# ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7

*Ensemble de ressources intégrées 2006*

COLOMBIE-BRITANNIQUE
Le meilleur endroit sur terre

Ministère de l'Éducation

IRP 176

**Données de catalogage avant publication de la Bibliothèque et Archives Canada**
Vedette principale au titre:
Éducation physique M à 7 : ensemble de ressources intégrées 2006

Trad. de: Physical education K to 7 : integrated resource package 2006.
Comprend des réf. bibliogr.: p.
Également disponible sur Internet.
ISBN 978-0-7726-5900-2

1. Éducation physique – Programmes d'études – Colombie-Britannique.
2. Éducation physique – Étude et enseignement (Primaire) – Colombie-Britannique.
3. Enseignement primaire – Programmes d'études. 4. Matériel didactique.
I. British Columbia. Ministry of Education.

GV365.5.C3 P4814 2006 372.86'043 2008-960000-2

Tous droits réservés © 2006 Ministry of Education, Province of British Columbia

**Avis de droit d'auteur**
Toute reproduction, en tout ou en partie, sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, est interdite sans l'autorisation écrite préalable de la province.

**Avis de propriété exclusive**
Ce document contient des renseignements privatifs et confidentiels pour la province. La reproduction, la divulgation ou toute autre utilisation de ce document sont expressément interdites, sauf selon les termes de l'autorisation écrite de la province.

**Exception limitée à l'interdiction de reproduire**
La province autorise la copie et l'utilisation de cette publication en entier ou en partie à des fins éducatives et non lucratives en Colombie-Britannique et au Yukon (a) par tout le personnel des conseils scolaires de la Colombie-Britannique, y compris les enseignants et les directions d'école, par les organismes faisant partie du *Educational Advisory Council* et identifiés dans l'arrêté ministériel, par d'autres parties offrant directement ou indirectement des programmes scolaires aux élèves admissibles en vertu de la *School Act*, R.S.B.C. 1996, c.412, ou *Independent School Act*, R.S.B.C. 1996, c.216, (lois scolaires), et (b) par d'autres parties offrant directement ou indirectement des programmes scolaires sous l'autorité du ministre du Département d'éducation du Yukon tel que défini dans le *Education Act*, R.S.Y. 2002, c.61.

Remerciements ..... III
Préface ..... V

## INTRODUCTION

Raison d'être ..... 3
Objectifs du programme d'Éducation physique M à 7 ..... 3
Composantes du programme d'études ..... 3
Durée d'enseignement suggérée ..... 5
Éducation physique M à 7 : Vue d'ensemble ..... 6
Habiletés de mouvement M à 7 ..... 7
Catégories d'activités ..... 8
Éducation physique M à 7 : Concepts ..... 12

## CONSIDÉRATIONS CONCERNANT LA MISE EN ŒUVRE DU PROGRAMME D'ÉTUDES

Politique relative aux autres modes de présentation des sujets délicats (*Alternative Delivery Policy*) ..... 17
Façons de tenir compte des contextes locaux ..... 17
Participation des parents et des tuteurs ..... 17
Création d'un milieu d'apprentissage positif ..... 18
Confidentialité ..... 19
Inclusion, égalité et accessibilité pour tous les apprenants ..... 19
Collaboration avec l'école et la communauté ..... 20
Liens avec d'autres matières ..... 21
Collaboration avec la communauté autochtone ..... 21
Technologies de l'information et des communications ..... 22
Droit d'auteur et responsabilité ..... 22
Adapter l'enseignement au niveau de développement des élèves ..... 23
Sécurité ..... 23
Créer des suites de mouvements ..... 27
Incorporer de la musique dans les activités physiques ..... 27
Stratégies utilisées pour former des équipes ..... 27
Considérations relatives à la planification ..... 27

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

Introduction ..... 31
Formulation des résultats d'apprentissage prescrits ..... 31
Domaines d'apprentissage ..... 31
Résultats d'apprentissage prescrits – Par année ..... 34
Résultats d'apprentissage prescrits – Par composante ..... 44

## RENDEMENT DE L'ÉLÈVE

Introduction ..... 55
Maternelle
- Éléments clés ..... 60
- Indicateurs de réussite détaillés ..... 61

1re année
Éléments clés ..... 74
Indicateurs de réussite détaillés ..... 75
2e année
Éléments clés ..... 88
Indicateurs de réussite détaillés ..... 89
3e année
Éléments clés ..... 100
Indicateurs de réussite détaillés ..... 101
4e année
Éléments clés ..... 116
Indicateurs de réussite détaillés ..... 117
5e année
Éléments clés ..... 132
Indicateurs de réussite détaillés ..... 133
6e année
Éléments clés ..... 146
Indicateurs de réussite détaillés ..... 147
7e année
Éléments clés ..... 162
Indicateurs de réussite détaillés ..... 163
Habiletés de mouvement toutes années confondues ..... 176
Habiletés non locomotrices ..... 177
Habiletés locomotrices ..... 181
Habiletés de manipulation ..... 188

## MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE

Introduction ..... 201
Comment utiliser les modèles d'évaluation formative ..... 203
Maternelle ..... 206
1re année ..... 220
2e année ..... 232
3e année ..... 242
4e année ..... 252
5e année ..... 264
6e année ..... 274
7e année ..... 284

## RESSOURCES D'APPRENTISSAGE

Renseignements généraux ..... 297

## GLOSSAIRE

Glossaire ..... 301

De nombreuses personnes ont apporté leur expertise à l'élaboration de ce document. La coordonnatrice du projet, Kristin Mimick, du ministère de l'Éducation, a collaboré avec des collègues du Ministère ainsi qu'avec des représentants de nos partenaires en éducation. Le Ministère tient à remercier tous ceux et celles qui ont contribué à ce projet.

## ÉQUIPE DE RÉVISION DU PROGRAMME • ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7

| | |
|---|---|
| David Erikson | Trinity Western University |
| Dan Green | District scolaire nº 41 (Burnaby) |
| Marion Hunter | District scolaire nº 8 (Nelson) |
| Jerry Jones | District scolaire nº 73 (Kamloops-Thompson) |
| Debby Keel | District scolaire nº 42 (Maple Ridge-Pitt Meadows) |
| Luanne Drawetz | University of Victoria |
| Allison Leppard | District scolaire nº 62 (Sooke) |
| Sue MacDonald | District scolaire nº 57 (Prince George) |

## ÉCOLES PILOTES • ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7

Entre septembre et décembre 2005, les écoles pilotes suivantes ont testé la version préliminaire du programme d'Éducation physique M à 7 :

| | |
|---|---|
| Kersley Elementary | District scolaire nº 28 (Quesnel) |
| Millstream Elementary | District scolaire nº 62 (Sooke) |
| John Stubbs Elementary | District scolaire nº 62 (Sooke) |
| Halfmoon Bay Elementary | District scolaire nº 46 (Sunshine Coast) |
| Thompson Elementary | District scolaire nº 38 (Richmond) |

## ÉQUIPE RESPONSABLE DE L'ÉLABORATION DU DOCUMENT DE TRAVAIL DE L'ERI • ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7

Le ministère de l'Éducation tient également à souligner la contribution du district scolaire n° 36 (Surrey) et de son équipe qui a élaboré la première version du document de travail ayant trait aux résultats d'apprentissage et aux indicateurs de réussite détaillés. Ce document a servi de base au projet de révision du programme d'Éducation physique M à 7.

| | |
|---|---|
| Val Day | District scolaire nº 39 (Vancouver) |
| Doug Gordon | District scolaire nº 36 (Surrey) |
| Edith Guay | District scolaire nº 36 (Surrey) |
| Art Uhl | District scolaire nº 41 (Burnaby) |
| Tammy Wirick | District scolaire nº 41 (Burnaby) |
| Glenn Young | District scolaire nº 36 (Surrey) |
| Dr Shannon Bredin | University of British Columbia |

Cet Ensemble de ressources intégrées (ERI) fournit l'information de base dont les enseignants auront besoin pour la mise en œuvre du programme d'Éducation physique M à 7. Lorsqu'il sera mis en œuvre intégralement, ce document remplace l'Ensemble de ressources intégrées *Éducation physique M à 7* (1996).

L'information contenue dans ce document est aussi accessible sur Internet à l'adresse suivante : www.bced.gov.bc.ca/irp/firp.htm

Les paragraphes qui suivent décrivent brièvement les composantes de cet ERI.

## Introduction

L'introduction fournit des renseignements généraux sur le programme d'Éducation physique M à 7, tout en en précisant les points particuliers et les exigences spéciales.

Cette section renferme les renseignements suivants :
- la raison d'être du programme d'études d'Éducation physique M à 7 dans les écoles de la Colombie-Britannique,
- les objectifs du programme d'études,
- la description des composantes du programme (et de ses sous-composantes, le cas échéant) qui sont regroupées en fonction des résultats d'apprentissage prescrits faisant partie d'un même domaine d'intérêt,
- la durée d'enseignement suggérée pour chaque année d'études,
- un aperçu du contenu du programme d'études.

## Considérations concernant la mise en œuvre du programme d'études

Cette section de l'ERI renferme des renseignements complémentaires qui aideront les enseignants à élaborer leurs stratégies d'enseignement et à préparer la mise en œuvre de ce programme d'études en vue de répondre aux besoins de tous les apprenants.

## Résultats d'apprentissage prescrits

Cette section de l'ERI contient les *résultats d'apprentissage prescrits*. Ces derniers représentent les normes de contenu prescrites pour les programmes d'études provinciaux. Ils précisent les attitudes, les compétences et les connaissances nécessaires pour chaque matière. Ils expriment ce que les élèves doivent savoir et savoir faire à la fin de l'année d'études indiquée.

## Rendement de l'élève

Cette section de l'ERI renferme l'information nécessaire à l'évaluation formative et à la mesure du rendement des élèves. Elle comprend des ensembles d'indicateurs de réussite détaillés pour chaque résultat d'apprentissage prescrit. Les indicateurs de réussite décrivent ce que les élèves doivent être en mesure de faire pour montrer qu'ils satisfont entièrement aux exigences du programme d'études pour la matière et l'année en question. Aucun des indicateurs de réussite n'est obligatoire; ils sont fournis pour aider les enseignants à évaluer dans quelle mesure les élèves atteignent les résultats d'apprentissage prescrits.

Cette section renferme aussi des éléments clés ou descriptions du contenu servant à préciser l'étendue et la portée des résultats d'apprentissage prescrits.

## Modèles d'évaluation formative

Cette section renferme une série d'unités abordant des groupes de résultats d'apprentissage prescrits organisés par sujet ou thème. Les unités ont été élaborées par des enseignants de la Colombie-Britannique et elles servent à faciliter l'évaluation formative. Ces unités ne constituent que des suggestions et les enseignants peuvent les utiliser ou les modifier au besoin à mesure qu'ils planifient la mise en œuvre du programme d'études.

À chaque année d'études faisant partie de cette section correspond un survol de l'évaluation, sous forme de tableau, destiné à assister les enseignants dans leurs pratiques évaluatives. Cette section contient aussi les unités d'évaluation organisées par sujet – y compris les résultats d'apprentissage prescrits et les activités d'évaluation suggérées – ainsi que des exemples d'instruments d'évaluation par année d'études.

## Ressources d'apprentissage

Cette section fournit des renseignements sur les ressources d'apprentissage, ainsi que l'hyperlien vers les titres, les descriptions et l'information nécessaire pour commander les ressources recommandées par le Ministère dans le cadre du programme d'Éducation physique M à 7.

## Glossaire

Certains des termes utilisés dans cet Ensemble de ressources intégrées sont définis dans le glossaire.

# INTRODUCTION

## *Éducation physique M à 7*

Cet ensemble de ressources intégrées (ERI) constitue le programme d'études officiel du Ministère pour les cours d'Éducation physique M à 7. L'élaboration de cet ERI a été guidée par les principes suivants :

- L'apprentissage nécessite la participation active de l'élève.
- Chacun apprend à sa façon et à son rythme.
- L'apprentissage est un processus à la fois individuel et collectif.

Par ailleurs, ce document tient compte du fait que des jeunes aux antécédents, aux intérêts, aux aptitudes et aux besoins distincts fréquentent les écoles de la Colombie-Britannique. Dans la mesure du possible, les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réussite tentent de répondre à ces besoins et de garantir l'égalité de tous les apprenants ainsi que leur accès à ce programme d'études.

L'Ensemble de ressources intégrées d'Éducation physique M à 7 (2006) se base sur les recommandations découlant des instances ou documents suivants :

- le rapport de révision du programme d'éducation physique (novembre 2001);
- le projet mené en partenariat avec un autre district (2003-2004);
- l'équipe responsable de la révision du programme d'Éducation physique M à 7;
- l'équipe de mise à l'essai de la version préliminaire du programme d'Éducation physique M à 7.

De juin à novembre 2005, le public a eu l'occasion d'examiner et de commenter la version préliminaire du programme d'études d'Éducation physique M à 7. Cette version préliminaire a aussi été mise à l'essai dans différentes écoles de la Colombie-Britannique. Les rétroactions des éducateurs, des élèves, des parents et d'autres partenaires en éducation ont contribué à l'élaboration du présent ERI.

## Raison d'être

L'objectif du programme d'Éducation physique M à 7 est de permettre à tous les élèves d'acquérir les connaissances, les habiletés de mouvement et les attitudes et comportements positifs qui contribuent à une vie saine et active.

Il est de plus en plus reconnu qu'il importe d'offrir aux enfants et aux jeunes la possibilité de participer à des activités physiques. Un programme d'éducation physique efficace donne à tous les élèves la possibilité d'acquérir les connaissances et les habiletés en vue d'une participation régulière et sécuritaire à des activités physiques variées. Une telle participation aide les élèves à acquérir et à améliorer :

- leurs habiletés non locomotrices,
- leurs habiletés locomotrices,
- leurs habiletés de manipulation.

La participation à des activités variées, issues des cinq catégories suivantes, permet aux élèves de développer leurs connaissances et leurs habiletés et d'adopter un mode de vie actif :

- activités  hors du terrain de l'école,
- danse,
- jeux,
- gymnastique,
- activités individuelles et à deux.

## Objectifs du programme d'éducation physique M à 7

Les objectifs suivants trouvent leur expression dans les résultats d'apprentissage prescrits de chaque composante du programme d'études d'Éducation physique M à 7 :

- Les élèves auront la possibilité de participer quotidiennement à diverses activités physiques.
- Les élèves acquerront les connaissances et les habiletés correspondant à leur âge en vue de participer de façon productive, sécuritaire et responsable à diverses activités physiques.
- Les élèves acquerront les connaissances, les habiletés et les attitudes qui leur permettront d'adopter et de conserver un mode de vie sain et actif.
- Les élèves en viendront à mieux comprendre l'importance d'un mode de vie sain et actif.

## Composantes du programme d'études

Chaque composante du programme d'études consiste en un ensemble de résultats d'apprentissage prescrits qui font partie du même domaine d'intérêt. Les résultats d'apprentissage prescrits du programme d'Éducation physique M à 7 suivent une progression

correspondant à l'âge des élèves et sont regroupés sous les composantes et sous-composantes suivantes :

| Composantes et sous-composantes |
|---|
| VIE ACTIVE<br>• *Connaissances*<br>• *Participation* |
| HABILETÉS DE MOUVEMENT |
| SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP |

### *Vie active*

Cette composante offre aux élèves la possibilité de développer leurs connaissances et leurs habiletés relatives :

- aux bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour leur santé physique et émotionnelle;
- à l'importance de fournir au corps l'énergie nécessaire pour pratiquer des activités physiques, grâce à des habitudes alimentaires saines, une consommation d'eau suffisante et un sommeil adéquat;
- à l'autosurveillance de l'effort physique;
- à l'établissement d'objectifs permettant d'adopter un mode de vie actif.

Cette composante du programme comprend aussi des résultats d'apprentissage prescrits requérant des élèves une participation quotidienne à des activités physiques variées allant de modérées à énergiques.

### *Habiletés de mouvement*

Dans cette composante du programme, les élèves développent une gamme d'habiletés de mouvement requises pour participer efficacement à des activités issues de toutes les catégories d'activités.

Cette composante fournit aux élèves des occasions :

- de développer leurs habiletés de mouvement en participant à des activités physiques issues de toutes les catégories d'activités;
- de développer des habiletés non locomotrices précises en participant à des activités physiques issues de toutes les catégories d'activités;
- de développer des habiletés locomotrices précises en participant à des activités physiques issues de toutes les catégories d'activités;
- de développer des habiletés de manipulation précises en participant à des activités physiques issues de toutes les catégories d'activités.

Veuillez noter que, de la maternelle à la 4e année, on précise des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation dans les résultats d'apprentissage prescrits. Ces habiletés correspondent à des années déterminées de façon à assurer qu'elles soient enseignées et évaluées et afin de poser les fondements pour les années suivantes, où ces habiletés seront combinées, intégrées à des suites de mouvements et présentées dans de nouveaux contextes.

Parallèlement, il est bien entendu que l'acquisition des habiletés de mouvement se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés à des niveaux multiples. Une liste complète des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation pour les années M à 7 est présentée sous forme de tableau plus loin dans la présente introduction.

### *Sécurité, esprit sportif et leadership*

Cette composante du programme aide les élèves à adopter des comportements interpersonnels positifs grâce à une participation active à diverses activités physiques issues de toutes les catégories d'activités. Les élèves apprennent l'importance des consignes de sécurité et des pratiques se rapportant à toutes les formes d'activités physiques. Ils développent leur respect d'eux-mêmes et des autres au fur et à mesure qu'ils acquièrent et utilisent les habiletés liées à la coopération, à l'esprit sportif et au leadership.

Cette composante du programme fournit aux élèves des occasions d'acquérir des connaissances et des habiletés liées :

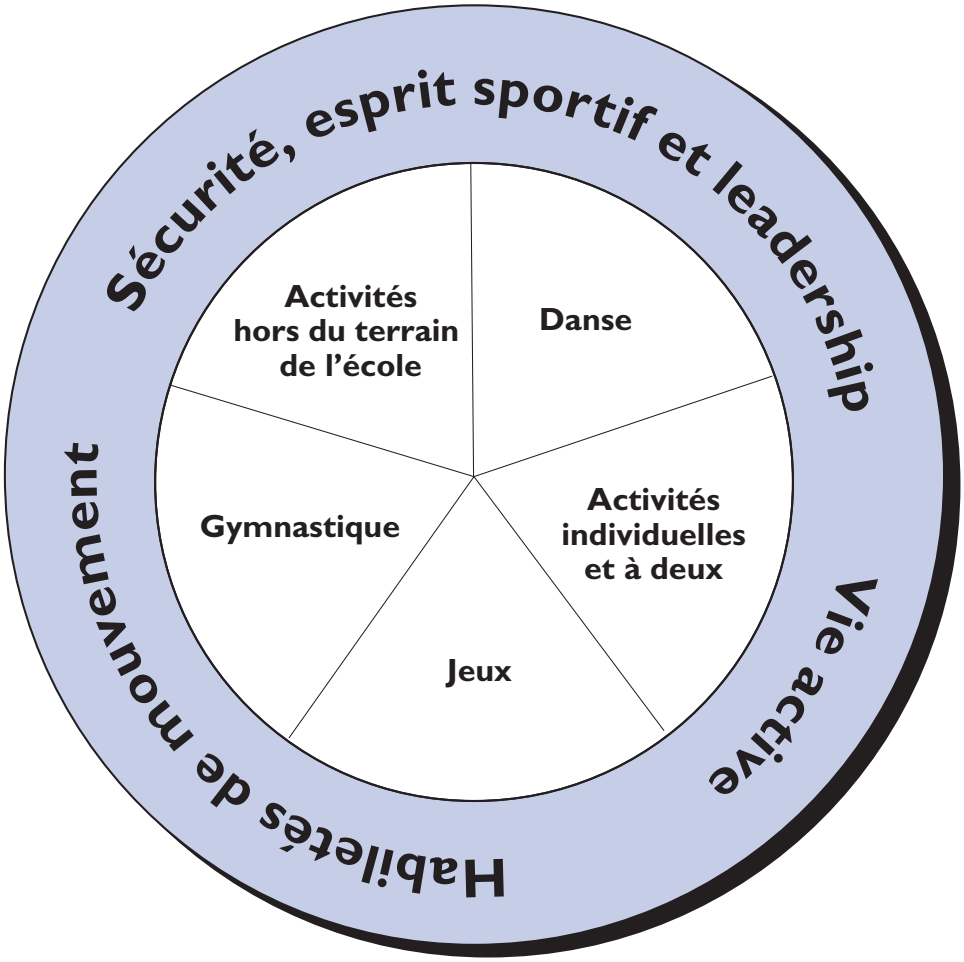
- à la participation sécuritaire à diverses activités issues de toutes les catégories d'activités;
- à la coopération et à l'esprit sportif lorsqu'ils participent à des activités physiques;
- à l'acquisition de compétences en leadership lors de leur participation à des activités physiques.

### DURÉE D'ENSEIGNEMENT SUGGÉRÉE

Les programmes d'études provinciaux sont élaborés en fonction de la durée d'enseignement recommandée par le ministère de l'Éducation pour chaque matière. Les enseignants sont libres de combiner différents programmes d'études afin d'amener les élèves à intégrer les idées et à établir des liens logiques.

Pour ce qui est du programme d'Éducation physique, le ministère de l'Éducation recommande une durée d'enseignement correspondant à 10 % du temps d'enseignement total pour chaque année scolaire. Le programme d'éducation physique en maternelle représente environ 40 à 50 heures de cours afin de laisser une certaine flexibilité permettant de répondre aux besoins locaux. De la 1re à la 7e année, ce nombre passe à 90 ou 100 heures par année.

**Éducation physique M à 7 :**
**Composantes du programme d'études**
**et catégories de mouvements**



# ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7 : VUE D'ENSEMBLE

**L'objectif du cours d'Éducation physique M à 7 est d'offrir la possibilité à tous les élèves de développer des connaissances et des habiletés de mouvement, ainsi que des attitudes et des comportements positifs qui contribueront à un mode de vie sain et actif.**

## OBJECTIFS DU COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7

- Les élèves auront la possibilité de participer sur une base quotidienne à des activités physiques variées.
- Les élèves développeront les connaissances et les habiletés correspondant à leur âge en vue de participer de façon productive, sécuritaire et responsable à toute une gamme d'activités physiques.
- Les élèves développeront les connaissances, les habilités et les attitudes leur permettant d'adopter et de conserver un mode de vie sain et actif.
- Les élèves viendront à comprendre l'importance d'un mode de vie sain et actif.

## COMPOSANTES DU PROGRAMME

### Vie active

*Connaissances*

- connaître les bienfaits de l'activité physique pour le bien-être physique et émotionnel
- reconnaître et surveiller l'effort en vue de pratiquer des activités physiques de façon sécuritaire
- connaître le rôle d'une saine alimentation dans l'activité physique et le bien-être
- connaître les changements s'opérant dans le corps qui découlent de l'activité physique
- se fixer des objectifs en matière d'activité physique

*Participation*

- participer sur une base quotidienne et de façon soutenue à des activités physiques allant de modérées à énergiques

### Habiletés de mouvement

- conscience du corps et de l'espace (p. ex. espace personnel et commun, équilibre)
- habiletés non locomotrices (p. ex. créer des formes avec son corps, pousser, balancer les bras et les jambes)
- habiletés locomotrices (p. ex. marcher, courir, sauter, sauter à cloche-pied, sauter à la corde, faire des pas chassés, galoper)
- habiletés de manipulation (p. ex. porter, attraper, dribler, rouler, glisser, frapper avec la main ou avec un instrument, envoyer, bloquer)

### Sécurité, esprit sportif et leadership

- connaître les règles de sécurité, les précautions à prendre ainsi que les comportements sécuritaires
- participer à des activités physiques de façon sécuritaire, dans tous les aspects de l'éducation physique
- exécuter des exercices d'échauffement et de récupération
- faire preuve d'esprit sportif (p. ex. encourager les élèves quel que soit leur niveau d'habileté, suivre les instructions données par d'autres élèves, accepter les résultats des activités, respecter les différents niveaux d'habiletés)
- assumer des rôles de leadership (p. ex. aider ses pairs, arbitrer une partie, installer le matériel, démontrer certaines habiletés)

## CATÉGORIES D'ACTIVITÉS

Un programme d'éducation physique équilibré fournit des occasions aux élèves de participer à des activités physiques variées issues des cinq catégories suivantes :

**Activités hors du terrain de l'école** (p. ex. natation, patinage, canot, randonnées pédestres, raquette)

**Danse** (p. ex. hip-hop, danse de groupe, danse folklorique, danse de salon, danse s'inspirant d'une histoire, danse traditionnelle autochtone)

**Jeux** (p. ex. jeux de poursuite, jeux impliquant l'utilisation d'un parachute, soccer, badminton, shinny, hockey)

**Gymnastique** (p. ex. culbutes, gymnastique rythmique, gymnastique avec appareils, banc d'équilibre)

**Activités individuelles et à deux** (p. ex. jonglerie, ballon d'exercice, athlétisme, saut à la corde, jeu de quilles, danse ou gymnastique aérobique)

# HABILETÉS DE MOUVEMENT M À 7

De la maternelle à la 4e année, des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation sont précisées dans les résultats d'apprentissage prescrits. Ces habiletés correspondent à des années déterminées de manière à garantir leur enseignement et leur évaluation, et à poser les fondements pour les années suivantes, au cours desquelles elles seront combinées, intégrées à des suites de mouvements et présentées dans de nouveaux contextes. Cependant, il faut se rappeler que les habiletés de mouvement s'acquièrent au fil du temps et que les enseignants continueront à les aborder en classe dans les années d'études suivantes.

Le tableau qui suit énumère la liste complète des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation abordées dans le programme de la maternelle à la 7e année.

| | |
|---|---|
| **Habiletés non locomotrices**<br>mouvements exécutés sur place, sans déplacement d'un lieu vers un autre | • garder l'équilibre (sur un point d'appui, sur deux points d'appui, etc.; seul, à deux ou en groupe; avec des outils ou de l'équipement)<br>• créer des formes avec son corps (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer et/ou se tordre)<br>• basculer d'avant en arrière ou osciller<br>• exécuter un pas tournant<br>• balancer les bras et les jambes<br>• transférer le poids du corps |
| **Habiletés locomotrices**<br>Habiletés de mouvement incluant un déplacement d'un lieu vers un autre (dans différentes directions, à différentes hauteurs et en empruntant des trajets variés; seul, à deux ou en groupe, en formations variées) | • exécuter des roulades (roulade latérale, sur l'épaule)<br>• galoper ou faire des pas chassés<br>• sauter par-dessus un obstacle<br>• se mettre en position de départ<br>• courir<br>• sauter avec élan<br>• sauter à la corde<br>• sauter avec les deux pieds ou à cloche-pied en se déplaçant<br>• s'arrêter avec les deux pieds (à la fin d'un mouvement locomoteur)<br>• marcher |
| **Habiletés de manipulation**<br>Habiletés de mouvement impliquant le contrôle d'objets tels que des ballons, principalement avec les mains ou les pieds; peut également entraîner l'utilisation d'instruments particuliers, comme des raquettes ou des bâtons | • porter un objet<br>• dribler un objet avec les mains<br>• dribler un objet avec les pieds<br>• frapper avec le pied<br>• attraper à une main<br>• lancer à une main (par-dessous ou par-dessus l'épaule)<br>• faire rouler ou glisser un objet<br>• tirer ou pousser un objet<br>• frapper un objet avec la main<br>• frapper un objet avec un instrument<br>• contrôler un objet avec le pied |

## CATÉGORIES D'ACTIVITÉS

Un programme d'éducation physique équilibré fournit des occasions aux élèves de participer à des activités variées issues des cinq catégories d'activités, en salle ou en plein air, et leur permet de développer toute une gamme d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation. Les cinq catégories d'activités sont les suivantes :

- activités hors du terrain de l'école
- danse
- jeux
- gymnastique
- activités individuelles et à deux

Lorsque les enseignants choisissent des activités adaptées à leurs élèves, il serait bon qu'ils tiennent compte de leur propre expertise, des ressources disponibles et des installations de l'école et de la communauté. Pour de l'information relative au choix d'activités en relation avec les habiletés de mouvement spécifiques qu'elles développent, veuillez vous reporter au tableau présenté dans l'introduction de chacun des modèles d'évaluation formative (pour chaque année du programme d'études), plus loin dans le présent document.

Le tableau qui suit offre des exemples précis d'activités issues de chaque catégorie. Cette liste n'est ni exhaustive, ni normative – elle n'est fournie qu'à titre indicatif, afin d'aider les éducateurs à planifier un programme d'éducation physique équilibré et varié. En outre, de nombreuses activités relèvent de plus d'une catégorie à la fois.

| Catégorie d'activités | Exemples d'activités | |
|---|---|---|
| **Activités hors du terrain de l'école** | Aquatiques<br>• apprentissage de différents styles de nage<br>• plongée avec tuba<br>• jeux aquatiques<br>• plongeon<br>• nage synchronisée<br>• sauvetage et survie<br><br>Sur l'eau<br>• maniement de la pagaie (p. ex. canot, aviron, canot dragon, kayak)<br>• voile<br>• planche à voile<br>• surf (avec ou sans planche)<br>• ski nautique | Sur terre<br>• randonnée pédestre<br>• randonnée pédestre sac au dos<br>• escalade<br>• course d'orientation<br>• équitation<br>• planche à roulettes, patins à roues alignées<br><br>Dans la neige ou sur la glace<br>• hockey, ringuette<br>• patinage artistique<br>• patinage synchronisé<br>• patinage de vitesse (courte piste, longue piste)<br>• raquettes<br>• ski (alpin, de fond), planche à neige<br>• luge |
| **Danse** | Rythmique et créative<br>• jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains<br>• danse aérobique<br>• danse figurative<br>• danse inspirée d'une histoire, théâtre dansé<br>• danse à thème (p. ex. l'Halloween, le printemps)<br><br>Folklorique et culturelle<br>• folklorique, carrée<br>• danse traditionnelle autochtone (p. ex. « danse de la pagaie », « danse du poulet », « gigue métisse »)<br>• spécifique à une culture (p. ex. gumboot [Afrique du sud], danse chinoise avec rubans, danse écossaise des Highlands, kathakali [théâtre dansé de l'Inde]) | Sociale<br>• en ligne<br>• jive, swing<br>• hip-hop<br>• danses pour s'amuser (p. ex. danse de l'oiseau, saut du lapin, danse sur le rythme de la conga, chat de gouttière, macarena)<br><br>Styles de danses<br>• danse de salon (p. ex. valse, fox-trot, tango, rumba)<br>• moderne<br>• jazz<br>• classique<br>• danse à claquettes |

*Suite page suivante*

| Catégorie d'activités | Exemples d'activités | |
|---|---|---|
| **Jeux** | Jeux simples<br>• jeux visant à développer les habiletés locomotrices (p. ex. jeux de poursuite, courses, marelle, saut à la corde)<br>• jeux visant à développer les habiletés de manipulation (p. ex. lancer, frapper avec le pied, ballon captif, « 4-square »)<br>• jeux de miroir, Jacques a dit et Suivez le chef<br>• jeux à deux ou en équipe (p. ex. relais)<br><br>Innovateurs<br>• créatifs ou nouveaux<br>• défis coopératifs<br>• jeux de parachute<br>• jeux culturels (p. ex. shinny, pétanque, oba [jeu traditionnel colombien], korebe [jeu turc de colin-maillard], serpent à neige)<br><br>Bâton et balle<br>• balle molle, baseball, tee-ball<br>• cricket<br>• balle au camp | Sur terrain<br>• soccer<br>• basket-ball<br>• football touché, rugby<br>• ballon balai<br>• kickball<br>• hockey (sur gazon, en salle)<br>• handball<br>• crosse (au champ, en enclos)<br>• shinny<br>• ultimate<br><br>Avec filet ou mur<br>• volley-ball<br>• tennis<br>• badminton<br>• pickleball<br>• tennis de table<br>• handball<br>• netball<br>• racquetball<br>• squash |
| **Gymnastique** | Thèmes pédagogiques<br>• forme<br>• équilibre<br>• transfert de poids<br>• déplacement<br>• envol<br>• appel et réception<br>• conscience de l'espace<br><br>Acrobatique<br>• culbute<br>• en équilibre<br>• mini-trampoline | Gymnastique rythmique<br>• cerceau<br>• ballon<br>• ruban<br>• foulard<br>• bâtons fluorescents<br><br>Gymnastique artistique avec appareils<br>• exercices au sol<br>• barres parallèles<br>• plinthe pour saut latéral<br>• anneaux<br>• poutre et banc d'équilibre |

*Suite page suivante*

| Catégorie d'activités | Exemples d'activités | |
|---|---|---|
| **Activités individuelles et à deux** | Athlétisme<br>• courses<br>• sauts (p. ex. saut en hauteur, saut en longueur, triple saut)<br>• lancers (p. ex. disque, poids)<br><br>Combat<br>• arts martiaux (p. ex. tai-chi, tai-bo, karaté, judo)<br>• autodéfense<br>• lutte<br><br>Individuelles de manipulation<br>• jongler<br>• sauter à la corde<br>• aki<br>• hula-hoop<br>• yo-yo<br>• ultimate<br>• grimper à la corde et se laisser pendre | Programmes d'entraînement<br>• aérobique<br>• entraînement en circuit<br>• vélo<br>• natation de fond<br>• ballon d'entraînement<br>• pilates<br>• ballon d'exercice<br>• entraînement musculaire<br>• marche, marche rapide, jogging<br>• entraînement au poids et utilisation d'équipement sportif<br><br>Avec cible<br>• tir à l'arc<br>• jeu de boules<br>• jeu de quilles (boulingrin, en salle)<br>• curling<br>• golf |

# ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7 : CONCEPTS

| | Maternelle | 1re année | 2e année | 3e année |
|---|---|---|---|---|
| **Vie active** | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques | • bienfaits pour soi d'une participation régulière à des activités physiques | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour le cœur, les poumons, les muscles et les os |
| | | • parties du corps sollicitées pendant l'activité physique | • réactions physiques pendant l'activité physique | |
| | | • choix favorables à l'activité physique | | • choix permettant à chacun d'être actif sur le plan physique |
| | • importance du rôle d'une saine alimentation comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique | • importance de choisir des aliments sains pour pratiquer des activités physiques | • importance d'une saine alimentation, de l'eau et du sommeil pour pratiquer des activités physiques | • choix à faire en matière de saine alimentation favorisant la pratique d'activités physiques |
| | • activités physiques qu'il aime pratiquer | • activités physiques dans lesquelles il réussit bien | • habiletés physiques qu'il aimerait développer | • aptitudes physiques des personnes qu'il admire |
| | • participation à des activités physiques sur une base quotidienne | • participation à des activités physiques sur une base quotidienne | • participation à des activités physiques sur une base quotidienne | • participation à des activités physiques sur une base quotidienne |
| **Habiletés de mouvement** | • mouvements à l'intérieur de son espace personnel | • mouvements dans l'espace commun | • mouvements dans l'espace commun tout en changeant de direction | • équilibre |
| | • habiletés non locomotrices, y compris la création de formes avec son corps | • habiletés non locomotrices telles que l'adoption de positions à différentes hauteurs | • habiletés non locomotrices, y compris les mouvements suivants : basculer d'avant en arrière ou osciller, balancer les bras et les jambes et exécuter un pas tournant | |
| | • habiletés locomotrices, y compris les mouvements suivants : marcher, courir, sauter sur deux pieds ou à cloche-pied et exécuter des roulades | • habiletés locomotrices, y compris les mouvements suivants : sautiller ou sauter à la corde, galoper ou faire des pas chassés et s'arrêter avec les deux pieds | • position de départ pour exercer des habiletés locomotrices | • habiletés locomotrices, y compris le saut avec élan et le saut par-dessus un obstacle |
| | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : faire rouler ou faire glisser un objet, porter un objet et lancer un objet avec les deux mains | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : frapper du pied, attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps et frapper un objet avec un instrument | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : lancer un objet par en dessous avec une main et attraper un objet à deux mains sans le bloquer contre son corps | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : tirer ou pousser un objet, frapper un objet du pied, contrôler un objet avec le pied et dribler un objet avec les mains |
| | | | | • suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • règles d'une participation sans danger à l'activité physique | • importance des directives de sécurité | • comportements prudents | • comportements prudents |
| | • observation des règlements et des directives | • observation des consignes et des directives de sécurité | • règles et directives établies suivies | • respect et encouragement des pairs pendant l'activité physique |
| | • coopération dans le cadre de l'activité physique | • coopération dans le cadre de l'activité physique | • respect pour ses pairs dans le cadre de l'activité physique | • rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques |

| | 4e année | 5e année | 6e année | 7e année |
|---|---|---|---|---|
| **Vie active** | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour la santé physique et émotionnelle | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour la santé physique et émotionnelle | • bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour la santé physique et émotionnelle | • effets d'une participation régulière à des activités physiques sur la qualité de vie |
| | • principaux muscles sollicités pendant l'activité physique | • déterminants de la condition physique – force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse | • relation entre les déterminants de la condition physique et une participation régulière à des activités physiques | |
| | • surveillance de son effort pendant la pratique d'activités physiques | | • surveillance de son effort pendant l'activité physique | • mesure de son propre rythme cardiaque |
| | • relation entre nutrition et activité physique | • relation entre nutrition et activité physique | • considérations nutritionnelles en relation avec une participation à des activités physiques | • choix personnels en matière d'alimentation permettant de maintenir un style de vie actif |
| | • participation à diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux | • objectifs personnels en matière d'activité physique | • objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie actif | • élaboration d'un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique |
| | • participation à des activités physiques sur une base quotidienne | • participation quotidienne à des activités en vue de développer les déterminants de la condition physique | • participation quotidienne à des activités en vue de développer les déterminants de la condition physique | • participation quotidienne à des activités physiques qui appuient ses objectifs personnels |
| **Habiletés de mouvement** | • mouvements dans l'espace tout en adaptant sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction | • phases du mouvement (position de départ, mouvement et phase d'accompagnement) | • pratique de diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation variées | • application des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation acquises à de nouvelles activités physiques |
| | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : attraper et lancer un objet à une main, frapper un objet avec la main ou avec un instrument et dribler un objet avec les pieds | • envoi d'objets dans des contextes prévisibles<br>• réception d'objets à des vitesses et à des hauteurs différentes | • stratégies d'attaque et de défense<br>• habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : envoyer et recevoir différents objets dans des contextes prévisibles | • habiletés de manipulation, y compris les mouvements suivants : envoyer et recevoir différents objets dans des contextes prévisibles et imprévisibles |
| | • suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation | • suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation | • combinaison des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation acquises en vue de créer des épreuves ou des jeux inédits | • suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation révélant des qualités du mouvement |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • participation sans danger à des activités physiques | • utilisation sûre de l'équipement et des installations<br>• importance des exercices d'échauffement et de récupération | • pratiques permettant de participer à des activités physiques déterminées sans danger | • pratiques permettant de participer à des activités physiques déterminées sans danger |
| | • principes de l'esprit sportif | • esprit sportif dans la pratique d'activités physiques | • exemple donné en matière d'esprit sportif | • exemple donné en matière d'esprit sportif quelle que soit l'activité physique pratiquée |
| | • rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques | • occasions d'assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques | • respect des différences et des habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique | • contribution à un climat favorable à l'activité physique |

# CONSIDÉRATIONS CONCERNANT LA MISE EN ŒUVRE DU PROGRAMME D'ÉTUDES

## *Éducation physique M à 7*

Cette section de l'ERI renferme des renseignements complémentaires qui aideront les enseignants à élaborer leurs stratégies d'enseignement et à préparer la mise en œuvre de ce programme d'études en vue de répondre aux besoins de tous les apprenants.

