



Défi 30 jours – Avril 2024

Défi 30 jours

Pour chaque journée en avril, faites 30 minutes d'activité ainsi qu'une des activités dans l'image. Après avoir complété l'activité, remplissez la boîte contenant l'exercice d'une couleur de ton choix.

Quand tu auras fait 30 jours de 30 min d'activités, prends une photo et envoie ton dessin colorié j.beaumont@lafsf.ca ou partage sur la page Facebook de la FSFA (<https://www.facebook.com/lafsf/>) avec les #FSFAdefi30, #jebouge

Si vous voulez participer au défi 30 jours et vous n'avez pas d'imprimante, voici comment faire :

1. Visiter le site de la Fédération du sport francophone de l'Alberta (<http://lafsf.ca>)
2. Sauvegarder l'image du défi 30 jours sur ton ordinateur en cliquant à droite sur ta souris (save image as / enregistrer image sous ou save as/ enregistrer sous)
3. Va sur internet chercher un programme de coloriage : <https://canvaspaint.org/#local:cc0370ac1a99> ou <https://jspaint.app/#local:459e158b8c6db8>
4. Quand ta page internet est ouverte va sur éditions et colle pour aller chercher ton image/document mon-défi-30-jours.JPG
5. Choisir à gauche avec quoi tu veux mettre de la couleur et en bas à gauche, la couleur.

Ressources en lien avec les activités proposées :

- Chaîne youtube de la FSFA : <https://www.youtube.com/user/LAFSFA1/videos>
- Boutique de la FSFA : <https://lafsf.ca/ressources/boutique/>
 - Jeu de carte des 7 chanceux et d'autres ressources qui encouragent à mener une vie saine de manière ludique.
- Wixx : <http://wixx.ca/activites>
- Bouge ! (Radio Canada) : <https://ici.radio-canada.ca/jeunesse/scolaire/emissions/7500/bouge/contenu/videos>
- EPS Canada : <https://eps-canada.ca/outils-pedagogiques>
- Petit bambou : <https://www.petitbambou.com/fr/landing/ecole>