Centre de services scolaire Marguerite-Bourgeoys
Québec

Éducation physique et à la santé, 1ere secondaire, 043102
Enseignants : Derek Lefebvre et Mathieu Riopel

Connaissances abordées durant l'année (maîtrise) Tout au long de l'année, l'élève élargit son champ de connaissances en (…).		
Étape 1	Étape 2	Étape 3
Course (gestion de course, endurance) Exécution et retour réflexif d'un plan d'entraînement. Saines habitudes de vie: alimentation,sommeil, gestion du stress Football: Faire progresser l'objet vers la cible adverse Exploiter l'espace libre Recevoir (attraper,bloquer,faire dévier)	Volley-ball (règles de base, touches, manchettes, services) Ateliers de mise en forme - Création, exécution et retour réflexif d'un plan d'entraînement. Badminton service court et long, règlements Combativité respectueuse envers ses adversaire Temps optimal d'exécution Basket (règles de base, utilisation de l'espace, prise de décisions et d'informations, marquage-démarquage, lancers, passes)	Accro-gym (Élaboration, réalisation et réflexion autour d'un enchaînement de mouvements en équipe) Basket-ball suite (règles de base, utilisation de l'espace, prise de décision et d'information, marquage-démarquage, lancers, passes) Respect des rôles,des normes et de l'arbitre

Matériel pédagogique (volumes, notes, cahiers d'exercices, etc.)	**Organisation, approches pédagogiques et exigences particulières**
Agenda Classroom au besoin	Avoir le costume d'éducation physique Communication: guirehgadid.guedi@csmb.qc.ca
Devoirs et leçons	**Récupération et enrichissement**
Projet IB Saines habitudes de vie Projet IB Activité collective Volley-Ball : critère C	S'investir à la course de 3 à 4 fois par semaine lors de la première étape Récupération jour 9 Reprise d'examen en récupération

Éducation physique et à la santé, 1ere secondaire

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques (C1)	Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève tient compte des caractéristiques du contexte dans lequel il effectue une activité (activités cycliques, à action unique, d'adresse et technico-artistiques) afin de faire les choix appropriés pour son exécution d'actions (selon les techniques enseignées) et d'enchaînements (dans l'ordre planifié). Il exécute une variété d'actions motrices et de combinaisons d'actions en contrôle et de façon efficiente (rythme, direction et continuité). Il applique des principes qui répondent aux contraintes de l'environnement physique. Il fait un bilan de sa prestation pour en dégager les points forts et les difficultés qu'il doit corriger selon des principes associés à l'exécution d'actions motrices. Il applique les règles de sécurité et d'éthique qui s'imposent selon le contexte
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques (C2)	Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon ses capacités, celles de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il tient compte de ses partenaires ou de ses opposants lorsqu'il exécute des actions et des stratégies prévues dans le plan d'action tout en s'ajustant aux situations imprévues. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu aux plans d'action. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Il évalue, avec ses partenaires, la démarche, les plans et les résultats afin de déterminer les améliorations souhaitables et les éléments à conserver.
Adopter un mode de vie sain et actif (C3)	Au cours de l'année, l'élève élabore des plans de pratique régulière d'activités physiques et d'amélioration ou de maintien de saines habitudes de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Il évalue sa démarche, ses plans, ses résultats, l'atteinte de ses objectifs et dégage les apprentissages réalisés.

Le programme d'éducation physique et à la santé comprend 3 compétences à développer.
Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.

1re étape (20 %) **Du 27 août au 7 novembre**		**2e étape (20 %)** **Du 10 novembre au 05 février**		**3e étape (60 %)** **Du 09 février au 22 juin**		
Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape	**Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?**	**Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape**	**Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?**	**Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape**	**Épreuves obligatoires MELS / CS**	**Résultat inscrit au bulletin**
Observation de l'élève lors de situations d'apprentissage et d'évaluation en : 15% Projet santé et bien-être 35% Course à pied C1 30% Adopter un mode de vie sain et actif C3 20% soccer. Création, exécution et retour réflexif d'un plan qui favorise l'adoption de saines habitudes de vie course C1, C3 et évaluation IB Création, exécution et retour réflexif d'un plan d'équipe en soccer C2	Oui	Observation de l'élève lors de situations d'apprentissage et d'évaluation en : 30% Volley-Ball C1 30% Badminton C1 40% Adopter un mode de vie sain et actif C3 Exécution et retour réflexif d'un plan d'entraînement en ateliers de mise en forme. C1, C3 Appropriation des gestes techniques du badminton C1	Oui	Observation de l'élève lors de situations d'apprentissage et d'évaluation en : 15% Accro-gym C2 15% Basketball C1 30% Travail IB C3 40% Adopter un mode de vie sain et actif C3 Création, exécution et retour réflexif d'un plan d'équipe en spike-ball et soccer. C1,C2,C3 et évaluation IB	Non	Oui

Volet PEI :

L'éducation physique et à la santé du PEI vise à donner aux élèves les moyens de comprendre et d'apprécier la valeur de l'activité physique et de les inciter à faire des choix de vie sains. À cette fin, les cours d'éducation physique et à la santé favorisent le développement de connaissances, compétences et attitudes qui permettront aux élèves d'avoir un style de vie sain et équilibré. Grâce à des activités d'apprentissage dynamiques, les cours d'éducation physique et à la santé incarnent et encouragent le bien-être dans sa dimension globale. Les élèves du cours d'éducation physique et à la santé explorent une diversité de concepts qui les sensibilisent à différentes perspectives sur le développement physique et la santé, ce qui leur permet de faire des choix avisés et encourage des interactions sociales positives.