Cette section comprend les renseignements suivants :
- la politique relative aux autres modes de présentation des sujets délicats *(Alternative Delivery policy)*;
- les façons de tenir compte des contextes locaux;
- la participation des parents et des tuteurs;
- la création d'un milieu d'apprentissage positif;
- la confidentialité;
- l'intégration, l'accessibilité et l'égalité;
- la collaboration avec l'école et la communauté;
- les liens avec les autres programmes;
- la collaboration avec la communauté autochtone;
- les technologies de l'information et des communications;
- le droit d'auteur;
- la façon d'adapter l'enseignement au niveau de développement des élèves;
- la sécurité;
- la création de suites de mouvements;
- les façons d'incorporer de la musique aux activités physiques;
- les stratégies permettant de former des équipes;
- les considérations relatives à la planification.

### POLITIQUE RELATIVE AUX AUTRES MODES DE PRÉSENTATION DES SUJETS DÉLICATS (*ALTERNATIVE DELIVERY POLICY*)

La politique relative aux autres modes de présentation des sujets délicats ne s'applique pas à l'ERI d'Éducation physique M à 7.

Cette politique explique la façon dont les élèves, avec le consentement de leurs parents ou de leurs tuteurs et après consultation avec l'autorité scolaire de leur région, peuvent choisir d'autres moyens que l'enseignement dispensé par un enseignant dans une salle de classe ordinaire pour aborder les résultats d'apprentissage prescrits de la composante Santé des programmes d'études suivants :
- Éducation à la santé et à la carrière M à 7 et la composante Processus de planification du programme d'études de Formation personnelle et sociale M à 7 (jusqu'à septembre 2008)
- Éducation à la santé et à la carrière 8 et 9
- Planification 10

Cette politique reconnaît le rôle essentiel que joue la famille dans le développement des attitudes, des normes et des valeurs de l'enfant, mais elle n'en exige pas moins que tous les résultats d'apprentissage prescrits soient abordés et évalués dans le cadre du mode de présentation convenu.

Il est important de situer le terme « autres modes de présentation » par rapport à la politique relative aux autres modes de présentation des sujets délicats. Cette politique stipule que les écoles ne peuvent omettre d'aborder ou d'évaluer des résultats d'apprentissage prescrits du programme d'Éducation à la santé et à la carrière et ce, quels qu'ils soient. Elle précise également qu'aucun élève ne peut être exempté de l'obligation d'atteindre tous les résultats d'apprentissage prescrits de la composante Santé. On s'attend à ce que les élèves qui optent pour un autre mode de présentation abordent les résultats d'apprentissage prescrits de cette composante et qu'ils soient en mesure de manifester leurs connaissances dans ce domaine.

> Pour de l'information supplémentaire sur la politique relative aux autres modes de présentation des sujets délicats, consulter le site Web suivant : www.bced.gov.bc.ca/policy/

### FAÇONS DE TENIR COMPTE DES CONTEXTES LOCAUX

Dans le programme d'études d'Éducation physique M à 7, une certaine flexibilité s'offre à l'enseignant et à l'élève quant aux choix des activités pouvant leur permettre d'atteindre certains résultats d'apprentissage. Cette flexibilité donne aux éducateurs la possibilité de planifier leurs cours en fonction des intérêts particuliers de leurs élèves et du contexte local. Au moment de la sélection des activités, il pourra être pertinent de tenir compte des suggestions des élèves.

### PARTICIPATION DES PARENTS ET DES TUTEURS

La famille joue un rôle essentiel dans le développement des attitudes et des valeurs de l'élève. L'école, quant à elle, joue un rôle de soutien en mettant l'accent sur les résultats d'apprentissage prescrits du programme d'études. Les parents et les tuteurs peuvent appuyer, enrichir et approfondir le programme d'études à la maison.

Il importe d'informer les parents et les tuteurs de tous les aspects du programme d'études d'Éducation physique M à 7. Les enseignants, avec le concours de la direction de l'école et du district, peuvent choisir d'avoir recours aux stratégies suivantes :

- informer les parents, les tuteurs et les élèves des résultats d'apprentissage prescrits pour ce programme d'études, en envoyant des lettres à la maison, en leur donnant un aperçu lors des rencontres parents-enseignants, etc.
- accéder aux demandes des parents et des tuteurs de discuter des plans de cours des diverses unités, des ressources d'apprentissage, etc.

### CRÉATION D'UN MILIEU D'APPRENTISSAGE POSITIF

Les enseignants sont chargés de créer et de favoriser un milieu d'apprentissage dans lequel les élèves se sentent à l'aise pour apprendre et discuter des sujets liés au programme d'études d'Éducation physique M à 7. Voici quelques lignes directrices qui aideront les enseignants à établir et à entretenir un milieu d'apprentissage positif :

- Établir des règles de base très claires pour les activités en classe qui incitent les élèves à respecter et à encourager leurs camarades possédant des niveaux d'habiletés distincts. Favoriser un milieu d'apprentissage qui va permettre aux élèves d'engager des relations positives, respectueuses et coopératives les uns avec les autres.
- Se familiariser avec :
  - les lois pertinentes (p. ex. *Human Rights Code* [Code des droits de la personne]; *Child, Family and Community Services Act* [Loi sur les services aux enfants, à la famille et à la communauté]);
  - les initiatives pertinentes (p. ex. *Des écoles sûres où règnent la bienveillance et la discipline : Guide-ressource*, et *La diversité dans les écoles de la Colombie-Britannique : Document-cadre*);
  - les politiques et protocoles provinciaux et ceux du district scolaire qui se rapportent à la divulgation de renseignements concernant la violence faite aux enfants et la négligence à l'égard des enfants, et à la protection de la vie privée.

Pour plus d'information sur ces politiques et initiatives, consulter les sites Web suivants :

*BC Handbook for Action on Child Abuse and Neglect*
www.mcf.gov.bc.ca/child_protection/pdf/handbook_action_child_abuse.pdf

*Des écoles sûres où règnent la bienveillance et la discipline*
www.bced.gov.bc.ca/sco/

*La diversité dans les écoles de la Colombie-Britannique : Document-cadre*
www.bced.gov.bc.ca/diversity/f_diversity_framework.pdf

*Human Rights Code*
www.qp.gov.bc.ca/statreg/stat/H/96210_01.htm

*Child, Family and Community Services Act*
www.qp.gov.bc.ca/statreg/stat/C/96046_01.htm

- Les activités et les discussions portant sur certains sujets du programme d'Éducation physique M à 7 peuvent engendrer des réactions émotionnelles chez certains élèves. Si de telles situations survenaient, en informer un administrateur ou un conseiller et veiller à ce que les élèves sachent où aller pour demander aide et soutien.
- S'assurer que les groupes ou organismes externes qui font des présentations aux élèves se conforment aux directives du district scolaire lorsqu'ils font leurs présentations. Il doit y avoir un lien direct entre le contenu de la présentation et les résultats d'apprentissage prescrits. Passer en revue tout le matériel que les présentateurs utilisent, et surtout distribuent, pour en vérifier la pertinence.

Il est possible que les enseignants d'éducation physique aient à se servir du contact physique pendant leurs cours pour aider les élèves à maîtriser certaines techniques et à les utiliser de façon sécuritaire lorsqu'ils participent à des activités pendant les cours d'éducation physique. Sachant que les enseignants peuvent se sentir vulnérables face à la possibilité d'incompréhension et de censure du public par rapport à cet aspect de leur instruction en éducation physique, il importe qu'ils consultent la direction d'école et le personnel du district pour s'informer des politiques du district et des directives destinées aux enseignants en éducation physique.

Lors de la création de directives en relation avec cet aspect de l'enseignement de l'éducation physique, il serait bon que les enseignants et les directions d'école tiennent compte des recommandations suivantes :

- Expliquer aux élèves le rôle du contact physique dans le contexte du cours d'éducation physique et la manière dont il favorise l'apprentissage (p. ex. pour montrer la bonne technique, assurer la sécurité de l'élève).
- Encourager les élèves à parler à leur enseignant d'éducation physique si le contact physique les met mal à l'aise.
- Apprendre à interpréter les signes non verbaux des élèves.
- Chaque fois que cela est possible, les enseignants devraient utiliser leur propre corps pour faire les démonstrations d'éducation physique.
- Toujours demander la permission à un élève avant d'avoir recours au contact physique dans le cadre du cours d'éducation physique. Ne jamais utiliser le contact physique sans la permission de l'élève.
- Ne jamais utiliser le contact physique pendant le cours d'éducation physique sans que quelqu'un soit témoin.

### CONFIDENTIALITÉ

La *Freedom of Information and Protection of Privacy Act* (Loi sur l'accès à l'information et sur la protection de la vie privée) s'applique aux élèves, aux employés des districts scolaires et à tous les programmes d'études. Les enseignants, les directions d'école et le personnel des écoles doivent tenir compte des recommandations suivantes :

- Connaître les directives générales de l'école et du district quant aux dispositions de la *Freedom of Information and Protection of Privacy Act* et à la façon dont elles s'appliquent à tous les programmes d'études, y compris le programme d'Éducation physique M à 7.
- Ne pas utiliser le numéro scolaire personnel (NSP) dans les travaux que l'élève tient à garder confidentiels.
- Veiller à ce que les élèves sachent que, s'ils dévoilent de l'information indiquant qu'ils sont en danger, cette information ne peut rester confidentielle.
- Informer les élèves de leurs droits en vertu de la *Freedom of Information and Protection of Privacy Act*, notamment de leur droit d'accès aux renseignements les concernant dans les dossiers scolaires. Informer les parents de leur droit d'accès aux dossiers scolaires de leurs enfants.
- Réduire au minimum le type et la quantité de renseignements personnels inscrits et s'assurer qu'ils ne servent que pour les besoins précis pour lesquels ils ont été recueillis.
- Informer les élèves qu'ils seront les seuls à inscrire des renseignements personnels, à moins qu'eux-mêmes, ou leurs parents, n'aient consenti à ce que les enseignants obtiennent ces renseignements d'autres personnes (y compris leurs parents).
- Expliquer aux élèves et à leurs parents pourquoi on leur demande de fournir des renseignements personnels dans le cadre du programme d'études d'Éducation physique M à 7.
- Informer les élèves et leurs parents qu'ils peuvent demander que l'école corrige ou annote tout renseignement personnel consigné dans les dossiers de l'école, et ce, en vertu de l'article 29 de la *Freedom of Information and Protection of Privacy Act*.
- Faire savoir aux élèves que le droit d'accès des parents aux travaux scolaires de leurs enfants se limite aux renseignements relatifs aux progrès de ces derniers.
- S'assurer que toute information utilisée pour l'évaluation des progrès de l'élève est à jour, exacte et complète.

Pour plus de renseignements sur la confidentialité, consulter le site Web suivant : www.mser.gov.bc.ca/privacyaccess/

### INCLUSION, ÉGALITÉ ET ACCESSIBILITÉ POUR TOUS LES APPRENANTS

Le bagage culturel, les centres d'intérêt et les aptitudes des jeunes qui fréquentent les écoles de la Colombie-Britannique sont très diversifiés. Le système scolaire de la maternelle à la 12e année s'applique à satisfaire les besoins de tous les élèves. Lorsqu'ils choisissent des thèmes, des activités et des ressources pour appuyer l'enseignement du programme d'Éducation physique M à 7, les enseignants devraient s'assurer que leurs choix vont dans le sens de l'inclusion, de l'égalité et de l'accessibilité pour tous les élèves. Ils devraient notamment s'assurer que l'enseignement, l'évaluation et les ressources reflètent cette ouverture à la diversité et comportent des modèles de rôles positifs, des situations pertinentes et des thèmes tels que l'inclusion, le respect et l'acceptation.

La politique gouvernementale favorise les principes d'intégration et d'inclusion des élèves ayant des besoins particuliers. La plupart des activités d'évaluation suggérées dans cet ERI conviendront à tous les élèves, y compris ceux ayant des besoins particuliers et/ou dont l'anglais est la seconde langue. Certaines stratégies devront être adaptées pour permettre à ces élèves d'atteindre les résultats d'apprentissage prescrits.

Le programme d'études peut être adapté ou modifié en vue de permettre à certains élèves ayant des besoins particuliers d'atteindre les résultats d'apprentissage prescrits dans cet ERI.

### *Programmes adaptés*

Un programme adapté aborde les résultats d'apprentissage du programme officiel, mais en adapte certains. Ces adaptations incluent des formats différents pour les ressources, pour les stratégies d'enseignement et pour les procédures d'évaluation. On fera aussi des adaptations au niveau de l'enchaînement des compétences, du rythme, de la méthodologie, du matériel, de la technologie, de l'équipement, des services et de l'environnement. Les élèves qui participent à des programmes adaptés sont évalués selon les normes accompagnant le programme et reçoivent les mêmes crédits que les autres.

Voici des exemples de stratégies susceptibles d'aider l'élève ayant des besoins particuliers à réussir en éducation physique :

- Adapter la tâche à accomplir en la simplifiant ou en substituant des compétences, tout en maintenant l'intégrité de l'activité/du résultat visé.
- Adapter la tâche à accomplir en la rendant plus complexe ou moins complexe.
- Adapter les règlements et le système utilisé pour compter les points (p. ex. permettre à l'élève de frapper un objet avec le pied au lieu de le lancer).
- Adapter l'équipement sportif (p. ex. plus petit, plus mou, ou plus léger) ou l'environnement (en salle plutôt qu'en plein air).
- Offrir à l'élève des occasions supplémentaires de s'entraîner et de faire des exercices, et davantage de temps.
- Adapter les critères d'évaluation de manière à répondre aux besoins particuliers de l'élève.
- Adapter le nombre d'activités que l'élève est censé exécuter.
- Augmenter l'aide à l'apprentissage.
- Adapter les attentes relatives à la façon dont l'élève est censé assimiler l'enseignement.
- Adapter le concept de participation active à une activité.

### *Programmes modifiés*

Un programme modifié vise des résultats d'apprentissage qui diffèrent passablement de ceux du programme d'études officiel et qui ont été choisis spécifiquement pour répondre aux besoins particuliers de l'élève. Un élève inscrit à un programme modifié est évalué en fonction des buts et objectifs établis dans son plan d'apprentissage individualisé.

Voici des exemples de stratégies susceptibles d'aider l'élève qui participe à un programme modifié :

- Assigner à l'élève une aide personnelle (des pairs ou des aides-enseignants par exemple).
- Fixer des objectifs personnalisés qui tiennent compte des résultats d'apprentissage prescrits mais sont adaptés pour répondre à ses besoins particuliers.
- Modifier le cours en offrant à l'élève ayant des besoins particuliers la possibilité de participer à des activités parallèles.

Pour plus d'information sur les ressources et les services d'appoint offerts aux élèves ayant des besoins particuliers, consulter le site Web suivant : www.bced.gov.bc.ca/specialed/

## COLLABORATION AVEC L'ÉCOLE ET LA COMMUNAUTÉ

Ce programme d'études aborde une vaste gamme de compétences et de connaissances que les élèves continuent d'acquérir dans d'autres aspects de leur vie. Il importe de reconnaître que l'apprentissage relatif à ce programme d'études dépasse le cadre de la salle de classe.

Des initiatives lancées par l'école, le district ou la province — telles que Action Schools! BC, les équipes de sport parallèles au programme ou communautaires et les centres de loisirs communautaires — complètent et approfondissent l'apprentissage acquis

dans le cadre du cours d'Éducation physique M à 7. Les organismes communautaires, par l'entremise de ressources d'apprentissage élaborées localement, de conférenciers et d'ateliers, et en mettant des installations à disposition des écoles, peuvent aussi contribuer au succès du programme d'Éducation physique M à 7. Les enseignants peuvent tirer parti des compétences spécialisées de ces organismes communautaires et de leurs membres.

Simultanément, le fait d'inviter des personnes-ressources de l'extérieur constitue un moyen efficace d'enrichir le contenu, de mettre en évidence et en pratique le savoir écouter et de faire connaître aux élèves différents points de vue. La présence de personnes-ressources fournit aussi des occasions de discuter et de débattre de certaines questions et offre un sujet de départ pour rédiger un texte. Elle rend l'apprentissage plus concret et plus pertinent. Une table ronde est aussi un bon moyen de présenter en même temps plusieurs points de vue sur un sujet.

Dans le cadre du cours d'Éducation physique M à 7, il convient de choisir comme conférenciers des athlètes professionnels et de la communauté, des entraîneurs, des professionnels de la santé, des conseillers et d'autres experts dans le domaine.

Voici quelques recommandations visant à assurer la réussite de la visite d'une personne-ressource :

- Préciser la nature de la présentation (p. ex. démonstration, activité, questions et réponses). Veiller à ce que les conférenciers comprennent bien le but de leur présentation, la structure de l'activité et le temps qui leur est alloué; s'assurer qu'ils ont connaissance des habiletés et des niveaux de développement des élèves. Passer en revue tout le matériel et l'équipement qu'ils utilisent pour vérifier qu'il est adéquat.
- Connaître les directives du district concernant les présentateurs externes et veiller à ce que les invités se conforment à ces directives.
- Lorsqu'il y a lieu, donner aux élèves la responsabilité de contacter le ou les conférenciers avant la présentation et de prendre les dispositions logistiques nécessaires.

### LIENS AVEC LES AUTRES PROGRAMMES

Au niveau élémentaire en particulier, l'apprentissage et l'enseignement se font de manière intégrée et ne respectent pas toujours les limites d'une matière donnée. Les enseignants d'éducation physique peuvent trouver des façons de mettre en relation l'apprentissage en éducation physique avec un ou plusieurs programmes prescrits par la province :

- Danse
- Éducation à la santé et à la carrière — rôle de l'activité physique dans un mode de vie sain et équilibré; importance d'équilibrer nutrition et activité physique; sécurité et prévention des blessures; résolution de problèmes
- Sciences — les systèmes du corps humain (5e année)
- Sciences humaines — processus de groupe et travail d'équipe, leadership

Quelle que soit l'approche utilisée pour créer des liens entre ces différentes matières, il est important de garantir l'intégrité de chacune et de s'assurer que tous les résultats d'apprentissage prescrits sont abordés.

Tous les programmes provinciaux peuvent être consultés en ligne à l'adresse suivante : www.bced.gov.bc.ca/irp/firp.htm

### COLLABORATION AVEC LA COMMUNAUTÉ AUTOCHTONE

Le ministère de l'Éducation veille à ce que tous ses programmes d'études tiennent compte des cultures et de la contribution des peuples autochtones de la Colombie-Britannique. Pour aborder dans la classe ces sujets avec exactitude et en respectant les concepts d'enseignement et d'apprentissage des autochtones, il est souhaitable que les enseignants cherchent conseil et appui auprès des communautés autochtones locales. La langue et la culture des autochtones varient d'une communauté à l'autre et ces communautés ne disposent pas toutes des mêmes ressources. De plus, chacune aura ses propres règles quant à l'intégration des connaissances et des compétences locales. Pour lancer la discussion sur les activités d'enseignement et d'évaluation possibles, les enseignants doivent d'abord communiquer avec les coordonnateurs, les enseignants, le personnel de soutien et les conseillers en matière d'éducation

autochtone de leur district. Ceux-ci pourront les aider à déterminer les ressources locales et à trouver les personnes-ressources comme les aînés, les chefs, les conseils de tribu ou de bande, les centres culturels autochtones, les centres d'amitié autochtones ou les organisations des Métis ou des Inuits.

Par ailleurs, les enseignants pourront désirer consulter les diverses publications du ministère de l'Éducation, dont la section « Planning your Program » du document *Shared Learnings*. Cette ressource a été élaborée dans le but d'aider tous les enseignants à donner à leurs élèves la possibilité de se renseigner et de partager certaines expériences avec les peuples autochtones de la Colombie-Britannique.

Pour plus d'information sur ces documents, consulter le site Web de l'éducation autochtone : www.bced.gov.bc.ca/abed/welcome.htm

### Technologies de l'information et des communications

L'étude des technologies de l'information et des communications prend de plus en plus d'importance dans la société. Les élèves doivent être capables d'acquérir et d'analyser de l'information, de raisonner et de communiquer, de prendre des décisions éclairées, et de comprendre et d'utiliser les technologies de l'information et des communications à des fins diverses. Il importe que les élèves développent ces compétences pour en tirer parti dans leurs études, leur carrière future et leur vie quotidienne.

La compétence en technologies de l'information et des communications se définit comme la capacité d'obtenir et de partager des connaissances par l'entremise de recherches, d'études, de l'enseignement ou de la transmission de l'information au moyen de supports médiatiques. Pour devenir compétent dans ce domaine, l'élève doit être capable de trouver, de rassembler, d'évaluer et de communiquer de l'information au moyen d'outils technologiques; il doit aussi développer les connaissances et les compétences nécessaires afin d'utiliser efficacement ces outils technologiques et de résoudre les problèmes éventuels. Pour être jugé compétent dans ce domaine, l'élève doit de plus être capable de comprendre les questions éthiques et sociales liées à l'utilisation des technologies de l'information et des communications et d'en faire une évaluation critique.

### Droit d'auteur et responsabilité

Le droit d'auteur garantit la protection des œuvres littéraires, dramatiques, artistiques et musicales; des enregistrements sonores; des représentations d'une œuvre en public et des signaux de communication. Le droit d'auteur donne aux créateurs le droit, devant la loi, d'être rémunérés pour leurs œuvres et d'en contrôler l'utilisation. La loi permet quelques exceptions pour les écoles (c.-à-d. du matériel spécifique autorisé), mais ces exceptions sont très limitées, par exemple la reproduction de matériel pour des recherches ou des études privées. La *Loi sur le droit d'auteur* précise de quelle façon les ressources peuvent être utilisées en classe et par les élèves à la maison.

Pour respecter le droit d'auteur, il faut comprendre la loi. Les actions suivantes sont illégales, à moins que le détenteur d'un droit d'auteur en ait donné l'autorisation :

- Reproduire du matériel et photocopier des documents protégés par un droit d'auteur dans le but d'éviter l'achat de la ressource originale, quelle qu'en soit la raison.
- Reproduire du matériel et photocopier des documents protégés par un droit d'auteur, sauf s'il s'agit d'une très petite portion; dans certains cas, la loi permet de reproduire une oeuvre entière, par exemple dans le cas d'un article de journal ou d'une photographie, pour les besoins d'une recherche, d'une étude privée, d'une critique ou d'une analyse.
- Faire écouter des émissions de radio ou de télévision aux élèves d'une classe, à moins que l'écoute ne soit autorisée à des fins pédagogiques (il existe des exceptions, telles les émissions d'actualités et de commentaires d'actualités diffusées il y a moins d'une année et soumises par la loi à des obligations de tenue de dossiers; pour d'autres détails, consulter le site Web indiqué à la fin de cette section).
- Photocopier des partitions musicales, des cahiers d'exercices, du matériel pédagogique, des modes d'emploi, des guides pédagogiques et des tests et examens disponibles sur le marché.
- Montrer à l'école des vidéos n'ayant pas reçu l'autorisation d'être présentées en public.
- Jouer de la musique ou interpréter des œuvres protégées par un droit d'auteur lors de spectacles (c.-à.-d. autrement que pour un objectif pédagogique précis).

- Reproduire des œuvres tirées d'Internet s'il n'y a aucun message indiquant expressément que l'œuvre peut être reproduite.

Le détenteur d'un droit d'auteur ou son représentant doit donner son autorisation par écrit. Cette autorisation peut aussi donner le droit de reproduire ou d'utiliser tout le matériel protégé ou seulement une partie de celui-ci par l'entremise d'un contrat de licence ou d'une entente. Beaucoup de créateurs, d'éditeurs et de producteurs ont formé des groupes ou des « sociétés de gestion collective » pour négocier les redevances et les conditions de reproduction auxquelles doivent se soumettre les établissements scolaires. Il est important de connaître les contrats de licence utilisés et la façon dont ces contrats influent sur les activités auxquelles participent les écoles. Certains contrats de licence peuvent aussi comporter des redevances qui varient en fonction de la quantité de matériel photocopié ou de la durée des représentations. Dans de tels cas, il importe de déterminer la valeur éducative et la qualité du matériel à reproduire, de façon à protéger l'école contre les risques financiers auxquels elle pourrait être exposée (donc, ne reproduire que les portions du matériel qui répondent à un objectif pédagogique).

Les professionnels de l'éducation, les parents et les élèves doivent respecter la valeur d'un travail intellectuel original et reconnaître l'importance de ne pas plagier le travail d'autrui. Ce travail ne doit jamais être utilisé sans autorisation.

Pour obtenir d'autres renseignements sur le droit d'auteur, consulter le site Web suivant : www.cmec.ca/copyright/indexf.stm

### ADAPTER L'ENSEIGNEMENT AU NIVEAU DE DÉVELOPPEMENT DES ÉLÈVES

Lorsqu'ils structurent un programme d'éducation physique de manière à répondre aux besoins de tous les apprenants, les enseignants devraient prendre en compte les niveaux de développement psychomoteur, cognitif et affectif des élèves. Les tableaux qui figurent aux pages suivantes ont été élaborés à cette fin et décrivent les caractéristiques des élèves à trois niveaux de développement, ainsi que les types d'activités physiques généralement adaptées à chacun.

Ces tableaux illustrent un continuum d'apprentissage qui correspond à l'évolution typique d'un élève à des âges définis; cependant, des différences existent entre les élèves.

### SÉCURITÉ

Il importe que les éducateurs se souviennent des directives de sécurité suivantes pendant les cours d'éducation physique :

- Inclure des exercices d'échauffement et de récupération dans toutes les activités et, avec les élèves, souligner l'importance de tels exercices pour leur sécurité physique.
- Établir des directives ayant trait aux tenues vestimentaires, chaussures et coiffures appropriées à l'activité physique, ainsi qu'au port de bijoux.
- Insister sur les règlements et les comportements acceptables visant à ne pas outrepasser les limites, utiliser l'équipement de façon sécuritaire et, le cas échéant, porter de l'équipement de protection (p. ex. un casque) dans toutes les activités physiques.
- Établir des directives pour arrêter ou démarrer une activité en réponse à un signal.
- S'assurer que les élèves connaissent les règlements et directives relatives à l'utilisation de matériel nouveau.
- Obtenir l'aide d'autres enseignants, de parents bénévoles ou d'élèves plus âgés pour observer les élèves durant des activités physiques comme la gymnastique.
- S'assurer que les élèves sont au courant des procédures à respecter en cas d'urgence.

Les enseignants peuvent accéder à un certain nombre de ressources ayant trait aux règles de sécurité en éducation physique, qui concernent à la fois des activités précises et d'autres, plus générales. Une de ces ressources s'intitule *Safety Guidelines for Policy Development* et a été publiée en Saskatchewan en 1998.

Cette ressource peut être consultée en ligne à l'adresse suivante : www.sasked.gov.sk.ca/docs/physed/safe/index.html

## NIVEAU DE DÉVELOPPEMENT 1 (ENFANTS D'ENVIRON 5 À 7 ANS, DE LA MATERNELLE À LA 2e ANNÉE)

| Caractéristiques et champs d'intérêt | Directives du programme |
|---|---|
| | ***Domaine psychomoteur*** |
| Bruyant, continuellement actif, égocentrique. Se donne en spectacle. Imitateur et plein d'imagination. Veut attirer l'attention. | Intégrer des jeux athlétiques et des acrobaties, des jeux comportant des rôles individuels (activités de poursuite, activité théâtrale, dramatisation de récits) et quelques jeux ou relais. |
| Les grands muscles sont davantage développés; habiletés de jeu peu développés. | Donner l'occasion de se surpasser dans le cadre de mouvements variés. Développer des habiletés techniques pour lancer, recevoir et faire rebondir un ballon. |
| Sens naturel du rythme. | Ajouter de la musique et du rythme aux techniques. Offrir des rythmes créatifs, de la danse folklorique et des chansons accompagnées de mouvements et de gestes. |
| Se fatigue subitement, mais récupère vite. | Faire des activités de courte durée. Offrir de courtes périodes de repos ou alterner les activités exigeant un effort physique et les activités moins vigoureuses. |
| Développe sa coordination main-oeil. | Donner l'occasion de manipuler des objets différents tels que des ballons, des petites poches de sable et des cerceaux. |
| Perfectionne ses habiletés perceptuelles. | Faire des exercices d'équilibre – mouvements unilatéraux, bilatéraux et latéraux croisés. |
| Peut présenter une inclinaison prononcée du bassin. | Être attentif aux problèmes de posture. Intégrer des activités qui renforcent l'abdomen. |
| | ***Domaine cognitif*** |
| Durée d'attention brève. | Changer souvent d'activité. Expliquer brièvement. |
| Intéressé à ce que le corps peut faire. Curieux. | Offrir des expériences centrées sur le mouvement. Observer le développement du mouvement. |
| Veut savoir. Demande souvent *pourquoi* en matière de mouvement. | Expliquer les raisons des diverses activités et la base du mouvement. |
| Exprime ses opinions et idées personnelles. | Donner aux enfants le temps d'être créatifs. S'attendre à des problèmes lorsque les enfants doivent se ranger en ligne et attendre pour exécuter la même tâche. |
| Commence à comprendre le concept du travail d'équipe. | Prévoir des situations qui exigent une coopération de groupe. Discuter de l'importance de cette coopération. |
| Plus grand sens de l'humour. | Intégrer l'humour au processus d'enseignement. |
| Très créatif. | Laisser les élèves essayer de nouvelles façons d'exécuter les activités; le partage des idées entre amis favorise la créativité. |
| | ***Domaine affectif*** |
| Ne fait pas de différence entre les activités de filles et les activités de garçons. | Organiser les mêmes activités pour les garçons et les filles. |
| Sensible et individualiste; concept de soi très important. | Enseigner l'art d'agir à tour de rôle, de partager et de savoir gagner, perdre ou de se faire attraper de bonne grâce. |
| Accepte mal la défaite. Aime les activités en petit groupe. | Faire appel au groupe entier avec modération. Former des petits groupes. |
| Sensible aux sentiments des adultes. Aime plaire à l'enseignant. | Féliciter et encourager souvent. |
| Peut être imprudent. | Défis physiques et culbutes. |
| Aime les activités physiques désordonnées. | Intégrer aux activités préparatoires et à celles du programme des exercices où les élèves font des roulades et se laissent tomber à terre, ainsi de suite. Mettre l'accent sur les culbutes et les acrobaties simples. |
| Cherche l'attention personnelle. | Témoigner de la reconnaissance aux élèves d'une façon individuelle, verbale ou non. Assurez-vous de donner à chacun l'occasion d'être au centre de l'attention. |
| Aime grimper et explorer l'environnement du jeu. | Fournir le matériel de jeu, les jeux et les agrès utilisés pour renforcer les grands muscles des jambes (p. ex. tours à grimper, cordes, cordes à sauter, parcours sportifs miniatures et barres fixes). |

## NIVEAU DE DÉVELOPPEMENT 2 (ENFANTS D'ENVIRON 8 À 9 ANS, DE 3e ET 4e ANNÉES)

| Caractéristiques et champs d'intérêt | Directives du programme |
|---|---|
| | ***Domaine psychomoteur*** |
| Capable de mouvement rythmique. | Continuer les rythmes créatifs, les chansons accompagnées de mouvements et de gestes et la danse folklorique. |
| Amélioration de la coordination main-oeil et de l'habileté perceptivo-motrice. | Donner l'occasion d'utiliser des appareils de manipulation manuelle. Proposer de faire des expériences avec le mouvement et de pratiquer les habiletés perceptivo-motrices (mouvements vers la droite et la gauche, unilatéraux, bilatéraux et latéraux croisés). |
| Plus grand intérêt pour les sports. | Commencer l'initiation au sport et les habiletés s'y rapportant; organiser des activités préparatoires simples. |
| Dans certains cas, développe un scénario d'habiletés pour le sport. | Insister sur la pratique de ces domaines d'habiletés à l'aide de jeux de ballons, d'acrobaties et de scénarios rythmiques simples. |
| Plus grand intérêt pour la condition physique. | Introduire certaines techniques spécialisées de condition physique en 3e année. |
| Réagit lentement. | Éviter les jeux de ballon très structurés qui exigent de la rapidité et de l'exactitude. |
| | ***Domaine cognitif*** |
| Encore actif, mais est capable de prêter attention plus longtemps. S'intéresse plus aux jeux en groupes. | Inclure un programme visant les grands muscles, et un plus grand nombre d'activités de groupe. Commencer à intégrer le concept d'équipe aux activités et relais. |
| Curieux de voir ce qu'il peut faire. Aime être mis au défi et essaiera tout ce qu'il peut. | Offrir des défis comprenant notamment des exigences et des mouvements plus difficiles dans le cadre des acrobaties, des culbutes et des exercices avec les agrès. Insister sur la sécurité et le bon jugement. |
| S'intéresse aux activités de groupe; développement de l'habileté à planifier avec les autres. | Offrir des activités de groupe et des danses simples qui demandent la coopération d'un partenaire ou d'une équipe. |
| | ***Domaine affectif*** |
| Aime le contact physique et les jeux de combat. | Inclure des jeux d'esquive, et autres jeux vigoureux, de même que des roulades acrobatiques. |
| Plus grand intérêt pour les techniques. Veut exceller. | Structurer l'entraînement à l'aide de techniques variées : lancer, réception et déplacement, et autres. |
| Plus grande conscience sociale. | Enseigner le besoin de respecter les règles du jeu, et de jouer avec un esprit sportif. Enseigner les coutumes sociales et la courtoisie dans le cadre de scénarios rythmiques. |
| Aime réussir et être admiré pour ses réussites. | Commencer à mettre l'accent sur la qualité. Donner l'occasion d'en faire preuve. |
| Fondamentalement honnête et droit. | Croire les enfants sur parole. Leur donner l'occasion de faire preuve de confiance dans le cadre des jeux et des relais. |
| Ne perd pas volontiers. | Donner l'occasion aux enfants d'accepter la défaite de bonne grâce et de gagner avec modestie. |
| Fait toujours peu de différence entre les sexes. | Éviter de séparer les garçons et des filles pendant les activités. |

(Tableaux des pages 24 et 25 reproduits de *Dynamic Physical Education for Elementary School Children, Canadian Edition*, Pangrazi and Gibbons, 2003, Pearson Education Canada, avec la permission de Pearson Canada.)

