



**Collège
Durocher
Saint-Lambert**

PLANIFICATION ANNUELLE 2020-2021

Nom et code du cours :

**Éducation physique et à la santé
043102**

Enseignants(es) :

Jonathan Hart et Raphaël Fiset

Description générale (objectifs du cours) :

Le programme d'éducation physique et à la santé s'inscrit dans une perspective de développement global de l'élève. S'il a notamment pour objectif de l'amener à accroître son efficacité motrice par la pratique régulière d'activités physiques, il vise également le développement d'habiletés psychosociales ainsi que l'acquisition de connaissances, de stratégies, d'attitudes et de comportements sécuritaires et éthiques nécessaires à une gestion judicieuse de sa santé et de son bien-être.

Le cours d'éducation physique et à la santé est un cours de 50 heures offert à raison de 2 cours par cycle de 9 jours. Les élèves auront environ 40 cours par année.

COMPÉTENCES ET RÉSULTATS AU BULLETIN

			1 ^{er} trimestre (20%)	2 ^e trimestre (20 %)	3 ^e trimestre (60 %)		
			Du 31 août au 13 novembre	Du 16 novembre au 12 février	Du 15 février au 22 juin		
Libellé au bulletin	Compétences disciplinaires	%	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Épreuve obligatoire MEES	
Éducation physique et à la santé	C1 : Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	100	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input checked="" type="checkbox"/> Non	Valeur : %
	C2 : Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques		<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input checked="" type="checkbox"/> Non	Valeur : %
	C3 : Adopter un mode de vie sain et actif		<input type="checkbox"/> Oui <input checked="" type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input checked="" type="checkbox"/> Non	<input checked="" type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input checked="" type="checkbox"/> Non	Valeur : %

Compétence transversale (3 ^e trimestre seulement)
<input type="checkbox"/> Organiser son travail
<input type="checkbox"/> Savoir communiquer
<input type="checkbox"/> Travailler en équipe
<input type="checkbox"/> Exercer son jugement critique
<input checked="" type="checkbox"/> N'est pas évaluée dans mon cours

INFORMATIONS RELATIVES AUX APPRENTISSAGES*

**Sujet à changement*

Note importante : Les éléments surlignés en jaune sont des contenus de consolidation. Ces contenus d'apprentissage ne seront pas évalués.

1 ^{ER} TRIMESTRE	
Contenu notionnel	Compétence évaluée
<p>Jeux collectifs: patate chaude et handball</p> <p>Développement des habiletés individuelles et collectives à travers une activité d'équipe. Exécuter diverses actions motrices en lien avec l'objet, le but collectif et l'adversaire.</p> <ul style="list-style-type: none">• Les actions de manipulation (le maniement, la projection et la réception d'objets)• Les principes de communication• Les actions de non-locomotion• Les principes d'action lors d'activités collectives en espace commun• La pratique sécuritaire d'activités physiques (la tenue vestimentaire, l'échauffement, persévérer)	C1 et C2
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

2^E TRIMESTRE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
<p>Tennis / Manipulation et défis individuels</p> <p>Exécuter diverses actions motrices de coordination corporelle et de synchronisation main-œil-objet.</p> <ul style="list-style-type: none">• Les principes de coordination et de synchronisation• Les actions de manipulation	C1
<p>Tennis / Évaluation en jeu</p> <p>Exécuter diverses actions motrices en activité de duel. Participer aux matchs. Travailler son déplacement vers l'objet ainsi que sa variété de coups.</p> <ul style="list-style-type: none">• Les principes de coordination et de synchronisation• Les principes d'action lors d'activités de duel	C2
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

3^E TRIMESTRE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
<p>Gymnastique</p> <p>Exécution d'un parcours individuel d'habiletés motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les principes d'équilibration statique • Les actions de locomotion • Les actions de non-locomotion 	C1
<p>Acrogym</p> <p>Coopérer et participer à l'élaboration et l'exécution d'une série de figures d'acrogym.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les principes de coordination et de synchronisation • Les principes d'action lors d'activités de coopération <p>Kinball</p> <p>Coopérer et participer à l'élaboration d'un plan d'action en lien avec un jeu collectif sur terrain commun.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les principes de communication • Les rôles à jouer • Les actions de manipulation • Les principes d'action lors d'activités de coopération 	C2
<p>Course à pied</p> <p>Faire un effort cardio-vasculaire d'une durée de 12 minutes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les déterminants de la condition physique associés à la pratique d'activités physiques (l'endurance cardiovasculaire) • La pratique régulière d'activités physiques (le dosage de l'effort, les périodes de récupération) • Les déplacements dans les activités cycliques 	C3

