

Éducation Physique et Santé 7

alain.desrochers@yesnet.yk.ca

Éducation Physique et Santé 7 est conçu pour présenter aux élèves le concept d'activité physique comme une activité de toute une vie. En participant à Éducation Physique et Santé 7, les élèves seront initiés aux sports d'équipe, aux sports individuels et aux activités de loisirs qui peuvent être intégrés dans la vie quotidienne. Éducation Physique et Santé 7 exige que les élèves remplissent chaque mois un calendrier de vie active dans lequel ils doivent noter la quantité d'activité physique effectuée en dehors des cours. La majeure partie de l'évaluation sera basée sur l'auto-évaluation et l'évaluation par les pairs.

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.
- Le savoir-faire physique et la bonne forme nous aident à prendre plaisir à pratiquer des activités physiques et à vivre des réussites.
- Nous vivons de nombreux changements qui influencent la perception que nous avons de nous-mêmes et des autres.
- Les choix sains contribuent à notre bien-être physique, affectif et mental.
- Le fait de connaître les similarités et les différences entre les personnes et les groupes a une influence sur la santé de la communauté.

Attentes dans le gymnase:

- Arriver à l'heure.
- Une tenue de sport appropriée est requise, T-shirt, un sweat-shirt, un short ou un pantalon d'entraînement et des chaussures de course. Veuillez venir avec des vêtements de rechange et vous habiller en fonction de la météo.
- La nourriture, les jeans, les bottes, les cellulaires, les tablettes et les boissons énergisantes se sont pas permises.
- Les activités non sécurisées et non supervisées ne sont pas acceptables.
- Respecter les installations et les équipements.
- Utiliser un langage approprié.

Excuses médicales:

Si un élève est malade ou blessé, il doit apporter une note de ses parents ou de son tuteur au professeur d'éducation physique désigné. Si un élève doit être excusé pour une période plus ou moins longue, une note du médecin ou physiothérapeute est requise.

Activités :

Septembre	Volleyball de plage et salle, Soccer.
Octobre	Ultimate Frisbee, Flag-Football, Jeux coopératifs.
Novembre	Sports Arctiques, Conditionnement Physique, Handball.
Décembre	Danse & Basketball.
Janvier	Jeux variés & Hockey cosm.
Février	Ballon balais, badminton.
Mars	Raquette sur neige, Tchoukball.
Avril	Mini-Tennis, Tir à l'arc & Conditionnement Physique.
Mai	Athlétisme & Softball.
Juin	Orientation.

Système de pointage :

60% Participation (auto-évaluation) & Calendrier de vie active

20% Savoir-faire physique (dév. des habilités)

10% Bien-être mental

10% Santé sociale et communautaire

Niveau de compétences :

AP	4	Approfondie
MA	3	Maitrisé
VA	2	En voie d'acquisition
ÉM	1	Émergente