

CLUB PLEIN AIR L'IMPACT

Bob Cantin
Enseignant
École secondaire l'Impact

Alexandra Tavares-Lemay
Étudiante à la maîtrise, Département des sciences de l'activité physique
Université du Québec à Montréal



Les enseignants d'éducation physique et à la santé (EPS) sont constamment à la recherche de nouvelles activités physiques et de nouveaux moyens d'action qui motiveront leurs élèves. Depuis plusieurs années, les activités de plein air ont la cote auprès des enseignants d'EPS et de leurs élèves, car elles peuvent être moins compétitives et permettent le dépassement de soi. À l'École secondaire l'Impact dans la Commission scolaire des Affluents, un enseignant inspirant et pionnier en matière de programme de plein air a su trouver une formule gagnante qui répond aux besoins particuliers des élèves de son groupe. Ainsi, Bob Cantin assure la planification, le déroulement et la survie de ce programme depuis 1998.

Bob Cantin fait partie de ces profs heureux et passionnés. Enseignant d'EPS de formation, il est titulaire en adaptation scolaire d'un groupe d'élèves en formation préparatoire au travail depuis plusieurs années. Ces élèves sont princi-

palement des adolescents et adolescentes de 16 et 17 ans qui ont des difficultés langagières et d'apprentissage, qui présentent des déficiences intellectuelles légères, des troubles du spectre de l'autisme et des déficits de l'attention avec ou sans hyperactivité. Bob Cantin a fondé l'option « *Club Plein Air L'Impact* » en 1998 afin que les élèves découvrent les plaisirs de relever des défis autant à l'intérieur qu'à l'extérieur des murs de la classe. Ces élèves forment un seul groupe dont il est titulaire. Les différentes activités de plein air permettent aux élèves de prendre de l'assurance, augmenter leur confiance en eux ainsi que leur estime d'eux-mêmes.

Les élèves qui choisissent cette option ont la chance de participer à une vingtaine de sorties de plein air dont quatre couchers en refuge. Monsieur Cantin est accompagné tout au long de l'année par son collègue Michel Sévigny. La journée du jeudi est consacrée au programme du *Club Plein Air l'Impact*.

Les sorties qui se déroulent dans Lanaudière, les Laurentides, Laval et Montréal, permettent aux élèves de s'adonner à la randonnée, l'hébertisme, le canot, l'orientation... Les sorties en refuge, qui sont facultatives, débutent le mercredi à la fin des classes et se poursuivent toute la journée du jeudi. Les élèves effectuent des activités préparatoires aux sorties en utilisant la classe, d'autres locaux de l'école ou des lieux du quartier accessibles à pied. Lors des journées de préparation, les élèves apprennent des notions utiles aux prochaines sorties comme cuisiner sur des réchauds, utiliser des harnais d'escalade ou remplir les fonctions de chef de file et de serre file lors de randonnées pédestres. Puis, l'année scolaire se termine par une soirée de gala où les réussites des élèves sont soulignées avec la présentation d'un film.

Exemple de sorties :

- Initiation aux activités de plein air (Secteur 2 chutes de Rawdon)
- Canot-catamaran (Rivière des Mille Îles : Groupe plein air Terrebonne)
- Canot et rabaska (Rivière des Mille Îles : Sainte-Rose, Sainte-Thérèse)
- Rabaska et coucher en refuge (Gîte Wabenaki : Trois-Rivières)
- Évaluation nautique (Bois-des-Filion)
- Sortie Arbraska (Arbre en arbre à Rawdon)
- Initiation à l'escalade intérieure (Montréal)
- Randonnées pédestres d'automne (Terrebonne, Mascouche, Mirabel)
- Cuisiner en plein air (MRC des Moulins et OKA)
- Randonnées en raquettes (Ste-Béatrix, Chertsey, St-Côme)
- Couchers en refuge (Trois-Rivières, Val St-Côme, St-Adolphe d'Howard, Parc du Mont-Tremblant)
- Coucher dans une grotte (selon les années) (Outaouais)
- Rallye à La Cordée (Laval)
- Canot-camping sauvage (SEPAQ Tremblant)
- Imax 3D et Jet boat (Vieux port de Montréal)
- Évaluation finale plein air (les élèves organisent et planifient la sortie en canot, catamaran et rabaska avec repas (Sainte-Thérèse - Rosemère)

Les activités et les sorties ont toujours été gratuites pour les élèves. Afin de financer la totalité du programme, l'enseignant sollicite des commanditaires dont il souhaite souligner la grande générosité. La communauté soutient également le programme et les citoyens offrent régulièrement du matériel et des équipements neufs ou usagés de toutes sortes.

De plus, les notions de plein air et tous les apprentissages qui y sont reliés sont vus à l'intérieur des matières de géographie, d'autonomie et de préparation au monde du travail qui sont des matières que l'on retrouve dans le programme de formation préparatoire au travail 2e année.

Par le plein air, Bob Cantin enseigne des valeurs importantes aux élèves qu'il traduit ainsi :

- Ensemble nous sommes plus forts.
- L'entraide c'est un beau cadeau.
- On ne laisse personne derrière.
- En équipe nous allons plus loin.
- On s'adapte à la situation et on trouve des solutions.

Grâce à ces phrases, souvent répétées aux élèves, les bienfaits de ce programme se reflètent en classe, à la maison et lors des stages en milieu de travail des élèves. Ainsi, le programme de plein air contribue à l'amélioration du sentiment d'efficacité personnelle de ces élèves en leur faisant vivre des réussites, il améliore leurs habiletés sociales en leur offrant de nombreuses situations de coopération et d'affirmation de soi et contribue également à augmenter leur motivation scolaire, car il met en place des situations d'apprentissage concrètes faisant appel à la débrouillardise. Ces bienfaits ont été mentionnés par les élèves ainsi que par les enseignants et les techniciennes en éducation spécialisée qui travaillent avec eux (Tavares-Lemay, en rédaction).

En somme, le programme de plein air bâti par Bob Cantin, en collaboration avec son collègue et ami Michel Sévigny, est bénéfique pour les élèves à besoins particuliers et il se jumelle parfaitement au programme de formation préparatoire au travail. Une expérience à tenter dans votre école !

Tavares-Lemay, Alexandra (en rédaction). Perceptions d'élèves à besoins particuliers et de leurs intervenants en regard des effets d'un programme de plein air lors de cours d'éducation physique et à la santé, Mémoire de Maitrise, Université du Québec à Montréal.