



Pour l'année scolaire 2015-2016

Chers parents,

Le programme d'éducation physique cherche à rendre les élèves actifs et conscients des gestes à poser pour être en forme et en santé. Ce texte étant facile à consulter sur le site du ministère, voici sur quoi je concentre mes interventions pour atteindre cet objectif.

Pour augmenter les chances d'être actif toute sa vie, il faut:

- ❖ y trouver du Plaisir;
- ❖ aimer explorer et découvrir un grande variété d'activités physiques;
- ❖ avoir le goût de recommencer;
- ❖ avoir confiance en soi et en les autres;
- ❖ se donner le droit à l'échec, le voir comme une façon d'apprendre;
- ❖ prendre des risques;
- ❖ se donner des défis réalisables et stimulants;
- ❖ être autonome et responsable de son développement;
- ❖ connaître, comprendre et contrôler son corps;

N'hésitez pas à prendre rendez-vous ou à m'aborder dans l'école pour discuter de tout sujet concernant l'éducation physique, la santé ou l'entraînement des jeunes athlètes ou des plus vieux...

Au plaisir de vous rencontrer,

Conrad Bouchard  
Enseignant en éducation physique