### Éducation physique et Éducation à la santé – 3e 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 12e année : Programme d’études : Cadre manitobain des résultats d’apprentissage pour un mode de vie actif et sain*](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/index.html). Il peut servir à identifier des ressources pédagogiques recommandées pour soutenir l’apprentissage lié aux modes de vie sains en 3e 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, 3e année*](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/troisieme/index.html) 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** |
| **Prise de décisions pour la santé et le bien-être***Utilisation des aptitudes de planification, de prise de décisions et de résolution de problèmes concernant la santé et le bien-être.* |  |
| **Sécurité personnelle et des autres***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.* |  |
| **Développement mental affectif***Illustration de stratégies de gestion du stress à employer dans divers contextes.* |  |
| **Habitudes de santé personnelles***Compréhension des pratiques quotidiennes de maintien de la santé personnelle.* |  |
| **Nutrition***Compréhension des choix alimentaires et des obstacles à la santé et à la vie saine.* |  |
| **Prévention de l’usage et de l’abus d’alcool ou d'autres drogues***Démonstration des habiletés d’évitement et d’affirmation de soi dans des situations qui pourraient être dangereuses impliquant des substances licites ou illicites.* |  |
| **Sexualité (aucun RAS en 3e et 4e années)** |  |

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