

PARCOURS SANTE

le parcours éducatif de santé vise à assurer l'éducation à la santé, la protection de la santé des élèves et la prévention des conduites à risques.

Liens éventuels avec d'autres parcours :

Avenir

citoyen

Artistique et culturel

Le parcours éducatif de santé prépare les élèves à prendre soin d'eux-mêmes et des autres, à devenir des citoyens responsables en matière de santé individuelle et collective.

LA SANTE, Qu'est-ce que c'est?



MOTS CLES

Bien – être
sérénité

épanouissement

Relations
harmonieuses
solidarité

Activité
physique

Relation à soi
estime de soi, confiance
en soi

Les ressources
physiologiques,
affectives.....

Hygiène de vie
Alimentation...

THEMES POSSIBLES (liste non exhaustive)

- Bienfaits de l'activité physique sur le corps
- Rôle de l'alimentation dans le sport
- Le dopage
- Hygiène de vie et activité physique

Exemple :

MANGER, BOUGER POUR MA SANTE

L'importance d'une alimentation variée et d'une activité physique régulière pour la santé et prévenir les pathologies liées au surpoids et à l'obésité

MEN SANA IN CORPORE SANO

Quel rôle va jouer l'activité physique et sportive sur notre équilibre psychologique

DOPAGE ET SPORT

Les dérives du sport et leurs conséquences sur la santé

A partir d'une expérience personnelle, annoncer une problématique en lien avec le sport et la santé .
(Quel est le rôle du sport sur mon quotidien, quelles sont les compétences développées au collège me permettant de mieux gérer ma vie physique adulte,)

