

## LIENS INTERNET POUR FAIRE BOUGER LES ÉLÈVES

### [Pep ton jeu](#)

Une plateforme riche en inspiration et en partage de connaissances pour les enseignants, animateurs et coordo de camps, entraîneurs et personnel de services de garde

<https://communautepep.ca/pratiques/>

### [Force 4](#)

Force 4 est un programme de soutien aux écoles afin de leur offrir de l'équipement et des idées pour faire bouger les jeunes au moins une heure par jour.

<https://www.force4.tv/fr/>

### [BOKS](#)

### [100 degrés \(centdegres.ca/magazine\)](#)

Plusieurs articles intéressants dans la section magazine en lien avec l'activité physique, l'alimentation et la santé

### [Vifa \(vifamagazine.ca\)](#)

Articles en lien avec la vie familiale. Trois grands sujets: Bouger, Manger et Comprendre

### 150 idées de pauses actives

Documents PDF de 100 degrés donnant des idées de pauses actives dont la majorité se font à la maison.

<https://centdegres.ca/magazine/activite-physique/150-idees-dactivites-physiques-classe-eleves/>

### Just dance

La chaîne YouTube de Just dance propose des vidéos de danse

<https://www.youtube.com/user/justdancegame/featured>

### [Actif pour La Vie](#)

Il s'agit d'une initiative nationale créée dans le but d'aider les parents à donner un bon départ à leurs enfants en cultivant chez eux la littératie physique.

<https://activeforlife.com/fr/>

### Cours de yoga

à tous les jours, des cours nouveaux et gratuits, offerts par les professeurs. Découvrez les cours offerts ci dessous, et revenez régulièrement bouger et respirer avec nous, dans confort sécuritaire de votre maison.

<https://yoganamaste.ca/namaste-virtuel/videos/cours-gratuits-coronavirus/>