

Programme quotidien d'activités physiques mis en place par le personnel enseignant de l'Écollectif en 2009, en collaboration avec la Faculté des sciences de l'activité physique de l'Université de Sherbrooke

OBJECTIF :
FAVORISER L'ÉMERGENCE DES FACTEURS PRÉDISPOSANT LES ÉLÈVES À LA RÉUSSITE SCOLAIRE.



D'activités physiques / jour
d'intensité modérée à élevée
intégrées à l'horaire scolaire



Animation
par les titulaires
de classe



Soutien de partenaires
externes/professionnels
spécialisés en
activités physiques



Types
d'activités
variés

JE CONTRIBUE
À MA RÉUSSITE
SCOLAIRE



Soutien et coordination
de l'enseignant.e en EPS

Utilisation optimale
de l'école et de
son environnement

PROJET JE BOUGE

Motrices

- Augmentation de la pratique régulière d'activités physiques
- Développement des habiletés motrices
- Amélioration de la condition physique
- Dépense énergétique avant le retour en classe

RETOMBÉES

Cognitives

- Élèves plus calmes et disposés aux apprentissages
- Augmentation de la concentration, de l'attention et de l'écoute
- Augmentation des comportements souhaités des élèves (gestion de classe facilitée)

Socioaffectives

- Favorise la socialisation des élèves avec les pairs
- Création ou approfondissement d'un lien affectif avec leur titulaire de classe

Pour en
savoir plus



Selon la littérature scientifique, la pratique d'une activité physique pendant la journée scolaire stimule les fonctions cognitives, comme l'attention et la mémoire, ce qui favorise l'apprentissage.¹

(1) Berrigan et al., 2022 Chu et al., 2019; Luan et al., 2022; Ogrodnik et al., 2020; Pontifex et al., 2015



1. Adhérer au projet et le valoriser
2. Soutenir financièrement le projet en utilisant notamment les mesures gouvernementales disponibles
3. Reconnaître l'implication des intervenant.es (libération et bonification de la tâche)
4. Représenter / soutenir le projet aux instances externes

Rôles du centre de services scolaire

1. Faire rayonner le projet à l'interne
2. Promouvoir le projet auprès des instances ministérielles et autres CSS
3. Faire preuve de flexibilité pour faciliter l'implication des acteurs du projet
4. Soutenir financièrement le projet