

SEMAINE DES DÉFIS VIRTUELS DE LA FASSO

Du 16 au 20 mai 2022

Les défis virtuels de la FASSO sont de retour cette année! Ce printemps, nous avons préparé une semaine pleine de défis, en partenariat avec The Scoreboard Man. Le défi s'adresse aux classes d'éducation physique qui sont prêtes à relever des défis amusants et actifs. La classe gagnante remportera de superbes prix!

Marche à suivre

À la fin de la semaine, la classe doit publier sur TikTok une vidéo (une par classe) présentant un montage de cinq extraits des cinq défis exécutés pendant la semaine.

Défis de la semaine

Date	Défi
Lundi 16 mai	Balle bondissante Combien de fois peux-tu lancer une balle contre un mur et l'attraper en 60 secondes? Place-toi devant le mur et prends deux pas de recul. Utilise la balle de ton choix, que ce soit une balle de tennis ou un ballon de plus grandes dimensions si c'est plus facile pour toi. Si tu échappes la balle, reprends-la et recommence à partir du nombre de lancers où tu étais avant de l'échapper. <u>Rappel</u> : Utilise une minuterie, compte le nombre de fois où tu attrapes la balle, et prends une vidéo de la classe ou du groupe d'élèves!
Mardi 17 mai	Marche, course ou fauteuil roulant Ce défi se fait à la course, à la marche ou en fauteuil roulant. Le groupe peut relever le défi à son rythme, de préférence à l'extérieur pour profiter du grand air. L'enseignante ou l'enseignant pourra déterminer la distance à parcourir, par exemple sur la piste de course ou dans le quartier. <u>Rappel</u> : Prends une vidéo de la classe ou du groupe d'élèves!
Mercredi 18 mai	Lance, tape et attrape Combien de fois arrives-tu à lancer une balle, à taper des mains une fois pendant qu'elle est en vol et à l'attraper en 60 secondes? Tu dois lancer la balle au-dessus de ta tête. Si tu échappes la balle, reprends-la et recommence à partir du nombre de lancers où tu étais avant de l'échapper. <u>Rappel</u> : Utilise une minuterie, compte le nombre de fois où tu attrapes la balle, et prends une vidéo de la classe ou du groupe d'élèves!
Jeudi 19 mai	Lancers de frisbee Ultimate Combien de lancers consécutifs d'un frisbee Ultimate arrives-tu à faire avec un partenaire sans échapper le disque? Programme une minuterie de 2 à 5 minutes. Pendant ce temps, lance le frisbee avec ton partenaire. Les deux personnes doivent compter le nombre de lancers réussis dans leur tête. Si cela semble trop facile, essayez avec deux frisbees! <u>Rappel</u> : Utilise une minuterie, compte le nombre d'attrapés, et prends une vidéo de la classe ou du groupe d'élèves!
Vendredi 20 mai	Botté le plus long Quelle est la plus grande distance franchie par un ballon de rugby, de football ou de soccer? Entends-toi avec ton enseignante ou ton enseignant sur le type de ballon et le type de botté. Mesure la distance la plus longue franchie par le ballon. Tu pourrais demander à un élève de mesurer à partir de l'endroit où le ballon touche le sol (comme pour le lancer du poids) plutôt que de l'endroit où il s'arrête après avoir roulé. <u>Rappel</u> : Mesure la distance et prends une vidéo de la classe ou du groupe d'élèves! Ensuite, prépare la vidéo TikTok et publie-la!

Une semaine. Cinq défis. Un gagnant. #ALLONSY!

Responsabilités et détails importants

- Joue ton rôle de leader et fais la promotion du défi dans ton école. Encourage les autres élèves et les enseignants à y participer!
- Assure-toi que le défi est réalisé en toute sécurité et dans le respect des politiques du conseil scolaire sur la COVID-19.
- Détermine le moment où ta classe réalisera chaque défi quotidien (au début du cours, à la fin, etc.)
- Désigne une personne pour enregistrer les vidéos.
- Assure-toi que la classe a accès à un compte TikTok public pour publier la vidéo.
- Publie un seul TikTok pour la classe pour toute la semaine.