L'éducation physique et à la santé met l'accent sur l'acquisition de connaissances sur ainsi qu'à travers l'activité physique. Ces deux dimensions aident les élèves à développer des compétences spécifiques aux approches de l'apprentissage à travers le programme d'études. Grâce à une perspective unique, l'éducation physique et à la santé contribue au développement des qualités décrites dans le profil de l'apprenant de l'IB en favorisant la santé des individus et des communautés.

L'éducation physique et à la santé permet aux élèves d'apprendre à apprécier et à respecter les idées des autres, et d'acquérir des compétences de collaboration et de communication efficaces. Ce groupe de matières procure également de nombreuses occasions de construire des relations interpersonnelles saines qui peuvent accroître le sens de la responsabilité sociale chez les élèves. Lorsqu'ils sont bien construits, les cours d'éducation physique et à la santé renforcent l'engouement, l'investissement et la confiance en soi nécessaires aux élèves à l'égard de l'activité physique pour agir et mener une vie saine et équilibrée.

L'activité physique et la santé revêtent une importance cruciale dans l'identité humaine et les communautés mondiales. Elles permettent d'établir des liens significatifs entre les personnes, les nations, les cultures et le monde naturel. Elles offrent en outre de nombreuses occasions d'instaurer la compréhension culturelle et de mieux apprécier les liens qui unissent entre eux les humains.

Objectifs spécifiques :

Les objectifs spécifiques des différents groupes de matières du PEI énoncent les buts spécifiques fixés pour l'apprentissage dans chacun de ces groupes. Ils définissent ce que l'élève sera capable d'accomplir grâce à

l'étude de ces matières.

Les objectifs spécifiques de l'éducation physique et à la santé du PEI englobent les dimensions factuelles, conceptuelles, procédurales et métacognitives de la connaissance.

Ces objectifs spécifiques sont directement liés aux critères d'évaluation présentés dans la section « Programme évalué » du présent guide.

A Connaissances et compréhension

Les élèves développent des connaissances et une compréhension en matière de santé et d'activité physique afin d'identifier et de résoudre des problèmes.

Pour atteindre les objectifs globaux de l'éducation physique et à la santé, les élèves devront être capables :

i. d'expliquer des connaissances factuelles, procédurales et conceptuelles relatives à l'éducation physique et à la santé ;

ii. d'appliquer des connaissances relatives à l'éducation physique et à la santé pour analyser des questions et résoudre des problèmes tirés de situations aussi bien familières que nouvelles ;

iii. d'appliquer la terminologie spécifique à l'activité physique et à la santé de manière efficace afin de transmettre leur compréhension.

B Planification de la performance

À travers la recherche, les élèves élaborent, analysent, évaluent et exécutent un plan visant à améliorer les performances en matière d'éducation physique et de santé.

Pour atteindre les objectifs globaux de l'éducation physique et à la santé, les élèves devront être capables :

i. de développer des buts qui enrichissent la performance ;

ii. d'élaborer, d'expliquer et de justifier un plan visant à améliorer les performances physiques et la santé.

C **Application et exécution**

Les élèves développent et appliquent des compétences, des techniques, des stratégies ainsi que des concepts de mouvements dans le cadre de leur participation à des activités physiques variées.

Pour atteindre les objectifs globaux de l'éducation physique et à la santé, les élèves devront être capables :

i. de démontrer et d'appliquer un éventail de compétences et de techniques de manière efficace ;

ii. de démontrer et d'appliquer un éventail de stratégies et de concepts de mouvements de manière efficace ;

iii. d'analyser et d'appliquer des informations pour exécuter leur activité de manière efficace.

D Réflexion et amélioration de la performance

Les élèves enrichissent leur développement sur le plan personnel et social, se fixent des buts, entreprennent des actions responsables et réfléchissent sur leurs propres performances et sur celles des autres.

Pour atteindre les objectifs globaux de l'éducation physique et à la santé, les élèves devront être capables :

i. d'expliquer et de démontrer des stratégies qui enrichissent leurs compétences interpersonnelles ;

ii. d'analyser et d'évaluer l'efficacité d'un plan en fonction du résultat ;

iii. d'analyser et d'évaluer la performance.

Chacun de ces critères sera évalué deux fois au cours de l'année par les projets PEI