## NIVEAU DE DÉVELOPPEMENT 3 (ENFANTS D'ENVIRON 10 À 12 ANS, DE LA 5e À LA 7e ANNÉE)

| Caractéristiques et champs d'intérêt | Directives du programme |
|---|---|
| | ***Domaine psychomoteur*** |
| Croissance régulière. Les filles grandissent souvent plus rapidement que les garçons. | Poursuivre un programme énergique afin d'améliorer le développement physique. |
| Amélioration de la coordination musculaire et des habiletés. S'intéresse aux techniques d'apprentissage détaillées. | Continuer de mettre l'emphase sur les aptitudes à enseigner à l'aide d'exercices, de jeux préparatoires et de périodes de pratique libre. Mettre l'accent sur la bonne méthode d'exécution. |
| Différences entre la capacité physique et le développement des habiletés. | Établir des normes flexibles de sorte que tous les élèves réussissent. Dans le cadre des activités en équipe, jumeler des équipes de force égale afin que les niveaux d'habiletés personnelles soient moins évidents. |
| Manifestation possible de problèmes de posture. | Corriger la posture et donner des instructions particulières sur la posture; mettre l'accent sur l'effet du port corporel sur le concept de soi. |
| Les filles de 6e année peuvent présenter des signes de maturité, elles ne voudront peut-être pas participer à toutes les activités avec les garçons. | Prendre leurs problèmes en considération. Encourager la participation sur une base limitée, au besoin. |
| Les garçons de 6e année sont plus brusques et plus forts. | Garder les garçons avec les filles dans le cadre du développement des habiletés, mais les séparer lorsqu'il s'agit de certaines activités plus brusques et compétitives. |
| | ***Domaine cognitif*** |
| Veut connaître les règles du jeu. | Intégrer l'apprentissage des règles, des règlements et des traditions. |
| Connaît et s'intéresse aux stratégies des jeux et des sports. | Mettre l'accent sur la stratégie, à la différence de déployer tout simplement une habileté sans tenir compte du contexte. |
| Pose des questions sur la pertinence et l'importance des diverses activités. | Expliquer régulièrement les raisons d'exécuter les activités et d'acquérir les diverses habiletés. |
| Veut de l'information sur l'importance de la condition physique et sur des sujets liés à la santé. | Intégrer aux plans de leçon de brèves explications sur la façon dont les diverses activités favorisent la croissance et le développement. |
| | ***Domaine affectif*** |
| Aime les activités d'équipe et de groupe. Compétiteur avide. | Intégrer de nombreux jeux d'équipe, de relais et de lutte. |
| S'intéresse beaucoup aux sports et aux activités liées aux sports. | Proposer plusieurs sports de saison en mettant l'accent sur les jeux préparatoires. |
| S'intéresse peu au sexe opposé. Manifestation possible d'un certain antagonisme. | Proposer des activités éducatives portant sur les différences individuelles de tous les participants, sans égard au sexe. |
| Acceptation de sa propre responsabilité. Forte augmentation de sa recherche d'indépendance. | Donner régulièrement des occasions de mener et de suivre. Faire participer les élèves aux procédures d'évaluation. |
| Fort désir d'exceller dans ses habiletés et sa capacité physique. | Mettre l'accent sur la condition physique. Intégrer des sondages sur les habiletés et la condition physique afin de motiver les élèves et de mesurer leurs progrès. |
| L'esprit sportif est une question qui préoccupe les enseignants et les élèves. | Établir et appliquer des règles équitables. Lors de l'application, expliquer pourquoi les règles et la coopération sont nécessaires aux jeux. |
| Importance du groupe d'amis. Veut faire partie d'un groupe. | Mettre l'accent sur la coopération de groupe dans le jeu et au sein des équipes. Alterner les rôles des membres de l'équipe, ainsi que sa composition. |

(Tableau reproduit de *Dynamic Physical Education for Elementary School Children, Canadian Edition*, Pangrazi and Gibbons, 2003, Pearson Education Canada, avec la permission de Pearson Canada.)

### CRÉER DES SUITES DE MOUVEMENTS

Les résultats d'apprentissage prescrits du programme d'Éducation physique M à 7 fournissent aux élèves diverses occasions de mettre en pratique les habiletés de mouvements qu'ils ont apprises en créant des suites de mouvements. Ces suites peuvent être réalisées dans le cadre d'activités issues de n'importe quelle catégorie d'activités, à savoir des activités menées en milieux externes, de la danse, des jeux, de la gymnastique, ou encore des activités individuelles et à deux.

Un élève seul peut créer des suites de mouvements, mais cette activité acquière une dimension coopérative et collaborative lorsqu'elle est réalisée avec un partenaire ou en groupe.

S'il est vrai que le processus de création de suites de mouvements peut prendre des formes très variées, il serait bon que les enseignants tiennent compte des étapes suivantes :

- Organiser une activité de remue-méninges et articuler la suite de mouvements autour d'une idée particulière (p. ex. un thème, une musique).
- Explorer les possibilités de mouvements.
- Choisir plusieurs habiletés de mouvements.
- S'entraîner à exécuter les habiletés de mouvement jusqu'à ce qu'elles soient bien maîtrisées.
- Organiser les habiletés de mouvement en suivant un ordre précis (p. ex. ABBA, ABC, début-milieu-fin).
- S'entraîner à exécuter la suite de mouvements et l'améliorer.
- Présenter la suite de mouvements (p. ex. en vue d'obtenir des commentaires des pairs ou d'être évalué par l'enseignant).
- Réaliser une autoévaluation et réfléchir à ce qui a été accompli.

### INCORPORER DE LA MUSIQUE DANS LES ACTIVITÉS PHYSIQUES

De nombeuses activités physiques issues des cinq catégories d'activités peuvent bénéficier de l'apport de musique, en particulier lorsque les habiletés sont exécutées en suites ou qu'un rythme particulier ou un tempo est nécessaire.

Il est parfois opportun de laisser les élèves choisir la musique qu'ils souhaitent utiliser dans le cadre des cours d'éducation physique. Le cas échéant, il est préférable que les enseignants vérifient que les choix des élèves sont adéquats.

### STRATÉGIES UTILISÉES POUR FORMER DES ÉQUIPES

Un défi que rencontrent les enseignants d'éducation physique est celui de faire de la sélection de partenaires et d'équipes un processus équitable et qui englobe tous les élèves. Voici quelques suggestions pour former des groupes et des équipes dans les activités d'éducation physique :

- Demander aux élèves de se ranger par ordre de grandeur (du plus grand au plus petit) et alterner.
- Demander aux élèves de se ranger par ordre de date de naissance.
- Écrire le nom des élèves sur des morceaux de papier ou des bâtonnets et les piger au hasard.
- Choisir des cartes à jouer et assigner une équipe selon la suite, la couleur ou le nombre; utiliser des bâtonnets, des fiches cartonnées, etc., numéroté(e)s ou correspondant à un code de couleur, et alterner.
- Former des équipes présélectionnées.
- Former les équipes/sélectionner les partenaires selon un roulement au sein de la classe.
- Les équipes sont formées par l'enseignant, surtout lorsque celui-ci connaît le niveau des élèves — ceci est un exemple de sélection impartiale; les élèves réalisent que les activités sont plus plaisantes lorsque les équipes sont équilibrées.

Quelle que soit la méthode choisie pour former les équipes, établir, avec les élèves, des directives ayant trait aux comportements adaptés pour fonctionner en groupe et faire preuve d'esprit sportif.

### CONSIDÉRATIONS RELATIVES À LA PLANIFICATION

Le tableau qui suit offre un aperçu de la planification et se propose d'aider les enseignants à se préparer à enseigner l'éducation physique à tous les niveaux.

| Planification | |
|---|---|
| **Objectif** | Choisir les résultats d'apprentissage prescrits qui conviennent en essayant, autant que possible, de les tirer de chacune des composantes du programme d'études : Vie active; Habiletés de mouvement; Sécurité, esprit sportif et leadership. |
| **Activité** | Choisir une activité précise pour enseigner le concept. Au cours de l'année, faire appel à une gamme d'activités en salle et en plein air représentant chaque catégorie d'activités : activités hors du terrain de l'école, danse, jeux, gymnastique et activités individuelles et à deux. (Pour des suggestions d'activités qui peuvent être utilisées en vue de développer des habiletés de mouvement spécifiques, voir le tableau présenté précédemment dans la présente section de l'ERI.) |
| **Évaluation** | Définir les critères d'évaluation (pour ce faire, utiliser les indicateurs de réussite proposés correspondant à chaque résultat d'apprentissage prescrit comme point de départ) qui décrit ce que les élèves doivent être capables de faire à la fin de l'activité ou de la série d'activités.<br><br>Sélectionner les outils et les méthodes qui vont permettre de réunir des renseignements sur l'apprentissage des élèves. L'évaluation peut avoir lieu sur une base continue (formative) ou en fin d'unité (sommative). |
| **Lieu** | Choisir un ou des lieu(x) où l'activité pourra se dérouler : en salle ou en plein air, à l'école ou dans la communauté (p. ex. la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; dans des installations communautaires, telles que les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires). |
| **Équipement** | Choisir l'équipement nécessaire. Souligner toute préoccupation relative à la sécurité lors de l'utilisation de l'équipement. |
| **Prestation** | |
| **Jeux libres** | Une fois que les élèves se sont mis en tenue (selon le cas), leur permettre de jouer librement pendant quelques minutes avec l'équipement approprié, le temps que toute la classe se regroupe. |
| **Entrée en matière et échauffement** | Choisir pour débuter une activité qui permet de présenter ou de revoir les habiletés ou les concepts qui feront l'objet du cours. Choisir des exercices d'échauffement destinés à échauffer les muscles et les articulations spécifiques qui vont être sollicités (p. ex. étirements dynamiques, course sur place, sprints, poursuite, Suivez le chef, danse libre, activités en musique). Les élèves peuvent également profiter de l'entrée en matière et du temps d'échauffement pour participer à des activités allant de modérées à énergiques qui vont permettre d'accroître leur rythme cardiaque. Un échauffement devrait prendre de trois à six minutes, quelle que soit la durée de l'activité générale qui va suivre. |
| **Exploration et développement d'habiletés** | Enseigner de nouvelles habiletés et de nouveaux concepts, à l'aide de diverses techniques; prévoir des activités permettant aux élèves de s'exercer et de s'améliorer. Souligner l'importance des mesures de sécurité (selon le cas). Le développement d'habiletés peut se faire progressivement en passant d'activités individuelles à des activités à deux ou à des activités en groupe. |
| **Exercice et mise en pratique** | Choisir des activités qui permettront aux élèves de mettre en pratique, de diverses manières, les connaissances, les habiletés et les tactiques acquises durant le cours (p. ex. à deux ou en équipe, avec de l'équipement précis, créer des suites de mouvements, inventer de nouvelles règles et adapter les activités, organiser des ateliers d'activités et exécuter une activité devant le reste de la classe). La mise en pratique devrait fournir aux élèves des occasions de participer et de s'exercer, plutôt que de se concentrer uniquement sur des jeux compétitifs obéissant aux règlements habituels. |
| **Conclusion et récupération** | Choisir des activités susceptibles d'accroître l'apprentissage et vérifier si tous les élèves comprennent la matière présentée en les interrogeant, ou en leur demandant d'exécuter ou d'expliquer ce qu'ils ont appris. La conclusion devrait avoir lieu en même temps que les activités de récupération (p. ex. étirements, marche) qui contribuent à un retour à un rythme cardiaque normal et aident les élèves à se concentrer sur l'activité qui va suivre. Les exercices de récupération devraient durer de trois à six minutes environ, quelle que soit la durée de l'activité générale. |

# RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

## *Éducation physique M à 7*

Les *résultats d'apprentissage prescrits* représentent les normes de contenu des programmes d'études provinciaux; ils forment le programme d'études prescrit. Clairement énoncés et exprimés en termes mesurables et observables, les résultats d'apprentissage précisent les attitudes, les compétences et les connaissances requises, ce que les élèves sont censés savoir et savoir faire à la fin du cours et de l'année en question.

Les écoles ont la responsabilité de veiller à ce que tous les résultats d'apprentissage de ce programme d'études soient atteints; cependant, elles jouissent aussi d'une certaine latitude quant aux meilleurs moyens de présenter le programme d'études.

On s'attend à ce que le rendement de l'élève varie relativement aux résultats d'apprentissage. L'évaluation, la transmission des résultats et le classement de l'élève en fonction de ces résultats d'apprentissage dépendent de l'expérience et du jugement professionnel des enseignants qui se fondent sur les politiques provinciales.

Les résultats d'apprentissage prescrits du cours d'Éducation physique M à 7 sont présentés par année et par composante et sous-composante; ils comportent aussi, par souci de commodité, un code alphanumérique; cependant, l'enseignant n'est pas obligé de suivre l'ordre dans lequel ils sont présentés.

### FORMULATION DES RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

Tous les résultats d'apprentissage prescrits complètent l'énoncé suivant : « On s'attend à ce que l'élève puisse… »

Lorsque les termes « y compris », « incluant » ou « entre autres » sont utilisés pour introduire une liste d'éléments faisant partie d'un résultat d'apprentissage prescrit, tous les éléments énumérés **doivent être étudiés.** Ceux-ci représentent en effet un groupe d'exigences minimales associées à l'exigence générale définie par le résultat d'apprentissage. Toutefois, ces listes ne sont pas nécessairement exhaustives et les enseignants peuvent y ajouter d'autres éléments relatifs à l'exigence générale définie par le résultat d'apprentissage.

À l'inverse, lorsque l'abréviation « p. ex. » (par exemple) apparaît dans un résultat d'apprentissage prescrit, elle ne fait qu'introduire une liste d'éléments cités en vue d'illustrer un propos ou de le clarifier. Ces éléments **n'ont pas un caractère obligatoire.** Présentée entre parenthèses, la liste d'éléments introduits par « p. ex. » n'est ni exhaustive ni normative, et n'est organisée ni par ordre d'importance, ni par ordre de priorité. Les enseignants sont libres d'y substituer des éléments de leur choix s'ils les jugent conformes aux résultats d'apprentissage prescrits.

### DOMAINES D'APPRENTISSAGE

Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage suivants : cognitif, psychomoteur et affectif. Les définitions suivantes des trois domaines sont fondées sur la taxonomie de Bloom.

Le **domaine cognitif** porte sur le rappel ou la reconnaissance des connaissances et sur le développement des aptitudes intellectuelles. Le domaine cognitif se subdivise en trois niveaux : la connaissance, la compréhension et l'application, et les processus mentaux supérieurs. Ces niveaux se reconnaissent par le verbe utilisé dans les résultats d'apprentissage et illustrent de quelle façon se fait l'apprentissage de l'élève au fil du temps.

- *La connaissance* englobe les comportements qui mettent l'accent sur la reconnaissance ou le rappel d'idées, d'éléments matériels ou de phénomènes.
- *La compréhension et l'application* représentent la capacité de saisir le message littéral d'une communication ainsi que la capacité d'appliquer des théories, des principes, des idées ou des méthodes à une nouvelle situation.
- *Les processus mentaux supérieurs* incluent l'analyse, la synthèse et l'évaluation. Ils intègrent les niveaux cognitifs de la connaissance et de la compréhension et de l'application.

Le **domaine affectif** a trait aux attitudes, aux croyances et à l'ensemble des valeurs et des systèmes de valeurs.

Le **domaine psychomoteur** porte sur les aspects de l'apprentissage associés au mouvement du corps et au développement des habiletés motrices; il intègre les aspects cognitif et affectif aux performances physiques.

Les domaines d'apprentissage et les différents niveaux du domaine cognitif constituent aussi les éléments de base des tableaux de survol de l'évaluation qui sont présentés dans le Modèle d'évaluation formative correspondant à chaque année d'études.

# RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

## *Par année*

## Maternelle

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 reconnaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, maintient la santé du coeur)
A2 nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer
A3 expliquer l'importance du rôle de la nourriture comme source d'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique

***Participation***

A4 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 exécuter des mouvements tout en demeurant à l'intérieur de son espace personnel
B2 utiliser son corps pour créer des formes (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer, se tordre)
B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- marcher
- courir
- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied
- exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule)

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- faire rouler ou glisser un objet vers une cible
- porter un objet
- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 énumérer les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)
C2 observer les règlements et les directives lorsqu'il participe à une activité physique (p. ex. s'arrêter en réponse à un signal, écouter les consignes avant de commencer l'activité)
C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter l'espace personnel de ses pairs, s'abstenir de les pousser ou de les bousculer)

## 1re année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser et de se faire de nouveaux amis; c'est bon pour le corps)
A2 reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le coeur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)
A3 énumérer les choix qu'il peut faire en vue d'être plus actif physiquement
A4 expliquer l'importance de choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique
A5 énumérer des activités physiques dans lesquelles il sent qu'il réussit bien

***Participation***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)
B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse)
B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- sautiller ou sauter à la corde
- galoper ou faire des pas chassés
- s'arrêter avec les deux pieds

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- frapper un objet fixe avec le pied
- frapper un objet fixe avec un instrument
- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 expliquer pourquoi les directives de sécurité sont importantes dans le cadre de l'activité physique
C2 réagir comme il se doit aux consignes et aux directives de sécurité lorsqu'il participe à des activités physiques
C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. attendre son tour, encourager ses pairs)

## 2e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 décrire les bienfaits personnels d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis)
A2 décrire les réactions physiques du corps pendant l'activité physique (p. ex. le rythme cardiaque augmente, la respiration s'accélère, les muscles se fatiguent)
A3 décrire l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil en tant que sources d'énergie nécessaires à la pratique de l'activité physique
A4 énumérer les habiletés physiques qu'il aimerait développer

***Participation***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en apportant des changements de direction à son déplacement
B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, entre autres :
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- balancer les bras ou les jambes
- exécuter un pas tournant

B3 adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- lancer un objet par en dessous avec une main
- attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à des activités physiques (p. ex. écouter les directives et les appliquer, rester dans les limites indiquées, faire les exercices d'échauffement appropriés, s'assurer que l'espace réservé à l'activité ne comporte aucun obstacle)
C2 suivre les règles et les directives établies lorsqu'il participe à des activités physiques
C3 faire preuve de respect envers ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs, les encourager, attendre son tour)

## 3e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique en vue de renforcer le coeur, les poumons, les muscles et les os
A2 décrire les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique
A3 énumérer les choix permettant à chacun d'être plus actif physiquement
A4 énumérer les caractéristiques qu'il admire chez des athlètes et des personnes actives sur le plan physique (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des modèles au sein de la communauté, des athlètes olympiques)

***Participation***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 se montrer capable de garder l'équilibre au cours d'activités variées
B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- le saut avec élan
- le saut par-dessus un obstacle

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- pousser ou tirer un objet
- frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe
- bloquer un objet avec le pied
- dribler un objet avec les mains

B4 exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs définis

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques
C2 faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager dans divers types d'activités physiques
C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. diriger un petit groupe, aider à installer le matériel)

## 4e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse du corps, améliore l'image de soi, fournit l'occasion de se faire des amis)

A2 reconnaître les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique

A3 montrer différentes façons de surveiller l'effort pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. surveiller son rythme cardiaque en prenant son pouls, surveiller sa capacité à parler pendant l'activité physique)

A4 décrire la relation entre nutrition et activité physique (p. ex. fournit l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique, procure une nutrition adéquate pour que l'ossature et la musculature puissent se développer normalement)

A5 énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux

***Participation***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 adapter sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour lancer et attraper divers objets en contrôlant ses mouvements, entre autres :
- attraper un objet par en dessous ou par-dessus l'épaule avec une main
- frapper un objet en mouvement avec un instrument
- frapper un objet avec la main
- lancer un objet par en dessous avec une main en visant une cible
- dribler un objet avec les pieds

B3 choisir des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation en vue de créer des suites de mouvements

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 se montrer capable de participer à des activités physiques précises avec respect des directives de sécurité

C2 décrire les principes de l'esprit sportif dans la pratique d'activités physiques (p. ex. respecter les différences, avoir une attitude coopérative et ouverte)

C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques définies

## 5e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. accroît la confiance en soi et l'énergie, constitue une façon amusante de se faire de nouveaux amis)

A2 reconnaître la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse comme des facteurs constituant la condition physique

A3 analyser la relation entre nutrition et activité physique

A4 se fixer un objectif en matière d'activité physique

***Participation***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 exécuter la phase préparatoire (position de départ) qui précède un mouvement, le mouvement lui-même et la phase d'accompagnement qui lui succède au cours d'une activité physique donnée

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer un objet (p. ex. donner un coup de pied, frapper, lancer) à différentes distances et dans des environnements connus

B3 montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour recevoir un objet (p. ex. rattraper) tout en s'adaptant à des vitesses et à des hauteurs différentes

B4 créer des suites de mouvements structurées et reproductibles comportant des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 mettre en pratique les directives de sécurité quand il utilise l'équipement et les installations afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger

C2 décrire l'importance des exercices d'échauffement et de récupération dans le cadre d'activités physiques déterminées (p. ex. sécurité, efficacité, concentration)

C3 faire preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques

C4 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

## 6e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 mettre en relation sa participation régulière à des activités physiques et les bienfaits sur sa santé physique et émotionnelle (p. ex. énergie, endurance, gestion du stress; air frais et soleil lorsque les activités ont lieu à l'extérieur)

A2 mettre en relation la participation à des activités physiques déterminées et le développement de la force et de l'endurance musculaires, de l'endurance cardiovasculaire et de la souplesse

A3 analyser des considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques

A4 surveiller son effort physique lors de la participation à des activités physiques (p. ex. manuellement ou au moyen d'un moniteur de fréquence cardiaque électronique)

A5 se fixer des objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir

***Participation***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui développent la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 travailler les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation apprises en vue de les améliorer

B2 employer des stratégies d'attaque et de défense dans diverses catégories d'activités

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet, avec ou sans instrument, dans des situations prévisibles (p. ex. frapper un ballon de soccer avec le pied pour le faire rebondir contre un mur, frapper une balle de tennis avec une raquette, faire une passe à hauteur de la poitrine en basket-ball, lancer un disque volant à un coéquipier)

B4 déployer un ensemble d'habiletés acquises en vue de créer des suites de mouvements, des exercices d'entraînement, des épreuves et des jeux inédits

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées (p. ex. porter une tenue vestimentaire adaptée à l'activité, utiliser l'équipement et les installations de façon sûre, prendre part à des exercices d'échauffement et de récupération adaptés)

C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif lors de la pratique d'activités physiques

C3 assumer un rôle de leadership en montrant qu'il respecte les différences et les habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique

## 7e année

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

### VIE ACTIVE

***Connaissances***

A1 mettre en relation les effets d'une participation régulière à différents types d'activités physiques et sa qualité de vie (p. ex. réduction du stress, prévention de l'apparition de certaines maladies, amélioration globale de la santé physique et émotionnelle)
A2 analyser la relation entre ses choix nutritionnels et sa participation à des activités physiques
A3 mesurer son rythme cardiaque pendant l'activité physique en relation avec les zones de rythme cardiaque visées
A4 élaborer un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique

***Participation***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

### HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières
B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet à une certaine distance avec précision et contrôle, dans des situations imprévisibles (p. ex. frapper un objet avec le pied pour l'envoyer à différentes distances, intercepter la balle d'un adversaire, faire une passe à un partenaire en mouvement)
B3 exécuter des suites de mouvements faisant appel à des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises, et qui révèlent des qualités du mouvement telles que la vitesse, la force et la souplesse

### SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique
C3 assumer un rôle de leadership en instaurant un climat favorable à l'activité physique (p. ex. jouer le rôle de mentor, d'organisateur, de moniteur)

# RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

## *Par composante*

## Vie active

### CONNAISSANCES

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

***Maternelle***

A1 reconnaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, maintient la santé du coeur)
A2 nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer
A3 expliquer l'importance du rôle de la nourriture comme source d'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique

***1re année***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser et de se faire de nouveaux amis; c'est bon pour le corps)
A2 reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le coeur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)
A3 énumérer les choix qu'il peut faire en vue d'être plus actif physiquement
A4 expliquer l'importance de choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique
A5 énumérer des activités physiques dans lesquelles il sent qu'il réussit bien

***2e année***

A1 décrire les bienfaits personnels d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis)
A2 décrire les réactions physiques du corps pendant l'activité physique (p. ex. le rythme cardiaque augmente, la respiration s'accélère, les muscles se fatiguent)
A3 décrire l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil en tant que sources d'énergie nécessaires à la pratique de l'activité physique
A4 énumérer les habiletés physiques qu'il aimerait développer

***3e année***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique en vue de renforcer le coeur, les poumons, les muscles et les os
A2 décrire les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique
A3 énumérer les choix permettant à chacun d'être plus actif physiquement
A4 énumérer les caractéristiques qu'il admire chez des athlètes et des personnes actives sur le plan physique (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des modèles au sein de la communauté, des athlètes olympiques)

## Vie active

### *Connaissances (suite)*

***4e année***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse du corps, améliore l'image de soi, fournit l'occasion de se faire des amis)
A2 reconnaître les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique
A3 montrer différentes façons de surveiller l'effort pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. surveiller son rythme cardiaque en prenant son pouls, surveiller sa capacité à parler pendant l'activité physique)
A4 décrire la relation entre nutrition et activité physique (p. ex. fournit l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique, procure une nutrition adéquate pour que l'ossature et la musculature puissent se développer normalement)
A5 énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux

***5e année***

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. accroît la confiance en soi et l'énergie, constitue une façon amusante de se faire de nouveaux amis)
A2 reconnaître la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse comme des facteurs constituant la condition physique
A3 analyser la relation entre nutrition et activité physique
A4 se fixer un objectif en matière d'activité physique

***6e année***

A1 mettre en relation sa participation régulière à des activités physiques et les bienfaits sur sa santé physique et émotionnelle (p. ex. énergie, endurance, gestion du stress; air frais et soleil lorsque les activités ont lieu à l'extérieur)
A2 mettre en relation la participation à des activités physiques déterminées et le développement de la force et de l'endurance musculaires, de l'endurance cardiovasculaire et de la souplesse
A3 analyser des considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques
A4 surveiller son effort physique lors de la participation à des activités physiques (p. ex. manuellement ou au moyen d'un moniteur de fréquence cardiaque électronique)
A5 se fixer des objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir

***7e année***

A1 mettre en relation les effets d'une participation régulière à différents types d'activités physiques et sa qualité de vie (p. ex. réduction du stress, prévention de l'apparition de certaines maladies, amélioration globale de la santé physique et émotionnelle)
A2 analyser la relation entre ses choix nutritionnels et sa participation à des activités physiques
A3 mesurer son rythme cardiaque pendant l'activité physique en relation avec les zones de rythme cardiaque visées
A4 élaborer un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique

## Vie active

### PARTICIPATION

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

***Maternelle***

A4 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

***1re année***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

***2e année***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

***3e année***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

***4e année***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques

***5e année***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse

***6e année***

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui développent la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse

***7e année***

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

# HABILETÉS DE MOUVEMENT

Remarque : De la maternelle à la 4e année, des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation particulières sont énoncées dans les résultats d'apprentissage prescrits. De la 5e à la 7e année, ces habiletés élémentaires sont approfondies et peuvent être combinées, présentées sous forme de suites de mouvements ou dans des contextes nouveaux. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples.

Pour une aide supplémentaire ayant trait aux habiletés de mouvement, se référer à la section portant sur les habiletés de mouvement toutes années d'études confondues, présentée plus loin dans le présent document. Les enseignants pourront, s'ils le souhaitent, avoir recours à cette section de l'ERI pour étudier des habiletés non locomotrices, locomotrices ou de manipulation qui ne figurent pas dans les résultats d'apprentissage prescrits d'une année donnée.

## Habiletés de mouvement

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

***Maternelle***

B1 exécuter des mouvements tout en demeurant à l'intérieur de son espace personnel

B2 utiliser son corps pour créer des formes (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer, se tordre)

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- marcher
- courir
- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied
- exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule)

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- faire rouler ou glisser un objet vers une cible
- porter un objet
- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible

***1re année***

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)

B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse)

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- sautiller ou sauter à la corde
- galoper ou faire des pas chassés
- s'arrêter avec les deux pieds

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- frapper un objet fixe avec le pied
- frapper un objet fixe avec un instrument
- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps

## Habiletés de mouvement

*2e année*

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en apportant des changements de direction à son déplacement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, entre autres :
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- balancer les bras ou les jambes
- exécuter un pas tournant

B3 adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- lancer un objet par en dessous avec une main
- attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps

*3e année*

B1 se montrer capable de garder l'équilibre au cours d'activités variées

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- le saut avec élan
- le saut par-dessus un obstacle

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- pousser ou tirer un objet
- frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe
- bloquer un objet avec le pied
- dribler un objet avec les mains

B4 exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs définis

*4e année*

B1 adapter sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour lancer et attraper divers objets en contrôlant ses mouvements, entre autres :
- attraper un objet par en dessous ou par-dessus l'épaule avec une main
- frapper un objet en mouvement avec un instrument
- frapper un objet avec la main
- lancer un objet par en dessous avec une main en visant une cible
- dribler un objet avec les pieds

B3 choisir des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation en vue de créer des suites de mouvements

## Habiletés de mouvement

*5e année*

B1 exécuter la phase préparatoire (position de départ) qui précède un mouvement, le mouvement lui-même et la phase d'accompagnement qui lui succède au cours d'une activité physique donnée

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer un objet (p. ex. donner un coup de pied, frapper, lancer) à différentes distances et dans des environnements connus

B3 montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour recevoir un objet (p. ex. rattraper) tout en s'adaptant à des vitesses et à des hauteurs différentes

B4 créer des suites de mouvements structurées et reproductibles comportant des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation

*6e année*

B1 travailler les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation apprises en vue de les améliorer

B2 employer des stratégies d'attaque et de défense dans diverses catégories d'activités

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet, avec ou sans instrument, dans des situations prévisibles (p. ex. frapper un ballon de soccer avec le pied pour le faire rebondir contre un mur, frapper une balle de tennis avec une raquette, faire une passe à hauteur de la poitrine en basket-ball, lancer un disque volant à un coéquipier)

B4 déployer un ensemble d'habiletés acquises en vue de créer des suites de mouvements, des exercices d'entraînement, des épreuves et des jeux inédits

*7e année*

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet à une certaine distance avec précision et contrôle, dans des situations imprévisibles (p. ex. frapper un objet avec le pied pour l'envoyer à différentes distances, intercepter la balle d'un adversaire, faire une passe à un partenaire en mouvement)

B3 exécuter des suites de mouvements faisant appel à des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises, et qui révèlent des qualités du mouvement telles que la vitesse, la force et la souplesse

## Sécurité, esprit sportif et leadership

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

***Maternelle***

C1 énumérer les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)
C2 observer les règlements et les directives lorsqu'il participe à une activité physique (p. ex. s'arrêter en réponse à un signal, écouter les consignes avant de commencer l'activité)
C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter l'espace personnel de ses pairs, s'abstenir de les pousser ou de les bousculer)

***1re année***

C1 expliquer pourquoi les directives de sécurité sont importantes dans le cadre de l'activité physique
C2 réagir comme il se doit aux consignes et aux directives de sécurité lorsqu'il participe à des activités physiques
C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. attendre son tour, encourager ses pairs)

***2e année***

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à des activités physiques (p. ex. écouter les directives et les appliquer, rester dans les limites indiquées, faire les exercices d'échauffement appropriés, s'assurer que l'espace réservé à l'activité ne comporte aucun obstacle)
C2 suivre les règles et les directives établies lorsqu'il participe à des activités physiques
C3 faire preuve de respect envers ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs, les encourager, attendre son tour)

***3e année***

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques
C2 faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager dans divers types d'activités physiques
C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. diriger un petit groupe, aider à installer le matériel)

***4e année***

C1 se montrer capable de participer à des activités physiques précises avec respect des directives de sécurité
C2 décrire les principes de l'esprit sportif dans la pratique d'activités physiques (p. ex. respecter les différences, avoir une attitude coopérative et ouverte)
C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques définies

## Sécurité, esprit sportif et leadership

*5e année*

C1 mettre en pratique les directives de sécurité quand il utilise l'équipement et les installations afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger
C2 décrire l'importance des exercices d'échauffement et de récupération dans le cadre d'activités physiques déterminées (p. ex. sécurité, efficacité, concentration)
C3 faire preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques
C4 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

*6e année*

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées (p. ex. porter une tenue vestimentaire adaptée à l'activité, utiliser l'équipement et les installations de façon sûre, prendre part à des exercices d'échauffement et de récupération adaptés)
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif lors de la pratique d'activités physiques
C3 assumer un rôle de leadership en montrant qu'il respecte les différences et les habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique

*7e année*

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique
C3 assumer un rôle de leadership en instaurant un climat favorable à l'activité physique (p. ex. jouer le rôle de mentor, d'organisateur, de moniteur)

# Rendement de l'élève

## *Éducation physique M à 7*

Cette section de l'ERI renferme l'information nécessaire à l'évaluation formative et à la mesure du rendement des élèves, et comprend des indicateurs de réussite précis qui aideront les enseignants à évaluer le rendement des élèves pour chaque résultat d'apprentissage prescrit. Cette section renferme aussi des éléments clés, qui consistent en des descriptions de contenu servant à préciser l'étendue et la portée des résultats d'apprentissage prescrits.

## MESURE ET ÉVALUATION FORMATIVE

L'évaluation est le processus systématique de collecte de données sur ce que les élèves savent, ce qu'ils sont capables de faire et ce vers quoi tendent leurs efforts. Parmi les données pouvant être recueillies en vue de l'évaluation, notons celles-ci :

- l'observation,
- les interrogations et les tests pratiques,
- les journaux et les notes,
- les autoévaluations et les évaluations par les pairs,
- les projets,
- les comptes rendus écrits et les exposés oraux,
- les évaluations du portfolio,
- les interrogations et les tests écrits et oraux.

La performance de l'élève est évaluée à partir de données recueillies au cours de diverses activités d'évaluation. Les enseignants se servent de leur perspicacité, de leurs connaissances et de leur expérience avec les élèves ainsi que de critères précis qu'ils ont eux-mêmes établis afin d'évaluer la performance des élèves en fonction des résultats d'apprentissage prescrits.

Il existe trois principaux types d'évaluation, et chacun peut être utilisé de concert avec les deux autres en vue d'optimiser le rendement de l'élève :

- L'évaluation **au service** de l'apprentissage vise à accroître les acquis.
- L'évaluation **en tant** qu'apprentissage permet de favoriser la participation active des élèves à leur apprentissage.
- L'évaluation **de** l'apprentissage vise à recueillir les données qui seront consignées dans le bulletin scolaire.

### *Évaluation au service de l'apprentissage*

L'évaluation au service de l'apprentissage fournit des moyens d'encourager les élèves à participer jour après jour à leur propre évaluation et ainsi à acquérir les compétences nécessaires pour s'autoévaluer de manière sérieuse et pour stimuler leur propre réussite.

Ce type d'évaluation permet de répondre aux questions suivantes :

- Que doivent apprendre les élèves pour réussir?
- Qu'est-ce qui démontre que cet apprentissage a eu lieu?

L'évaluation au service de l'apprentissage est une forme d'évaluation critérielle; elle permet de comparer la performance de l'élève à des critères établis plutôt qu'à la performance des autres élèves. Les critères sont fondés sur les résultats d'apprentissage prescrits ainsi que sur les indicateurs de réussite ou d'autres attentes en matière d'apprentissage.

Les élèves tirent plus d'avantages de l'évaluation lorsque celle-ci est accompagnée d'une rétroaction offerte sur une base régulière et constante. Lorsqu'on la considère comme un moyen de stimuler l'apprentissage et non pas comme un jugement définitif, elle permet de montrer aux élèves leurs points forts et de leur indiquer des moyens de les développer davantage. Les élèves peuvent utiliser cette information pour réorienter leurs efforts, faire des plans, communiquer leurs progrès aux autres (p. ex. leurs pairs, leurs enseignants, leurs parents) et choisir leurs objectifs d'apprentissage pour l'avenir.

