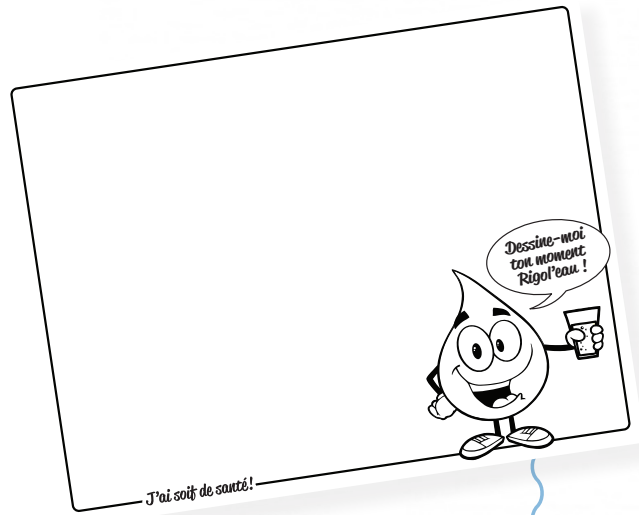
1. Lire à haute voix le texte « L'eau me fait du bien au quotidien! ».

L'eau me fait du bien au quotidien!

L'eau est la boisson préférée de ton corps. Il en a besoin pour réaliser les tâches qui te permettent d'être en vie, comme digérer les aliments ou conserver la bonne température. Boire de l'eau aide aussi ton cerveau à rester concentré en classe, ou quand tu fais tes devoirs. En plus, boire un bon verre d'eau calme la soif, rafraîchit et empêche d'avoir la bouche sèche. Bref, ça fait du bien!

Certains croient qu'il faut boire de l'eau seulement lorsqu'il fait chaud, ou lorsqu'on fait du sport, parce qu'on perd de la sueur par la transpiration.

Qu'en penses-tu? Y a-t-il d'autres moments où il est important de boire de l'eau ?



Démarche (suite)

2. Sur la feuille « Mon moment *Rigol'eau* », demander aux élèves de dessiner un moment où ils peuvent boire de l'eau.
3. Faire un retour sur les coloriages des élèves.
 - a. Les féliciter d'avoir trouvé de nombreux moments pour boire de l'eau.
 - b. Demander à chacun des élèves de montrer et expliquer son dessin au groupe.
 - c. Compléter les idées des élèves, en suggérant d'autres moments propices à la consommation d'eau. Questionner les élèves pour leur demander s'ils ont d'autres idées.

Par exemple :

- lorsque je fais mes devoirs;
- lorsque j'écoute mon professeur, en classe;
- lorsque je joue avec mes amis;
- avant et après une récréation;
- lorsque je patine à l'extérieur;
- lorsque je lis un livre;
- lorsque je vais marcher avec ma famille;
- lorsque je passe devant une fontaine d'eau;
- lorsqu'il fait chaud;
- l'hiver;
- lors des repas;
- entre les repas;
- à une fête d'amis;
- etc.

4. Conclure en indiquant que l'eau est le liquide que l'on doit boire le plus souvent dans la journée et qu'il faut en boire tous les jours.
5. Si possible, afficher les dessins dans le local jusqu'à la fin du **Défi Tchîn-tchin**. Les coloriages peuvent également être affichés près des fontaines d'eau pour augmenter leur attrait.

Variantes :

- Au lieu d'un dessin, réaliser un collage autour du personnage *Rigol'eau*.
- Après l'échange, suggérer aux élèves qui le désirent de produire un second dessin pour illustrer un autre contexte, qui n'a pas été représenté par le groupe.
- Pour les plus jeunes, remplacer les dessins par les coloriages illustrant différents contextes de consommation d'eau (disponibles à la fin de la trousse). Demander aux élèves de choisir le coloriage qu'ils préfèrent et réaliser la discussion en groupe lorsqu'ils ont complété leur œuvre.
- Réaliser une œuvre collective, qui représente plusieurs moments où les élèves peuvent boire de l'eau.

