

GRANDES IDÉES

La participation à des activités extérieures permet de développer des habiletés dans un environnement complexe et dynamique.

Passer du temps en plein air permet d'acquérir une compréhension du milieu naturel et de soi-même.

Participer de façon sécuritaire à des activités extérieures exige une bonne communication, un travail d'équipe et de la collaboration.

Normes d'apprentissage

Compétences disciplinaires	Contenu
<p><i>L'élève sera capable de :</i></p> <p>Habiletés dans des activités extérieures et mode de vie sain</p> <ul style="list-style-type: none"> Participer à une variété d'activités extérieures Développer et démontrer une variété de compétences pour des activités extérieures Contrôler les niveaux d'effort et d'énergie pendant les activités extérieures Surveiller les conditions environnementales pendant les activités extérieures Expliquer les considérations nutritionnelles et les autres exigences en matière de préparation en vue d'activités extérieures et de participation à ces activités Expliquer comment le fait de développer des habiletés dans des activités extérieures peut augmenter la confiance et inciter les gens à participer à des activités extérieures toute leur vie durant Comprendre ses points forts et ses points à améliorer <p>Responsabilité sociale</p> <ul style="list-style-type: none"> Planifier et mettre en œuvre des façons de réduire l'incidence potentielle des activités extérieures sur l'environnement immédiat Faire preuve de sensibilité à la culture et aux lieux où sont pratiquées des activités extérieures <p>Collaboration, travail d'équipe et sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> Collaborer avec les autres dans une variété d'activités extérieures Faire appel aux compétences en communication pertinentes dans ses interactions avec les autres Répondre de façon adéquate aux situations d'urgence qui surviennent durant les activités extérieures Assumer la responsabilité de sa sécurité personnelle et de celle des autres Évaluer et gérer les risques pendant différents types d'activités extérieures 	<p><i>L'élève connaîtra :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Bienfaits des activités extérieures sur la santé Connaissance des activités extérieures et compétences pour ces activités Préparation des activités extérieures Conditions environnementales Pratiques traditionnelles et connaissances écologiques des peuples autochtones en matière d'activités qui ont lieu dans l'environnement immédiat Rôle de la conscience et de l'intendance environnementales dans les activités récréatives de plein air et la conservation Stratégies d'adaptation et de réaction aux changements de conditions et aux situations d'urgence Compétences en premiers soins pour réagir lors de situations d'urgence Communication dans des situations d'urgence Gestion de la dynamique de groupe et des conflits en milieu extérieur