L'évaluation au service de l'apprentissage donne aussi aux enseignants l'occasion de passer en revue ce qu'apprennent leurs élèves et les points sur lesquels ils doivent s'attarder davantage. Cette information est utile pour l'organisation de l'enseignement, car elle sert à créer un lien direct entre l'évaluation et l'enseignement. L'évaluation, lorsqu'elle est utilisée comme moyen d'obtenir une rétroaction sur l'enseignement, permet de rendre compte du rendement de l'élève puisqu'elle éclaire l'enseignant sur sa planification et les stratégies d'enseignement en classe.

### *Évaluation en tant qu'apprentissage*

L'évaluation en tant qu'apprentissage sert à faire participer les élèves au processus d'apprentissage. Avec le soutien et les conseils de leur enseignant, les élèves deviennent responsables de leur apprentissage en lui

donnant un sens qui leur est propre. Au moyen du processus d'autoévaluation continue, les élèves deviennent aptes à faire le point sur ce qu'ils ont appris, à déterminer ce qu'ils n'ont pas encore appris et à décider du meilleur moyen à prendre pour améliorer leur rendement.

Même si l'élève est maître de l'évaluation en tant qu'apprentissage, les enseignants ont un rôle à jouer pour faciliter la façon dont est faite cette évaluation. En donnant régulièrement aux élèves des occasions de réfléchir et de s'autoévaluer, les enseignants peuvent les aider à effectuer l'analyse critique de leur apprentissage, à l'étoffer et à se sentir à l'aise avec ce processus.

### *Évaluation de l'apprentissage*

L'évaluation de l'apprentissage se fait par l'évaluation sommative et comprend, entre autres, les évaluations à large échelle et les évaluations par l'enseignant. Ces évaluations sommatives peuvent avoir lieu à la fin de l'année ou à différentes périodes au cours du processus d'enseignement.

Les évaluations à large échelle, telles que l'évaluation des habiletés de base (ÉHB) et les examens pour l'obtention du diplôme de fin d'études secondaires, réunissent de l'information concernant la performance de l'élève dans l'ensemble de la province et fournissent des renseignements qui serviront à l'élaboration et à la révision des programmes d'études. Ces évaluations servent à juger le rendement de l'élève par rapport aux normes provinciales et nationales. Il n'existe pas d'évaluation à large échelle dans la province pour le programme d'études d'Éducation physique M à 7.

L'évaluation de l'apprentissage est aussi l'un des moyens officiels utilisés pour rendre compte du rendement de l'élève.

Pour en savoir plus sur la politique de transmission des résultats du ministère de l'Éducation, consulter le site Web suivant : www.bced.gov.bc.ca/policy/policies/student_reporting.htm

| Évaluation *au service de* l'apprentissage | Évaluation *en tant* qu'apprentissage | Évaluation *de* l'apprentissage |
|---|---|---|
| **Évaluation formative** ***continue dans la salle de classe*** | **Évaluation formative** ***continue dans la salle de classe*** | **Évaluation sommative** ***ayant lieu à la fin de l'année ou à des étapes déterminées*** |
| • évaluation par l'enseignant, autoévaluation ou évaluation par les pairs<br>• évaluation critérielle : les critères sont fondés sur les résultats d'apprentissage prescrits du programme d'études provincial, traduisant la performance en fonction d'une tâche d'apprentissage précise<br>• permet à l'enseignant comme à l'élève de participer à une réflexion sur les progrès de celui-ci et à l'examen de ces progrès<br>• les enseignants modifient leurs plans et donnent un enseignement correctif qui tient compte de l'évaluation formative | • autoévaluation<br>• donne à l'élève de l'information sur son rendement et l'incite à réfléchir aux moyens qu'il peut prendre pour améliorer son apprentissage<br>• les critères sont établis par l'élève à partir de ses apprentissages passés et de ses objectifs d'apprentissage personnels<br>• l'élève se sert de l'information portant sur l'évaluation pour faire les adaptations nécessaires à son processus d'apprentissage et pour élargir son champ de compréhension | • évaluation par l'enseignant<br>• peut être critérielle (fondée sur les résultats d'apprentissage prescrits) ou normative (basée sur la comparaison du rendement de l'élève à celui des autres)<br>• l'information sur la performance de l'élève peut être communiquée aux parents ou tuteurs, au personnel de l'école et du district scolaire, et à d'autres professionnels (pour les besoins de l'élaboration des programmes d'études, par exemple)<br>• permet de juger la performance de l'élève par rapport aux normes provinciales |

Pour en savoir plus sur l'évaluation au service de l'apprentissage, l'évaluation en tant qu'apprentissage et l'évaluation de l'apprentissage, veuillez consulter la ressource suivante, qui a été élaborée par le Protocole de l'Ouest et du Nord canadiens (PONC) : *Repenser l'évaluation en classe en fonction des buts visés.*

Cette ressource est accessible en ligne à l'adresse suivante : http://ednet.edc.gov.ab.ca/french/poc/evaluation_classe.pdf

De plus, les Normes de performance de la C.-B. décrivent les niveaux de rendement dans des domaines clés de l'apprentissage (lecture, écriture, mathématiques, responsabilité sociale, et intégration des technologies de l'information et des communications) pertinents à chacune des matières. Les enseignants peuvent utiliser les Normes de performance comme ressources pour appuyer l'évaluation formative continue en éducation physique.

Les Normes de performance de la C.-B. sont décrites à l'adresse suivante : www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

### *Évaluation critérielle*

L'évaluation critérielle permet de comparer la performance d'un élève à des critères établis plutôt qu'à la performance des autres élèves. Pour que l'évaluation puisse être faite en fonction du programme prescrit, les critères doivent être fondés sur les résultats d'apprentissage.

Les critères servent de base à l'évaluation des progrès de l'élève. Ils indiquent les aspects cruciaux d'une performance ou d'un produit et décrivent en termes précis ce qui constitue l'atteinte des résultats d'apprentissage prescrits. Ainsi, les critères pondérés, les échelles d'évaluation et les barèmes de notation (c.-à-d. les cadres de référence) constituent trois moyens d'évaluer la performance de l'élève.

**L'évaluation critérielle peut comporter les étapes suivantes :**

| | |
|---|---|
| **Étape 1** | Déterminer les résultats d'apprentissage prescrits et les indicateurs de réussite proposés (tels qu'ils sont énoncés dans cet ERI) qui serviront de base à l'évaluation. |
| **Étape 2** | Établir les critères. Le cas échéant, faire participer les élèves au choix des critères. |
| **Étape 3** | Prévoir les activités d'apprentissage qui permettront aux élèves d'acquérir les connaissances, les compétences ou les attitudes indiquées dans les critères. |
| **Étape 4** | Avant le début de l'activité d'apprentissage, informer les élèves des critères qui serviront à l'évaluation de leur travail. |
| **Étape 5** | Fournir des exemples du niveau de performance souhaité. |
| **Étape 6** | Mettre en œuvre les activités d'apprentissage. |
| **Étape 7** | Utiliser les instruments appropriés (p. ex. échelle d'évaluation, liste de contrôle, barème de notation) et les méthodes d'évaluation (p. ex. observation, collecte de données, autoévaluation) en fonction de l'élève et du travail assigné. |
| **Étape 8** | Examiner les données recueillies au moment de la mesure et évaluer le niveau de performance de chaque élève ou la qualité de son travail à partir des critères. |
| **Étape 9** | Au besoin, donner une rétroaction ou attribuer une cote qui indique dans quelle mesure l'élève satisfait aux critères. |
| **Étape 10** | Transmettre les résultats de l'évaluation aux élèves et aux parents ou tuteurs. |

Dans la mesure du possible, les élèves doivent participer à l'établissement des critères d'évaluation. Ils pourront ainsi mieux comprendre à quoi correspond un travail ou une performance de qualité.

## ÉLÉMENTS CLÉS

Les éléments clés donnent un aperçu du contenu de chaque composante du programme d'études. Ils peuvent aider l'enseignant à déterminer l'étendue et la portée des résultats d'apprentissage prescrits.

Veuillez noter que certains termes sont répétés à des niveaux multiples afin de souligner leur importance et de favoriser un apprentissage progressif.

## INDICATEURS DE RÉUSSITE

Pour aider les enseignants à évaluer les programmes d'études officiels, cet ERI comporte des séries d'indicateurs de réussite pour chaque résultat d'apprentissage. Ensemble, les indicateurs de réussite précisent le niveau de connaissances acquis, les compétences appliquées ou les attitudes adoptées par l'élève pour chaque résultat d'apprentissage. Les indicateurs de réussite décrivent les données que l'enseignant doit chercher pour déterminer si l'élève a entièrement atteint l'objectif du résultat d'apprentissage. Comme chaque indicateur de réussite ne précise qu'un aspect des notions couvertes par le résultat d'apprentissage correspondant, les enseignants doivent considérer toute la série d'indicateurs de réussite pour déterminer si l'élève a entièrement atteint le résultat d'apprentissage.

Aucun des indicateurs de réussite n'est obligatoire; ils sont fournis à titre de suggestions pour aider les enseignants à évaluer dans quelle mesure les élèves atteignent les résultats d'apprentissage prescrits.

Les pages suivantes renferment les indicateurs de réussite proposés correspondant à chaque résultat d'apprentissage prescrit du programme d'études d'Éducation physique M à 7. Les indicateurs de réussite sont regroupés par composante et par sous-composante pour chaque année d'études; cependant, dans le cadre de son enseignement et de l'évaluation, l'enseignant n'est pas tenu de suivre l'ordre dans lequel ils sont présentés.

### *Indicateurs de réussite détaillés*

Cet ERI contient des indicateurs de réussite détaillés qui constituent une aide supplémentaire à l'intention des enseignants. Il comporte deux catégories d'indicateurs de réussite détaillés :

- par année d'études et par résultat d'apprentissage prescrit;
- par habileté de mouvement, toutes années d'études confondues.

**Indicateurs de réussite par année d'études et par résultat d'apprentissage prescrit**

Les indicateurs de réussite détaillés se présentent sous forme de tableaux de quatre colonnes correspondant aux indicateurs de réussite proposés pour chaque résultat d'apprentissage prescrit. Ils énoncent quatre niveaux de rendement (en formation, en progression, acquis et pleinement atteint) qui se rapportent aux connaissances, habiletés et attitudes définies par les résultats d'apprentissage prescrits.

Les indicateurs de réussite détaillés appuient les principes de *l'évaluation au service de l'apprentissage*, de *l'évaluation en tant qu'apprentissage* et de *l'évaluation de l'apprentissage*. Ils fournissent aux enseignants et aux parents des outils leur permettant de réfléchir à ce qu'apprend l'élève, et offrent à ce dernier un outil d'autoévaluation, ainsi que les moyens de définir comment il peut améliorer son propre rendement. Les indicateurs de réussite détaillés n'ont pas été conçus pour correspondre à une cote particulière; il revient aux enseignants de déterminer comment rendre compte du rendement de l'élève en fonction des résultats d'apprentissage, tel que défini par la politique provinciale de transmission des résultats.

Le rendement de l'élève variera au cours de l'année. L'élève devra s'efforcer d'atteindre le niveau de rendement « acquis » à la fin de son année d'études.

**Indicateurs de réussite par habileté de mouvement, toutes années d'études confondues**

En plus des indicateurs de réussite présentés par année d'études, cette section du document propose des indicateurs de réussite détaillés ayant trait aux habiletés de mouvement que les enseignants pourront choisir d'enseigner comme suite optionnelle des résultats d'apprentissage prescrits de la maternelle à la 7e année. Cette information supplémentaire montre que de nombreuses habiletés de mouvements peuvent être étudiées au cours de n'importe quelle année d'études du programme.

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*Maternelle*

# Maternelle

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• connaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, maintient la santé du cœur)<br>• nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer<br>• expliquer l'importance du rôle de la nourriture comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques sur une base quotidienne | • exécuter des mouvements dans son espace personnel<br>• faire l'apprentissage d'habiletés non locomotrices, incluant l'utilisation de son corps pour créer des formes<br>• faire l'apprentissage d'habiletés locomotrices, y compris :<br>- marcher<br>- courir<br>- sauter ou sauter à cloche-pied<br>- exécuter des roulades<br>• faire l'apprentissage d'habiletés de manipulation, y compris :<br>- faire glisser ou faire rouler un objet<br>- lancer un objet<br>- porter un objet | • comprendre les règles d'une participation sans danger à des activités physiques (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)<br>• suivre les règles et les directives<br>• se montrer coopératif pendant l'activité physique |

## Vie active

L'élève découvre les bienfaits de l'activité physique et a l'occasion de participer à des activités physiques sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 reconnaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, maintient la santé du cœur) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ en s'appuyant sur les discussions et les activités menées en classe, nomme deux bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise une bonne croissance du corps) | ❑ nomme plusieurs bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques et fournit des exemples précis (p. ex. aide à renforcer les muscles des jambes et des bras) |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant et des pairs, nomme une activité physique qu'il aime pratiquer | ❑ avec l'aide de l'enseignant et des pairs, nomme deux activités physiques qu'il aime pratiquer | ❑ nomme trois activités physiques qu'il aime pratiquer (p. ex. jouer à chat, grimper sur les structures de jeux du terrain de l'école, nager) | ❑ nomme, sans aide, au moins trois activités physiques qu'il aime pratiquer et explique pourquoi |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 expliquer l'importance du rôle de la nourriture comme source d'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux nombreuses incitations de l'enseignant, donne une raison expliquant l'importance de la nourriture pour la pratique de l'activité physique | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, donne plusieurs raisons expliquant l'importance de la nourriture pour la pratique de l'activité physique | ❑ donne des raisons expliquant l'importance de la nourriture pour la pratique de l'activité physique (p. ex. des aliments nutritifs fournissent l'énergie nécessaire pour bouger et jouer activement)<br>❑ en s'appuyant sur les discussions et les activités menées en classe, énumère les conséquences possibles du manque d'aliments nutritifs, d'eau et de sommeil sur la pratique de l'activité physique (p. ex. l'élève manque d'énergie, montre des signes de fatigue pendant l'activité physique, a très soif) | ❑ explique pour quelles raisons la nourriture et l'eau sont importantes pour la pratique de l'activité physique<br>❑ nomme, sans aide, les conséquences possibles d'un manque d'aliments nutritifs sur la pratique de l'activité physique |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école, tels que la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires telles que les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques (p. ex. celles qui entraînent une accélération du rythme cardiaque et respiratoire et une élévation de la température du corps)<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques qui permettent des pauses en fonction des besoins individuels des élèves | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe à des activités physiques énergiques<br>❑ participe constamment à des activités physiques allant de modérées à énergiques sans marquer de pause |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités hors du terrain de l'école (p. ex. randonnées pédestres, jeux aquatiques, luge)
- danse (p. ex. jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains, danses folkloriques, danses à thème)
- jeux (p. ex. jeux du chat et de poursuite, jeux de miroir, jeux de parachute)
- gymnastique (p. ex. se tenir en équilibre sur un banc, gymnastique rythmique avec cerceaux et rubans)
- activités individuelles et à deux (p. ex. techniques de base de la course à pied, jonglerie avec foulards)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 exécuter des mouvements tout en demeurant à l'intérieur de son espace personnel

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ grâce à une aide substantielle de l'enseignant, trouve son espace personnel; peut avoir besoin de rappels fréquents pour demeurer dans cet espace tout au long de l'activité<br>❑ tente d'exécuter des mouvements dans son espace personnel; il est possible qu'il tombe ou touche d'autres élèves<br>❑ il se peut qu'il ne connaisse pas les noms correspondant aux différentes parties du corps qu'il doit bouger en réponse à une directive orale | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, trouve son espace personnel et demeure à l'intérieur de ses limites tout au long de l'activité<br>❑ exécute des mouvements définis sans toucher d'autres élèves ni tomber<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, bouge différentes parties du corps en réponse à des directives orales, montrant ainsi sa compréhension des noms correspondant à ces parties | ❑ trouve son espace personnel (soit la zone d'espace vital occupée par une personne, incluant les différentes hauteurs, directions et parcours empruntés, à la fois proches et éloignés du centre corporel) et demeure à l'intérieur de ses limites tout au long de l'activité<br>❑ exécute des mouvements dans différentes directions sans toucher d'autres élèves ni tomber (p. ex. forme des lettres avec son corps en se tenant en équilibre sur un pied, se déplace dans l'espace désigné sans heurter ses camarades) | ❑ trouve, sans aide, son espace personnel et demeure dans ses limites tout au long de l'activité<br>❑ exécute des mouvements dans différentes directions sans toucher d'autres élèves ni tomber, et ce, de façon constante<br>❑ exécute toujours des mouvements appropriés en réponse à des directives orales et en montrant sa compréhension des noms correspondant à différentes parties du corps : tête, cou, épaules, bras, mains, coudes, poignets, jambes, genoux, chevilles, pieds, poitrine, taille, hanches et dos |

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| | | ❑ exécute des mouvements de façon appropriée en réponse à des directives orales et en montrant sa compréhension des noms correspondant à différentes parties du corps : tête, cou, épaules, bras, mains, coudes, poignets, jambes, genoux, chevilles, pieds, poitrine, taille, hanches et dos (p. ex. pliez les genoux, mains sur les hanches, tenez-vous en équilibre sur un pied) | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la maternelle spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 utiliser son corps pour créer des formes (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer, se tordre)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec de fréquents encouragements de l'enseignant, essaie de s'étirer, se pencher, se recroqueviller et se tordre pour créer des formes avec son corps | ❑ reconnaît son espace personnel quand il crée des formes avec son corps<br>❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, s'étire, se penche, se recroqueville et se tord pour créer des formes avec son corps; perd parfois l'équilibre | ❑ s'étire, se penche, se recroqueville et se tord pour créer des formes de différentes tailles avec son corps (p. ex. un éléphant – gros; une girafe – étiré; un serpent – mince; une balle – recroquevillé; on peut aussi croiser les deux côtés du corps en ramenant le bras droit sur le côté gauche et le bras gauche sur le côté droit)<br>❑ garde son équilibre tout en créant des formes avec son corps (p. ex. crée des formes de lettres en positionnant son corps à différentes hauteurs, en se tenant soit debout, soit accroupi) | ❑ crée des formes avec son corps, à deux ou en petits groupes<br>❑ garde son équilibre en permance et reste à l'intérieur des limites de son espace personnel lorsqu'il crée des formes avec son corps |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la maternelle spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- marcher
- courir
- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied
- exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule)

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée à des habiletés locomotrices, incluant la marche, la course, le saut sur deux pieds ou à cloche-pied et les roulades. Il est possible que l'élève :<br>- marche en traînant les pieds, fasse de trop petits pas et garde les pieds trop écartés<br>- coure de côté ou en traînant les pieds, en faisant des foulées irrégulières, des pas trop courts, garde les pieds trop écartés et que sa course ne comporte pas de phase aérienne visible | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices, incluant la marche, la course, le saut à pieds joints ou à cloche-pied et les roulades (p. ex. lorsque l'élève marche ou court, il se peut qu'il atterrisse sur les talons et ait les pieds trop écartés); lorsqu'il exécute des roulades, il est possible qu'il ne maintienne pas son corps dans un axe droit; lorsqu'il saute à pieds joints ou à cloche-pied, qu'il tombe parfois<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, démarre et s'arrête en réponse à un ordre | ❑ fait constamment preuve de maîtrise des techniques d'exécution appropriées à des habiletés locomotrices incluant celles-ci :<br>- la marche – le contact avec le sol se fait du talon aux orteils, le balancement des bras est alternatif, le dos est droit, le menton redressé et le regard est dirigé vers l'avant<br>- la course – le corps est toujours légèrement penché en avant, les bras sont pliés à angle droit et se balancent en alternant; le talon touche le sol en premier, puis les orteils; l'élève contrôle son corps tout au long de la course<br>- le saut avec les deux pieds ou à cloche-pied – en faisant appel à différentes combinaisons d'appels et de réceptions au sol (p. ex. 1 pied d'appel, 1 pied de réception; 1 pied d'appel, 2 de réception; 2 pieds d'appel, 1 de réception; 2 pieds d'appel, 2 de réception); balancer les bras vers l'avant pour prendre de l'élan et atterrir sur les avant-pieds<br>❑ commence et arrête des mouvements locomoteurs (p. ex. marcher, courir, sauter à cloche-pied) en réponse à un ordre | ❑ garde l'équilibre et maîtrise les techniques d'exécution appropriées à des habiletés locomotrices, incluant la marche, la course et le saut à cloche-pied, tout en changeant de vitesse et de direction<br>❑ adapte sa technique de marche et de course à différentes surfaces (p. ex. en salle, en plein air, sur une surface dure, souple, inclinée)<br>❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées pour sauter à cloche-pied ou sur deux pieds, tout en changeant de vitesse et en empruntant des directions et des trajets variés<br>❑ commence et arrête des mouvements locomoteurs (p. ex. marcher, courir, sauter à cloche-pied) en réponse à un ordre |

*Suite à la page suivante*

*Suite à la page suivante*

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente* *Suite de la page précédente* *Suite de la page précédente*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| - tombe fréquemment ou ne soit pas capable d'avancer lorsqu'il saute à cloche-pied ou sur deux pieds<br>- soit encore incapable de faire la différence entre la technique de la roulade latérale et celle de la roulade sur l'épaule | | ❑ maîtrise les techniques d'exécution appropriées des roulades latérales dans une direction – exécuter une roulade sur le côté droit ou gauche tout en maintenant le corps dans un axe droit<br>❑ maîtrise les techniques d'exécution appropriées des roulades sur l'épaule dans une direction – en partant sur les mains et sur les genoux, exécute une roulade avant ou arrière en gardant le corps en position groupée et dynamique | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées des roulades latérales et des roulades sur l'épaule dans les deux directions |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la maternelle spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- faire rouler ou glisser un objet vers une cible
- porter un objet
- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour faire rouler ou glisser un objet; a parfois certaines difficultés à suivre l'objet des yeux<br>❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour lancer un objet par en dessous; ne peut pas toujours effectuer la rotation du tronc ni ramener ses bras vers l'arrière<br>❑ tente de porter un objet tout en se déplaçant; fait tomber l'objet de façon répétée<br>❑ porte un objet tout en gardant les yeux fixés sur celui-ci | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant celles-ci : faire rouler, faire glisser, lancer ou porter un objet<br>❑ porte un objet tout en se déplaçant et en marquant des pauses pour consolider sa prise ou garder son équilibre; ses yeux sont parfois fixés sur l'objet<br>❑ suit occasionnellement des yeux un objet qui se déplace | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant celles-ci :<br>- faire rouler ou glisser un objet tel qu'une balle vers une cible fixe (p. ex. une ligne sur le sol, un poteau), tout en maintenant le corps en position basse, jambes écartées (lorsque l'objet est lancé à deux mains), ou avec le pied opposé devant, le poids sur le pied avant (lorsque l'objet est lancé à une main)<br>- porter un objet tout en se déplaçant (p. ex. en marchant ou en courant), sans le faire tomber et en regardant devant soi, et non pas l'objet<br>- lancer un objet avec les deux mains (p. ex. une petite poche de sable, un ballon de plage), par en dessous et en visant une cible fixe – ramener les bras en arrière pour se préparer à lancer, puis en avant dans un mouvement d'extension, et propulser l'objet vers la cible; les bras doivent accompagner le mouvement de l'objet vers la cible<br>❑ suit un objet des yeux pendant qu'il roule, glisse, ou après qu'il a été lancé | ❑ montre constamment qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées à des habiletés de manipulation incluant celles-ci : faire rouler ou glisser un objet, porter un objet et lancer un objet avec les deux mains<br>❑ fait rouler ou glisser un objet sur une certaine distance et avec précision, dans des situations imprévisibles<br>❑ fait rouler ou glisser un objet avec l'une ou l'autre main<br>❑ porte un objet, tout en modifiant sa vitesse et sa direction et en atteignant sa cible en permanence lorsqu'il lance, fait rouler ou fait glisser un objet |

*Suite à la page suivante* *Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

*Suite de la page précédente*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| | | ❑ essaie de faire rouler un objet ou de faire glisser un objet en utilisant l'une ou l'autre main | ❑ réussit, de façon constante, à suivre des yeux un objet en mouvement, qui change de direction, de vitesse et de position |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la maternelle spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève se familiarise avec les règles d'une participation sécuritaire à des activités physiques, apprend à suivre règlements et directives et fait preuve d'un esprit sportif.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 énumérer les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, énumère les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique dans un lieu donné (p. ex. la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente, la cour d'école) | ❑ énumère les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique dans la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école | ❑ énumère plusieurs directives de sécurité précises ayant trait à la participation à une activité physique dans la salle de classe ou dans un lieu donné, comme la salle polyvalente (p. ex. écouter et suivre les consignes, dégager l'espace en tassant les bureaux et les autres obstacles)<br>❑ énumère plusieurs directives de sécurité précises relatives à la participation à une activité physique dans le gymnase (p. ex. écouter et suivre les consignes, ne pas toucher au matériel sans permission ou sans supervision, porter des tenues vestimentaires appropriées, savoir éviter le danger)<br>❑ énumère plusieurs directives de sécurité précises relatives à la participation à une activité physique sur le terrain de l'école (p. ex. écouter et suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, attendre son tour) | ❑ énumère une série de directives de sécurité précises ayant trait à la participation à une activité physique dans la salle de classe ou dans un lieu donné, comme la salle polyvalente<br>❑ énumère une série de directives de sécurité précises ayant trait à la participation à une activité physique dans le gymnase<br>❑ énumère une série de directives de sécurité précises ayant trait à la participation à une activité physique sur le terrain de l'école |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C2 observer les règlements et les directives lorsqu'il participe à une activité physique (p. ex. s'arrêter en réponse à un signal, écouter les consignes avant de commencer l'activité) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec une aide directe, observe les directives et les règlements établis lorsqu'il participe à une activité physique | ❑ avec des rappels fréquents, observe les directives et les règlements établis lorsqu'il participe à une activité physique | ❑ avec des rappels occasionnels, observe les directives et les règlements établis lorsqu'il participe à une activité physique dans la salle de classe, le gymnase ou la cour d'école (p. ex. écouter et suivre les consignes de l'enseignant, observer les règlements établis pour toutes les activités physiques, observer les règlements et les directives donnés dans le cadre d'une activité particulière, s'arrêter ou démarrer en réponse à un signal, comme le son d'un sifflet ou un claquement de mains de l'enseignant) | ❑ observe, sans aide, les directives et les règlements établis lorsqu'il participe à une activité physique dans la salle de classe, le gymnase ou la cour d'école |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter l'espace personnel de ses pairs, s'abstenir de les pousser ou de les bousculer) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant et à son invitation, fait preuve d'une conduite coopérative à l'égard de ses pairs dans le cadre de l'activité physique | ❑ à l'aide de rappels, de son plein gré, fait preuve d'une conduite coopérative à l'égard de ses pairs dans le cadre de l'activité physique | ❑ de son plein gré, fait preuve d'une conduite coopérative à l'égard de ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. accepte de travailler avec différents partenaires, partage le matériel, se montre coopératif lors d'activités en équipes, attend son tour, respecte l'espace personnel des autres élèves, exprime ses émotions de façon appropriée) | ❑ de son plein gré et de façon constante, fait preuve d'une conduite coopérative à l'égard de ses pairs dans le cadre de l'activité physique |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*1re année*

# 1re année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser et de se faire de nouveaux amis; c'est bon pour le corps)<br>• reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le cœur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)<br>• faire des choix favorables à l'activité physique<br>• choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique<br>• énumérer des activités physiques dans lesquelles il réussit bien<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques sur une base quotidienne | • se déplacer dans l'espace commun<br>• faire l'apprentissage d'habiletés non locomotrices, incluant un changement de hauteur dans la position du corps<br>• faire l'apprentissage d'habiletés locomotrices, y compris :<br>- sauter à la corde<br>- galoper ou faire des pas chassés<br>- s'arrêter avec les deux pieds<br>• faire l'apprentissage d'habiletés de manipulation, y compris :<br>- donner un coup de pied dans un objet fixe<br>- frapper un objet fixe<br>- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant | • saisir l'importance des directives de sécurité<br>• suivre les consignes et observer les directives de sécurité<br>• se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique |

## Vie active

L'élève découvre les bienfaits de l'activité physique et a l'occasion de participer à des activités physiques sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser et de se faire de nouveaux amis; c'est bon pour le corps) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ à l'aide des incitations de l'enseignant, nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ décrit quelques bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser; c'est bon pour le corps; c'est quelque chose qu'il peut faire avec ses amis)<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, prend conscience de l'importance de la participation régulière à des activités physiques qui renforcent les muscles, y compris le cœur | ❑ décrit plusieurs bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques et fournit des exemples précis (p. ex. renforce les muscles des bras et les jambes)<br>❑ sans aide, prend conscience de l'importance de la participation régulière à des activités physiques qui renforcent les muscles, y compris le cœur |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

A2 reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le cœur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, nomme une partie du corps sollicitée pendant l'activité physique | ❑ nomme une partie du corps sollicitée pendant l'activité physique | ❑ en prenant son propre corps pour exemple, indique les parties du corps qui peuvent travailler simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le cœur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains, les yeux, les oreilles)<br>❑ décrit les moyens de savoir que son corps travaille pendant l'activité physique (p. ex. il sent son cœur battre plus fort, ses bras et ses jambes deviennent plus chauds, sa respiration s'accélère) | ❑ nomme précisément des parties du corps qui peuvent entrer en action simultanément pendant l'activité physique<br>❑ décrit les moyens de savoir que son corps travaille pendant l'activité physique et donne des exemples |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

A3 énumérer les choix qu'il peut faire en vue d'être plus actif physiquement

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux incitations des pairs et de l'enseignant, nomme une activité que les enfants peuvent pratiquer à l'école, à la maison et dans la communauté, en vue d'être plus actifs physiquement | ❑ en réponse aux incitations de ses pairs et de l'enseignant, nomme deux activités que les enfants peuvent pratiquer à l'école, à la maison et dans la communauté, en vue d'être plus actifs physiquement | ❑ énumère au moins trois activités que les enfants peuvent pratiquer à l'école, à la maison et dans la communauté, en vue d'être plus actifs physiquement (p. ex. se rendre à l'école à pied, jouer au jeu du chat pendant la récréation, participer à des activités récréatives après l'école, être actif avec sa famille et ses amis, promener le chien, participer à des tâches exigeantes sur le plan physique) | ❑ énumère, sans aide, une série d'activités que les enfants peuvent pratiquer à l'école, à la maison et dans la communauté, et explique pourquoi ces activités les aident à devenir plus actifs physiquement |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 expliquer l'importance de choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux nombreuses incitations de l'enseignant, donne une raison expliquant l'importance de la nourriture dans le cadre de l'activité physique<br>❑ est parfois incapable de reconnaître quels sont les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, donne plusieurs raisons expliquant l'importance de la nourriture dans la pratique de l'activité physique<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, dresse une liste d'aliments sains favorables à la pratique de l'activité physique | ❑ explique pourquoi le choix d'aliments sains est important dans la pratique de l'activité physique (p. ex. des aliments nutritifs fournissent l'énergie nécessaire pour bouger et jouer activement)<br>❑ avec l'aide de l'enseignant et des pairs, dresse une liste d'aliments sains favorables à la pratique de l'activité physique (p. ex. fruits, légumes, produits à base de grains entiers, fèves, viande, noix, produits laitiers)<br>❑ en s'appuyant sur les discussions et les activités menées en classe, dresse une liste des conséquences possibles d'une insuffisance d'aliments sains sur la pratique de l'activité physique (p. ex. l'élève manque d'énergie, il montre des signes évidents de fatigue pendant le jeu) | ❑ décrit en détail pourquoi les aliments sains sont importants dans la pratique de l'activité physique<br>❑ décrit en détail pourquoi un sommeil adéquat est important dans un mode de vie physiquement actif<br>❑ établit, sans aide, une liste d'aliments sains favorables à la pratique de l'activité physique<br>❑ établit, sans aide, une liste des conséquences possibles d'une insuffisance d'aliments sains sur la pratique de l'activité physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 énumérer des activités physiques dans lesquelles il sent qu'il réussit bien |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant et des pairs, nomme une activité physique dans laquelle il réussit bien | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant et des pairs, nomme deux activités physiques dans lesquelles il réussit bien | ❑ énumère trois activités physiques dans lesquelles il réussit bien (p. ex. faire rebondir un ballon, sauter à cloche-pied, courir) | ❑ énumère une série d'activités physiques que lui-même et d'autres personnes réussissent bien |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques (p. ex. entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire et une élévation de la température du corps)<br>❑ participe de façon constante à des activités allant de modérées à énergiques qui permettent des pauses en fonction de ses besoins personnels | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe à des activités physiques énergiques<br>❑ participe avec constance à des activités physiques allant de modérées à énergiques sans marquer de pause |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. randonnées pédestres, jeux aquatiques, luge)
- danse (p. ex. jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains, danses folkloriques, danses à thème)
- jeux (p. ex. jeux du chat et de poursuite, jeux de miroir, jeux de parachute
- gymnastique (p. ex. se tenir en équilibre sur un banc, gymnastique rythmique avec cerceaux et rubans)
- activités individuelles et à deux (p. ex. techniques de base de la course à pied, jonglerie avec foulards)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide substantielle de l'enseignant, tente d'exécuter des mouvements dans l'espace commun; tombe parfois ou touche d'autres élèves<br>❑ il se peut qu'il ait besoin de rappels fréquents pour demeurer dans son espace personnel tout au long de l'activité<br>❑ ne comprend pas toujours les termes relatifs à l'orientation dans l'espace | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, trouve son espace personnel et demeure à l'intérieur de ses limites tout au long de l'activité<br>❑ exécute des mouvements définis sans toucher d'autres élèves ni tomber<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, bouge en réponse à des consignes orales en montrant une bonne compréhension des termes relatifs à l'orientation dans l'espace | ❑ garde un espace et une distance appropriés entre lui-même et les autres, à l'intérieur de l'espace de l'activité<br>❑ reconnaît les limites de l'espace commun dans le cadre d'une activité précise (p. ex. le mur du fond, la ligne centrale, la limite de la scène)<br>❑ se déplace de manière sûre dans l'espace commun à différentes vitesses, en changeant de vitesse en réponse à une consigne et en montrant qu'il est conscient de l'espace personnel de ses pairs pendant l'activité<br>❑ découvre, au moyen du mouvement, la différence entre un déplacement lent et un déplacement rapide (p. ex. marcher et courir) | ❑ se déplace constamment avec prudence dans l'espace commun à différentes vitesses, en changeant de vitesse de sa propre initiative ou en réponse à des consignes<br>❑ se déplace constamment avec prudence en réponse à des consignes et en faisant preuve d'une bonne compréhension des termes relatifs à l'orientation dans l'espace, comme *derrière, devant, à gauche, à droite, sous* et *par-dessus* |

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| | | ❑ se déplace de façon appropriée en réponse à des consignes orales et en montrant une bonne compréhension des termes relatifs à l'orientation dans l'espace d'un mouvement à effectuer, comme *derrière, devant, à gauche, à droite, sous, par-dessus* (p. ex. « Place-toi devant la ligne », « Étire ton bras gauche jusqu'à ton pied droit ») | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 1re année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'adopter des positions à différentes hauteurs; tombe parfois | ❑ montre sa maîtrise des positions à au moins deux hauteurs sans tomber | ❑ garde son équilibre et contrôle sa posture tout en créant des formes de grande et de petite taille à différentes hauteurs, allant de basse à élevée (p. ex. se tient debout, s'assied, s'accroupit, s'étire en hauteur)<br>❑ fait preuve d'une maîtrise appropriée de son équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement), tout en enchaînant les départs et les arrêts en réponse à un signal | ❑ garde son équilibre et contrôle sa posture en permanence, tout en créant des formes de grande et de petite taille à différentes hauteurs, allant de basse à élevée<br>❑ montre qu'il maîtrise son équilibre en position stationnaire ou en mouvement, de façon constante, tout en enchaînant les arrêts et les départs en réponse à un signal |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 1re année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- sautiller ou sauter à la corde
- galoper ou faire des pas chassés
- s'arrêter avec les deux pieds

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques appropriées pour sautiller ou sauter à la corde, galoper et faire des pas chassés; il est possible qu'il tombe fréquemment<br>❑ peut avoir besoin d'une aide directe pour répéter le pas suivi d'un petit saut propre au sautillement et au saut à la corde<br>❑ utilise ses bras pour garder l'équilibre plutôt que pour générer de la force | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées; il se peut qu'il tombe de façon occasionnelle<br>❑ n'effectue parfois qu'un déplacement minimum lorsqu'il saute sur deux pieds ou à cloche-pied | ❑ fait constamment preuve de maîtrise des techniques d'exécution appropriées des habiletés locomotrices incluant celles-ci :<br>- se déplacer en sautillant – répéter une série de pas et de sauts, en faisant alterner pied droit et pied gauche et en y associant un balancement du bras opposé<br>- galoper ou faire des pas chassés – garder le même pied en position avant et pousser avec le pied arrière pour se déplacer vers l'avant (galop) ou sur le côté (pas chassés)<br>❑ sautille, galope ou fait des pas chassés en suivant des lignes sur le sol (trajets) à relais, tout en gardant son équilibre et en veillant à ne pas heurter les autres<br>❑ montre qu'il maîtrise la technique d'exécution appropriée d'une réception contrôlée sur les deux pieds (p. ex. après un saut) – s'arrêter avec les deux pieds en réponse à un signal, tout en gardant son équilibre et en continuant d'appliquer la technique appropriée (les genoux pliés, les bras tendus pour garder l'équilibre, le menton redressé et le regard dirigé en avant) | ❑ montre sa capacité à sauter et à sauter à cloche-pied pendant des périodes prolongées, en maintenant son équilibre en permanence<br>❑ fait alterner pied gauche et pied droit en sautant à cloche-pied sur un rythme musical<br>❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices incluant le saut à cloche-pied, le saut, le galop ou les pas chassés, tout en modifiant sa vitesse et en empruntant des directions et des trajets variés |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 1re année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- frapper un objet fixe avec le pied
- frapper un objet fixe avec un instrument
- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour frapper un objet avec le pied, le frapper avec un instrument ou l'attraper; il réussit à toucher l'objet de manière occasionnelle | ❑ montre qu'il maîtrise la technique du coup de pied; ne se met pas en bonne position ou n'accompagne pas le mouvement d'une façon adéquate; prend parfois contact avec la mauvaise partie du pied (p. ex. la pointe du pied au lieu du cou-de-pied dans le cas du soccer)<br>❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée<br>❑ parvient parfois à toucher l'objet, lorsqu'il tente de le frapper avec le pied ou avec un instrument, ou lorsqu'il tente de l'attraper | ❑ suit un objet qui roule lentement de façon à le rattraper en fin de parcours avec les deux mains, sans heurter les personnes ou les objets qui l'entourent<br>❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées des mouvements de manipulation, incluant ceux-ci :<br>- frapper un ballon ou un autre objet fixe avec le pied à partir d'une position stable – prendre position pour le coup de pied en regardant la cible, regarder l'objet, faire un pas en avant vers l'objet avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, prendre appui sur le pied qui ne donne pas le coup et transférer le poids du corps, lancer le pied qui donne le coup vers l'avant, toucher le ballon avec le cou-de-pied (s'il y a lieu), et prolonger le mouvement de la jambe qui a donné le coup en direction de la cible | ❑ montre qu'il maîtrise de façon constante la technique du coup de pied avec l'un ou l'autre pied<br>❑ fait preuve de précision constante de son coup de pied vers une cible<br>❑ tente d'attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps<br>❑ frappe l'objet de façon précise avec l'une ou l'autre main et le projette à distance, dans divers environnements connus et situations imprévisibles, et ce, de façon constante<br>❑ frappe un objet avec l'un ou l'autre pied ou frappe un objet à l'aide d'un instrument avec l'une ou l'autre main |

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| | | - frapper un objet fixe avec un instrument (p. ex. frapper une petite poche de sable avec une raquette, une balle sur un té avec un bâton) – se tenir de profil par rapport à l'objet, ramener l'instrument dans un mouvement vers l'arrière à 180 degrés, transférer le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant et effectuer une rotation du tronc, puis des hanches, et frapper l'objet dans un plan horizontal en positionnant l'instrument parallèlement à la cible<br>- attraper un objet (p. ex. une petite poche de sable, un ballon de plage) avec les deux mains en le bloquant contre son corps; suivre l'objet des yeux<br>❏ tente de frapper un objet avec l'un ou l'autre pied et de frapper un objet avec l'une ou l'autre main<br>❏ réussit à toucher régulièrement un objet lorsqu'il tente de le frapper avec le pied ou avec un instrument, ou lorsqu'il tente de l'attraper | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 1re année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève se familiarise avec les directives de sécurité quand il participe à des activités physiques, apprend à suivre les règles et les règlements, et fait preuve d'un esprit sportif.

