

## INFORMATIONS SUR LE PROGRAMME SANTÉ GLOBALE 22-23

### Le temps d'enseignement d'éducation physique et de danse par cycle de 5 jours

- ☒ Maternelle : 2 x 30 minutes par cycle de 10 jours
- ☒ 1<sup>re</sup> à 6<sup>e</sup> année: **Éducation physique** : 5 cours de 60 minutes sur un cycle de 10 jours
- ☒ **Danse** : 2 cours de 60 minutes sur un cycle de 10 jours

### Les cours des volets santé

Les enseignants aborderont en classe différents volets tels que :

- ☒ Corps humain
- ☒ Alimentation
- ☒ Gestion du stress
- ☒ Activités physiques et plein air
- ☒ Premiers soins et gestion des risques

### Tenue vestimentaire

- ☒ Le costume est obligatoire en éducation physique et en danse
- ☒ Espadrilles multisports à semelles non-marquantes (idéalement semelles blanches)
- ☒ Élastique pour les cheveux longs

L'élève doit fournir des efforts selon ses capacités à tous les cours d'éducation physique et de danse. Si votre enfant est blessé, un papier médical ou un billet signé devra être émis pour qu'il soit exempté du cours.

### Sorties en montagne

NIVEAUX	ENDROITS	DATES	ÉDUCATEUR PHYSIQUE RESPONSABLE
Préscolaire	Bois Beckett	Vendredi 23 septembre AM	M. Olivier
1 <sup>re</sup> année	Mont Bellevue	Vendredi 23 septembre AM	Mme Sylvie
2 <sup>e</sup> année	Sentier de la Colline et la Paroi du Lac Larouche	Mercredi 21 septembre	Mme Sylvie
3 <sup>e</sup> année + Mme Isabelle R.	Mont Pinnacle	Vendredi 16 septembre	M. Olivier
4 <sup>e</sup> année	Mont Chauve	Vendredi 16 septembre	Mme Sylvie
5 <sup>e</sup> année	Ruisseau des Chênes	Mercredi 5 octobre	Mme Sylvie
6 <sup>e</sup> année	Pic de l'ours (Sentier des Crêtes)	Mercredi 5 octobre	M. Olivier

Camps : 2 jours (fin juin)

6<sup>e</sup> année : Mont Mégantic avec 1 coucher

Cours hors école

Note : Ces cours font partie du programme d'éducation physique et à la santé et sont donc obligatoires.

Niveau	Activité	Endroit	Dates
Maternelles	Natation	Université de Sherbrooke	
	Arts-martiaux	À Brébeuf	
1 <sup>re</sup> année	Cours de patin	Aréna à déterminer	Novembre et décembre
	Cours de natation	Université de Sherbrooke	
2 <sup>e</sup> année	Cours de natation	Université de Sherbrooke	
	-Le module parkour ou Club de gymnastique Shergym	Rue Denault Rue du Cegep	Juin
3 <sup>e</sup> année + classe Mme Isabelle R.	Vélo-expert	Cour extérieure (1X PM) et piste cyclable (1 X AM)	Mai -Juin
	Ski de fond – raquette, patinage, glissade	Base plein air André-Nadeau	Février
4 <sup>e</sup> année	Activité nautique et orientation avec boussole	Parc Blanchard	Mai-juin
	Ski de fond – raquette, patinage	Base plein air André-Nadeau	Fin Février
5 <sup>e</sup> année	Ski de fond (1 jour)	Mont Orford	Janvier ou février
	Activité RSEQ (4 sport différents)	Plateau extérieur école Montcalm	Mi -juin
6 <sup>e</sup> année	Ski alpin (1 jour)	Ski alpin	Janvier ou février
	Activité RSEQ (4 sport différents)	Plateau extérieur école Montcalm	Mi-Juin

N.B Une feuille sera envoyée à la maison pour vous informer des détails concernant les activités.

Autre activité d'école

☒ Fête dansante (juin)

☒ Carnaval (février)

☒ Tombola ( juin)

### Manifestations sportives

Certains élèves sélectionnés participeront à des manifestations sportives organisées par les éducateurs physiques du primaire de la commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke.

Cross-Country	4 <sup>e</sup> , 5 <sup>e</sup> et 6 <sup>e</sup> année	Le lundi 19 septembre AM (pédagogique) Reprise le lundi 3 octobre (pédagogique)
Mini-Basket	5 <sup>e</sup> et 6 <sup>e</sup> année	Le vendredi 25 novembre AM ou PM (pédagogique)
Triathlon des neiges	3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> année	Le vendredi 20 janvier
Mini-tennis	3 <sup>e</sup> année	Le lundi 24 avril (pédagogique)
Athlétisme	5 <sup>e</sup> et 6 <sup>e</sup> année	Le lundi 29 mai (Date de reprise le vendredi 9 juin)

### Pour nous rejoindre

Mme Sylvie Routhier enseignante en éducation physique et à la santé [routhiers@cssrs.gouv.qc.ca](mailto:routhiers@cssrs.gouv.qc.ca)  
M. Olivier Ouellette , enseignant en éducation physique et à la santé [ouelletteo@cssrs.gouv.qc.ca](mailto:ouelletteo@cssrs.gouv.qc.ca)  
Bureau des éducateurs physiques : Tel. : 819-822-5644 : Poste 33866