

Éducation physique et santé 8

Les grandes idées

La participation quotidienne à différents types d'activités physiques a une incidence sur notre savoir-faire physique et sur nos objectifs de santé et de forme physique.

La pratique d'activités physiques toute la vie durant procure de nombreux bienfaits et est un élément essentiel d'un mode de vie sain.

Les choix sains contribuent à notre bien-être physique, affectif et mental.

Les relations saines peuvent nous aider à vivre une vie enrichissante et satisfaisante.

Favoriser la santé et le bien-être des autres nous permet de tisser des liens avec notre communauté.

Attentes

Je suis les directives

Je suis les règlements lors des activités

Je participe

Je fais de mon mieux

Je porte les vêtements et chaussures appropriés aux activités

Courriel : joelle.hache@yesnet.yk.ca