

CADRE POUR L'ACTIVITÉ **P H Y S I Q U E D A N S** les écoles de la Nouvelle-Écosse

VERSION 1





CRÉER DANS LES ÉCOLES UNE CULTURE AXÉE SUR LE MOUVEMENT

Les écoles jouent un rôle essentiel en ce qui concerne la santé et le bien-être des enfants et des jeunes. Il est important de tenir compte des conditions sous-jacentes qui contribuent à un accès inclusif et équitable à l'alimentation saine et à l'activité physique quotidienne. La réduction des comportements sédentaires et l'examen des déterminants sociaux de la santé entraînent des répercussions importantes sur le bien-être et le rendement.

QU'EST-CE QUE NOUS ESPÉRONS ACCOMPLIR?

Ce cadre s'inspire de l'approche de l'initiative des écoles-santé. Il doit créer les conditions pour permettre aux élèves de bouger davantage et de moins s'asseoir quand ils sont à l'école. On vise à offrir à tous les élèves des occasions équitables et inclusives d'atteindre leur plein potentiel en ce qui a trait à l'apprentissage, au développement et au bien-être. Tous les élèves auront des occasions d'augmenter leur niveau d'activité physique et de réduire leurs comportements sédentaires pendant la journée d'école.

1 DÉVELOPPEMENT DES POSSIBILITÉS DE MOUVEMENT ÉNERGÉTIQUE POUR TOUS LES ÉLÈVES :

Nous créerons les conditions au sein desquelles tous les élèves ont l'occasion de participer à un minimum de **30 minutes** de mouvement énergétique (activité physique modérée ou vigoureuse) chaque jour.

2 DÉVELOPPEMENT DES POSSIBILITÉS DE MOUVEMENT STRUCTURÉ ET NON STRUCTURÉ POUR TOUS LES ÉLÈVES :

Nous créerons les conditions au sein desquelles tous les élèves ont l'occasion de participer à un minimum de **30 minutes** de mouvement structuré et non structuré (activité physique légère) chaque jour.

3 RÉDUCTION DES LONGUES PÉRIODES DE COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES POUR TOUS LES ÉLÈVES :

Nous créerons les conditions nécessaires pour interrompre chaque jour les comportements sédentaires au minimum chaque **30 minutes** pour les élèves de niveaux élémentaires ou de la prématernelle et au minimum chaque **30 à 60 minutes** pour les élèves du premier et du deuxième cycle du secondaire.

4 DÉVELOPPEMENT DES POSSIBILITÉS POUR TOUS LES ÉLÈVES DE PASSER DU TEMPS EN PLEIN AIR LORS DES PÉRIODES D'ENSEIGNEMENT :

Nous aiderons tous les élèves à participer à des activités physiques en plein air pendant une période adaptée à leur niveau de développement chaque jour pour un minimum de **30 minutes** pour tous les niveaux scolaires, de la prématernelle à la 12^e année.

TABLEAU RÉCAPITULATIF : DOMAINES PRIORITAIRES ET OBJECTIFS

Communautés scolaires inclusives et actives sur le plan physique



- A. Assurer que tous les élèves et les communautés scolaires sont inclus dans les activités physiques, le mouvement et la réduction des comportements sédentaires.
- B. Susciter la participation de la communauté, des élèves, des familles et des équipes dans les écoles, y compris le personnel enseignant et les leaders pédagogiques, pour concevoir, mettre en vigueur et évaluer des politiques et des programmes pour encourager l'activité physique, le mouvement et la réduction des comportements sédentaires.

Mouvement lors de la journée d'école



- A. Créer des occasions pour les élèves de bouger davantage lors de leur apprentissage à l'intérieur dans toutes les matières et à tous les niveaux scolaires.
- B. Créer des occasions pour les élèves de bouger davantage lors de leur apprentissage en plein air dans toutes les matières et à tous les niveaux scolaires.
- C. Créer des occasions pour les élèves de bouger davantage en dehors du temps d'enseignement pendant la journée d'école.
- D. Assurer l'offre de soutien pour l'éducation physique.

Mouvement avant et après l'école



- A. Développer des occasions pour les élèves de bouger davantage grâce à un trajet actif à l'école.
- B. Offrir des activités parascolaires et des soins avant et après l'école qui priorisent davantage le mouvement.

Leadership, collaboration, capacité et responsabilisation



- A. Assurer qu'il y ait suffisamment de soutien entre secteurs, dans la communauté scolaire et au sein du système pour faciliter la mise en vigueur du cadre.
- B. Établir des relations de soutien au sein du système d'éducation et avec des partenaires d'autres domaines dans les secteurs gouvernementaux et non gouvernementaux afin d'obtenir de l'appui pour l'activité physique dans les écoles.
- C. Améliorer la gestion des données, les évaluations et les recherches au sujet de l'activité physique et des comportements sédentaires chez les élèves.

Politique sur l'éducation inclusive : Le cadre pour l'activité physique est conforme à la Politique sur l'éducation inclusive dans le sens où tous les élèves doivent avoir d'avoir leur place - d'être acceptés, d'être en sécurité et d'être reconnus à leur juste valeur - afin de pouvoir effectuer le meilleur apprentissage possible et connaître la réussite.

Apprendre avec Wskitqamu préconise des activités d'apprentissage authentiques afin de faire le lien entre le cœur, le corps, le cerveau et l'esprit et les dons que nous donne la terre (eau, plantes, médecine, nourriture, etc.) Le langage a changé, allant de « l'apprentissage axé sur la terre » à « l'apprentissage avec Wskitqamu » afin de refléter la langue d'harmonie mi'kmaw. Cette façon d'apprendre aide les élèves à développer leur relation avec Wskitqamu au fil du temps grâce à une fondation de compréhension et de respect. Cette façon d'apprendre favorise l'obligation et la responsabilité individuelle et collective envers l'harmonie et l'équilibre.

Programme de prématernelle : Quand les exigences du programme de prématernelle dépassent celles du présent cadre, elles ont priorité pour ce groupe d'âge.