

Éducation physique et Éducation à la santé – 3^e année : Ressources pédagogiques pour des modes de vie sains

L'élève acquiert des concepts et des habiletés pratiques personnelles et interpersonnelles favorisant son bien-être, des habitudes de vie saines et des relations interpersonnelles saines.

Ce tableau de *Ressources pédagogiques pour des modes de vie sains* est un instrument pour appuyer l'enseignement d'*ÉP-ÉS de la maternelle à la 12^e année : Programme d'études : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*. Il peut servir à identifier des ressources pédagogiques recommandées pour soutenir l'apprentissage lié aux modes de vie sains en 3^e année. Le tableau se divise selon les thèmes principaux du programme, soit les *grands domaines d'apprentissage* identifiés dans le nouveau *Planificateur d'ÉP-ÉS*. Les enseignants sont aussi invités à consulter le [Document de mise en œuvre d'ÉP-ÉS, 3^e année](#) qui contient des suggestions d'enseignement et d'évaluation pour chacun des résultats d'apprentissage spécifiques (RAS) du programme d'études.

Grands domaines d'apprentissage	Ressources
<p>Prise de décisions pour la santé et le bien-être <i>Utilisation des aptitudes de planification, de prise de décisions et de résolution de problèmes concernant la santé et le bien-être.</i></p>	
<p>Sécurité personnelle et des autres <i>Compréhension des mesures de sécurité et des responsabilités en lien avec les activités de la vie quotidienne et identification de stratégies pour éviter des situations dangereuses ou inappropriées pour soi-même et pour les autres.</i></p>	
<p>Développement mental affectif <i>Illustration de stratégies de gestion du stress à employer dans divers contextes.</i></p>	
<p>Habitudes de santé personnelles <i>Compréhension des pratiques quotidiennes de maintien de la santé personnelle.</i></p>	
<p>Nutrition <i>Compréhension des choix alimentaires et des obstacles à la santé et à la vie saine.</i></p>	
<p>Prévention de l'usage et de l'abus d'alcool ou d'autres drogues <i>Démonstration des habiletés d'évitement et d'affirmation de soi dans des situations qui pourraient être dangereuses impliquant des substances licites ou illicites.</i></p>	
<p>Sexualité (aucun RAS en 3^e et 4^e années)</p>	

Modes de vie actifs physiquement et sains pour tous les élèves.