



**Collège
Durocher
Saint-Lambert**

PLANIFICATION ANNUELLE 2026-2027

Nom et code du cours :

Multisports

Enseignant(e)s :

Koumie Lamoureux
koumie.lamoureux@cdsl.qc.ca

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 efficience 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 pour un élève en profil multisports est un cours offert à raison de 6 cours par cycle de 9 jours.

COMPÉTENCES ET RÉSULTATS AU BULLETIN

			1 ^{ère} étape (20 %)	2 ^e étape (20 %)	3 ^e étape (60 %)		
			Du 30 août au 13 novembre 2026	Du 23 novembre 2026 au 10 février 2027	Du 15 février au 22 juin 2027		
Libellé au bulletin	Compétences disciplinaires	%	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Épreuve obligatoire MEES	
ÉPS	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques.		☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☐ Oui ☒ Non	Valeur : %
ÉPS	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques.		☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☐ Oui ☒ Non	Valeur : %
ÉPS	Adopter un mode de vie sain et actif.		☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☐ Oui ☒ Non	Valeur : %

	Compétence transversale
	☐ Organiser son travail ☐ Savoir communiquer ☐ Travailler en équipe ☐ Exercer son jugement critique ☒ N'est pas évaluée dans ce cours

INFORMATIONS RELATIVES AUX APPRENTISSAGES*

**Sujet à changement*

1 ^{ère} ÉTAPE	
Contenu notionnel	Compétence évaluée
Ultimate frisbee Capsules santé Sorties	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.
Basketball Capsules santé Sorties	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.

2^e ÉTAPE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
Acrogym Capsules santé Sorties	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.
Handball Capsules santé Sorties	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.

3^e ÉTAPE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
Corde à sauter Capsules santé Sorties	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.
Soccer Capsules santé Sorties	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.
Planification d'activités liées à la santé	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Adopter un mode de vie sain et actif.

Éducation à la sexualité

Thématique	Intention éducative	Moment de l'atelier

Contenus en orientation scolaire et professionnelle (COSP)

Thématique	Intention éducative	Moment de l'atelier
Préparation aux choix du 2 ^e cycle du secondaire	Anticiper ses choix au 2 ^e cycle en s'appuyant sur ses champs d'intérêt et sur ses aptitudes scolaires.	février