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C1 expliquer pourquoi les règles de sécurité sont importantes dans le cadre de l'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, énumère différentes règles et directives de sécurité quand il participe à des activités physiques | ❑ énumère différentes règles et directives de sécurité quand il participe à des activités physiques | ❑ énumère une série de règles et de directives établies dans le cadre de la participation à des activités physiques, et décrit comment chacune d'elles aide à créer un environnement sûr pour les élèves (p. ex. arrêter tout mouvement au coup de sifflet de l'enseignant afin que chacun puisse entendre ses consignes; porter une tenue vestimentaire et des chaussures appropriées permet de bouger sans danger et sans restriction; porter attention aux autres élèves et à l'environnement signifie que l'on peut participer à une activité physique sans heurter quelqu'un par mégarde; chaque activité physique s'appuie sur des consignes précises qui doivent être suivies pour que chacun puisse y participer sans danger; s'échauffer est important pour éviter les blessures) | ❑ énumère une série de règles et de directives de sécurité établies dans le cadre d'une participation sans danger à des activités physiques, et montre l'exemple en les appliquant; décrit comment chacune d'elles aide à créer un environnement sûr pour les élèves |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C2 réagir comme il se doit aux consignes et aux directives de sécurité lorsqu'il participe à des activités physiques | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux encouragements de l'enseignant, observe les consignes et les règles de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques précises | ❑ avec des rappels fréquents, observe les consignes et les directives de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques précises | ❑ écoute et observe les consignes et les directives de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques précises (p. ex. gymnastique – utiliser un matelas pour exécuter des culbutes; ateliers d'activité – se rendre à l'atelier suivant au coup de sifflet) | ❑ donne l'exemple en matière d'écoute et d'observation des consignes et des directives de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques précises |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. attendre son tour, encourager ses pairs) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux encouragements fréquents de l'enseignant, travaille conjointement avec ses pairs dans le cadre d'une activité physique | ❑ en réponse aux encouragements occasionnels de l'enseignant, travaille conjointement avec ses pairs dans le cadre d'une activité physique<br>❑ fait preuve d'un esprit sportif et de respect dans la pratique d'activités physiques définies | ❑ travaille volontiers avec ses pairs dans le cadre d'une activité physique (p. ex. partage le matériel, l'espace et ses idées; travaille avec différents partenaires)<br>❑ fait preuve d'un esprit sportif et de respect dans la pratique d'activités physiques (p. ex. attend son tour pour utiliser l'équipement, encourage les autres quelles que soient leurs aptitudes, exprime ses émotions de façon appropriée) | ❑ fait preuve d'initiative en travaillant volontiers en collaboration avec ses pairs dans le cadre d'une activité physique<br>❑ donne l'exemple en faisant preuve d'un esprit sportif et de respect dans la pratique d'activités physiques |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*2e année*

# 2e année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• connaître les bienfaits personnels qu'il est possible de tirer d'une participation régulière à des activités physiques<br>• savoir comment le corps réagit à l'activité physique<br>• être conscient de l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil dans le cadre de l'activité physique<br>• savoir quelles habiletés physiques il aimerait lui-même acquérir<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques sur une base quotidienne | • se déplacer dans l'espace commun tout en effectuant des changements de direction<br>• apprendre à maîtriser des habiletés non locomotrices, y compris :<br>- se balancer<br>- balancer les bras et les jambes<br>- exécuter un pas tournant<br>• adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices<br>• apprendre à maîtriser des habiletés de manipulation, y compris :<br>- lancer un objet par en dessous avec une main<br>- attraper un objet sans le bloquer contre son corps | • faire preuve de prudence (p. ex. écouter les consignes, rester dans les limites indiquées, exécuter des exercices d'échauffement appropriés)<br>• observer les procédures et les directives<br>• respecter les autres pendant une activité physique (p. ex. respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs, les encourager, attendre son tour) |

## Vie active

L'élève découvre les bienfaits de l'activité physique et a l'occasion de participer à des activités physiques sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 décrire les bienfaits personnels d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec de l'aide, nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ nomme un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ énumère au moins trois bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis)<br>❑ décrit les bienfaits qu'une participation régulière à des activités physiques lui a personnellement apportés (p. ex. ses muscles se sont développés, sa pratique de certains jeux s'est améliorée; il peut passer du temps avec des amis et retire de la satisfaction à réussir une activité donnée) | ❑ énumère plusieurs bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques, en donnant des exemples précis (p. ex. renforce les muscles des jambes et des bras)<br>❑ décrit une gamme de bienfaits qu'une participation à une activité physique lui a apportés |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 décrire les réactions physiques du corps pendant l'activité physique (p. ex. le rythme cardiaque augmente, la respiration s'accélère, les muscles se fatiguent) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, nomme une réaction physique du corps pendant l'activité physique<br>❑ avec une aide directe, repère la position de son cœur et y pose la main pour le sentir battre | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, nomme deux réactions physiques du corps pendant l'activité physique<br>❑ repère la position de son cœur<br>❑ nomme un endroit du corps où l'on peut sentir battre son cœur | ❑ décrit les réactions physiques du corps pendant l'activité physique incluant celles-ci :<br>- le rythme cardiaque<br>- la respiration (p. ex. le fait d'être essoufflé)<br>- la température du corps<br>- la transpiration<br>❑ désigne, sans aide, la position de son cœur ou la repère sur un schéma ou sur un modèle<br>❑ nomme au moins deux endroits du corps où l'on peut sentir battre son cœur (p. ex. le poignet, la poitrine) | ❑ décrit des réactions physiques du corps pendant l'activité physique et suggère des raisons pouvant être à l'origine de ces changements<br>❑ repère, sans aide, la position du cœur d'au moins deux façons différentes (p. ex. en la désignant sur lui, ou sur un schéma ou un modèle)<br>❑ nomme trois endroits du corps où l'on peut sentir battre son cœur (p. ex. le poignet, le cou, la poitrine) |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 décrire l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil en tant que sources d'énergie nécessaires à la pratique de l'activité physique |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux nombreuses incitations de l'enseignant, donne une raison expliquant l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil lorsqu'on pratique une activité physique | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, donne quelques raisons expliquant l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil lorsqu'on pratique une activité physique | ❑ explique pour quelles raisons la nourriture et l'eau sont importantes lorsqu'on pratique une activité physique (p. ex. des aliments nutritifs fournissent l'énergie nécessaire pour bouger et jouer activement, l'eau permet de garder le corps hydraté)<br>❑ décrit pourquoi un sommeil adéquat est important dans un mode de vie actif<br>❑ en s'appuyant sur les discussions et les activités menées en classe, énumère les conséquences possibles du manque d'aliments nutritifs, d'eau et de sommeil sur l'activité physique (p. ex. l'élève manque d'énergie, montre des signes de fatigue pendant l'activité physique, a très soif) | ❑ décrit en détail pourquoi la nourriture et l'eau sont importantes lorsqu'on pratique une activité physique<br>❑ décrit en détail pourquoi un sommeil adéquat est important dans un mode de vie physiquement actif<br>❑ établit, sans aide, une liste des conséquences possibles du manque d'aliments nutritifs, d'eau et de sommeil sur l'activité physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 énumérer les habiletés physiques qu'il aimerait développer |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide substantielle de l'enseignant, indique au moins une habileté physique qu'il aimerait développer | ❑ avec une aide minimum de l'enseignant, énumère quelques habiletés physiques qu'il aimerait développer | ❑ énumère, sans aide, plusieurs habiletés physiques qu'il aimerait développer (p. ex. courir vite, patiner à reculons, sauter à la corde en tandem, tenir une petite poche de sable en équilibre sur la tête pendant qu'il marche en ligne droite, faire des tractions à la barre fixe) | ❑ énumère, sans aide, plusieurs habiletés physiques qu'il aimerait développer et explique son choix |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école, comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques (p. ex. entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire, et une élévation de la température du corps)<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques et qui permettent des pauses en fonction des besoins individuels des élèves | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe à des activités physiques énergiques<br>❑ participe constamment à des activités physiques allant de modérées à énergiques sans marquer de pause |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. randonnées pédestres, jeux aquatiques, luge)
- danse (p. ex. jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains, danses folkloriques, danses à thème)
- jeux (p. ex. jeux du chat et de poursuite, jeux de miroir, jeux de parachute)
- gymnastique (p. ex. se tenir en équilibre sur un banc, gymnastique rythmique avec cerceaux et rubans)
- activités individuelles et à deux (p. ex. techniques de base de la course à pied, jonglerie avec foulards)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en apportant des changements de direction à son déplacement

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de changer de direction pendant un déplacement, afin d'aller à la rencontre des autres, de les éviter ou de les rejoindre; heurte parfois d'autres élèves ou se déplace dans la mauvaise direction | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant ou des pairs, change de direction pendant un déplacement afin d'aller à la rencontre d'autres élèves, de les éviter ou de les rejoindre | ❑ change de direction pendant un déplacement afin d'aller à la rencontre d'autres élèves, de les éviter ou de les rejoindre (p. ex. dans les formations de danses folkloriques, en jouant à chat à deux, en exécutant des culbutes, en conduisant une trottinette à quatre roues) | ❑ sans aide, change de direction afin d'aller à la rencontre d'autres élèves, de les éviter ou de les rejoindre |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 2e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, entre autres :
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- balancer les bras ou les jambes
- exécuter un pas tournant

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques d'exécution appropriées d'habiletés non locomotrices particulières, incluant le fait de basculer d'avant en arrière, d'osciller, de balancer les bras ou les jambes et d'exécuter un pas tournant | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, incluant le fait de basculer d'avant en arrière, d'osciller et d'exécuter un pas tournant<br>❑ exécute des pas tournants en augmentant progressivement la rotation ou en lui appliquant des multiples de quarts de tours | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, incluant celles-ci :<br>- basculer d'avant en arrière ou osciller – maintenir le corps en contact avec le sol dans une position groupée; conserver une base d'appui stable pour osciller<br>- balancer les bras ou les jambes en un mouvement continu et régulier et garder les membres souples et détendus; le mouvement doit avoir la même amplitude en avant et en arrière<br>- exécuter un pas tournant d'une façon continue et contrôlée, à l'aide des deux pieds, en gardant l'équilibre tout au long du mouvement | ❑ montre sa capacité à balancer les bras et les jambes, à basculer d'avant en arrière et à osciller, tout en changeant la dynamique du mouvement (petite à grande amplitude et grande à petite amplitude)<br>❑ exécute un pas tournant dans l'un ou l'autre sens d'une façon continue et contrôlée, à l'aide des deux pieds, en gardant l'équilibre tout au long du mouvement et en modifiant la hauteur de son corps (p. ex. élevée, intermédiaire, basse) |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 2e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>B3 adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse aux incitations et aux recommandations de l'enseignant, montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la position de départ appropriée pour exercer des habiletés locomotrices | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la position de départ appropriée pour exercer des habiletés locomotrices | ❑ adopte la position de départ appropriée pour exercer des habiletés locomotrices déjà acquises (p. ex. marcher, courir, sauter à la corde, sauter, sauter à cloche-pied et galoper) – garder les pieds dans l'alignement des épaules, les genoux pliés, le poids du corps réparti de façon égale sur les deux avant-pieds tout en gardant les talons au sol, la tête droite, les yeux fixés sur la cible ou le jeu, et les mains à la hauteur de la poitrine (s'il y a lieu) | ❑ montre sa capacité à adapter une position de départ à différentes situations ou activités |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 2e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- lancer un objet par en dessous avec une main
- attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée à des habiletés de manipulation, incluant le fait de lancer un objet par en dessous; il est possible qu'il ne fasse pas pivoter le haut du corps ou ne ramène pas ses bras vers l'arrière comme il le devrait<br>❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée d'habiletés de manipulation, incluant le fait d'attraper un objet avec les deux mains; risque souvent de bloquer l'objet contre son corps<br>❑ réussit parfois à toucher l'objet<br>❑ il se peut qu'il ait des difficultés à suivre l'objet des yeux | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant celles-ci :<br>- lancer un objet par en dessous et attraper un objet avec les deux mains<br>- en réponse aux incitations de l'enseignant, tenter de lancer un objet par en dessous, avec l'une ou l'autre main<br>- attraper avec les deux mains – bloque parfois l'objet contre son corps<br>- recevoir et attraper – réussit parfois à toucher l'objet<br>- suit parfois l'objet des yeux en préparation de la réception ou du blocage | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant le fait de lancer divers objets par en dessous avec une main (p. ex. une plume, un foulard, une petite poche de sable, une balle de tennis, une balle en mousse) – ramener le bras vers l'arrière pour se préparer à lancer, puis le ramener vers l'avant tout en transférant le poids du corps sur le pied opposé, étendre le bras, propulser l'objet en direction de la cible et accompagner le mouvement du bras vers la cible<br>❑ tente de lancer divers objets (p. ex. plumes, foulards, petites poches de sable, balles en mousse) avec l'une ou l'autre main<br>❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant le fait d'attraper un objet (p. ex. balle en mousse, ballon de plage) avec les deux mains sans le bloquer contre son corps<br>❑ suit l'objet des yeux en préparation de la réception ou du blocage | ❑ montre, de façon constante, qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant le fait de lancer un objet par en dessous, avec l'une ou l'autre main<br>❑ montre qu'il maîtrise, de façon constante, les techniques appropriées relatives à des habiletés de manipulation, incluant le fait d'attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps; tente d'attraper un objet avec une main<br>❑ atteint la cible de façon constante lorsqu'il lance des objets avec ou sans instrument<br>❑ suit des yeux l'objet qu'il s'apprête à attraper ou à bloquer de façon à anticiper ses changements de direction, de vitesse ou de position |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 2e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève se familiarise avec les directives de sécurité lorsqu'il participe à des activités physiques, apprend à suivre règlements et directives, et fait preuve d'un esprit sportif.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à des activités physiques (p. ex. écouter les directives et les appliquer, rester dans les limites indiquées, faire les exercices d'échauffement appropriés, s'assurer que l'espace réservé à l'activité ne comporte aucun obstacle)

#### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec les renforcements de l'enseignant, adopte des comportements sûrs, définis lors de la pratique d'activités physiques | ❑ fait preuve de prudence lors de la pratique d'activités physiques | ❑ décrit et adopte des comportements sûrs et adopte des attitudes qui dénotent la maîtrise de soi lors de la pratique d'activités physiques (p. ex. s'arrêter et démarrer en réponse à un signal; se déplacer sans gêner les autres; entrer et sortir avec prudence) | ❑ décrit et adopte de façon constante des comportements sûrs et des attitudes qui dénotent la maîtrise de soi lors de la pratique d'activités physiques |

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C2 suivre les règles et les directives établies lorsqu'il participe à des activités physiques

#### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, observe les règles et les directives établies lors de la pratique d'activités physiques qu'il connaît bien | ❑ observe les règles et les directives établies lors de la pratique d'activités physiques qu'il connaît bien | ❑ observe, sans aide, les règles et les directives établies lors de la pratique d'activités physiques (p. ex. aller chercher les ballons dans la réserve, faire la queue pour utiliser l'équipement, rester dans les limites indiquées, tasser les bureaux ou les bancs pour libérer l'espace où l'activité va avoir lieu)<br>❑ installe ses propres jeux et les mène de façon adéquate (p. ex. saut à la corde, jeux comportant une cible) | ❑ observe constamment les règles et les directives établies lors de la pratique d'activités physiques qu'il connaît bien, et propose des améliorations, s'il y a lieu<br>❑ sans aide, installe ses propres jeux et les mène de façon adéquate |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 faire preuve de respect envers ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs, les encourager, attendre son tour) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, travaille étroitement avec ses pairs dans le cadre de l'activité physique | ❑ avec l'aide de l'enseignant et de ses pairs, travaille étroitement avec ses pairs dans le cadre de l'activité physique<br>❑ montre d'au moins une façon son respect et ses encouragements à l'égard des autres élèves dans le cadre de l'activité physique | ❑ travaille étroitement avec ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. partage le matériel, l'espace et ses idées; travaille avec différents partenaires et petits groupes)<br>❑ montre son respect et ses encouragements à l'égard des autres élèves de diverses façons dans le cadre de l'activité physique (p. ex. les félicite, ne les rabaisse pas) | ❑ fait preuve d'initiative en travaillant étroitement avec ses pairs dans le cadre de l'activité physique<br>❑ décrit et montre plusieurs façons d'exprimer son respect et ses encouragements à l'égard des autres dans le cadre de l'activité physique |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*3e année*

# 3e année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• décrire les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique pour le cœur, les poumons, la musculature et l'ossature<br>• connaître les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique (p. ex. choisir des aliments capables de fournir l'énergie nécessaire, boire régulièrement tout au long de l'activité)<br>• faire des choix favorables à l'activité physique<br>• énumérer les habiletés physiques des personnes qu'il admire<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques sur une base quotidienne | • découvrir son équilibre<br>• apprendre à maîtriser des habiletés non locomotrices incluant le fait de pousser et de tirer<br>• apprendre à maîtriser des habiletés locomotrices incluant le saut avec élan et le saut par-dessus un obstacle<br>• apprendre à maîtriser des habiletés de manipulation incluant celles-ci : frapper un objet fixe avec le pied, bloquer un objet avec le pied et dribler un ballon avec la main<br>• exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs | • adopter un comportement sûr au cours d'activités physiques et dans des milieux variés<br>• faire preuve de respect à l'égard des autres élèves et les encourager pendant la pratique d'activités physiques<br>• assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. diriger un petit groupe, aider à installer le matériel) |

## Vie active

L'élève découvre les bienfaits de l'activité physique et a l'occasion de participer à des activités physiques sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique en vue de renforcer le cœur, les poumons, les muscles et les os |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ en réponse à des incitations, donne une raison pour laquelle une participation régulière à une activité physique est importante | ❑ donne et décrit une raison pour laquelle une participation régulière à une activité physique est importante | ❑ explique pourquoi un cœur en santé profite à la santé du corps en général (p. ex. un cœur en santé envoie le sang dans le corps entier)<br>❑ énumère et décrit au moins trois bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique pour le cœur, les poumons, les muscles et les os (p. ex. une plus grande souplesse, une endurance cardiovasculaire accrue, des os et des muscles plus forts) | ❑ énumère et décrit plusieurs bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique et fournit des exemples précis (p. ex. renforce les muscles des bras et des jambes) |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 décrire les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, donne une raison expliquant l'importance de la nourriture et de l'eau dans le cadre de l'activité physique | ❑ avec l'aide de l'enseignant, établit une distinction entre les aliments sains favorables à la pratique de l'activité physique et ceux qui ne le sont pas | ❑ explique l'importance de manger des aliments sains et variés capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique (p. ex. pour permettre à l'ossature et à la musculature de se renforcer, pour avoir suffisamment d'énergie)<br>❑ énumère plusieurs choix nutritionnels sains qu'une personne peut faire pour favoriser la pratique d'une activité physique régulière<br>❑ reconnaît quels sont les moments les plus opportuns pour manger et boire dans le cadre de l'activité physique (p. ex. ne pas trop manger, ou ne pas manger juste avant une activité ardue, boire de l'eau régulièrement tout au long de l'activité) | ❑ explique l'importance de manger des aliments sains et variés capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique et donne des exemples précis<br>❑ décrit en détail plusieurs choix nutritionnels sains qu'une personne peut faire pour favoriser la pratique d'une activité physique régulière<br>❑ dresse, sans aide, la liste des conséquences pouvant survenir quand une personne mange ou boit à un moment inopportun dans le cadre de l'activité physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 énumérer les choix permettant à chacun d'être plus actif physiquement | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ tente de reconnaître les occasions d'être plus actif physiquement; est parfois incapable de reconnaître de telles occasions | ❑ énumère les choix pouvant permettre à chacun d'être plus actif physiquement<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, dresse une liste d'activités physiques qui se pratiquent dans la communauté | ❑ énumère les choix pouvant permettre à chacun d'être plus actif physiquement (p. ex. se rendre à l'école à pied plutôt qu'en voiture, jouer dehors plutôt que de s'asseoir devant l'ordinateur, emprunter les escaliers plutôt que de prendre l'ascenseur)<br>❑ dresse une liste d'activités physiques qui se pratiquent dans la communauté (p. ex. dans les terrains de jeux de quartier, dans les équipes de sport communautaires, à la piscine, à la patinoire, dans les sentiers de randonnée pédestre et de promenade, à la piste de curling, sur les pistes cyclables, sur le mur d'escalade) | ❑ partage de l'information détaillée ayant trait aux activités physiques qui se pratiquent dans la communauté<br>❑ élabore un plan, en s'appuyant sur les discussions menées en classe, permettant d'intégrer des choix dans sa vie quotidienne en vue de devenir plus actif physiquement |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 énumérer les caractéristiques qu'il admire chez des athlètes et des personnes actives sur le plan physique (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des modèles au sein de la communauté, des athlètes olympiques) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ grâce à une aide substantielle de l'enseignant, cite au moins une caractéristique qu'il admire chez un athlète | ❑ avec une aide minimum de l'enseignant, dresse la liste des caractéristiques qu'il admire chez certains athlètes et chez des personnes actives sur le plan physique | ❑ dresse la liste des caractéristiques qu'il admire chez les athlètes et les personnes actives sur le plan physique qu'il connaît ou a vus, ou encore à propos desquels il a lu (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des modèles au sein de la communauté, des athlètes olympiques)<br>❑ dresse la liste des habiletés ou des caractéristiques qu'il aimerait lui-même développer | ❑ donne des exemples précis de caractéristiques qu'il admire chez d'autres personnes, et explique pourquoi ces habiletés méritent son admiration<br>❑ définit des moyens d'acquérir lui-même de telles habiletés |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école, comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques (p. ex. entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire ainsi qu'une élévation de la température du corps)<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques permettant des pauses en fonction des besoins individuels des élèves | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe à des activités physiques énergiques<br>❑ participe constamment à des activités physiques allant de modérées à énergiques sans marquer de pause |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. patinage, natation, raquette)
- danse (p. ex. danse aérobique, danse s'inspirant d'une histoire, danse traditionnelle autochtone)
- jeux (p. ex. défis coopératifs, jeux de lancers, soccer)
- gymnastique (p. ex. exercices au sol, culbutes, équilibre)
- activités individuelles et à deux (p. ex. jeu de boules, étirements, saut à la corde, vélo)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 se montrer capable de garder son équilibre au cours d'activités variées

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées | ❑ peut maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées | ❑ montre qu'il comprend les effets de la force et de la position du corps sur l'équilibre lors d'arrêts et d'activités nécessitant une réception au sol<br>❑ peut maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées (p. ex. consolider sa base d'appui en écartant davantage les pieds, abaisser son centre de gravité en pliant les genoux, garder la tête droite, maintenir les pieds écartés dans la direction du mouvement et les bras tendus) | ❑ maintient constamment, de différentes façons, un équilibre statique et dynamique au cours d'activités variées comprenant des changements de hauteurs et de positions du corps<br>❑ se montre capable de garder son équilibre sur des surfaces variées (p. ex. sur du sable, un banc, de l'herbe, une surface en ciment) |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 3e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières pour effectuer les sauts suivants et d'autres sauts :
- le saut avec élan
- le saut par-dessus un obstacle

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques d'exécution appropriées d'un saut avec élan et d'un saut par-dessus un obstacle; commet parfois des erreurs techniques (p. ex. absence d'accélération, appel du mauvais pied, absence de transfert du poids du corps, incapacité à sauter par-dessus un obstacle, chute à la réception) | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques d'exécution appropriées d'un saut avec élan et d'un saut par-dessus un obstacle | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées d'une gamme d'activités comportant des habiletés locomotrices particulières, entre autres :<br>- le saut avec élan – courir et accélérer pour prendre l'appel sur un pied, poser le pied d'appel, transférer le poids du corps vers l'avant, lancer les bras en avant pour se donner de l'élan, étirer le corps vers le haut et l'avant pour effectuer une réception au sol sur les avant-pieds (ou sur le pied opposé) sans perdre l'équilibre<br>- le saut par-dessus un obstacle – courir et accélérer pour prendre l'appel sur un pied, poser le pied d'appel, transférer le poids du corps vers l'avant, lancer les bras en avant pour se donner de l'élan, étirer le corps vers le haut et l'avant pour effectuer une réception au sol en douceur sur l'autre avant-pied; sauter par-dessus des obstacles tout en gardant constamment l'équilibre | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée tout en changeant de vitesse et de direction et en effectuant des réceptions précises<br>❑ est apte à sauter dans plusieurs directions, sur des distances variées, et par-dessus des obstacles différents |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 3e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation lorsqu'il effectue les mouvements suivants et d'autres mouvements :
- pousser ou tirer un objet
- frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe
- contrôler un objet avec le pied
- dribler un objet avec les mains

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour tirer ou pousser un objet; il est possible qu'il commette des erreurs techniques (p. ex. ne plie pas les genoux ou n'est pas capable de tirer ou de pousser un objet)<br>❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée du coup de pied; doit parfois arrêter sa course pour frapper l'objet avec le pied<br>❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée d'un contrôle; se tient debout avec le pied sur le dessus du ballon; peut regarder ses pieds ou regarder ailleurs plutôt que de garder les yeux sur l'objet | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées pour tirer ou pousser un objet, ou exécuter un coup de pied, un contrôle ou un drible avec les mains<br>❑ rattrape l'objet après qu'il a rebondi une fois (s'il y a lieu)<br>❑ utilise la technique d'exécution appropriée du coup de pied, mais sans pouvoir s'y préparer ou bien accompagner le mouvement; n'utilise pas toujours la bonne partie du pied (p. ex. la pointe du pied au lieu du cou-de-pied dans le cas du soccer)<br>❑ suit parfois l'objet des yeux au cours des activités de manipulation | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées d'une gamme d'activités comportant des habiletés de manipulation particulières, entre autres :<br>- tirer ou pousser un objet (p. ex. tirer une corde) – plier les genoux, maintenir la tête et le dos droits, se servir de ses jambes pour supporter le poids de l'objet et redresser les jambes pour relever son corps avec le poids<br>- frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe (p. ex. frapper un ballon avec le pied pour le projeter dans un filet ou faire une passe) – se préparer à frapper l'objet avec le pied en regardant la cible, regarder l'objet, faire un pas en avant vers l'objet avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, prendre appui sur le pied qui ne frappe pas et transférer le poids du corps, lancer le pied qui frappe vers l'avant, toucher le ballon avec le cou-de-pied (s'il y a lieu), et prolonger le mouvement en direction de la cible avec la jambe qui a donné le coup; exécuter toujours le mouvement en trois étapes | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées pour se pencher, tirer, pousser et se tourner en portant un poids<br>❑ maîtrise, de façon constante, la technique d'exécution appropriée du coup de pied, avec l'un ou l'autre pied<br>❑ fait preuve de précision, de façon constante, lorsqu'il frappe un objet du pied en direction d'une cible fixe, dans diverses situations imprévisibles<br>❑ contrôle un objet avec le pied, dans des situations imprévisibles (p. ex. contrôler une balle qui rebondit) |

*Suite à la page suivante*

*Suite à la page suivante*

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

*Suite de la page précédente*

*Suite de la page précédente*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique d'exécution appropriée du dribble avec les mains; frappe le ballon avec la paume de la main; regarde parfois ses mains ou regarde ailleurs plutôt que devant lui | | - contrôler un objet (p. ex. contrôler un ballon qui roule avec le pied) – contrôler un ballon en le maintenant sous la plante de l'un ou l'autre pied; suivre l'objet des yeux en permanence<br>- dribler un objet avec les mains (p. ex. un ballon de basket-ball) – pencher le corps légèrement vers l'avant, garder les genoux partiellement fléchis et la tête droite et pousser le ballon vers le sol avec les doigts<br>❑ tente d'exécuter un lancer ou un drible avec l'une ou l'autre main ou de frapper un objet avec l'un ou l'autre pied; fait passer plusieurs objets d'une main à l'autre (p. ex. en gymnastique rythmique, en jonglant avec des foulards ou des petites poches de sable) | ❑ montre qu'il maîtrise, de façon constante, la technique appropriée pour dribler avec l'une ou l'autre main, à des hauteurs variées, tout en se déplaçant et en changeant de vitesse et de direction<br>❑ suit un objet des yeux de façon à anticiper ses changements de direction, de vitesse et de position<br>❑ atteint des cibles de façon constante |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 3e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs définis

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, tente d'exécuter des suites de mouvements; est parfois incapable d'exécuter les mouvements dans le bon ordre ou selon l'agencement prévu<br>❑ a parfois de la difficulté à associer des mouvements locomoteurs et des mouvements non locomoteurs | ❑ tente d'exécuter des suites de mouvements, mais est parfois incapable d'exécuter les mouvements dans le bon ordre ou selon l'agencement prévu | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques particulières en vue d'exécuter les suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs indiquées par l'enseignant, telles que les suivantes :<br>- danses en couple, en groupe, danses s'inspirant de modèles connus (p. ex. danses carrées, hip-hop, danses figuratives)<br>- suites de culbutes – roulades selon divers axes, exercices au sol, exercices d'équilibre avec un banc<br>- danse ou gymnastique aérobique | ❑ crée des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs s'inspirant de modèles connus |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 3e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des degrés multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève se familiarise avec les règles d'une participation sûre et loyale à des activités physiques et il commence à développer des aptitudes en leadership dans des contextes déterminés.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques

#### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant et des pairs, observe les règles et les pratiques établies dans le cadre d'activités physiques qu'il connaît bien | ❑ observe, à l'aide de rappels, les règles et les pratiques établies dans le cadre d'activités physiques qu'il connaît bien<br>❑ adopte de bon gré des comportements sûrs lors de la pratique d'activités physiques | ❑ observe les règles et les pratiques établies dans le cadre de l'activité physique (p. ex. entreprendre des exercices d'échauffement de façon indépendante, se montrer assidu pendant une période satisfaisante)<br>❑ fait preuve de prudence, de façon constante et de bon gré (p. ex. conserve le contrôle de l'équipement et le récupère sans danger, choisit un espace sûr pour une activité donnée)<br>❑ montre sa sensibilisation aux directives de sécurité qui varient en fonction des activités et de l'environnement (p. ex. au gymnase, à la piscine, à la patinoire, lors d'une randonnée pédestre, dans la cour d'école) | ❑ montre, à l'aide d'exemples, comment observer les règles et les pratiques établies dans le cadre d'activités physiques<br>❑ fait preuve de prudence de façon constante et de bon gré<br>❑ donne des exemples illustrant de quelle manière les règles de sécurité varient en fonction des activités et de l'environnement |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*
C2 faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager dans divers types d'activités physiques

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ a besoin de plusieurs rappels pour faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager<br>❑ communique souvent ses émotions de façon inappropriée lors d'activités physiques | ❑ avec l'aide de l'enseignant, fait preuve de respect pendant la pratique d'activités physiques<br>❑ suit l'exemple de l'enseignant ou des pairs pour encourager d'autres élèves pendant la pratique d'activités physiques<br>❑ de façon occasionnelle, communique ses émotions de façon inappropriée lors d'activités physiques | ❑ fait preuve de respect pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. accepte les décisions et les résultats sans les contester, respecte les aptitudes et les habiletés des autres élèves, travaille avec ses pairs en vue d'accomplir un travail d'équipe, communique ses émotions de façon appropriée)<br>❑ offre de plusieurs façons ses encouragements à d'autres élèves dans divers types d'activités physiques (p. ex. aide les autres à améliorer certaines habiletés, les complimente, invite les élèves à participer quelles que soient leurs aptitudes)<br>❑ nomme des façons appropriées et inappropriées de communiquer des émotions telles que l'enthousiasme, le sentiment de fierté, la colère et la frustration pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. parler par opposition à crier, adopter un ton calme plutôt qu'une voix forte, utiliser un langage acceptable par opposition à un langage blessant, encourager ses pairs plutôt que de les huer, réessayer par opposition à abandonner) | ❑ montre, à l'aide d'exemples, comment faire preuve de respect pendant la pratique d'activités physiques<br>❑ montre, à l'aide d'exemples, comment encourager ses pairs pendant la pratique d'activités physiques<br>❑ nomme diverses façons appropriées et inappropriées de communiquer des émotions pendant la pratique d'activités physiques<br>❑ communique des émotions comme l'enthousiasme, le sentiment de fierté, la colère et la frustration pendant la pratique d'activités physiques d'une façon appropriée, et ce, d'une façon constante |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. diriger un petit groupe, aider à installer le matériel) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux nombreuses incitations de l'enseignant, aide à installer et à ranger le matériel | ❑ se montre prêt à suivre les directives d'autres élèves dans le cadre d'activités en petits groupes<br>❑ se montre prêt à aider à installer et à ranger le matériel | ❑ dirige des activités en petits groupes (p. ex. inventer des jeux, créer des suites de mouvements, montrer une technique d'étirement)<br>❑ aide de façon constante à installer et à ranger le matériel<br>❑ aide ses pairs pendant des activités de groupe | ❑ dirige, sans aide, une activité en petit groupe<br>❑ prend l'initiative d'installer et de ranger le matériel<br>❑ aide ses pairs de bon gré pendant des activités de groupe |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