Sélection des gagnants

Les gagnants seront sélectionnés selon le nombre total de mentions « J'aime » (*likes*) de la vidéo sur TikTok. Partage le lien sur la page de ton école et sur toutes les plateformes de médias sociaux! Il faut identifier (*tag*) le compte @ofsaaofficial et utiliser le mot-clic officiel (voir à la page suivante). Le nom des gagnants et le nombre de mentions « J'aime » seront annoncés le **vendredi 3 juin 2022**. La classe gagnante recevra aussi une reconnaissance sur les comptes de médias sociaux de la FASSO. N'oublie pas que plus vite tu mets ta vidéo en ligne, plus elle pourra recevoir de mentions « J'aime ». Il vaut mieux préparer et publier le TikTok immédiatement après la fin de la semaine du défi, le vendredi 20 mai.

Trois grands prix seront décernés. Les élèves de ces trois classes ou groupes vont remporter le prix correspondant à leur rang. Les photos qui suivent sont des exemples de ces prix (les chandails ne seront pas nécessairement identiques à ceux-ci).

Premier prix

Coton ouaté kangourou de la FASSO et de The Scoreboard Man



Deuxième prix

Chandail à manches longues de la FASSO et de The Scoreboard Man



Troisième prix

T-shirt de la FASSO et de The Scoreboard Man



Exigences pour la vidéo sur TikTok

- Ajoute, sur chacun des cinq extraits vidéo, du texte indiquant le jour de la semaine (lundi, mardi, etc.) ou le nom du défi.
- Avant de publier la vidéo sur TikTok, indique l'information suivante dans la case de description de la vidéo (*Describe your video*) :
 - Nom de l'école secondaire ou du cours, ou cote du cours, et le mot-clic #OFSAAvirtualchallengeweek2022. Le mot-clic en français est #SemaineDéfisVirtuelsFASSO2022. Assure-toi d'utiliser au minimum le mot-clic anglais pour que le nombre de mentions « J'aime » soit calculé correctement.
- Pour que la vidéo soit admissible au concours, tu dois identifier (*tag*) le compte @ofsaaofficial et utiliser le mot-clic #OFSAAvirtualchallengeweek2022 (et #SemaineDéfisVirtuelsFASSO2022 si tu le souhaites).
- Publie la vidéo le plus tôt possible après le dernier défi, le 20 mai.
- Assure-toi que le compte TikTok que tu utilises est public. La FASSO pourra ainsi voir la publication.
- Tu peux publier la vidéo sur le compte de l'école, le compte de l'enseignante ou de l'enseignant, ou le compte d'un élève.
- Après avoir publié la vidéo, envoie un courriel à l'adresse nicole@ofsaa.on.ca. Indique le nom et le courriel de l'enseignante ou de l'enseignant responsable, ainsi que le nom de l'école et la cote de cours.

Mesures de sécurité:

La participation à des activités physiques ou sportives comprend des risques de blessure ou même de décès. Certaines blessures peuvent donner lieu à des frais médicaux, dentaires ou autres non couverts par les régimes provinciaux ou les régimes collectifs d'assurance maladie. Restez attentif à ce qui se passe autour de vous et exercez votre jugement. Diverses activités nécessitent un certain niveau de conditionnement physique et de santé physique, mentale ou émotionnelle. La capacité de participation à de telles activités varie d'une personne à l'autre. En acceptant de relever un défi, vous convenez que votre condition physique et votre santé sont assez bonnes pour participer à l'activité sportive en question et que vous comprenez et acceptez les risques inhérents à sa pratique.

Avant de relever un défi, veuillez lire les lignes directrices suivantes et accepter de vous y conformer:

- a. La supervision d'un parent, d'un tuteur ou d'un membre du personnel enseignant est requise lors de l'exécution d'un défi, à la maison ou à l'école.*
- b. Lisez les instructions applicables au défi à relever et respectez-les. Ne relevez pas le défi si les instructions ne sont pas claires pour vous.*
- c. Relevez seulement les défis qui correspondent à vos capacités.*
- d. Assurez-vous que les environs sont désencombrés, libres d'obstacles et d'une superficie adéquate pour la réalisation du défi.*
- e. Inspectez tout équipement avant de vous en servir. Utilisez-le de manière sécuritaire et en suivant les consignes du fabricant.*
- f. Conformez-vous aux politiques et aux procédures de l'école en matière de sécurité, d'activité physique et de prévention de la COVID-19.*
- g. Portez des chaussures et des vêtements appropriés, surveillez votre hydratation, et surtout, amusez-vous!*

L'enseignante ou l'enseignant responsable doit s'assurer que les élèves qui participent à la Semaine des défis virtuels de la FASSO ont fourni à l'école ou au conseil scolaire un consentement à la prise d'images ou de vidéos à des fins de publication dans les médias.