



L'usage exclusif du masculin n'a pour but que d'alléger le texte.

## **ACTIVITÉS PHYSIQUES DANS LES ÉCOLES**

### **PRÉAMBULE**

Compte tenu du profil de sortie de l'élève, le Conseil scolaire catholique du Nouvel-Ontario promeut une démarche globale de la santé en milieu scolaire. Il adopte cette ligne de conduite dans le but de favoriser un bon état de santé chez tous les élèves. Les activités physiques favorisent la croissance et le développement ainsi que la capacité et la durée de concentration intellectuelle chez les élèves. De plus, elles améliorent le rendement en classe, la gestion du stress, le moral, le niveau d'énergie et la résistance à la maladie. Le Conseil, en partenariat avec les pourvoyeurs, les parents, les syndicats et les membres du personnel s'engage, selon la Note politique/programmes n° 138, à ce que tous les élèves du palier élémentaire fassent vingt minutes d'activités physiques quotidiennement.

#### **1. Activité physique**

L'activité physique se dit de toute activité soutenue, d'intensité modérée à vigoureuse, qui incite l'élève à participer régulièrement à une gamme de pratiques intéressantes dans le but de perfectionner ses habiletés motrices, d'améliorer sa condition physique et sa concentration ainsi que son rendement scolaire, tout en développant un mode de vie sain et actif.

#### **2. Activité physique quotidienne**

Conformément à la Note politique/programmes n° 138 « Activités physiques quotidiennes dans les écoles élémentaires de la 1<sup>re</sup> à la 8<sup>e</sup> année », le Conseil encourage la promotion de l'activité physique et du sport comme outil de développement individuel et social. En vue de faciliter et d'intensifier la pratique de l'activité physique et du sport chez les élèves, le Conseil entend assurer les modalités d'application suivantes :

##### **a) Au palier élémentaire**

- i) intégrer au curriculum un minimum de vingt minutes d'activité physique quotidienne, d'intensité modérée à vigoureuse, pour tous les élèves incluant les élèves ayant des besoins particuliers, en surplus de l'éducation physique déjà offerte;
- ii) l'activité physique quotidienne peut comprendre la marche, les jeux actifs, la danse, les sports aquatiques, les sports, le conditionnement physique et les activités récréatives;
- iii) favoriser la mise sur pied d'équipes sportives;
- iv) favoriser la mise sur pied de sports individuels.

b) Au palier secondaire

- i) encourager les élèves à s'inscrire à un cours d'éducation physique et de santé après la 9<sup>e</sup> année;
  - ii) favoriser la mise sur pied de sports individuels et d'équipe;
  - iii) encourager les élèves à se prendre en main en adoptant des habitudes de bien-être et en s'inscrivant à des programmes de conditionnement physique.
3. Le Conseil s'engage à fournir des suggestions pratiques dans le but de favoriser un bon état de santé chez tous les élèves.