## *4e année*

# 4e année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse du corps, améliore l'image de soi, fournit l'occasion de se faire des amis)<br>• reconnaître les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique (p. ex. les ischiojambiers, les quadriceps, les triceps, les abdominaux, le cœur)<br>• savoir surveiller l'effort pendant l'activité physique<br>• décrire la relation entre nutrition et activité physique<br>• énumérer les activités physiques pouvant être pratiquées dans des lieux donnés<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques sur une base quotidienne | • adapter sa vitesse, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement<br>• apprendre à maîtriser des habiletés de manipulation incluant celles-ci : recevoir un objet à une main, frapper un objet avec la main ou avec un instrument, envoyer un objet par-dessus l'épaule et avancer avec un ballon en driblant<br>• exécuter des suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation | • prendre part à des activités physiques avec prudence<br>• adopter un esprit sportif (p. ex. respecter les différences, avoir une attitude coopérative et ouverte)<br>• assumer des rôles de leadership dans la pratique d'activités physiques |

## Vie active

L'élève fait l'apprentissage de l'information dont il a besoin pour pratiquer une activité physique de façon saine et efficace (p. ex. information concernant les différents groupes musculaires ou les moyens de surveiller l'effort ou la nutrition) et il a l'occasion de participer à des activités physiques sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse du corps, améliore l'image de soi, fournit l'occasion de se faire des amis) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, indique un bienfait d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique ou émotionnelle d'une personne | ❑ indique au moins deux bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique ou émotionnelle d'une personne | ❑ énumère et décrit une série de bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse, permet de profiter de l'air pur et du soleil lorsque l'activité a lieu à l'extérieur)<br>❑ énumère et décrit une série de bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé émotionnelle d'une personne (p. ex. permet d'améliorer l'image de soi, fournit une occasion de se faire des amis, procure un sentiment de fierté) | ❑ donne des exemples précis ayant trait aux différents bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne ainsi que sur sa vie sociale, et les évalue<br>❑ décrit la relation entre les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur le plan physique et émotionnel |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 reconnaître les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ indique un muscle important sollicité pendant l'activité physique | ❑ à l'aide d'un modèle, d'un diagramme ou en utilisant son propre corps, indique les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique | ❑ indique les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique à l'aide d'un modèle, d'un diagramme ou en les désignant sur son propre corps, (p. ex. les ischiojambiers, les quadriceps, les triceps, les abdominaux, le cœur)<br>❑ dresse une liste des activités physiques aptes à développer chacun des principaux muscles (p. ex. le cœur : la gymnastique aérobique ou le vélo; les quadriceps : la course ou le soccer)<br>❑ comprend que l'activité physique doit être pratiquée pendant des périodes prolongées pour pouvoir renforcer le cœur et les autres muscles | ❑ indique les principaux muscles du corps sollicités pendant l'activité physique et précise quels types d'activités permettent le développement de chacun d'eux<br>❑ met en relation les principaux groupes musculaires et les différentes activités physiques qui permettent leur développement<br>❑ explique pourquoi l'activité doit être pratiquée pendant des périodes prolongées pour pouvoir renforcer le cœur et les autres muscles |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 montrer différentes façons de suivre l'effort de près pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. surveiller son rythme cardiaque en prenant son pouls, sa capacité à parler pendant l'activité physique) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, met en relation l'activité physique et le rythme cardiaque | ❑ avec l'aide de l'enseignant, comprend que l'activité physique augmente à la fois le rythme cardiaque et le rythme de la respiration<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, indique au moins deux façons de prendre son pouls | ❑ comprend que le cœur bat et envoie le sang vers les muscles et dans tout le corps de manière ininterrompue et qu'une plus grande activité physique fait augmenter à la fois le rythme cardiaque et le rythme de la respiration<br>❑ indique et décrit diverses façons de prendre son pouls (p. ex. en plaçant les doigts sur son cou ou sur son poignet, ou à l'aide d'un moniteur électronique de fréquence cardiaque)<br>❑ indique et décrit d'autres façons de suivre l'effort de près (p. ex. la capacité à parler) | ❑ compose des légendes destinées à un modèle ou à d'autres types de représentations pour montrer que le cœur bat et envoie le sang vers les muscles et dans tout le corps de manière ininterrompue et qu'une plus grande activité fait augmenter à la fois le rythme cardiaque et le rythme de la respiration<br>❑ choisit, sans aide, plusieurs façons de prendre son pouls, et de suivre l'effort de près (p. ex. en plaçant ses doigts sur le cou ou sur le poignet, ou à l'aide d'un moniteur électronique de fréquence cardiaque) |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 décrire la relation entre nutrition et activité physique (p. ex. fournit l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique, procure une nutrition adéquate pour que l'ossature et la musculature puissent se développer normalement) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ reconnaît la relation qui existe entre la nutrition et l'activité physique; en est parfois incapable | ❑ avec l'aide de l'enseignant, explique la nécessité d'équilibrer la consommation de nourriture (accumulation de l'énergie) avec la pratique d'activités physiques (dépense de l'énergie) | ❑ explique la nécessité d'équilibrer la consommation de nourriture (accumulation de l'énergie) avec la pratique d'activités physiques (dépense de l'énergie) | ❑ explique, à l'aide d'exemples détaillés, la nécessité d'équilibrer la consommation de nourriture (accumulation de l'énergie) avec la pratique d'activités physiques (dépense de l'énergie) |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, nomme une activité physique pouvant être pratiquée dans un lieu donné | ❑ énumère une gamme d'activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux | ❑ énumère les activités physiques pouvant être pratiquées dans la salle de classe (p. ex. pauses pour s'étirer, sauter à cloche-pied sur place près de son bureau)<br>❑ énumère les activités physiques pouvant être pratiquées sur le terrain de l'école (p. ex. jouer à des jeux pendant la récréation ou après l'école)<br>❑ énumère les activités physiques pouvant être pratiquées dans la communauté (p. ex. joindre une équipe sportive dont les activités ont lieu après l'école ou pendant la fin de semaine, se promener ou participer à une randonnée pédestre avec des membres de la famille, jouer avec des amis) | ❑ décrit des activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux, puis les comparer |

***Participation***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école, comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques, tels qu'une accélération du rythme cardiaque et respiratoire ou une élévation de la température du corps<br>❑ surveille son rythme cardiaque pendant l'activité physique avec l'aide de l'enseignant (p. ex. en prenant son pouls au cou ou en ayant recours à un moniteur électronique de fréquence cardiaque)<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques permettant des pauses en fonction des besoins individuels des élèves | ❑ participe de façon autonome à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe de façon autonome à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques<br>❑ surveille lui-même son rythme cardiaque pendant l'activité physique<br>❑ participe de façon autonome et de manière continue à des activités physiques allant de modérées à énergiques pendant des périodes prolongées |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. patinage, natation, raquette)
- danse (p. ex. danse aérobique, danse s'inspirant d'une histoire, danse traditionnelle autochtone)
- jeux (p. ex. défis coopératifs, jeux de lancers, soccer)
- gymnastique (p. ex. exercices au sol, culbutes, équilibre)
- activités individuelles et à deux (p. ex. jeu de boules, étirements, saut à la corde, vélo)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 adapter sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement

#### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ grâce aux directives et à l'aide substantielle de l'enseignant, tente de modifier avec précision sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en vue d'arrêter ou d'éviter des personnes ou des objets en mouvement; la plupart du temps, est incapable de trouver la méthode la plus appropriée pour les arrêter au passage ou les éviter | ❑ avec de l'aide, tente de modifier avec précision sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en vue d'arrêter ou d'éviter des personnes ou des objets en mouvement; est parfois incapable de trouver la méthode la plus appropriée pour les arrêter au passage ou les éviter | ❑ accélère ou ralentit tout en changeant de direction, en fonction du mouvement de personnes (p. ex. partenaire de danse ou de patinage, coéquipier) ou d'objets<br>❑ change de direction et adapte sa force en vue d'arrêter ou d'éviter des objets ou des personnes (p. ex. pour recevoir une passe, intercepter un ballon de volley-ball et le lancer, rejoindre un partenaire)<br>❑ adapte sa vitesse et son trajet en vue d'arrêter ou d'éviter des personnes ou des objets (p. ex. passe d'un trajet en ligne droite à un trajet comportant des virages pour éviter une collision, intercepter un objet) | ❑ adapte sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction de façon constante et avec précision en vue d'arrêter ou d'éviter des personnes ou des objets en mouvement |

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| | | ❑ adapte sa position en vue d'arrêter ou d'éviter des objets ou des personnes (p. ex. saute pour attraper un ballon de basket-ball qui rebondit, s'accroupit pour attraper une balle molle qui roule sur le sol; lance par-dessus l'épaule ou par en dessous; s'approche ou s'éloigne) | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 4e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour lancer et attraper divers objets en contrôlant ses mouvements, entre autres :
- attraper un objet par-dessus l'épaule ou par en dessous avec une main
- frapper un objet en mouvement avec un instrument
- frapper un objet avec la main
- lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main en visant une cible
- dribler un objet avec les pieds

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour attraper ou frapper un objet; réussit parfois à le toucher<br>❑ laisse l'objet rebondir plusieurs fois avant de l'attraper (s'il y a lieu)<br>❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour lancer un objet par-dessus l'épaule; n'effectue pas toujours de rotation du tronc ni ne ramène le bras en arrière comme il le devrait<br>❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour dribler un objet avec les pieds | ❑ montre occasionnellement qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriée de mouvements de manipulation, incluant ceux-ci : attraper, frapper, lancer un objet et dribler avec les pieds; garde parfois la tête baissée plutôt que de regarder l'objet<br>❑ attrape des objets avec une main sans faire de distinction entre la technique appropriée pour attraper les objets au-dessous ou au-dessus de la taille<br>❑ attrape, frappe ou lance des objets avec la main dominante seulement<br>❑ réussit à toucher l'objet au moins une fois sur deux | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques d'exécution appropriées de mouvements de manipulation, incluant les suivants :<br>- attraper un objet avec une main (par-dessus l'épaule et par en dessous) – se tenir debout en gardant les pieds dans l'alignement des épaules, les coudes pliés, les mains dans la bonne position; faire un pas en avant pour attraper l'objet; garder les doigts tournés vers le haut pour les objets à attraper au-dessus de la taille, et vers le bas pour les objets à attraper au-dessous de la taille<br>- frapper un objet en mouvement avec un instrument (p. ex. une raquette de tennis, un bâton de golf, un bâton de baseball) ou avec la main (p. ex. un ballon de handball) – se tenir de profil par rapport à l'objet, ramener le bras et l'instrument dans un mouvement vers l'arrière à 180 degrés, transférer le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant tout en effectuant une rotation du tronc puis des hanches, et frapper l'objet dans un plan horizontal en plaçant l'instrument parallèlement à la cible | ❑ montre qu'il maîtrise de façon constante les techniques appropriées pour attraper, lancer ou frapper un objet avec l'une ou l'autre main<br>❑ montre qu'il maîtrise, de façon constante, la technique appropriée pour dribler avec les pieds tout en se déplaçant et en changeant de vitesse, de direction et de trajet<br>❑ atteint la cible de façon constante lors de l'exécution de mouvements de manipulation dans différentes situations, prévisibles ou non |

*Suite à la page suivante*

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

*Suite de la page précédente*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ regarde parfois ses mains ou ailleurs plutôt que de suivre des yeux l'objet ou la cible lors de l'exécution de mouvements de manipulation | | - lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main en visant une cible (p. ex. une balle molle, une petite poche de sable, une balle en mousse) – ramener le bras vers l'arrière en préparation au lancer, ramener le bras en avant tout en transférant le poids du corps sur le pied opposé, étendre le bras et lâcher l'objet en visant la cible, puis accompagner le mouvement du bras vers l'épaule opposée<br>- dribler un objet avec les pieds (p. ex. un ballon de soccer) – déplacer le ballon ou un autre objet en donnant des petits coups avec la partie intérieure ou extérieure du pied, avec l'un ou l'autre pied, le corps légèrement penché en avant, la tête droite et au-dessus du ballon<br>❑ réussit à toucher régulièrement l'objet<br>❑ tente d'attraper, de lancer ou de frapper un objet avec l'une ou l'autre main | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 4e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 choisir des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation en vue de créer des suites de mouvements

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ suit les directives des pairs ou de l'enseignant pour combiner des mouvements<br>❑ combine des mouvements en vue de créer des suites ne comportant qu'une catégorie de mouvements (non locomoteurs, locomoteurs ou de manipulation) | ❑ choisit des mouvements pour créer des suites de mouvements avec l'aide de l'enseignant<br>❑ crée des suites de mouvements comportant deux catégories de mouvements (p. ex. locomoteurs et de manipulation ou non locomoteurs et locomoteurs) | ❑ choisit et combine des mouvements pour former une suite (p. ex. associer des hauteurs et des trajets; définit un début, un milieu et une fin), par exemple :<br>- basket-ball – suites de passes et de dribles<br>- mouvements de danse<br>- gymnastique – sauts, réceptions, roulades et sauts<br>- suites de jeux comportant l'utilisation de parachutes<br>- tai-chi, tai-bo, danse aérobique, saut à la corde – pas et positions, déplacements tout en sautant à la corde<br>- suite de mouvements de patinage – avant et arrière, virages<br>❑ enchaîne ses mouvements de façon harmonieuse (p. ex. plier, puis étirer différentes parties du corps; après un saut, atterrir, plier les genoux, puis se redresser en un mouvement continu)<br>❑ utilise le vocabulaire approprié pour décrire les mouvements et les suites de mouvements (p. ex. trajet, amorce, déplacement, drible) | ❑ incorpore des mouvements de manipulation dans les suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs<br>❑ incorpore des mouvements locomoteurs dans les suites de mouvements non locomoteurs et de manipulation en changeant de hauteur, de vitesse et de trajet<br>❑ enchaîne des mouvements de manipulation de façon harmonieuse |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 4e année spécifient les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation qui doivent être abordées au cours de l'année. Toutefois, il est bien entendu que l'acquisition de telles habiletés se fait sur plusieurs années, et que les enseignants continueront d'aborder différentes habiletés de mouvement à des niveaux multiples. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève suit les procédures établies en vue d'une participation sûre à l'activité physique (incluant les exercices d'échauffement et de récupération), fait preuve d'un esprit sportif et manifeste ses compétences en leadership.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 faire preuve de prudence quand il participe à des activités physiques déterminées

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ adopte parfois ou fréquemment un comportement non prudent<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, énumère les raisons justifiant le choix de règles et de directives précises | ❑ observe les directives, les règles et les pratiques établies dans le cadre d'activités physiques qui se déroulent dans des lieux familiers<br>❑ énumère les raisons justifiant le choix de règles et de directives précises | ❑ observe les directives, les règles et les pratiques établies, peu importe les distractions (p. ex. une personne qui entre dans la classe, des camarades non engagés dans une tâche)<br>❑ montre qu'il comprend l'importance d'établir des directives de sécurité afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger lorsqu'il utilise le matériel, qu'il travaille avec un partenaire ou qu'il participe à des activités de groupe<br>❑ fait des exercices d'échauffement et de récupération adaptés à des activités physiques données (p. ex. faire des étirements, courir lentement sur place) | ❑ montre, à l'aide d'exemples, comment observer les directives, les règles et les pratiques établies, peu importe les distractions<br>❑ donne des motifs détaillés montrant l'importance d'établir des directives de sécurité afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger lorsqu'il utilise le matériel, qu'il travaille avec un partenaire ou qu'il participe à des activités de groupe<br>❑ fait divers exercices d'échauffement et de récupération adaptés à des activités physiques données (p. ex. faire des étirements, courir lentement sur place)<br>❑ anticipe les situations pouvant comporter un danger potentiel et prend les mesures nécessaires |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C2 décrire les principes de l'esprit sportif dans la pratique d'activités physiques (p. ex. respecter les différences, avoir une attitude coopérative et ouverte)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide et les incitations de l'enseignant, nomme au moins un comportement faisant preuve d'un esprit sportif<br>❑ est parfois incapable de travailler avec ses pairs; ne coopère pas<br>❑ fait, de façon occasionnelle, des commentaires désobligeants | ❑ nomme au moins un comportement faisant preuve d'un esprit sportif et montrant que l'on est « bon joueur »<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, donne des exemples illustrant des façons positives de régler des conflits dans le cadre d'activités physiques<br>❑ énumère des façons de coopérer pendant l'activité physique<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, admet, reconnaît et accepte les différences individuelles dans le cadre de l'activité physique | ❑ énumère des comportements faisant preuve d'un esprit sportif et montrant que l'on est « bon joueur » (p. ex. être respectueux, honnête, juste, prévenant, tolérant, faire preuve d'une conduite coopérative)<br>❑ décrit comment ces comportements s'appliquent à diverses activités (p. ex. « Je respecte les personnes de mon groupe et me montre prévenant lorsque je… »)<br>❑ fournit des exemples illustrant des façons positives de régler des conflits dans le cadre d'activités physiques (p. ex. en acceptant la décision de l'arbitre à propos d'un désaccord sur des règles ou des résultats, en choisissant des équipes de façon neutre, en faisant face aux défis en petits groupes)<br>❑ énumère des façons de coopérer pendant l'activité physique (p. ex. en choisissant une activité à tour de rôle, en travaillant avec les autres membres de son équipe lors d'un jeu d'équipe)<br>❑ reconnaît et accepte les différences individuelles dans le cadre de l'activité physique | ❑ énumère divers comportements faisant preuve d'un esprit sportif et montrant que l'on est « bon joueur » et adopte ces comportements lors de la pratique d'activités physiques variées<br>❑ fournit divers exemples illustrant des façons positives de régler des conflits dans le cadre d'activités physiques<br>❑ décrit et explique différentes façons de coopérer pendant l'activité physique<br>❑ montre, à l'aide d'exemples, comment accepter et aborder les différences individuelles dans le cadre de l'activité physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques définies | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, tente d'assumer des rôles de leadership | ❑ indique des moyens d'assumer des rôles de leadership dans la pratique d'activités physiques<br>❑ tente d'assumer des rôles de leadership<br>❑ fait preuve de confiance en soi dans la pratique d'activités physiques définies | ❑ dirige un groupe lors d'activités physiques définies (p. ex. jeux en petits groupes, exercices axés sur le développement des compétences, centres d'activités)<br>❑ fait preuve de confiance en soi dans la pratique d'activités physiques définies<br>❑ prend la décision personnelle d'assumer des rôles de leadership définis (p. ex. ranger l'équipement, respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs) | ❑ agit en tant que moniteur auprès de ses pairs et en tant que chef de groupe lors d'activités physiques définies<br>❑ fait preuve de confiance en soi de façon constante dans la pratique d'activités physiques<br>❑ prend la décision personnelle d'assumer des rôles de leadership de façon régulière |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

## *5e année*

# 5e année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. accroît la confiance en soi et l'énergie, fournit l'occasion de se faire de nouveaux amis, développe les différents systèmes du corps)<br>• reconnaître les facteurs de la condition physique : force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse<br>• analyser la relation entre nutrition et activité physique<br>• savoir se fixer des objectifs personnels en matière d'activité physique<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques quotidiennement en vue de développer les différents facteurs de la condition physique (p. ex. la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire, la souplesse) | • exécuter les différentes phases du mouvement (position de départ, mouvement, accompagnement)<br>• apprendre à maîtriser les habiletés de manipulation pour lancer un objet dans des environnements connus<br>• apprendre à maîtriser les habiletés de manipulation pour recevoir un objet tout en adaptant sa vitesse et sa hauteur<br>• exécuter des suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation | • utiliser l'équipement et les installations avec prudence afin d'éviter de se mettre soi-même ou de mettre les autres en danger<br>• comprendre l'importance des exercices d'échauffement et de récupération<br>• faire preuve d'un esprit sportif pendant la pratique d'activités physiques<br>• saisir les occasions qui se présentent d'assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. assistance manuelle, choix équitable des équipes) |

## Vie active

L'élève découvre les bienfaits de l'activité physique sur le bien-être physique et émotionnel global d'une personne. Il se familiarise avec les composantes de la condition physique, qu'il développe en étant actif physiquement, et il apprend à se fixer des objectifs et participe quotidiennement à des activités physiques.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. accroît la confiance en soi et l'énergie, constitue une façon amusante de se faire de nouveaux amis) |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de reconnaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques; ses réponses comportent parfois des imprécisions | ❑ avec l'aide de l'enseignant, énumère des bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques | ❑ en s'appuyant sur sa propre expérience, énumère et décrit les bienfaits personnels, sur le plan physique, d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. une musculature des bras et des jambes développée, un cœur en santé, une énergie accrue, une plus grande souplesse)<br>❑ en s'appuyant sur sa propre expérience, énumère et décrit les bienfaits personnels, sur le plan émotionnel, d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. capacité de se faire de nouveaux amis, meilleure confiance en soi) | ❑ établit des liens entre les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques et leurs effets positifs sur sa vie (p. ex. participer à un sport d'équipe lui donne la possibilité de se faire de nouveaux amis; il se sent fier de lui-même; il sait qu'il fait des choix positifs pour sa santé) |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 reconnaître la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse comme des facteurs composant la condition physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ fait de nombreuses imprécisions lorsqu'il tente de définir les termes *force et endurance musculaires*, *endurance cardiovasculaire* et *souplesse*<br>❑ tente d'expliquer comment les facteurs de la condition physique sont développés grâce à l'activité physique; ses explications comportent parfois certaines imprécisions | ❑ se montre capable de définir les termes *force et endurance musculaires*, *endurance cardiovasculaire* et *souplesse*, mais non d'expliquer la façon dont ils interagissent pour constituer la condition physique<br>❑ montre, avec l'aide de l'enseignant, qu'il comprend que les facteurs de la condition physique sont développés grâce à des activités physiques variées, exécutées à la fréquence et à l'intensité appropriées | ❑ définit *la force et l'endurance musculaires*, *l'endurance cardiovasculaire* et *la souplesse* comme des facteurs interdépendants qui déterminent la condition physique d'une personne<br>❑ montre qu'il comprend que les facteurs de la condition physique sont développés grâce à des activités physiques variées, exécutées à la fréquence et à l'intensité appropriées | ❑ définit et décrit *la force et l'endurance musculaires*, *l'endurance cardiovasculaire* et *la souplesse* comme des facteurs interdépendants qui déterminent la condition physique d'une personne<br>❑ donne des exemples montrant qu'il comprend de quelle manière les facteurs de la condition physique sont développés grâce aux activités physiques variées, exécutées à la fréquence et à l'intensité appropriées |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 analyser la relation entre nutrition et activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, présente diverses observations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques | ❑ présente diverses observations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques | ❑ en s'appuyant sur les recherches et les activités menées en classe, analyse la relation entre l'eau, la consommation de nourriture et l'activité physique (p. ex. la nécessité de boire de l'eau en quantité suffisante, celle de manger des aliments variés pour avoir de l'énergie et permettre aux os et aux muscles de se développer normalement) | ❑ en s'appuyant sur ses recherches personnelles et les activités menées en classe, décrit en détail la relation entre l'eau, la consommation de nourriture et l'activité physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 se fixer un objectif en matière d'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ tente de se fixer un objectif personnel en matière d'activité physique; il se peut que l'objectif ne soit pas réaliste ou adéquat | ❑ avec l'aide de l'enseignant, se fixe un objectif personnel réaliste et adéquat en matière d'activité physique | ❑ se fixe un objectif personnel réaliste et adéquat en matière d'activité physique (p. ex. améliorer une habileté particulière, accroître sa participation, essayer une nouvelle activité)<br>❑ établit une relation entre ses objectifs en matière d'activité physique et ses choix nutritionnels (p. ex. s'assurer qu'il existe un bon équilibre entre ses activités physiques et sa consommation de nourriture afin d'appuyer ses objectifs) | ❑ se fixe au moins deux objectifs personnels réalistes et adéquats en matière d'activité physique<br>❑ décrit en détail comment ses objectifs en matière d'activité physique rejoignent ses choix nutritionnels |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques et qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques, tels qu'une accélération du rythme cardiaque et respiratoire ou une élévation de la température du corps<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques permettant de courtes pauses en fonction des besoins individuels des élèves<br>❑ choisit et participe, avec l'aide de l'enseignant, à des activités physiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse (p. ex. entraînement avec poids, faire des longueurs en piscine, pilates) | ❑ participe volontairement à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe volontairement à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques<br>❑ participe de façon constante à des activités physiques allant de modérées à énergiques pendant des périodes prolongées<br>❑ choisit et participe volontairement à des activités physiques permettant de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. escalade de rocher, maniement de la pagaie, plongée sous-marine)
- danse (p. ex. hip-hop, danse de groupe, danse carrée)
- jeux (p. ex. ultimate, crosse, balle molle)
- gymnastique (p. ex. poutre, mini-trampoline)
- activités individuelles et à deux (p. ex. saut en hauteur, saut en longueur, aki, marche rapide)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 exécuter la phase préparatoire (position de départ) qui précède un mouvement, le mouvement lui-même et la phase d'accompagnement qui lui succède au cours d'une activité physique donnée

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, exécute une des phases d'un mouvement s'inscrivant dans une activité physique | ❑ exécute deux phases d'un mouvement s'inscrivant dans une activité physique | ❑ exécute les différentes phases de mouvements s'inscrivant dans des activités physiques données, soit la phase préparatoire (position de départ), le mouvement lui-même et la phase d'accompagnement (p. ex. lancer ou rattraper un objet, donner un coup de pied dans un objet ou sauter) | ❑ exécute, de façon constante, les différentes phases de mouvements s'inscrivant dans des activités physiques variées, soit la phase préparatoire (position de départ), le mouvement lui-même et la phase d'accompagnement<br>❑ applique la connaissance des différentes phases du mouvement s'inscrivant dans des activités physiques qu'il connaît bien à de nouvelles situations |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 5e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer un objet (p. ex. donner un coup de pied, frapper, lancer) à différentes distances et dans des environnements connus

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée et réussit parfois à toucher l'objet | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée<br>❑ réussit à toucher l'objet au moins une fois sur deux | ❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées pour donner un coup de pied, frapper ou lancer un objet à différentes distances et dans des environnements connus, tout en montrant sa compréhension des concepts de force, de direction et de hauteur (p. ex. adapter sa force lorsqu'il donne un coup de pied dans un ballon de soccer, adapter sa hauteur lorsqu'il frappe une balle de tennis avec une raquette, changer de direction pour lancer une balle molle)<br>❑ réussit à toucher régulièrement l'objet<br>❑ tente de frapper ou de lancer un objet avec l'une ou l'autre main; tente de donner un coup de pied dans un objet avec l'un ou l'autre pied | ❑ lance un objet avec l'une ou l'autre main ou l'un ou l'autre pied, tout en étant précis et en sachant adapter son lancer en fonction de la distance de la cible, dans des situations variées, prévisibles ou non, et ce, de façon constante |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 5e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour recevoir un objet (p. ex. attraper) tout en s'adaptant à des vitesses et à des hauteurs différentes

### INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour recevoir un objet, grâce aux directives et à l'aide substantielle de l'enseignant; il se peut qu'il soit encore incapable, dans la plupart des cas, de choisir la méthode la plus adaptée pour recevoir l'objet<br>❑ est parfois incapable de recevoir des objets à des vitesses et à des hauteurs différentes | ❑ utilise, avec de l'aide, quelques éléments de la technique appropriée permettant d'adapter sa vitesse, sa force ou sa hauteur pour recevoir des objets<br>❑ réussit parfois à recevoir des objets à des vitesses et à des hauteurs différentes | ❑ change sa hauteur pour pouvoir attraper un objet (p. ex. sauter ou s'accroupir) dans des situations variées telles que celles-ci :<br>- contre un mur (handball)<br>- seul (p. ex. en jonglant avec des foulards)<br>- avec un partenaire immobile (p. ex. dans des lancers de basket-ball)<br>- avec un partenaire mobile (p. ex. ultimate)<br>❑ adapte sa vitesse et sa force pour recevoir un objet (p. ex. courir pour attraper l'objet avec les mains ou le bloquer avec le pied, attraper une balle avec une pelle à bords recourbés pour absorber une force)<br>❑ tente de recevoir des objets avec l'une ou l'autre main, ou l'un ou l'autre pied | ❑ adapte sa vitesse, sa force, sa hauteur et son trajet de façon constante pour recevoir des objets à des vitesses et à des hauteurs différentes<br>❑ reçoit des objets de façon constante avec précision, avec l'une ou l'autre main ou l'un ou l'autre pied |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 5e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 créer des suites de mouvements structurées et reproductibles comportant des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de créer des suites de mouvements structurées<br>❑ crée des suites qui manquent parfois de structure ou ne sont pas reproductibles (p. ex. en raison d'un mauvais choix de mouvements) | ❑ en s'appuyant sur l'exemple de l'enseignant ou des pairs, crée des suites de mouvements connus, suivant la structure ABA, ABBA ou ABC, et issues d'une catégorie d'activités précise<br>❑ inclut au moins un changement de direction, de hauteur ou de trajet | ❑ crée des suites de mouvements connus suivant la structure ABA, ABBA ou ABC et issues de diverses catégories d'activités (p. ex. hip-hop, programmes de gymnastique au sol ou avec un banc, arts martiaux, danse ou gymnastique aérobique, basket-ball ou volley-ball)<br>❑ associe des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation en vue de créer des suites reproductibles comportant un début, un milieu et une fin<br>❑ crée des suites de mouvements en utilisant des directions, des hauteurs et des trajets variés (p. ex. tout droit, avec des virages, en zigzag)<br>❑ crée des suites de mouvements pour un travail à deux ou en groupe<br>❑ répète les suites de mouvements et les améliore au besoin<br>❑ utilise le vocabulaire adéquat pour décrire les mouvements et les suites de mouvements (p. ex. habiletés non locomotrices, locomotrices ou de manipulation, trajet, hauteur) | ❑ inclut des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation faisant appel à des directions, des hauteurs et des trajets différents<br>❑ enchaîne des mouvements de manipulation de façon harmonieuse<br>❑ enseigne à d'autres élèves leurs suites de mouvements |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 5e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève fait l'apprentissage des compétences liées à la sécurité, à l'esprit sportif et au leadership, en démontre la connaissance et les applique (selon le cas) dans tous les aspects de l'activité physique.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 utiliser l'équipement et les installations avec prudence afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ a souvent besoin de l'aide de l'enseignant pour suivre les directives, les règles et les pratiques favorisant une utilisation sûre de l'équipement et des installations<br>❑ avec l'aide de l'enseignant ou des pairs, énumère les tenues vestimentaires appropriées pour participer à des activités physiques définies<br>❑ déroge parfois à l'objectif d'une participation sans danger ou encourage les autres à le faire | ❑ suit les directives, les règles et les pratiques favorisant une utilisation sûre de l'équipement et des installations<br>❑ énumère les tenues vestimentaires appropriées pour participer à des activités physiques définies | ❑ suit les directives, les règles et les pratiques favorisant une utilisation sûre de l'équipement et des installations (p. ex. choisir l'équipement approprié, employer des méthodes sûres pour commencer et terminer une activité, utiliser les instruments avec prudence, exercer une supervision appropriée et fournir une assistance manuelle, s'il y a lieu)<br>❑ décrit les tenues vestimentaires appropriées pour participer à des activités physiques variées (p. ex. porter des chaussures non glissantes pour des activités de course à pied, garder les cheveux attachés, ne pas mettre de bijoux, porter des vêtements chauds pour les activités extérieures en hiver, se munir d'une protection solaire)<br>❑ montre qu'il connaît ses propres aptitudes relatives à la participation sans risque à des activités physiques (p. ex. endurance cardiovasculaire, niveau d'aptitude dans le cadre d'activités définies, confiance) | ❑ montre, à l'aide d'exemples, comment observer des directives, des règles et des pratiques favorisant une utilisation sûre de l'équipement et des installations<br>❑ montre, à l'aide d'exemples, quelles tenues vestimentaires adopter pour participer à des activités physiques variées<br>❑ prend en considération de façon constante ses propres aptitudes et celles des autres relativement à la participation sans danger à des activités physiques |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C2 décrire l'importance des exercices d'échauffement et de récupération dans le cadre d'activités physiques déterminées (p. ex. sécurité, efficacité, concentration)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec une aide directe, nomme un exercice d'échauffement ou de récupération | ❑ nomme au moins un exercice d'échauffement et un exercice de récupération<br>❑ confond parfois les termes *échauffement* et *récupération*<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, suggère des suites d'exercices d'échauffement ou de récupération adaptés à des activités physiques définies | ❑ énumère et décrit des faits rendant compte de l'importance des exercices d'échauffement et de récupération (p. ex. s'échauffer pour favoriser une participation sans danger, améliorer l'efficacité d'un mouvement, se concentrer sur une tâche; récupérer pour que le cœur et la respiration retrouvent leur rythme au repos, se concentrer plus facilement sur l'activité suivante)<br>❑ reconnaît que des exercices d'échauffement adaptés (p. ex. activité aérobique légère, étirements) préparent les muscles à des activités énergiques et améliorent la circulation sanguine et l'élasticité des muscles et des ligaments) | ❑ énumère et décrit des faits rendant compte de l'importance des exercices d'échauffement et de récupération au moyen d'exemples se rapportant à des activités précises<br>❑ dirige, sans aide, un exercice d'échauffement ou de récupération approprié à l'activité<br>❑ décrit les conséquences liées à l'absence d'exercices d'échauffement adaptés (p. ex. lésion musculaire ou ligamentaire) |

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 faire preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques | | | |
| INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **EN FORMATION** | **EN PROGRESSION** | **ACQUIS** | **PLEINEMENT ATTEINT** |
| ❑ essaie d'être coopératif et de travailler avec différents élèves<br>❑ fait parfois des commentaires désobligeants<br>❑ est parfois incapable d'accepter d'être dirigé par des pairs | ❑ avec l'aide de l'enseignant ou des pairs, présente des modèles qui font preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques<br>❑ avec l'aide de l'enseignant ou des pairs, fait preuve d'un esprit sportif pendant la pratique d'activités physiques définies | ❑ présente des modèles qui font preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des athlètes de la communauté, des athlètes olympiques)<br>❑ fait preuve, de façon constante, d'un esprit sportif pendant la pratique de diverses activités physiques (p. ex. organiser les activités de manière à inclure tous les participants, donner son tour à chacun, accepter l'issue de l'activité sans protester) | ❑ évalue les comportements des modèles qui témoignent d'un esprit sportif et explique, à l'aide d'exemples, comment ces comportements peuvent être mis en pratique<br>❑ sans aide, donne l'exemple en matière d'esprit sportif lors de la pratique d'activités physiques variées |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*
C4 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ échoue parfois dans ses tentatives d'assumer un rôle de leadership pour ses pairs<br>❑ est parfois hésitant à apporter ses idées | ❑ en réponse à des incitations, aide ses pairs à participer sans danger à des activités physiques déterminées<br>❑ guide les autres élèves pour qu'ils suivent les directives, les règles et les pratiques dans le cadre d'activités physiques qu'ils connaissent bien, et ce, dans des situations variées<br>❑ suggère des façons adéquates de sélectionner des partenaires ou des équipes | ❑ aide ses pairs à participer sans danger à des activités physiques déterminées (p. ex. assistance manuelle)<br>❑ avec l'aide de l'enseignant ou des pairs, dirige une suite d'exercices d'échauffement ou de récupération<br>❑ donne l'exemple et guide les autres élèves pour qu'ils suivent les directives, les règles et les pratiques dans le cadre d'activités physiques qu'ils connaissent bien, et ce, dans des situations variées<br>❑ assume un rôle de leadership lors de la sélection de partenaires ou d'équipes afin que l'opération soit juste et conforme (p. ex. en assignant des numéros, en procédant par rotation)<br>❑ montre qu'il maîtrise des habiletés et des exercices de routine, à deux ou en petit groupe | ❑ donne l'exemple d'une participation sans danger à des activités physiques déterminées<br>❑ dirige, sans aide, un exercice démontrant une habileté particulière ou dirige un programme d'exercices de routine<br>❑ donne l'exemple et guide les autres élèves pour qu'ils suivent les directives, les règles et les pratiques lorsqu'ils participent à des activités physiques qu'ils connaissent bien, et ce, dans des situations variées, familières ou non<br>❑ donne l'exemple en matière de comportement juste et de leadership lors de la sélection de partenaires ou d'équipes afin que l'opération soit juste et convenable<br>❑ montre, sans aide, sa connaissance des exercices de routine et d'habiletés déterminées, en travaillant à deux ou en petits groupes |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*6e année*

# 6e année

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• connaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne<br>• établir des liens entre les différents facteurs de la condition physique (p. ex. force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse) et la participation régulière à des activités physiques<br>• analyser des considérations nutritionnelles relativement à la participation à des activités physiques<br>• surveiller son effort dans la pratique d'activités physiques<br>• se fixer des objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques quotidiennement en vue de développer les différents facteurs de la condition physique (p. ex. la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire, la souplesse) | • participer à des activités variées comportant une gamme d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation<br>• employer des stratégies d'attaque et de défense<br>• participer à des activités comportant des habiletés de manipulation, y compris le fait d'envoyer et d'attraper divers objets dans des environnements connus<br>• réunir des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises en vue de créer de nouveaux jeux et défis | • adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées (p. ex. porter une tenue vestimentaire adaptée à l'activité, utiliser l'équipement avec prudence, prendre part à des exercices d'échauffement et de récupération adaptés)<br>• donner l'exemple en matière d'esprit sportif<br>• respecter les différences et les habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique |

## Vie active

L'élève fait l'apprentissage de l'information dont il a besoin pour participer à des activités physiques de manière saine et efficace (p. ex. la relation entre la nutrition et l'activité physique, les techniques visant à surveiller son effort personnel). Il apprend à développer des facteurs précis déterminant la condition physique et a l'occasion de participer à des activités en rapport avec ses objectifs de conditionnement physique sur une base quotidienne.

