Imaginez avoir 50 applications sur votre téléphone

sans savoir comment les utiliser

Imaginez avoir la manette de jeu vidéo entre les mains

mais pas de téléviseur devant vous

Imaginez connaître les notes de musique

mais ignorer qu’en les mettant ensemble, on crée une mélodie

Imaginez avoir toutes les barres du wifi

mais aucune connexion

Si la connexion au mouvement est impossible.
La motivation est introuvable.



Si vous **pouvez**

- attraper
- sauter
- **courir**
- nager
- lancer

vous pourrez pratiquer

- le soccer
- le basket-ball
- le volley-ball
- l'athlétisme
- le squash
- le rugby
- le tennis



Si vous **pouvez**

- attraper
- sauter
- **lancer**
- nager
- courir

vous pourrez pratiquer

- le soccer
- le softball
- les quilles
- le baseball
- le goalball
- le football
- le rugby



Si vous **pouvez**

- lancer
- sauter
- **nager**
- attraper
- courir

vous pourrez pratiquer

- la natation
- le plongeon
- le water-polo
- la voile
- le surf
- le canoë-kayak
- la plongée autonome

Figure 14 : *Si vous pouvez, vous pourrez...*



"La littératie physique se définit par la motivation, la confiance, la compétences physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie"

(Déclaration de consensus canadien

La littératie physique

c'est…



…être

actif pour la vie

Le sport c'est pour la vie

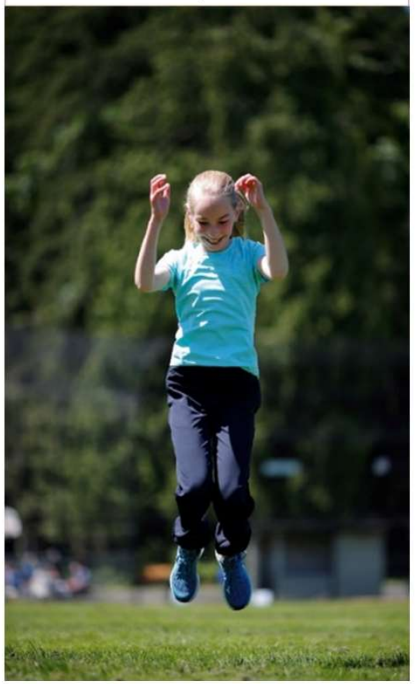
Habiletés de maîtrise du corps

Agilité
Équilibre
Coordination
Rapidité
Rythme
et plus



Habiletés locomotrices

Courir
Sauter
Nager
Glisser
Patiner
et plus



Habiletés de manipulation

Envoyer
Recevoir
Dribbler
Frapper
Botter
et plus



Multiples contextes

