



L'activité physique avec mes jeunes... ...des jeunes actifs pour la vie!

Réfère-toi
au Guide TS

Au camp : du plaisir à chaque jour

9 36

Chaque jeune **bouge**



68 70

Les jeunes explorent plusieurs **habiletés motrices** de base



Pendant mes activités : chacun bouge

42

Je donne des **consignes courtes**

Je favorise les jeux sans **temps d'arrêt** et sans **élimination**

Je dynamise mes activités en **variant** les lieux,
le matériel, les consignes, etc.



Je fais découvrir de **nouvelles façons** de bouger

J'offre une **progression** dans mes activités

68 70

Sur le terrain : j'agis quand j'observe

Est-ce que chaque jeune :

- Est un peu/beaucoup **essoufflé** ?
- Est **motivé** par mon activité ?
- Apprend, découvre et développe différents mouvements ?
- A **confiance** en lui ?
- Fait un effort **musculaire** ?



418 648-6618

info@tremplinsante.ca

tremplinsante.ca



La formation Tremplin Santé est financée
par le Secrétariat à la Jeunesse

Secrétariat
à la jeunesse

Québec