***Connaissances***

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 mettre en relation sa participation régulière à des activités physiques et les bienfaits sur sa santé physique ou émotionnelle (p. ex. énergie, endurance, gestion du stress; air frais et soleil lorsque les activités ont lieu à l'extérieur) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, indique au moins un bienfait d'une participation régulière à des activités physiques sur la santé physique ou émotionnelle d'une personne | ❑ indique au moins deux bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur sa santé physique ou émotionnelle | ❑ évalue une gamme de bienfaits d'une participation à des activités physiques sur sa santé physique, et ce, en relation avec des facteurs précis déterminant la condition physique, y compris :<br>- force et endurance musculaires (p. ex. « Je peux soulever et porter des objets seul »)<br>- endurance cardiovasculaire (p. ex. « Mon cœur a une plus grande résistance, je peux faire des choses plus longtemps qu'avant sans me fatiguer »)<br>- souplesse (p. ex. « Je peux toucher mes orteils »)<br>❑ évalue une gamme de bienfaits d'une participation à des activités physiques sur sa santé émotionnelle (p. ex. aide à gérer le stress et à être bien dans sa peau, passer du temps avec des amis ou des membres de la famille qui partagent ses intérêts) | ❑ explique, à l'aide d'exemples portant sur des facteurs précis déterminant la condition physique, dans quelle mesure sa participation régulière à des activités physiques a une incidence sur sa qualité de vie<br>❑ évalue les bienfaits d'une participation à des activités physiques sur sa santé physique et sa santé émotionnelle, et établit des liens entre celles-ci |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 mettre en relation la participation à des activités physiques déterminées et le développement de la force et de l'endurance musculaires, de l'endurance cardiovasculaire et de la souplesse | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, énumère et décrit les facteurs de la condition physique – force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse | ❑ énumère et décrit les facteurs de la condition physique – force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse | ❑ énumère et décrit les facteurs de la condition physique – force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse<br>❑ établit des liens entre la participation à des activités physiques précises et sa capacité de développer la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse (p. ex. les randonnées permettent d'augmenter son endurance et sa force, la gymnastique permet d'améliorer sa souplesse et sa force) | ❑ énumère et décrit en détail les facteurs de la condition physique – force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse<br>❑ explique le lien important qui existe entre chacun des facteurs de la condition physique et sa santé |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 analyser des considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, présente diverses considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques<br>❑ tient un journal qui consigne sa consommation de nourriture et ses activités physiques; il se peut que le journal comporte de nombreuses erreurs et incohérences; il est possible que l'élève soit encore incapable de comprendre la relation entre les deux | ❑ présente diverses considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques<br>❑ tient un journal qui consigne sa consommation de nourriture et ses activités physiques; il se peut que le journal comporte certaines incohérences; l'élève a besoin de l'aide de l'enseignant pour saisir la relation entre les deux | ❑ en s'appuyant sur les recherches et les activités menées en classe, analyse la relation entre l'eau, la consommation de nourriture et l'activité physique (p. ex. la nécessité de boire de l'eau en quantité suffisante, celle de manger des aliments variés pour avoir de l'énergie et permettre aux os et aux muscles de se développer normalement)<br>❑ tient un journal qui consigne sa consommation de nourriture et ses activités physiques (p. ex. sur une période d'une semaine) et évalue la relation entre les deux | ❑ en s'appuyant sur ses recherches personnelles et sur les activités menées en classe, décrit en détail la relation entre l'eau, la consommation de nourriture et l'activité physique<br>❑ tient un journal détaillé et annoté qui consigne sa consommation de nourriture et ses activités physiques, et évalue la relation entre les deux |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 surveiller son effort physique lors de la participation à des activités physiques (p. ex. manuellement ou au moyen d'un moniteur de fréquence cardiaque électronique) | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ tente de soutenir son effort au-delà d'un niveau raisonnable, ou encourage les autres à le faire | ❑ avec l'aide de l'enseignant, explique l'importance de connaître et de respecter ses propres habiletés et ses limites en fonction de l'effort physique<br>❑ tente parfois de soutenir son effort au-delà d'un niveau raisonnable, ou encourage les autres à le faire | ❑ explique l'importance de connaître et de respecter ses propres habiletés et ses limites en fonction de l'effort physique<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, surveille son rythme cardiaque en relation avec les zones de rythme cardiaque visées<br>❑ manifeste sa compréhension de l'existence d'un rythme raisonnable de l'effort, pour lui-même et pour les autres | ❑ évalue l'importance de connaître et de respecter ses propres habiletés et ses limites en fonction de l'effort physique<br>❑ sans aide, surveille son rythme cardiaque en relation avec les zones de rythme cardiaque visées<br>❑ fait preuve de leadership dans la mise en place d'un rythme raisonnable de l'effort pour lui-même et pour les autres |

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 se fixer des objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir | | | |
| **INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **EN FORMATION** | **EN PROGRESSION** | **ACQUIS** | **PLEINEMENT ATTEINT** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, tente de se fixer des objectifs en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir | ❑ se fixe des objectifs en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, définit des stratégies pour atteindre les objectifs qu'il s'est fixés | ❑ décrit les facteurs qui déterminent les préférences de chacun pour des activités physiques données (p. ex. satisfaction, disponibilité, aptitudes personnelles, activités d'intérieur par opposition à activités de plein air)<br>❑ se fixe des objectifs précis et réalisables en temps opportun en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir (p. ex. opter pour des modes de transport actif, intégrer une équipe sportive, essayer une nouvelle activité récréative)<br>❑ définit des stratégies pour atteindre ses objectifs (p. ex. prendre en considération le type d'activité, sa fréquence, son intensité et l'heure à laquelle elle a lieu; choisir des activités qu'il va prendre plaisir à faire et qui sont accessibles à tous; choisir des activités qui ont lieu dans un environnement agréable) | ❑ évalue les facteurs qui influencent son choix d'activités physiques et celui des autres élèves<br>❑ se fixe des objectifs précis et réalisables en temps opportun en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir<br>❑ définit et met en œuvre des stratégies pour atteindre ses objectifs<br>❑ encourage les autres à atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés en matière d'activité physique |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques, qui développent la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant la pratique d'activités physiques modérées<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, participe à des activités physiques aptes à développer des facteurs précis déterminant la condition physique | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école, comme la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques et qui permettent de courtes pauses en fonction des besoins individuels des élèves<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, choisit et participe à des activités physiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse | ❑ participe, sans y être obligé, à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe de bon gré à des activités physiques énergiques entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire<br>❑ participe de façon constante à des activités physiques allant de modérées à énergiques pendant des périodes prolongées<br>❑ choisit des activités physiques et y participe sans y être obligé; ces activités permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. escalade de rocher, maniement de la pagaie, plongée sous-marine)
- danse (p. ex. hip-hop, danse de groupe, danse carrée)
- jeux (p. ex. ultimate, crosse, balle molle)
- gymnastique (p. ex. poutre, mini trampoline)
- activités individuelles et à deux (p. ex. saut en hauteur, saut en longueur, aki, marche rapide)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 travailler les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation apprises en vue de les améliorer

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de repérer ses erreurs dans la maîtrise de ses habiletés de mouvement; il se peut qu'il soit encore incapable de mener une évaluation équitable de ses propres habiletés | ❑ avec les renforcements de l'enseignant, repère et analyse les erreurs survenues dans la maîtrise de ses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, travaille des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation précises pendant une période donnée en vue d'améliorer sa performance | ❑ repère et analyse les erreurs survenues dans la maîtrise de ses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation<br>❑ travaille, seul ou à deux, des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation précises pendant une période donnée en vue d'améliorer sa performance | ❑ se fixe et atteint des objectifs de performance en matière d'habiletés de mouvement précises (p. ex. courir plus vite, sauter plus haut, lancer une balle plus loin et avec davantage de précision)<br>❑ aide et conseille les autres dans leur travail et leur perfectionnement d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation précises |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 6e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 employer des stratégies d'attaque et de défense dans diverses catégories d'activités

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide substantielle de l'enseignant, tente d'employer des stratégies d'attaque et de défense; il se peut qu'il soit encore incapable d'employer plus d'un type de stratégie | ❑ tente d'employer des stratégies d'attaque et de défense; il est possible qu'il soit encore incapable de choisir la stratégie la plus appropriée à l'activité pratiquée | ❑ montre qu'il est conscient des stratégies d'attaque et de défense qui peuvent être employées dans diverses activités (p. ex. au cours d'une activité où il faut passer un objet à quelqu'un et poursuivre son trajet, évaluer la situation, se déplacer dans l'espace ouvert pour recevoir une passe, essayer d'atteindre un objectif, se placer)<br>❑ emploie des stratégies d'attaque et de défense dans une gamme d'activités précises, telles que :<br>- la rotation dans le cadre du volley-ball<br>- les différentes positions dans le cadre du soccer, du hockey, et du basket-ball<br>- les arts martiaux (p. ex. judo, karaté, tai-chi)<br>- la lutte<br>- les jeux pratiqués dans la cour d'école (p. ex. le jeu du chat) | ❑ applique des stratégies d'attaque et de défense qu'il connaît bien à des activités qui sont nouvelles pour lui |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 6e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet, avec ou sans instrument, dans des situations prévisibles (p. ex. frapper un ballon de soccer avec le pied pour le faire rebondir contre un mur, frapper une balle de tennis avec une raquette, faire une passe à hauteur de la poitrine en basket-ball, lancer un disque volant à un coéquipier)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour envoyer et recevoir un objet, avec ou sans instrument, dans des situations prévisibles | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée | ❑ envoie un objet à un partenaire, vers une cible, ou encore par-dessus l'épaule ou dans un filet, tout en appliquant la technique appropriée selon qu'il s'agit d'un service, d'un lancer ou d'une passe (p. ex. service au-dessus de l'épaule en volley-ball, lancer du disque volant en revers, service bas au badminton, passe à hauteur de la poitrine au basket-ball)<br>❑ fait une passe contrôlée et précise, de sorte que son coéquipier puisse la recevoir avec précision (ou que son adversaire ne puisse pas la recevoir)<br>❑ montre qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer et recevoir un objet avec un instrument (p. ex. raquette de tennis, de badminton ou de squash; bâton de hockey ou de golf; bâton de baseball ou batte à cricket), dans des situations prévisibles – p. ex. contre un mur ou au cours de séances d'entraînement deux par deux ou en petits groupes<br>❑ tente de faire des passes et de frapper un objet avec l'une ou l'autre main; tente de frapper un objet avec l'un ou l'autre pied | ❑ montre qu'il maîtrise la technique appropriée pour frapper un objet avec un instrument (raquette, bâton, batte), dans différentes situations, prévisibles ou non<br>❑ utilise de façon constante l'une ou l'autre main, ou l'un ou l'autre pied pour faire une passe, frapper un objet avec le pied ou frapper un objet avec un instrument |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 6e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B4 déployer un ensemble d'habiletés acquises en vue de créer des suites de mouvements, des exercices d'entraînement, des épreuves et des jeux inédits

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ s'inspire de l'exemple donné par ses pairs ou par l'enseignant pour combiner différents mouvements | ❑ crée des suites faisant appel à au moins deux types de mouvements (non locomoteurs, locomoteurs ou de manipulation)<br>❑ crée des suites de mouvements incluant au moins un changement de hauteur, de trajet, de plan ou de direction | ❑ combine des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation (p. ex. exécuter une roulade, se redresser puis exécuter un saut; se balancer, faire des pas chassés et se tourner; marcher, sauter et se balancer)<br>❑ exécute des pas en suivant un rythme, adopte différentes positions et figures et organise le tout en suites structurées (p. ex. danse ou gymnastique aérobique, saut à la corde, danse créative, danse folklorique, gymnastique rythmique, programmes de gymnastique avec des appareils)<br>❑ conçoit et interprète des suites de mouvements mettant en évidence des différences dans les hauteurs, les plans et les trajets adoptés (p. ex. exercices de routine de gymnastique au sol, patinage synchronisé)<br>❑ modifie les règles d'un jeu, d'un exercice d'entraînement ou d'une épreuve pour en créer de nouveaux (p. ex. crée de nouveaux jeux en changeant le matériel utilisé, crée des épreuves de bicyclette pour éprouver les habiletés de chacun) | ❑ fait preuve de créativité et d'originalité dans la combinaison de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation<br>❑ conçoit et enseigne à des pairs un nouveau jeu, un nouvel exercice d'entraînement ou une nouvelle épreuve |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 6e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève fait l'apprentissage des compétences liées à la sécurité, à l'esprit sportif et au leadership, les applique et montre l'exemple (selon le cas) dans tous les aspects de l'activité physique.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées (p. ex. porter une tenue vestimentaire adaptée à l'activité, utiliser l'équipement et les installations avec prudence, prendre part à des exercices d'échauffement et de récupération adaptés)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de suivre les directives, les règles et les pratiques de sécurité élaborées dans le cadre d'activités physiques; les suit parfois de façon irrégulière<br>❑ adopte parfois un comportement constituant un danger pour les autres élèves<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, nomme une suite d'exercices d'échauffement ou de récupération | ❑ avec des rappels occasionnels, suit les directives, les règles et les pratiques de sécurité élaborées dans le cadre d'activités physiques<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, explique l'importance de porter une tenue vestimentaire adaptée à une activité physique précise<br>❑ nomme une suite d'exercices d'échauffement ou de récupération adaptée à une activité physique précise | ❑ suit, de façon constante, les directives, les règles et les pratiques de sécurité élaborées dans le cadre d'activités physiques qui ont lieu dans des lieux précis (p. ex. salle de classe, gymnase, à l'extérieur, patinoire, piscine, piste d'athlétisme; activités individuelles, à deux, en groupe)<br>❑ s'efforce de faire l'apprentissage d'habiletés de manière graduelle afin d'éviter de se mettre soi-même ou de mettre les autres en danger (p. ex. porte son propre poids sur ses mains avant de tenter la position d'appui tendu renversé ou la roue, a recours à un système de surveillance mutuelle lors de la pratique d'activités physiques en dehors de l'école, connaît ses propres habiletés et celles de ses coéquipiers)<br>❑ explique l'importance de porter une tenue vestimentaire adaptée à une activité physique précise (p. ex. sécurité, confort, liberté de mouvement)<br>❑ participe de façon constante à des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques pratiquées (p. ex. pour échauffer les muscles sollicités pendant l'activité) | ❑ montre, sans aide, et en donnant des exemples précis, comment suivre les directives, les règles et les pratiques de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques ayant lieu dans des situations variées<br>❑ fait graduellement l'apprentissage d'habiletés afin d'éviter de se mettre soi-même et de mettre les autres en danger<br>❑ explique en détail l'importance de porter une tenue vestimentaire adaptée à une activité physique précise<br>❑ participe, sans aide et de façon constante, à des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées à des activités physiques précises |

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif lors de la pratique d'activités physiques

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de résoudre les problèmes et les conflits qui se posent pendant la pratique d'activités physiques; éprouve parfois de la difficulté à le faire<br>❑ exprime parfois des réactions émotionnelles inappropriées pendant la pratique d'activités physiques | ❑ avec l'aide de l'enseignant, adopte des comportements respectueux dans le cadre d'activités à deux ou en groupe<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, fait preuve de respect et d'une conduite coopérative lorsqu'il suit les directives d'autres élèves dans le cadre d'activités en petits groupes ou comportant la participation de l'ensemble de la classe | ❑ adopte des comportements respectueux dans le cadre d'activités à deux ou en groupe<br>❑ suggère des changements dans les règles d'un jeu ou d'une activité en vue de les rendre plus équitables<br>❑ fait preuve de respect et d'une conduite coopérative lorsqu'il suit les directives d'autres élèves dans le cadre d'activités en petits groupes ou comportant la participation de l'ensemble de la classe<br>❑ reconnaît les situations susceptibles d'engendrer des réactions émotionnelles inappropriées dans le cadre d'activités physiques (p. ex. dans le cas d'injures, de réprimandes, de mauvais résultats) et décrit des stratégies pouvant permettre de contrôler ou d'éviter de telles situations (p. ex. quitter la salle un moment, participer à une activité de diversion, avoir recours à un dialogue interne positif) | ❑ donne l'exemple en matière de comportement respectueux dans le cadre d'activités à deux ou en groupe<br>❑ prend l'initiative d'inviter ses pairs à se joindre à son groupe d'activités physiques<br>❑ donne l'exemple en matière de respect et de conduite coopérative lorsqu'il suit les directives d'autres élèves dans le cadre d'activités en petits groupes ou comportant la participation de l'ensemble de la classe<br>❑ exprime, de façon constante, des réactions émotionnelles appropriées pendant la pratique d'activités physiques |

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 assumer un rôle de leadership en montrant qu'il respecte les différences et les habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique | | | |
| **INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **EN FORMATION** | **EN PROGRESSION** | **ACQUIS** | **PLEINEMENT ATTEINT** |
| ❑ tente d'encourager ou d'apporter son soutien à ses pairs de quelque façon que ce soit<br>❑ fait parfois des commentaires désobligeants à propos de ses propres habiletés ou de celles d'autres élèves | ❑ avec l'aide de l'enseignant, reconnaît et respecte les différences ayant trait au développement des aptitudes et aux habiletés de chacun<br>❑ adopte des comportements visant à encourager les autres et promouvoir le respect pour les différences individuelles | ❑ reconnaît et respecte les différences ayant trait au développement des aptitudes et aux habiletés de chacun<br>❑ assume un rôle de leadership en encourageant et en promouvant le respect pour les différences individuelles (p. ex. fournit des commentaires positifs, s'assure que chacun a l'occasion de participer à une activité donnée, s'oppose aux élèves qui critiquent les autres, encourage les pairs qui occupent des rôles de leaders | ❑ assume un rôle de leadership en reconnaissant et en respectant les différences ayant trait au développement des aptitudes et aux habiletés de chacun; compose avec ces différences<br>❑ assume un rôle constant de leadership en encourageant et en promouvant le respect pour les différences individuelles<br>❑ aide d'autres élèves à occuper des rôles de leaders |

# INDICATEURS DE RÉUSSITE DÉTAILLÉS

*7e année*

# 7e ANNÉE

## Éléments clés

| Vie active | Habiletés de mouvement | Sécurité, esprit sportif et leadership |
|---|---|---|
| ***Connaissances***<br>• connaître les effets d'une participation régulière à des activités physiques sur la qualité de vie de chacun (réduction du stress, diminution du risque de maladie, meilleur équilibre sur le plan émotionnel)<br>• faire des choix personnels judicieux en matière de nutrition qui favorisent un mode de vie physiquement actif<br>• mesurer son rythme cardiaque<br>• élaborer un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique<br>***Participation***<br>• participer à des activités physiques quotidiennement en vue d'atteindre ses objectifs personnels | • appliquer les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises à de nouvelles activités<br>• apprendre à maîtriser des habiletés locomotrices incluant l'envoi et la réception de divers objets avec précision, la distance et le contrôle, dans des situations prévisibles ou non<br>• maîtriser des suites d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation | • adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées<br>• donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans la pratique d'activités physiques, quelles qu'elles soient<br>• participer à l'instauration d'un climat positif pendant l'activité physique |

## VIE ACTIVE

L'élève découvre les liens entre activité physique et qualité de vie, et il a l'occasion de participer quotidiennement à des activités liées à ses objectifs de conditionnement physique.

***Connaissances***

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A1 mettre en relation les effets d'une participation régulière à différents types d'activités physiques et sa qualité de vie (p. ex. réduction du stress, prévention de l'apparition de certaines maladies, amélioration globale de la santé physique et émotionnelle) |

**INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, nomme au moins un effet positif d'une participation régulière à différents types d'activités physiques sur sa qualité de vie | ❑ nomme et décrit au moins un effet positif d'une participation régulière à différents types d'activités physiques sur sa qualité de vie | ❑ décrit les effets positifs d'une participation régulière à différents types d'activités physiques sur son équilibre émotionnel (p. ex. réduction du stress, interaction sociale, satisfaction)<br>❑ décrit les effets positifs d'une participation régulière à différents types d'activités physiques sur son bien-être physique (p. ex. énergie accrue, meilleure capacité à fixer son attention, cœur en santé)<br>❑ dresse une liste de maladies que l'activité physique peut aider à prévenir (p. ex. maladies du cœur, diabète, ostéoporose)<br>❑ évalue la relation entre bien-être physique, équilibre émotionnel et qualité de vie | ❑ présente, faits à l'appui, des exemples précis ayant trait aux effets positifs d'une participation régulière à différents types d'activités physiques sur son bien-être physique et son équilibre émotionnel<br>❑ évalue la relation entre bien-être physique, équilibre émotionnel et qualité de vie<br>❑ énumère et présente des exemples précis portant sur la relation entre la prévention des maladies et la participation régulière à des activités physiques |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A2 analyser la relation entre ses choix nutritionnels et sa participation à des activités physiques | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, nomme une force et une faiblesse qui caractérisent ses habitudes alimentaires personnelles et explique de quelle manière elles pourraient modifier son état de santé global | ❑ nomme diverses forces et faiblesses qui caractérisent ses habitudes alimentaires personnelles et explique de quelle manière elles pourraient modifier son état de santé global | ❑ procède à une autoévaluation permettant de déterminer dans quelle mesure ses choix nutritionnels ont des effets bénéfiques sur son état de santé global, en répondant à des questions semblables à celles-ci :<br>- Est-ce que je bois suffisamment d'eau pour pratiquer les activités physiques inscrites à mon horaire?<br>- Les aliments que je mange sont-ils capables de m'apporter l'énergie nécessaire à la pratique d'activités physiques?<br>- Ma consommation de nourriture a-t-elle lieu à des moments opportuns en relation avec mes activités physiques? | ❑ évalue, sans aide, diverses forces et faiblesses qui caractérisent ses habitudes alimentaires personnelles et explique de quelle manière elles pourraient modifier ses aptitudes et sa participation à des activités physiques<br>❑ redéfinit son plan de nutrition en fonction des résultats de l'autoévaluation |

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A3 mesurer son rythme cardiaque pendant l'activité physique en relation avec les zones de rythme cardiaque visées |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec une aide directe, mesure son rythme cardiaque avant et après l'activité physique en vue de déterminer sa zone de rythme cardiaque visée | ❑ en réponse à des incitations, souligne l'importance de surveiller son rythme cardiaque en relation avec un conditionnement physique personnel<br>❑ en réponse à des incitations, mesure son rythme cardiaque avant et après l'activité physique en vue de déterminer sa zone de rythme cardiaque visée | ❑ à l'aide d'un diagramme ou d'une affiche, montre sa compréhension des zones de rythme cardiaque visées<br>❑ donne une définition de l'expression *activité aérobique* et explique comment elle a un effet bénéfique sur la santé cardiovasculaire<br>❑ compare son rythme cardiaque avant, pendant et après l'activité aérobique avec les zones générales de rythme cardiaque visées | ❑ surveille son rythme cardiaque de façon constante en vue d'évaluer son endurance cardiovasculaire<br>❑ inclut la surveillance de son rythme cardiaque à son plan et ses objectifs personnels de conditionnement physique |

| Résultats d'apprentissage prescrits | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A4 élaborer un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique | | | |
| **Indicateurs de réussite proposés**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **En formation** | **En progression** | **Acquis** | **Pleinement atteint** |
| ❑ avec l'aide fréquente de l'enseignant ou de ses pairs, tient un journal de ses activités physiques<br>❑ est parfois incapable d'établir un lien entre sa participation à des activités physiques et ses objectifs personnels | ❑ tient un journal de ses activités physiques<br>❑ met en relation sa participation à des activités physiques et ses objectifs personnels | ❑ élabore un plan pour atteindre ses objectifs comportant des mesures telles que :<br>- trouver et examiner les facteurs qui devraient être pris en compte dans l'élaboration d'un plan d'activité physique personnel (p. ex. fréquence de l'activité, durée de l'activité; inclure des types d'activités qui aident à développer la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse; choisir des activités en fonction de la satisfaction qu'il va en retirer, de sa disponibilité et de ses habiletés)<br>- se fixer des objectifs précis, mesurables et réalisables en temps opportun en matière d'activité physique<br>- tenir un journal détaillé de ses activités physiques (p. ex. sur papier, à l'ordinateur) incluant l'heure, l'intensité et le type d'activités pratiquées<br>- surveiller ses progrès régulièrement (p. ex. : Ma participation à des activités physiques est-elle assez fréquente? Est-elle assez intensive? Est-elle assez longue? Les activités physiques sont-elles suffisamment variées? Quelles en sont les retombées sociales et émotionnelles sur ma vie?) | ❑ élabore un plan détaillé et bien conçu pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique<br>❑ justifie le choix de ses objectifs en matière d'activité physique<br>❑ tient un journal détaillé de ses activités physiques incluant les éléments suivants :<br>- l'heure, la durée et l'intensité des activités<br>- la correspondance entre le type d'activités et les facteurs de la condition physique (p. ex. force, endurance, souplesse, agilité, vitesse)<br>- la correspondance entre les activités pratiquées et ses objectifs personnels en matière d'activité physique |

*Participation*

| Résultats d'apprentissage prescrits |
|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique |

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques de faible intensité<br>❑ marque des pauses fréquentes pendant l'activité physique | ❑ participe à des activités physiques dirigées par l'enseignant<br>❑ participe à des activités physiques modérées<br>❑ marque des pauses occasionnelles pendant la pratique d'activités physiques modérées<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, participe à des activités physiques aptes à développer des facteurs précis déterminant la condition physique | ❑ participe quotidiennement à des activités physiques dirigées par l'enseignant (p. ex. dans différents lieux à l'intérieur et à l'extérieur de l'école : la salle de classe, le gymnase, la salle polyvalente ou la cour d'école; ou encore dans des installations communautaires, comme les centres de loisirs, les piscines, les parcs ou les patinoires)<br>❑ participe à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques, tels qu'une accélération du rythme cardiaque et respiratoire, une élévation de la température du corps et la transpiration<br>❑ participe, de façon continue, à des activités allant de modérées à énergiques<br>❑ participe à des activités physiques qui permettent de développer les facteurs déterminant la condition physique en relation avec ses objectifs (p. ex. force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse) | ❑ participe de bon gré à des activités physiques dirigées par l'enseignant plus de cinq fois par semaine<br>❑ participe volontiers à des activités physiques énergiques entraînant des changements physiologiques (p. ex. une accélération du rythme cardiaque et respiratoire, une élévation de la température du corps)<br>❑ participe, sans y être forcé et de manière continue, à des activités physiques allant de modérées à énergiques pendant des périodes prolongées<br>❑ choisit et participe de façon autonome à des activités physiques permettant de développer les facteurs déterminant la condition physique<br>❑ fait preuve de persévérance lorsqu'il participe à des activités physiques |

## Habiletés de mouvement

L'élève montre qu'il maîtrise diverses habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation quand il participe à des activités précises dans chacune des cinq catégories d'activités suivantes :

- activités de plein air hors du terrain de l'école (p. ex. escalade de rocher, maniement de la pagaie, plongée sous-marine)
- danse (p. ex. hip-hop, danse de groupe, danse carrée)
- jeux (p. ex. ultimate, crosse, balle molle)
- gymnastique (p. ex. poutre, mini-trampoline)
- activités individuelles et à deux (p. ex. saut en hauteur, saut en longueur, aki, marche rapide)

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'appliquer des habiletés déjà acquises à des activités physiques nouvelles et non familières; il se peut qu'il en soit encore incapable | ❑ avec les renforcements du professeur ou des pairs, applique des habiletés déjà acquises à des activités physiques nouvelles et non familières | ❑ détermine une gamme d'habiletés de base pouvant être utilisées dans des activités variées (p. ex. les habiletés requises pour frapper une balle servent en pickleball, baseball, hockey, golf ou tennis; les services sont utilisés en badminton, tennis, volley-ball ou tennis de table)<br>❑ applique des habiletés déjà acquises à des activités nouvelles et non familières | ❑ décrit et met en pratique une gamme d'habiletés de base pouvant être utilisées dans des activités variées<br>❑ montre, à l'aide d'exemples, comment appliquer des habiletés déjà acquises à des activités nouvelles et non familières |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 7e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider, et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet à une certaine distance avec précision et contrôle, dans des contextes imprévisibles (p. ex. frapper un objet avec le pied pour l'envoyer à différentes distances, intercepter la balle d'un adversaire, faire une passe à un partenaire en mouvement)

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour envoyer ou recevoir un objet dans des situations imprévisibles | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée | ❑ montre qu'il comprend la manière dont des concepts comme l'angle de projection, la gravité ou la vitesse modifient le contrôle, la distance et la précision d'un lancer ou d'une réception (p. ex. hockey, badminton, tir à l'arc, curling)<br>❑ montre qu'il maîtrise la technique appropriée lorsqu'il donne un coup de pied, frappe, envoie ou reçoit un objet, à différentes distances et dans des situations imprévisibles (p. ex. 2 contre 2, 3 contre 3, 4 contre 4, avec un partenaire ou une cible en mouvement) :<br>- pendant un déplacement<br>- seul et avec d'autres élèves<br>- avec ou sans obstacles<br>- avec ou sans instruments (p. ex. bâton, raquette)<br>❑ choisit la méthode la plus appropriée pour faire une passe et recevoir un objet dans une situation donnée (p. ex. passes – passe à hauteur de la poitrine, passe avec rebond, passe par-dessus la tête à deux mains ou à une main; réceptions – à une main, à deux mains, par-dessus la tête, avec blocage, en se mettant en position) | ❑ maîtrise son coup de pied (droit et gauche) pour projeter à distance un objet avec précision et contrôle, dans des situations imprévisibles<br>❑ suit un objet des yeux de façon à anticiper ses changements de direction, de vitesse et de position<br>❑ sélectionne et applique, sans aide, des stratégies d'attaque et de défense appropriées pour passer et recevoir des objets avec contrôle et précision<br>❑ montre sa capacité à exécuter au moins trois techniques de passes avec contrôle et précision (p. ex. passe à hauteur de la poitrine, passe avec rebond, passe par-dessus la tête à deux mains ou à une main) |

*Suite à la page suivante*

*Suite de la page précédente*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| | | ❑ emploie des stratégies d'attaque et de défense pour exécuter des passes contrôlées et précises (p. ex. au cours d'activités où il faut faire une passe rapide à quelqu'un et poursuivre son trajet; en baseball, soccer ou crosse; évaluer la situation; activités comprenant des déplacements dans l'espace ouvert pour recevoir une passe; essayer d'atteindre un objectif ou une cible; se placer) | |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 7e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider, et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

B3 exécuter des suites de mouvements faisant appel à des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises, et qui révèlent des qualités du mouvement telles que la vitesse, la force et la souplesse

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ suit les consignes des pairs ou de l'enseignant pour combiner des mouvements<br>❑ avec l'aide de l'enseignant, tente d'intégrer les qualités du mouvement à ses suites de mouvements | ❑ associe divers mouvements locomoteurs<br>❑ associe divers mouvements non locomoteurs<br>❑ associe divers mouvements de manipulation<br>❑ fait valoir quelques qualités du mouvement (vitesse, force et fluidité) dans ses suites de mouvements | ❑ fait valoir des qualités du mouvement (vitesse, force et fluidité) lorsqu'il crée ou exécute des suites de mouvements à deux ou en groupe, telles que :<br>- suites de mouvements de danse ou de gymnastique (p. ex. intégrer des roulades, des tours, des entrées et des sorties, des équilibres)<br>- maniement de la pagaie en canot (p. ex. tirer et pousser de façon à adapter sa force et sa vitesse pour tourner et changer de direction)<br>- accompagnement du coup dans les jeux de raquette<br>❑ enchaîne les mouvements faisant partie des suites de mouvements de façon souple et harmonieuse (p. ex. danse figurative, natation, ski, maniement de la pagaie, arts martiaux; jongler tout en se déplaçant)<br>❑ exécute des mouvements synchronisés dans une suite, seul, à deux ou en groupe (p. ex. jeux de miroir, danses en groupe, patinage synchronisé) | ❑ fait valoir de façon constante des qualités du mouvement (vitesse, force et souplesse), et enchaîne des mouvements harmonieusement lorsqu'il crée ou exécute des suites de mouvements à deux ou en groupe<br>❑ fait des commentaires positifs en vue d'améliorer les qualités du mouvement<br>❑ adapte des suites de mouvements à de nouvelles situations (p. ex. changer une suite de mouvements individuelle en une suite pouvant être exécutée en groupe)<br>❑ dirige ses pairs et leur enseigne des suites de mouvements synchronisés |

Remarque : Les résultats d'apprentissage prescrits pour la 6e année offrent aux élèves l'occasion de prendre appui sur les habiletés de mouvement acquises entre la maternelle et la 4e année, de les consolider et de les appliquer à de nouveaux contextes. Pour accéder à du matériel d'évaluation supplémentaire ayant trait à une gamme complète d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation, se référer à la section « Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues », présentée plus loin dans le présent document.

## Sécurité, esprit sportif et leadership

L'élève fait l'apprentissage des compétences liées à la sécurité, à l'esprit sportif et au leadership, les applique et montre l'exemple (selon le cas) dans tous les aspects de l'activité physique.

