CENTRE SCOLAIRE
LÉO-RÉMILLARD

1095, chemin Sainte-Anne Winnipeg MB R2N 4G5
Téléphone : (204) 256-2831 Télécopieur : (204) 256-3848

septembre 2016

Madame, Monsieur,

La santé de nos élèves est une responsabilité que notre école et notre département d'Éducation physique et Éducation à la santé prennent très à cœur. Le fait de prendre part à des cours d'éducation physique et éducation à la santé 30F (ÉP-ÉS) et d'être physiquement actif peut avoir une incidence positive sur la santé et le bien-être des élèves. C'est pourquoi l'objectif recherché par notre département est d'habiliter votre enfant à adopter un mode de vie sain et actif en lui offrant les outils dont il a besoin pour y parvenir.

Le but de ce cours d'ÉP-ÉS est d'amener les parents, les élèves et les écoles à travailler ensemble pour :

- aider les jeunes à mieux prendre en main leur condition physique;
- promouvoir la découverte d'activités adaptées à leurs intérêts personnels;
- favoriser des modes de vie actifs qui persisteront au fil des années.

Dans le cadre de ce cours, votre enfant participera à des activités d'apprentissage dans les 5 modules :

- Module A : Stages d'activité physique
- Module B : Gestion de la condition physique;
- Module C : L'impact sociale du sport;
- Module D : La santé mentale et émotionnelle;
- Module E : La prévention de la consommation et de l'abus d'alcool ou d'autres substances.

Le module A nécessité que votre enfant planifie et consigne sa participation au stage d'activité physique HORS-classe et accumule ainsi au minimum 55 heures d'activité modéré ou vigoureuse. Vous trouverez la description détaillée du stage dans **le plan d'activité physique que votre enfant a préparé**.

Selon les activités physiques que votre enfant a choisies pour le volet HORS-classe de ce cours, nous avons intégré au plan des lignes directrices sur la sécurité pour vous informer et informer votre enfant des éléments ou normes de sécurité à prendre en considération dans le choix et la pratique d'activités physiques. L'intention n'est pas de limiter la participation de l'enfant à l'activité physique, mais plutôt de faciliter la démarche visant à cerner les risques inhérents ou potentiels et de recommander des stratégies et des pratiques sécuritaires permettant de gérer ces risques et de réduire au minimum les possibilité de blessure au cours de la participation

(suite)

Les stratégies de gestion de risques proposées sont considérées comme des normes minimales pour la pratique d'activités physiques dans un cadre organisé ou formel. Cependant, certaines de ces stratégies pourraient ne pas s'appliquer à toutes les situations (p. ex., activités physiques à la maison, de loisirs ou modifiées). De nombreuses variables doivent être prises en compte pour déterminer le niveau d'instruction ou de surveillance approprié à la participation de votre enfant aux activités physiques choisies, ainsi que pour établir des pratiques sécuritaires appropriées adaptées aux installations et à l'environnement, à l'équipement et aux vêtements et chaussures requis pour les activités. Parmi les considérations personnelles et autres à prendre en compte, citons le niveau de risque, l'état physique ou de santé, le degré d'habileté, l'expérience, l'accessibilité, l'intensité et le type d'activité (p. ex., activité compétitive, récréative, individuelle ou de groupe).

Votre participation est importante!

La réussite du cours Éducation physique et Éducation à la santé 11e année exige une communication soutenue et coordonnée entre vous et votre enfant ainsi qu'avec moi, le titulaire de ce cours. La première chose à faire consiste à prendre connaissance **du plan d'activité physique** en compagnie de votre enfant. Ensuite, si vous approuvez les objectifs énoncés, veuillez signer le **Formulaire de déclaration et de consentement** à l'intention des parents. Votre enfant devra aussi signer le Formulaire de déclaration à l'intention de l'élève. Une fois ces formulaires dûment signés, veuillez me les retourner dans les plus brefs délais.

Pendant toute la durée du cours, je rencontrerai votre enfant à des dates prédéterminées. Ces rencontres individuelles auront pour but de vérifier les progrès accomplis dans le cadre de son stage d'activité physique HORS-classe ainsi que de vérifier sa compréhension des sujets connexes abordés en classe.

Je vous invite donc à discuter avec votre enfant de ses progrès et à l'encourager à poursuivre ses objectifs et ses intérêts personnels en matière d'activité physique. Si vous avez des questions ou des préoccupations, n'hésitez pas à communiquer avec moi par téléphone (256-2831) ou par courriel debbie.ritchot@dsfm.mb.ca .

Veuillez agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes sentiments les meilleurs.

Debbie Ritchot
Spécialiste en éducation physique/coordonnatrice des sports
Centre scolaire Léo-Rémillard
204-256-2831
http//dritchot.weebly.com