

Activités pour les parents/tuteurs à la soirée parents-enseignants

Activité

Ressource: Idées pour passer à l'action

Année(s): 1e 2e 3e 4e 5e 6e 7e 8e 9e 10e 11e 12e

Qu'est-ce que c'est ?

Les élèves animateurs et les membres de la communauté font participer les parents/tuteurs à une séance d'activité durant la soirée parents-enseignants afin de promouvoir l'activité physique et un mode de vie sain et actif.

Pourquoi le faire ?

Démontrer une partie du travail accompli pour promouvoir l'activité physique à l'école.

Comment s'y prendre ?

Les élèves animateurs animent une séance d'activité physique quotidienne (APQ) pour les parents/tuteurs durant une soirée parents-enseignants.

Les élèves animateurs choisissent une ou deux activités à partager et à promouvoir avant la soirée afin que les parents/tuteurs arrivent prêts à bouger.

Envisager de demander à des professionnels de la santé dans la communauté, au bureau de santé publique local ou aux parents/tuteurs d'animer d'autres activités physiques (p. ex. Zumba, yoga, match de hockey en salle improvisé).

De quoi avez-vous besoin ?

De l'équipement selon les activités choisies (p. ex. tapis de yoga, bâtons de hockey, balles)

Comment faire preuve de créativité ?

Demander aux élèves de démontrer leurs habiletés avant d'amener les parents/tuteurs à essayer une activité.

Enseigner aux parents/tuteurs l'importance de l'apprentissage des habiletés motrices fondamentales en tant que fondements de l'activité physique.