



LA SANTÉ AU CŒUR DE LA RÉUSSITE

LE BUT DU PROGRAMME

Inculquer aux élèves, sans discrimination sociale, de saines habitudes de vie, au quotidien, pour ainsi tendre vers l'équilibre: un esprit sain dans un corps sain.

LES OBJECTIFS DU PROGRAMME

Sensibiliser les jeunes aux bienfaits physiques et psychologiques de l'activité physique en:

- Privilégiant la non-sédentarité / Augmentant la condition physique
- Encourageant le sens de l'effort / Favorisant l'estime de soi
- Facilitant le rendement scolaire / Suscitant la motivation
- Développant de saines habitudes de vie au quotidien
- Améliorant les valeurs socio-affectives / Exploitant les notions de plaisir et de satisfaction

Bref, ce programme se veut une **réponse** au taux élevé de décrochage scolaire, principalement chez les jeunes garçons, une **solution** pour favoriser le développement des habiletés sociales de plus en plus prisées par les employeurs, une **avenue** préventive face aux différents problèmes de santé.

LE PROGRAMME SANTÉ GLOBALE DE LA MAISONNÉE



1) Cinq périodes d'éducation physique par cycle de 10 jours.

Nos enfants du primaire de l'école de la Maisonnée reçoivent l'équivalent de 300 minutes par cycle de 10 jours.

2) Deux cours hors-école (cours en dehors du gymnase) par année.



Maternelle :

1^{ère} année :

2^e année :

3^e année :

4^e année :

5^e année :

6^e année :

natation

soccer

patin

tennis

canoë

ultimate

vélo

patin

natation

soccer

vélo

vélo

ski alpin

ultimate



3) Randonnées pédestres :

Pour l'accueil, nous organisons une grande marche santé. De plus, chaque degré fait une randonnée qui permet aux enfants de découvrir notre région et plus encore !

Maternelle :	Bois Beckett
1 ^{ère} année :	Mont Bellevue
2 ^e année :	Mont Pinnacle
3 ^e année :	Mont Chauve
4 ^e année :	Mont Ham
5 ^e année :	Ruisseau des Chênes
6 ^e année :	Mont Orford (Pic-de-l'Ours) Mont Mégantic (sortie fin d'année)



4. Éducation à la santé

Les enseignants avec le support des éducateurs physiques aborderont différents thèmes tels que:

- Le corps humain: muscles, os, cœur, respiration, digestion...
- L'alimentation: l'incidence d'une bonne alimentation sur le corps
- Les premiers soins: notions de premiers soins (fracture, brûlure, engelure,)
- La gestion du stress: conséquences du stress sur la santé physique et mentale, techniques de relaxation et de respiration.

5. Projet d'enrichissement

Manifestations sportives: cross-country, mini-basket, triathlon des Neiges, mini-tennis, athlétisme.

6. Projets intégrateurs

Le programme Santé Globale s'inscrit dans la même philosophie que la réforme proposée par le ministère de l'éducation parce qu'il sous-tend l'intégration de matières à l'intérieur de différents projets tout en visant le développement global de l'enfant.

7. L'aspect financier

Les cours hors-école sont financés par des activités de financement de la fondation. Chaque camp est financé par la contribution des parents, si la sortie suggérée est acceptée par 80% d'entre eux.

8. La Fondation Santé Globale de la CSRS

La Fondation est un organisme à but non lucratif qui:

- Accrédite les écoles ou les classes Santé Globale
- Coordonne les demandes et les actions adhérents au programme
- S'engage à promouvoir la philosophie du programme Santé Globale
- Soutient, par ses actions les différents acteurs du programme
- Centralise les demandes et les besoins en lien avec le programme