

« Bouger en classe pour mieux réussir ! »

Document élaboré par : Julie Bouchard et Jean-François Proulx



www.fondationmomentum.com

RESPECT • COLLABORATION • PASSION • INNOVATION • INCLUSION

École élémentaire publique Marie-Curie



Revel Academy
Ottawa



**École Montessori de l'Outaouais
Aylmer**



**École St-Jean-de-Brébeuf
Gatineau**



**Un vélo par classe pour
favoriser les saines
habitudes de vie et la
réussite scolaire !**

**Génial, je reçois un vélo
dans ma classe...**

Qu'est-ce
que je fais ?

En quoi
ça m'engage ?

Étapes du projet

1. Réception du vélo pour la classe
2. Participation à une session de formation d'une heure sur :
 - La mission de la Fondation Momentum;
 - Les objectifs de l'utilisation du vélo en salle de classe;
 - L'utilisation du vélo proprement dite;
 - Les bienfaits de l'activité physique sur la réussite des élèves et leur bien-être;
 - Les engagements de l'enseignant / intervenant quant au suivi sur les impacts (retombées) de l'utilisation d'un vélo par les élèves.
3. Accueillir des étudiants de l'Université d'Ottawa pour un atelier destiné aux élèves sur les bienfaits des saines habitudes de vie (dates à confirmer)
4. Utilisation des vélos
5. Suivi de l'utilisation des vélos et collaboration avec la Fondation Momentum Jeunesse
6. Partage de ressources et des recherches sur les bienfaits de vélos en salle de classe

La mission et les valeurs de La Fondation Momentum Jeunesse

VALEURS

Respect

Avoir le respect des gens est primordial dans l'atteinte de notre mission. Citoyens, collègues et enfants, tous ont droit au respect et à la dignité. Nous nous sommes engagés, dans le plus grand respect, à accompagner la jeunesse afin qu'elle atteigne un équilibre et un mieux-être.

Collaboration

Avoir une ouverture sur les idées et l'expertise de nos partenaires et être engagés auprès des jeunes, des familles, des écoles, des centres de la petite enfance et des communautés.

Passion

Avoir à cœur la santé et le bien-être des jeunes.

Innovation

Encourager la transformation des communautés afin que la jeunesse puisse adopter de saines habitudes de vies sans égard à son niveau socio-économique.

Inclusion

Avoir une ouverture sur la différence et un regard sur une jeunesse capable, compétente et remplie de son plein potentiel.



MISSION

Promouvoir la réalisation d'initiatives innovatrices qui assurent de saines habitudes de vie auprès de la jeunesse.

VISION

À la Fondation Momentum Jeunesse, notre première source de motivation est la santé et le bien-être de la jeunesse, ce qui se répercute dans toutes nos actions. Nous voulons être des leaders dans la promotion de saines habitudes de vie auprès d'elle.

