



**Collège
Durocher
Saint-Lambert**

PLANIFICATION ANNUELLE 2025-2026

Nom et code du cours :

Sport + 4^e secondaire, SPO444

Enseignant(e)s :

Marie-Laure Chaput

MI.chaput@cdsl.qc.ca

Description générale (objectifs du cours) :

- Développer les habiletés motrices
- Approfondir les connaissances tactiques et stratégiques
- Favoriser l'autonomie et l'engagement personnel
- Développer l'esprit d'équipe et le respect de l'autre
- Valoriser la santé et les saines habitudes de vie
- Découvrir différentes disciplines sportives

COMPÉTENCES ET RÉSULTATS AU BULLETIN

			1 ^{ère} étape (20 %)	2 ^e étape (20 %)	3 ^e étape (60 %)		
			Du 2 septembre au 14 novembre 2025	Du 24 novembre 2025 au 11 février 2026	Du 16 février au 23 juin 2026		
Libellé au bulletin	Compétences disciplinaires	%	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Note inscrite au bulletin?	Épreuve obligatoire MEES	
Sport +	C1 : Agir dans divers contextes de pratique d'activités sportives		☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☐ Oui ☒ Non	Valeur : %
	C2 : Interagir dans divers contextes de pratique d'activités sportives		☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☒ Oui ☐ Non	☐ Oui ☒ Non	Valeur : %
	C3 : S'implique de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique.		☒ 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
- Les principes de communication (émettre des messages clairs et adaptés à l'activité) - Les principes d'action lors d'activités collectives en espace commun (les principes d'action liés à l'objet, au partenaire, à l'adversaire et au territoire) - Les principes d'action lors d'activités de coopération (se placer ou se déplacer en fonction de son ou de ses coéquipiers et varier la force, la vitesse et la direction de ses mouvements en fonction des actions de ses coéquipiers) - Application des différents concepts du sport collectif dans un espace commun et enchaînements d'actions motrices afin de répondre à une situation problématique. - La pratique sécuritaire d'activités physiques et l'esprit sportif	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2) S'impliquer de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)
-Principes d'action lors d'activités collectives (Tchoukball, Handball, kinball, hockey cosom)	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2)
Courir en appliquant une technique appropriée selon la durée de l'activité ou du parcours	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2) S'impliquer de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)
Savoir-être Esprit sportif	S'implique de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)

Aide et entraide Acceptation des différences Sens des responsabilités Persévérance dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif.	
---	--

2^e ÉTAPE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
Les principes de communication (émettre des messages clairs et adaptés à l'activité) - Les rôles à jouer (choisir un rôle et l'assumer) - Les principes d'action lors d'activités collectives en espace commun (les principes d'action liés à l'objet, au partenaire, à l'adversaire et au territoire) - Les principes d'action lors d'activités de coopération (se placer ou se déplacer en fonction de son ou de ses coéquipiers et varier la force, la vitesse et la direction de ses mouvements en fonction des actions de ses coéquipiers) - Application des différents concepts du sport collectif dans un espace commun et enchaînements d'actions motrices afin de répondre à une situation problématique. - La pratique sécuritaire d'activités physiques et l'esprit sportif	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2) S'implique de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)
Apprentissage et entraînements des différents déterminants de la condition physique. Effectuer et évaluer des actions motrices dans un contexte de préparation physique, apprendre à lire, suivre et comprendre un plan d'entraînement	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2) S'impliquer de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)
Savoir-être Esprit sportif Aide et entraide Acceptation des différences Sens des responsabilités Persévérance dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif.	S'implique de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)

3^e ÉTAPE

Contenu notionnel	Compétence évaluée
- Les principes de communication (émettre des messages clairs et adaptés à l'activité) - Les rôles à jouer (choisir un rôle et l'assumer) - Les actions de manipulation (le maniement d'objets avec un outil, la projection d'objets avec un outil, la récupération d'objets avec un outil) - Les principes d'action lors d'activités de duel (exploiter la surface de jeu dans sa totalité, récupérer l'objet rapidement, exploiter l'espace approprié, attaquer au moment opportun, feinter pour tromper l'adversaire, prendre l'adversaire à contre-pied) - La pratique sécuritaire d'activités physiques et l'esprit sportif	Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C1) Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques. (C2) S'impliquer de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)
Savoir-être Esprit sportif Aide et entraide Acceptation des différences Sens des responsabilités Persévérance dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif.	S'implique de façon saine, sécuritaire et positive dans différents contextes d'activité physique. (C3)

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