POLITIQUE RELATIVE À LA QUALITÉ DE LA LANGUE FRANÇAISE

Selon la *Politique d'évaluation des apprentissages* du Collège Durocher Saint-Lambert (2011), le français écrit est pris en compte dans toutes les évaluations (travaux, test de connaissances, SE, etc.). Une pénalité ou une bonification allant de 5 à 10 % est appliquée et est indiquée sur la copie de l'élève.

INTÉGRATION DES TECHNOLOGIES

Que ce soit dans le cadre de l'orientation 1pour1 (2^e à 5^e secondaire) ou par l'utilisation des ressources informatiques en 1^{re} secondaire, voici comment les technologies de l'information et des communications (TIC) seront mobilisées dans le cadre du cours.

<input checked="" type="checkbox"/> Cours Moodle <i>Moodle est une plateforme Web pour les enseignants pour déposer du contenu (ressources, documents, corrigés) pour les élèves. Les élèves peuvent aussi y déposer des devoirs et des travaux.</i>	→	Titre du cours Moodle par enseignant: Éducation physique et à la santé 1 Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Utilisation d'un cahier ou manuel numérique	→	Manuel pédagogique : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Utilisation de logiciels spécialisés pour la discipline (Ex. : Géogebra, Google Earth, LoggerPro, Flocabulary, etc.)	→	Logiciels : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Blogue - Wordpress <i>Un blogue est une plateforme Web pour publier du contenu pour les élèves. Les élèves peuvent créer des articles et/ou ajouter des commentaires.</i>	→	Adresse du blogue : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Utilisation de périphérique(s) (Ex. : Imprimante 3D, découpeuse laser, thermomètre numérique, etc.)	→	À préciser : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Travaux multimédias (Ex. : production vidéo, audio, présentation, etc.)	→	À préciser : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
<input type="checkbox"/> Autre : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.		

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ATTENTES DE L'ENSEIGNANT

- Qu'il ait une ouverture à la pratique de différentes activités sportives.
- Qu'il donne le meilleur de lui-même à chaque cours.
- Qu'il cherche à améliorer ses habiletés.
- Qu'il cherche à développer un bon esprit sportif.
- Qu'il ait une attitude sécuritaire.
- Qu'il respecte les autres

MESURES D'APPUI

Récupération

Précision (moment/période) : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Consultation

Précision (moment/période) : Sur l'heure du midi, si nécessaire.

RÔLE DES PARENTS

- Inciter votre jeune à une pratique régulière d'activités physiques.
- Planifier avec votre jeune des dîners santé et voir à ce qu'il déjeune tous les matins.
- Vous informer régulièrement sur ce qu'il fait en éducation physique.
- Le suivre de près dans l'élaboration des projets.
- L'encourager et participer avec lui aux différents projets.

CONTENU INTÉGRÉ

Parcours MÉTHOTIC

De la 1^{re} à la 5^e secondaire, le parcours scolaire de l'élève est bonifié par l'intégration et le développement de compétences spécifiques liées à quatre domaines d'action essentiels à la poursuite d'études supérieures et au développement des citoyens de demain : la recherche efficace, l'organisation, la communication et l'intégration des technologies.



Le parcours MéthoTIC est hébergé sur Moodle : <https://moodle.cdsl.qc.ca/course/view.php?id=2051>

Nom de l'atelier	Projet de classe	Moment de l'atelier	Domaine(s) d'action
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	<input type="checkbox"/> Recherche efficace <input type="checkbox"/> Organisation <input type="checkbox"/> Communication <input type="checkbox"/> Intégration des technologies
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	<input type="checkbox"/> Recherche efficace <input type="checkbox"/> Organisation <input type="checkbox"/> Communication <input type="checkbox"/> Intégration des technologies

Éducation à la sexualité

Thématique	Intention éducative	Moment de l'atelier
Croissance sexuelle humaine et image corporelle	Amener l'élève à réfléchir sur les bénéfices d'une image corporelle positive.	Novembre
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Contenus en orientation scolaire et professionnelle (COSP)

Thématique	Intention éducative	Moment de l'atelier
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.
Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.	Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.