Les bienfaits de l'utilisation du vélo en salle de classe

Valorise les enfants atteints de TDAH

- Meilleurs résultats scolaires

- Persévérance scolaire

- Une vie active augmente le bien-être et l'estime de soi

- Sentiment d'appartenance à sa communauté

- Une meilleure concentration et maîtrise de ses pensées

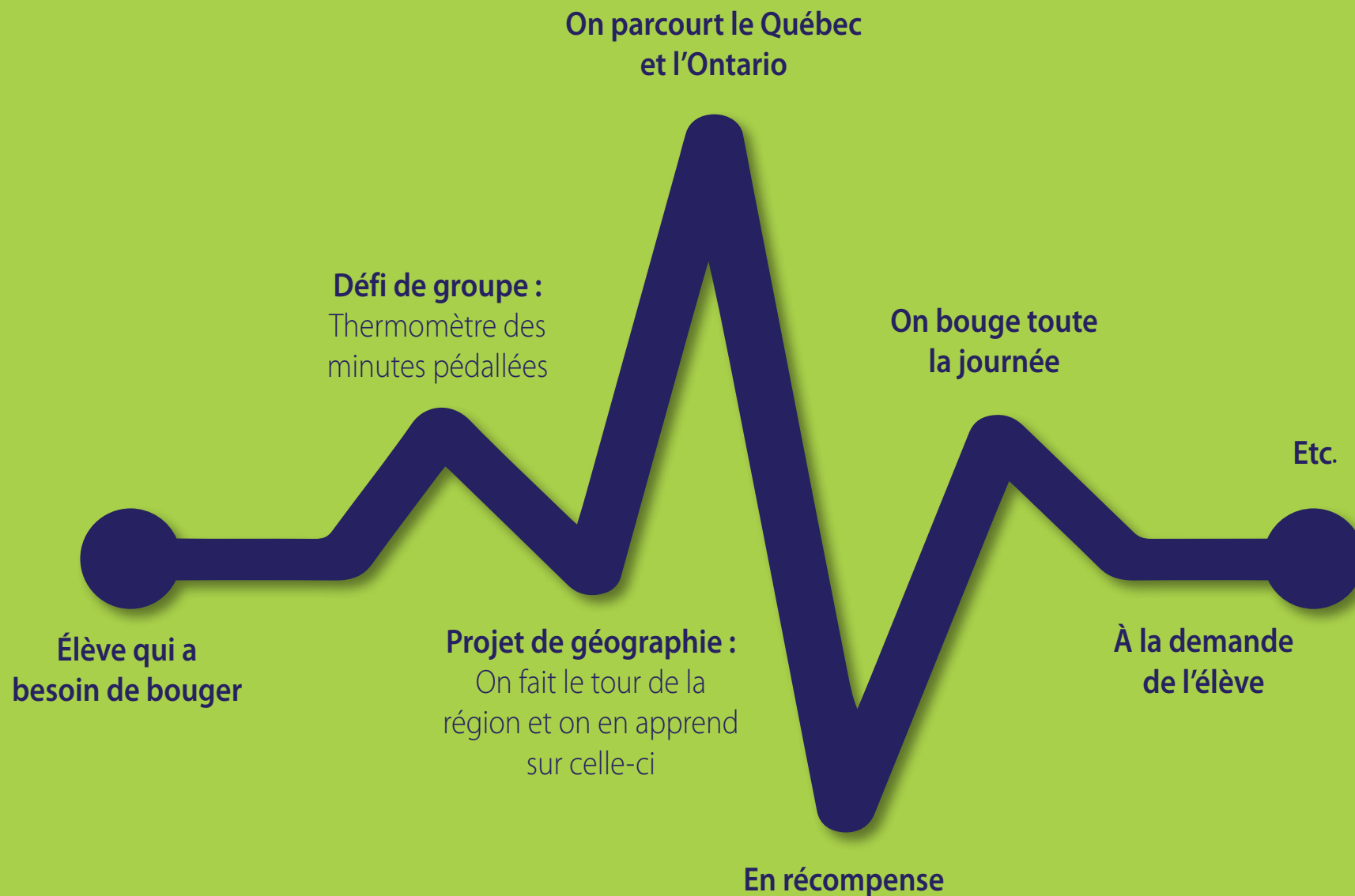
- Développe les saines habitudes de vie

- Permet aux enfants de développer leur autorégulation

- Vie active = prévention de la maladie



Comment utiliser le vélo en salle de classe ?



IMPORTANT : Ne jamais utiliser le vélo pour punir un élève

Les engagements de l'enseignant/intervenant quant au suivi sur les impacts (retombées) de l'utilisation d'un vélo par les élèves

Répondre à 3 questions sur les sujets suivants :

- Fréquence de l'utilisation
- Contexte d'utilisation
- Impacts sur la concentration et les résultats des élèves

Suggestion : lien sur le site WEB avec formulaire électronique

Le suivi doit se faire 1 fois par mois et est d'une durée maximum 5 minutes.