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées

### Indicateurs de réussite proposés

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ applique les règles qu'il connaît en matière de sécurité à des activités et à des situations familières uniquement<br>❑ en réponse aux incitations et aux rappels de l'enseignant et de pairs, fait preuve de prudence dans des situations variées | ❑ tente d'appliquer les règles qu'il connaît en matière de sécurité à des activités et à des situations variées, familières ou non<br>❑ donne l'exemple en matière de comportements sûrs dans des situations définies<br>❑ suggère des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées | ❑ applique les règles qu'il connaît en matière de sécurité à de nouvelles situations et à de nouvelles activités (p. ex. lorsqu'il utilise de l'équipement nouveau, qu'il pratique une activité dans un environnement inconnu)<br>❑ donne l'exemple en adoptant une attitude prudente dans des situations variées (p. ex. lors d'une randonnée, rester sur le chemin et derrière le guide; à bicyclette, utiliser son casque de façon adéquate)<br>❑ choisit des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques pratiquées (p. ex. pour échauffer les muscles sollicités pendant l'activité)<br>❑ définit les consignes à suivre pour porter secours à une personne blessée lors d'une activité physique (p. ex. aller chercher du secours, ne pas tenter de bouger la personne, savoir comment trouver de l'aide en dehors de l'école) | ❑ suggère de nouvelles directives de sécurité dans de nouvelles situations et dans de nouvelles activités<br>❑ donne l'exemple en adoptant une attitude prudente dans des situations variées<br>❑ choisit et dirige des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques pratiquées<br>❑ sans aide, définit les consignes à suivre et les applique (s'il y a lieu) pour porter secours à une personne blessée lors d'une activité physique |

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique | | | |
| **INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **EN FORMATION** | **EN PROGRESSION** | **ACQUIS** | **PLEINEMENT ATTEINT** |
| ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant ou de pairs, adopte des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter les autres participants<br>❑ fait parfois des commentaires désobligeants ou agit d'une façon préjudiciable au climat de l'activité physique | ❑ reconnaît les avantages liés au fait d'ajuster des règles en fonction des besoins de ses pairs et d'inclure tous les participants<br>❑ adopte des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter les autres participants | ❑ ajuste les règles en fonction des besoins des pairs et inclut tous les participants<br>❑ adopte, de façon constante, des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter tous les participants | ❑ assume un rôle de leadership en ajustant les règles en fonction des besoins des pairs et en incluant tous les participants<br>❑ montre l'exemple en adoptant, de façon constante, des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter tous les participants |

| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE PRESCRITS | | | |
|---|---|---|---|
| *On s'attend à ce que l'élève puisse :*<br>C3 assumer un rôle de leadership en instaurant un climat favorable à l'activité physique (p. ex. jouer le rôle de mentor, d'organisateur, de moniteur) | | | |
| **INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**<br>*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève relativement au résultat d'apprentissage prescrit ci-dessus :* | | | |
| **EN FORMATION** | **EN PROGRESSION** | **ACQUIS** | **PLEINEMENT ATTEINT** |
| ❑ avec l'aide de l'enseignant, tente d'assumer des rôles de leadership bien définis, comme guider d'autres élèves dans des activités ou noter des résultats | ❑ en suivant les conseils de l'enseignant, choisit et met en pratique une activité de leadership propre à l'activité physique pratiquée | ❑ choisit et met en pratique au moins une façon de jouer un rôle de leadership dans le cadre de l'activité physique, tel que suggéré par l'enseignant et pouvant inclure les comportements suivants :<br>- aider des pairs dans des activités définies<br>- diriger une activité d'échauffement ou de récupération adaptée<br>- arbitrer des jeux de façon autonome et de manière coopérative<br>- jouer le rôle de capitaine d'équipe<br>- jouer le rôle de responsable de l'équipement<br>- noter les résultats<br>- jouer le rôle d'aide pour les élèves plus jeunes | ❑ choisit et met en pratique, sans aide, au moins une façon d'assumer un rôle de leadership dans le cadre de l'activité physique |

# Habiletés de mouvement
## toutes années d'études confondues

*Suites optionnelles*

# Habiletés de mouvement toutes années d'études confondues

Les pages suivantes contiennent des indicateurs de réussite détaillés ayant trait à une gamme d'habiletés de mouvement précises que les enseignants pourront choisir d'enseigner comme suite optionnelle aux résultats d'apprentissage prescrits de la maternelle à la 7e année.

Pour faciliter la tâche aux enseignants, chaque habileté s'accompagne d'une liste d'activités pouvant servir à l'aborder. Ces listes ne sont données qu'à titre d'exemples; elles ne sont pas exhaustives et leur contenu n'est pas obligatoire.

Cette section renferme les habiletés suivantes :

**Habiletés non locomotrices**

- garder l'équilibre – lorsqu'il est immobile et en mouvement (sur un point d'appui, sur deux points d'appui, etc.; seul, à deux et avec de l'équipement)
- créer des formes avec son corps (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer, se tordre)
- demeurer dans son espace personnel au sein de l'espace commun
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- exécuter un pas tournant
- balancer les bras et les jambes

**Habiletés locomotrices**

- exécuter des roulades (roulade latérale, sur l'épaule)
- galoper ou faire des pas chassés
- sauter par-dessus un obstacle
- se mettre en position de départ
- courir
- sauter avec élan
- sauter à la corde
- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied en se déplaçant
- s'arrêter avec les deux pieds (à la fin d'un mouvement locomoteur)
- marcher

**Habiletés de manipulation**

- porter un objet
- dribler un objet avec les mains
- dribler un objet avec les pieds
- frapper un objet avec le pied
- attraper avec une main
- lancer d'une main (par en dessous ou par-dessus l'épaule)
- faire rouler ou glisser un objet
- tirer ou pousser un objet
- frapper un objet avec la main
- frapper un objet avec un instrument
- contrôler un objet avec le pied

En plus de l'information fournie dans cette section, on peut trouver des démonstrations multimédias d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déterminées dans les ressources « Interactives » d'Alberta Education.

Vous trouverez les ressources « Interactives » d'Alberta Education en ligne à :
www.education.gov.ab.ca/PhysicalEducationOnline/TeacherResources/ToolBox/interact.asp

# Habiletés non locomotrices (M à 7)

Les enseignants pourront choisir d'enseigner les habiletés non locomotrices suivantes comme suite optionnelle aux résultats d'apprentissage prescrits de la maternelle à la 7e année.

## • garder l'équilibre

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées | ❑ peut maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées | ❑ montre sa compréhension des effets de la force et de la position du corps sur l'équilibre lors d'arrêts et d'activités nécessitant une réception au sol<br>❑ peut maintenir, de différentes façons, un équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement) au cours d'activités physiques variées (p. ex. consolider sa base d'appui en écartant davantage les pieds, abaisser son centre de gravité en pliant les genoux, garder la tête droite, maintenir les pieds écartés dans la direction du mouvement et les bras tendus)<br>❑ tente de garder l'équilibre, seul, avec de l'équipement ou aidé par ses pairs<br>❑ tente de garder l'équilibre en changeant le nombre de points d'appui (p. ex. 4 points, 3 points, 2 points) | ❑ maintient constamment, de différentes façons, un équilibre statique et dynamique au cours d'activités variées comprenant des changements de niveaux en hauteur, de positions, de relations et du nombre de points d'appui<br>❑ montre sa capacité à garder son équilibre sur des surfaces variées (p. ex. sur du sable, un banc, de l'herbe, une surface en ciment) |

*Exemples d'activités :*

- gymnastique
- danse
- pilates
- patinage
- ski
- vélo
- jeux dans la salle de classe et la cour d'école
- équitation
- exercices de sauts athlétiques
- ballon d'exercice
- arts martiaux

## • créer des formes avec son corps

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec de fréquents encouragements de l'enseignant, essaie de se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se tourner et se tordre pour créer des formes avec son corps | ❑ en réponse aux incitations de l'enseignant, se penche, se recroqueville, tire, pousse, s'étire, se tourne et/ou se tord pour créer des formes avec son corps<br>❑ crée des formes avec son corps; perd parfois l'équilibre | ❑ se penche, se recroqueville, tire, pousse, s'étire, se tourne et se tord pour créer des formes de grande ou de petite taille avec son corps<br>❑ crée des formes avec le corps tout en gardant constamment l'équilibre | ❑ utilise divers moyens de créer des formes de grande ou de petite taille avec son corps<br>❑ crée des formes avec son corps, à deux ou en petits groupes |

*Exemples d'activités :*

- gymnastique
- arts martiaux
- patinage
- natation
- jeux dans la classe et la cour d'école
- danse
- étirements
- pilates

## • demeurer dans son espace personnel au sein de l'espace commun

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ est parfois incapable de reconnaître son espace personnel et celui des autres | ❑ reconnaît son espace personnel | ❑ demeure dans son espace personnel dans le cadre d'activités variées, tout au long de l'activité | ❑ demeure constamment dans son espace personnel et respecte les espaces personnels des autres tout au long de l'activité |

*Exemples d'activités :*

- toutes les activités

## • basculer d'avant en arrière ou osciller

**INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques appropriées pour basculer d'avant en arrière ou osciller; est parfois incapable de maintenir le corps en bonne position ou de conserver une base d'appui stable | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ maintient le corps en contact avec le sol dans une position groupée<br>❑ conserve une base d'appui stable pour osciller | ❑ maîtrise de façon constante les techniques appropriées pour basculer d'avant en arrière ou osciller<br>❑ intègre le mouvement de bascule et d'oscillation au déplacement |

*Exemples d'activités :*

- gymnastique
- danse (divers types)

## • exécuter un pas tournant

**INDICATEURS DE RÉUSSITE PROPOSÉS**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| EN FORMATION | EN PROGRESSION | ACQUIS | PLEINEMENT ATTEINT |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour exécuter un pas tournant; fait parfois des erreurs techniques (p. ex. perd l'équilibre, tourne en faisant des mouvements brusques ou non contrôlés) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ exécute un pas tournant dans un sens, d'une façon continue et contrôlée, à l'aide des deux pieds, en gardant l'équilibre tout au long du mouvement | ❑ exécute un pas tournant dans l'un ou l'autre sens, d'une façon continue et contrôlée, à l'aide des deux pieds |

*Exemples d'activités :*

- danse (divers types)
- arts martiaux
- jeux divers (p. ex. basket-ball, volley-ball, badminton, jeu du chat)
- suites de mouvements de gymnastique éducative
- suites de mouvements de gymnastique artistique au sol

## • balancer les bras et les jambes

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour balancer les bras et les jambes; fait parfois des erreurs techniques (p. ex. les membres se balancent sans être détendus, d'un mouvement irrégulier) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ maintient un mouvement rythmique tout en gardant les membres souples et détendus pendant le balancement<br>❑ garde la même amplitude de mouvement en avant comme en arrière | ❑ maîtrise de façon constante la technique appropriée pour balancer les bras et les jambes<br>❑ intègre le balancement au déplacement |

*Exemples d'activités :*

- danse
- arts martiaux
- jeux dans la cour d'école

# Habiletés locomotrices (M à 7)

Les enseignants pourront choisir d'enseigner les habiletés locomotrices suivantes comme suite optionnelle aux résultats d'apprentissage prescrits de la maternelle à la 7e année.

## • exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule)

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour exécuter des roulades<br>❑ est parfois incapable de faire la différence entre les techniques des différents types de roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ exécute une roulade sur le côté droit ou gauche tout en maintenant le corps dans un axe droit (roulade latérale)<br>❑ entame la roulade sur les mains et sur les genoux, exécute la roulade en maintenant une position groupée et dynamique (roulade sur l'épaule)<br>❑ exécute une roulade avant, arrière, ou de côté, selon les directives données | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée tout en changeant de vitesse et de direction; exécute divers types de roulades<br>❑ exécute des roulades avant, arrière ou de côté sans aide ni hésitation |
| *Exemples d'activités :* | | | |
| • gymnastique – thèmes éducatifs | • gymnastique artistique (p. ex. exercices au sol, sur la poutre et le banc d'équilibre) | • gymnastique rythmique<br>• natation | • lutte |

## • galoper ou faire des pas chassés

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques appropriées pour galoper et faire des pas chassés; il se peut qu'il tombe fréquemment | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ garde le même pied en position avant et pousse avec le pied arrière pour se déplacer vers l'avant (galop) ou sur le côté (pas chassés) | ❑ maîtrise les techniques d'exécution appropriées du galop et des pas chassés tout en changeant de vitesse, de direction et de trajets |

*Exemples d'activités :*

- jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains (p. ex. en changeant de vitesse et de trajets)
- jeux dans la cour d'école

## • sauter par-dessus un obstacle

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour sauter par-dessus un obstacle; fait parfois des erreurs techniques (p. ex. absence d'accélération, appel du mauvais pied, absence de transfert du poids du corps, incapacité à sauter par-dessus l'obstacle, chute à la réception) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ court et accélère pour prendre l'appel sur un pied, pose le pied d'appel, transfère le poids du corps vers l'avant, lance les bras en avant pour se donner de l'élan, étire le corps vers le haut et l'avant pour effectuer une réception au sol en douceur sur l'autre avant-pied<br>❑ saute par-dessus des obstacles en gardant constamment l'équilibre | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée tout en changeant de vitesse et de direction et en effectuant des réceptions précises<br>❑ montre sa capacité à sauter dans plusieurs directions, sur des distances variées, et par-dessus des obstacles différents |

*Exemples d'activités :*

- jeux dans la salle de classe et la cour d'école
- natation
- gymnastique
- exercices d'athlétisme (p. ex. saut en longueur, triple saut)
- danse

## • se mettre en position de départ

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de rectifier la position de départ et y réussit dans une certaine mesure | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ garde les pieds dans l'alignement des épaules, les genoux pliés, le poids du corps réparti de façon égale sur les deux avant-pieds tout en gardant les talons au sol, la tête droite, les yeux fixés sur la cible ou le jeu, et les mains à la hauteur de la poitrine (s'il y a lieu) | ❑ montre sa capacité à adapter la position de départ à des situations et à des activités variées |

*Exemples d'activités :*

- jeux individuels, à deux et en équipe (p. ex. crosse,
- tennis, basket-ball, volley-ball, badminton, tennis de table)
- arts martiaux (p. ex. tai-chi)
- maniement de la pagaie (divers types)

## • courir

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ court parfois de côté ou en traînant les pieds, en faisant des foulées irrégulières, des pas courts, les pieds trop écartés, les mains croisées au centre du corps, sans phase aérienne visible | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées<br>❑ atterrit sur les talons et a les pieds trop écartés | ❑ court avec le corps toujours légèrement penché en avant; les bras sont pliés à angle droit et se balancent en alternant; le talon touche le sol en premier, puis les orteils<br>❑ court en contrôlant son corps | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée tout en changeant de vitesse et de direction<br>❑ adapte la technique de course aux divers types de surfaces (p. ex. dans une salle, en plein air, sur une surface dure, souple, inclinée) |

*Exemples d'activités :*

- événements athlétiques (p. ex. courses sur piste, de cross-country, saut en longueur et en hauteur)
- suites de mouvements de gymnastique
- divers jeux à deux et en équipe (p. ex. soccer, hockey sur gazon, crosse, shinny)
- courses dans la cour d'école
- divers jeux et activités impliquant des stratégies offensives et défensives telles qu'esquiver, poursuivre et s'enfuir

## • sauter avec élan

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour sauter avec élan; fait parfois des erreurs techniques (p. ex. absence d'accélération, mauvais pied d'appui, absence de transfert du poids du corps, chute à la réception) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ court et accélère pour prendre l'appel sur un pied, pose le pied d'appel, transfère le poids du corps vers l'avant, lance les bras en avant pour prendre de l'élan, étire le corps vers le haut et l'avant pour une réception au sol sur les deux avant-pieds (ou sur l'autre avant-pied), sans perdre l'équilibre | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique d'exécution appropriée tout en changeant de vitesse et de direction et en atteignant la cible ou en atterrissant avec précision |

*Exemples d'activités :*

- jeux dans la salle de classe et la cour d'école
- natation
- gymnastique
- exercices d'athlétisme (p. ex. saut en longueur, en hauteur)
- danse

## • sautiller ou sauter à la corde

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ avec une aide directe, répète le pas et le saut propres au sautillement et au saut à la corde; il se peut qu'il tombe souvent | ❑ répète le pas et le saut propres au sautillement et au saut à la corde, en alternant pied gauche et pied droit | ❑ fait plusieurs séries de pas et de sauts, en y associant un balancement du bras opposé | ❑ maîtrise la technique d'exécution du sautillement et du saut à la corde, tout en changeant de vitesse, de direction et de trajet |

*Exemples d'activités :*

- jeux de saut à la corde (p. ex. en changeant de vitesse, en suivant la musique)
- jeux dans la cour d'école
- exercices d'athlétisme (p. ex. triple saut)

## • sauter sur deux pieds ou à cloche-pied tout en se déplaçant

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser les techniques appropriées pour sauter sur deux pieds ou à cloche-pied en intégrant un déplacement; il se peut qu'il tombe souvent<br>❑ utilise les bras pour garder l'équilibre plutôt que pour générer de la force | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées<br>❑ n'effectue parfois qu'un déplacement minimum lorsqu'il saute sur deux pieds ou à cloche-pied | ❑ saute à cloche-pied ou sur deux pieds en faisant appel à différentes combinaisons d'appels et de réceptions au sol (p. ex. 1 pied d'appel, 1 pied de réception; 1 pied d'appel, 2 de réception; 2 pieds d'appel, 1 de réception; 2 pieds d'appel, 2 de réception)<br>❑ balance les bras vers l'avant pour donner au saut de la puissance et de l'élan<br>❑ atterrit sur les avant-pieds<br>❑ garde l'équilibre en permanence | ❑ maîtrise les techniques d'exécution appropriées du saut sur deux pieds ou à cloche-pied, tout en changeant de vitesse, de direction et de trajet<br>❑ continue de sauter à cloche-pied ou sur deux pieds pendant des périodes prolongées<br>❑ fait alterner pied gauche et pied droit en sautant selon un rythme |

*Exemples d'activités :*

- jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains
- jeux dans la cour d'école tels que la marelle
- exercices aérobiques
- exercices d'athlétisme (p. ex. saut en longueur, en hauteur, triple saut)

## • s'arrêter avec les deux pieds (à la fin d'un mouvement locomoteur)

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ s'arrête, mais a besoin de pas supplémentaires pour retrouver l'équilibre | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ s'arrête avec les deux pieds en réponse à un signal, en gardant l'équilibre et en continuant d'appliquer la technique appropriée (les genoux pliés, les bras écartés pour garder l'équilibre, le menton redressé et le regard dirigé en avant) | ❑ en tout temps, garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée, en maintenant la position de départ pour le mouvement suivant |

*Exemples d'activités :*

- jeux dans la salle classe et la cour d'école tels que le jeu du chat
- danse (divers types)
- gymnastique

## • marcher

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ marche parfois en se déplaçant de côté ou en traînant les pieds, à petits pas, les pieds trop écartés | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ garde l'équilibre et continue d'appliquer la technique appropriée (le contact avec le sol se fait du talon aux orteils, les bras se balancent alternativement, le dos est droit, le menton redressé et le regard dirigé en avant) tout au long de l'activité | ❑ garde l'équilibre et maîtrise la technique appropriée tout en changeant de vitesse et de direction |

*Exemples d'activités :*

- randonnées pédestres
- jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains
- jeux dans la cour d'école tels que « suivez le chef »
- séquences de gymnastique
- danses folkloriques
- exercices aérobiques sans sauts
- jeu de quilles
- golf
- croquet

# Habiletés de manipulation (M à 7)

Les enseignants pourront choisir d'enseigner les habiletés de manipulation suivantes comme suites optionnelles aux résultats d'apprentissage prescrits de la maternelle à la 7e année.

## • porter un objet

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente de porter un objet tout en se déplaçant; il se peut qu'il fasse tomber l'objet de façon répétée<br>❑ porte un objet tout en gardant les yeux fixés sur celui-ci | ❑ porte un objet tout en gardant les yeux fixés sur celui-ci | ❑ porte un objet tout en se déplaçant (p. ex. en marchant ou en courant), sans le faire tomber et en regardant devant lui (et non pas l'objet) et ce, de façon constante | ❑ porte un objet tout en changeant de vitesse et de direction |
| *Exemples d'activités :* | | | |
| • jeux dans la cour d'école | • parties de ballon | • gymnastique rythmique | • courses de relais |

## • dribler un objet avec les pieds

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour dribler avec les pieds; fait parfois des erreurs techniques (p. ex. utilise la mauvaise partie du pied)<br>❑ regarde parfois ses pieds ou ailleurs plutôt que de suivre l'objet des yeux | ❑ applique parfois certains éléments de la technique appropriée pour dribler avec les pieds; a parfois la tête baissée | ❑ déplace le ballon (p. ex. un ballon de soccer) en donnant des petits coups avec la partie intérieure ou extérieure du pied, le corps légèrement penché en avant, la tête droite et au-dessus du ballon | ❑ maîtrise de façon constante la technique appropriée pour dribler avec les pieds tout en se déplaçant et en changeant de vitesse, de direction et de trajet |

*Exemples d'activités :*

- soccer
- jeux de relais

## • dribler un objet avec les mains

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour dribler avec les mains<br>❑ donne parfois un coup sur le ballon avec la paume de la main<br>❑ fixe parfois les yeux sur ses mains ou regarde ailleurs, plutôt que de regarder devant lui | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ penche le corps légèrement vers l'avant, garde les genoux partiellement fléchis et la tête droite et pousse le ballon vers le sol avec les doigts<br>❑ tente de dribler avec l'une ou l'autre main | ❑ maîtrise de façon constante la technique appropriée pour dribler avec l'une ou l'autre main, à des hauteurs variées, tout en se déplaçant et en changeant de vitesse et de direction |

*Exemples d'activités :*

- exercices et épreuves dans la cour d'école, le gymnase et la salle de classe
- gymnastique rythmique (avec ballon)
- séquences d'exercices de basket-ball
- parties de basket-ball

## • frapper un objet avec le pied

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour frapper un objet avec le pied; fait des erreurs techniques (p. ex. mauvaise prise de position ou absence d'accompagnement du mouvement, prise de contact avec la mauvaise partie du pied, absence d'approche souple et continue, absence de transfert du poids) | ❑ maîtrise la technique du coup de pied, mais ne se met pas en bonne position ou n'accompagne pas le mouvement d'une manière adéquate; prend parfois contact avec la mauvaise partie du pied (p. ex. la pointe du pied au lieu du coude-pied dans le cas du soccer) | ❑ prend position pour le coup de pied en regardant la cible, regarde l'objet, fait un pas en avant vers l'objet avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, intègre au coup de pied une approche souple et continue en trois étapes, prend appui sur le pied qui ne frappe pas, transfère le poids du corps, lance le pied qui frappe vers l'avant, touche le ballon avec le cou-du-pied (s'il y a lieu) et prolonge le mouvement de la jambe qui a donné le coup en direction de la cible<br>❑ tente de frapper un objet avec l'un ou l'autre pied | ❑ maîtrise de façon constante la technique du coup de pied, avec l'un ou l'autre pied<br>❑ fait preuve d'une précision constante lorsqu'il frappe un objet avec le pied en visant une cible |

*Exemples d'activités :*

- jeux comprenant des coups de pied
- soccer

## • attraper un objet avec une main

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ attrape un objet avec les deux mains; tente d'utiliser la technique appropriée pour attraper l'objet avec une main<br>❑ laisse l'objet rebondir plusieurs fois avant de l'attraper (s'il y a lieu) | ❑ attrape un objet avec une main sans faire de distinction entre la technique appropriée pour attraper les objets au-dessous ou au-dessus de la taille<br>❑ attrape un objet après un rebond (s'il y a lieu) | ❑ se tient debout, les pieds dans l'alignement des épaules, les coudes pliés, les mains dans la bonne position, fait un pas en avant pour attraper l'objet<br>❑ garde les doigts tournés vers le haut pour les objets à attraper au-dessus de la taille, et vers le bas pour les objets à attraper au-dessous de la taille<br>❑ tente d'attraper un objet avec l'une ou l'autre main | ❑ maîtrise de façon constante la technique pour attraper un objet<br>❑ fait preuve d'une précision constante en attrapant un objet avec l'une ou l'autre main<br>❑ attrape un objet tout en changeant de vitesse et de direction |

*Exemples d'activités :*

- jeux dans la salle de classe ou la cour d'école qui consistent à attraper des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable, cerceaux)
- jonglerie
- baseball, balle molle
- cricket
- gymnastique rythmique

## • lancer un objet d'une main (par en dessous ou par-dessus l'épaule)

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour lancer un objet; il se peut qu'il n'effectue pas de rotation du tronc ou ne ramène pas le bras en arrière comme il le devrait | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée (p. ex. il se peut qu'il se place face à la cible plutôt que de profil, se dirige vers la cible en avançant le pied qui est du même côté que le bras qui va lancer, n'accompagne pas le mouvement de manière adéquate) | ❑ se place de profil par rapport à la cible, ramène le bras vers l'arrière en préparation au lancer, ramène le bras en avant tout en transférant le poids du corps sur l'autre pied, étend le bras et lâche l'objet en visant la cible, tourne les hanches puis le tronc<br>❑ lance par-dessus l'épaule – déploie complètement le bras, place le bras qui va lancer en arrière de l'épaule en formant un angle droit au coude et accompagne le mouvement en diagonale le long du corps<br>❑ lance par en dessous – accompagne le mouvement du bras vers la cible<br>❑ tente de lancer un objet de l'une ou l'autre main | ❑ maîtrise de façon constante la technique pour lancer par en dessous ou par-dessus l'épaule de l'une ou l'autre main<br>❑ lance un objet avec précision dans diverses situations prévisibles et imprévisibles<br>❑ atteint constamment la cible |

*Exemples d'activités :*

- jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable)
- flag-football, football touché, rugby
- jonglerie
- gymnastique rythmique
- fers à cheval
- « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs – jeu autochtone)
- jeu de palets
- baseball, balle molle
- cricket

## • tirer ou pousser un objet

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour tirer ou pousser un objet; erreurs techniques possibles (p. ex. ne plie pas les genoux, est incapable de tirer ou de pousser l'objet) | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière les techniques appropriées | ❑ plie les genoux, maintient la tête et le dos droits, se sert de ses jambes pour supporter le poids de l'objet et les redresse pour relever son corps avec le poids | ❑ maîtrise les techniques appropriées pour se pencher, tirer, pousser et se tourner en portant un poids |
| *Exemples d'activités :* | | | |
| • entraînement musculaire<br>• jeux avec des cordes | • exercices d'équilibre à deux<br>• jeux de résistance à deux | • exercises avec des bandes élastiques<br>• patinage à deux | • montée à la corde<br>• escalade de rocher |

## • faire rouler ou glisser un objet

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée pour faire rouler ou glisser un objet<br>❑ regarde parfois ses mains ou ailleurs plutôt que de suivre l'objet des yeux | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée<br>❑ suit l'objet des yeux à certains moments | ❑ fait rouler ou glisser un objet tel qu'une balle vers une cible fixe tout en maintenant le corps en position basse<br>❑ fait rouler ou glisser un objet avec les deux mains – jambes écartées, position « assise »<br>❑ fait rouler ou glisser un objet avec une main – avec le pied opposé devant, le poids sur le pied avant<br>❑ suit l'objet des yeux tout au long du mouvement | ❑ fait rouler ou glisser un objet sur une certaine distance et avec précision, dans des situations imprévisibles<br>❑ suit l'objet des yeux de façon à anticiper ses changements de direction, de vitesse et de position |

*Exemples d'activités :*

| | | | |
|---|---|---|---|
| • jeu de quilles<br>• serpent à neige | • curling<br>• quilles de neuf | • épreuves d'obstacles (p. ex. avec des cônes) | • jeux dans la salle de classe et la cour d'école |

## • frapper un objet avec la main

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée; fait des erreurs techniques (p. ex. ramène le bras vers le bas plutôt que dans un plan horizontal, ramène à peine le bras vers l'arrière, n'utilise pas le haut du corps pour générer de la force, ne transfère pas le poids de son corps)<br>❑ réussit parfois à toucher l'objet | ❑ maîtrise partiellement la technique appropriée en réponse aux incitations de l'enseignant, ou la maîtrise de façon irrégulière (p. ex. ramène parfois le bras vers le bas plutôt que dans un plan horizontal)<br>❑ tente d'utiliser le haut du corps pour générer de la force<br>❑ réussit à toucher l'objet au moins une fois sur deux | ❑ se tient de profil par rapport à l'objet, ramène le bras dans un mouvement vers l'arrière à 180 degrés, transfère le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant tout en effectuant une rotation du tronc puis des hanches, et frappe l'objet dans un plan horizontal en plaçant son bras parallèlement à la cible<br>❑ suit l'objet tout au long du mouvement<br>❑ réussit à toucher régulièrement l'objet<br>❑ tente de frapper l'objet avec l'une ou l'autre main | ❑ frappe l'objet avec l'une ou l'autre main et le projette à distance et avec précision, dans diverses situations connues et imprévisibles, et ce, de façon constante<br>❑ frappe constamment l'objet avec la bonne partie de la main, comme l'exige l'activité donnée (p. ex. la paume de la main au handball) |

*Exemples d'activités :*

- jeux en salle de classe ou dans la cour d'école avec des objets variés (p. ex. balles, ballons)
- handball
- ballon captif
- volley-ball
- water polo

## • frapper un objet avec un instrument

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ tente d'utiliser la technique appropriée; fait des erreurs techniques (p. ex. ramène le bras vers le bas plutôt que dans un plan horizontal, ramène à peine le bras vers l'arrière, n'utilise pas le haut du corps pour générer de la force, ne transfère pas le poids de son corps)<br>❑ réussit parfois à toucher l'objet | ❑ montre qu'il maîtrise partiellement la technique appropriée en réponse aux incitations de l'enseignant, ou la maîtrise de façon irrégulière (p. ex. ramène parfois le bras vers le bas plutôt que dans un plan horizontal)<br>❑ tente d'utiliser le haut du corps pour générer de la force<br>❑ réussit à toucher l'objet au moins une fois sur deux | ❑ se tient de profil par rapport à l'objet, ramène le bras et l'instrument dans un mouvement vers l'arrière à 180 degrés, transfère le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant tout en effectuant une rotation du tronc puis des hanches, et frappel'objet dans un plan horizontal en plaçant l'instrument parallèlement à la cible<br>❑ suit l'objet tout au long du mouvement<br>❑ réussit à toucher régulièrement l'objet<br>❑ tente de frapper l'objet en maniant l'instrument de l'une ou l'autre main | ❑ frappe l'objet avec précision et le projette à distance, dans diverses situations connues et imprévisibles, et ce, de façon constante<br>❑ détermine quelle partie de l'instrument va frapper l'objet en fonction de la distance et de la cible<br>❑ maîtrise la technique du coup droit et du revers en maniant l'instrument de l'une ou l'autre main |

*Exemples d'activités :*

| | | | |
|---|---|---|---|
| • Tee-ball<br>• tennis<br>• tennis de table<br>• hockey | • pickleball<br>• golf<br>• shinny | • badminton<br>• squash<br>• racquetball | • cricket<br>• baseball, balle molle<br>• ballon balai |

## • contrôler un objet avec le pied

**Indicateurs de réussite proposés**

*L'ensemble des indicateurs suivants peut servir à évaluer le rendement de l'élève pour l'habileté concernée :*

| En formation | En progression | Acquis | Pleinement atteint |
|---|---|---|---|
| ❑ se tient debout avec le pied sur le ballon<br>❑ a parfois du mal à suivre l'objet des yeux | ❑ maîtrise partiellement ou de façon irrégulière la technique appropriée<br>❑ avec les rappels de l'enseignant, suit l'objet des yeux | ❑ arrête un ballon qui roule en le calant entre le sol et la semelle de l'un ou l'autre pied<br>❑ suit constamment l'objet des yeux | ❑ contrôle un objet dans des situations connues et imprévisibles (p. ex. un ballon qui rebondit)<br>❑ suit l'objet des yeux de façon à anticiper ses changements de direction, de vitesse et de position |

*Exemples d'activités :*

- parties de ballon dans la cour d'école et le gymnase
- soccer

# Modèles d'évaluation formative

## *Éducation physique M à 7*

La section « Modèles d'évaluation formative » présente une série d'unités d'évaluation pour le programme d'études d'Éducation physique M à 7.

Ces unités sont structurées par année d'études et par type d'activités. Ensemble, elles abordent tous les résultats d'apprentissage prescrits pour chaque année d'études et offrent des suggestions ayant trait aux moyens d'organiser, de classer et d'enseigner le contenu du programme. L'organisation proposée ne vise aucunement à imposer une méthode linéaire d'enseignement. Les enseignants sont encouragés à aborder les résultats d'apprentissage dans l'ordre qui leur convient, de façon à adapter, modifier, combiner et organiser les unités en fonction des besoins de leurs élèves et des exigences de leur milieu, et à intégrer les ressources recommandées pertinentes, le cas échéant. (Pour en savoir plus sur les ressources d'apprentissage recommandées dans le cadre du programme d'Éducation physique M à 7, consulter la section « Ressources d'apprentissage recommandées » présentée plus loin dans ce document.) En outre, il est souhaitable que les enseignants trouvent des façons d'adapter les unités en fonction des années d'études.

### *Mesure et évaluation formative*

Les enseignants doivent avoir recours à un large éventail de techniques et d'instruments d'évaluation pour déterminer l'aptitude des élèves à atteindre les résultats d'apprentissage prescrits. Parmi les techniques et outils d'évaluation pouvant être utilisés dans le cadre du cours d'Éducation physique M à 7, mentionnons ceux-ci :

- les instruments d'évaluation de l'enseignant, comme les grilles d'observation, les échelles d'évaluation et les barèmes de notation,
- les instruments d'autoévaluation tels que les listes de contrôle, les échelles d'évaluation et les barèmes de notation,
- les instruments d'évaluation des pairs comme les listes de contrôle, les échelles d'évaluation et les barèmes de notation,
- les journaux de bord ou les notes,
- les vidéos et photographies (pour enregistrer les présentations des élèves et en faire la critique),
- les épreuves pratiques de rendement,
- les épreuves écrites et les tests oraux (vrai ou faux, choix multiple, réponse courte),
- les questionnaires et les fiches d'activités,
- les portfolios,
- les rencontres élève-enseignant.

Remarque : il est souhaitable que les enseignants consultent la politique du district portant sur l'utilisation de la vidéo et de photographies à des fins d'enregistrement de la présentation de l'élève.

L'évaluation de l'élève en Éducation physique M à 7 peut aussi se faire en cours de réalisation ou après la réalisation d'activités telles que celles-ci :

- l'exécution d'habiletés et de suites de mouvements, que ce soit de manière individuelle, à deux ou en groupe,
- des ateliers d'activités,
- l'enseignement par les pairs,
- des plans d'établissement des objectifs et des journaux d'activités,
- des discussions en groupe et avec toute la classe,
- des remue-méninges, des idées regroupées sous forme de diagrammes, des sites Web, des tableaux et des graphiques,
- des affiches, des collages, des modèles et des folioscopes,
- des présentations orales et multimédias.

Pour en savoir plus sur l'évaluation des élèves, consulter la section « Rendement de l'élève », ainsi que le tableau de survol de l'évaluation présenté au début du modèle d'évaluation formative de chaque année de cet ERI.

## CONTENU DES MODÈLES D'ÉVALUATION

### *Tableaux de survol de l'évaluation*

Les tableaux de survol de l'évaluation fournissent aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation du contenu de chaque année du programme d'études. Ces tableaux précisent les domaines d'apprentissage et les niveaux cognitifs des résultats d'apprentissage prescrits. Ils dressent aussi une liste des activités d'évaluation proposées ainsi que la pondération suggérée pour l'attribution de notes pour chaque composante du programme d'études.

### *Sommaire*

Le modèle d'évaluation de chaque année du programme d'études offre aussi un tableau sommaire des unités d'évaluation, qui comprend les éléments suivants :

- la liste des unités : les unités sont organisées par composante, sous-composante et thème pour chaque année du programme d'études;
- l'apprentissage durant les années précédentes : cette section fait état de l'acquisition de connaissances pertinentes fondées sur les résultats d'apprentissage prescrits pour la même matière durant les années précédentes. On suppose alors que les élèves auront déjà assimilé ces connaissances; si ce n'est pas le cas, l'enseignant devra peut-être présenter certaines notions de base avant d'entreprendre l'évaluation proposée dans l'unité en question. Certains thèmes sont repris à différents échelons du programme, de sorte que l'enseignant puisse insister sur leur importance et permettre aux élèves de renforcer et d'étendre leurs connaissances;
- les habiletés de mouvement et les activités : un tableau présente des activités précises pouvant servir à aborder les habiletés de mouvement prescrites dans le cadre de chaque année du programme d'études.

### *Résultats d'apprentissage prescrits*

Chaque unité débute par une liste des résultats d'apprentissage prescrits qu'elle aborde. Ensemble, les unités comprennent tous les résultats d'apprentissage prescrits pour une année donnée; certains résultats d'apprentissage peuvent apparaître dans plus d'une unité.

### *Activités d'évaluation suggérées*

Des activités d'évaluation sont présentées pour chaque groupe de résultats d'apprentissage prescrits et les indicateurs de réussite correspondants. Chaque activité d'évaluation se divise en deux parties :

- Planification de l'évaluation : elle donne l'information de base nécessaire pour expliquer le contexte de la classe, les possibilités qu'ont les élèves d'accroître leur apprentissage et de le mettre en pratique, et des suggestions pour préparer les élèves à l'évaluation.
- Stratégies d'évaluation : elles décrivent les activités d'évaluation, la méthode de collecte de l'information servant à l'évaluation et les critères d'évaluation tels qu'ils sont définis dans les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réussite.

Les activités proposées ne constituent que des suggestions. Elles sont conçues pour aider les enseignants à planifier l'enseignement et l'évaluation, de façon à satisfaire aux résultats d'apprentissage prescrits.

### *Instruments d'évaluation*

Des exemples d'instruments d'évaluation sont inclus à la fin de chaque année du programme d'études dans le but d'aider les enseignants à déterminer si les élèves ont atteint les résultats d'apprentissage prescrits. Ces instruments renferment des critères adaptés précisément à une ou à des activités d'évaluation proposées dans le modèle d'évaluation.

S'ils ont besoin d'une aide supplémentaire portant sur l'évaluation, les enseignants peuvent utiliser les indicateurs de réussite détaillés qui accompagnent chaque résultat d'apprentissage prescrit, dans la section « Rendement de l'élève » de cet ERI, et qui peuvent servir de base aux rubriques d'évaluation.

# COMMENT UTILISER LES MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE

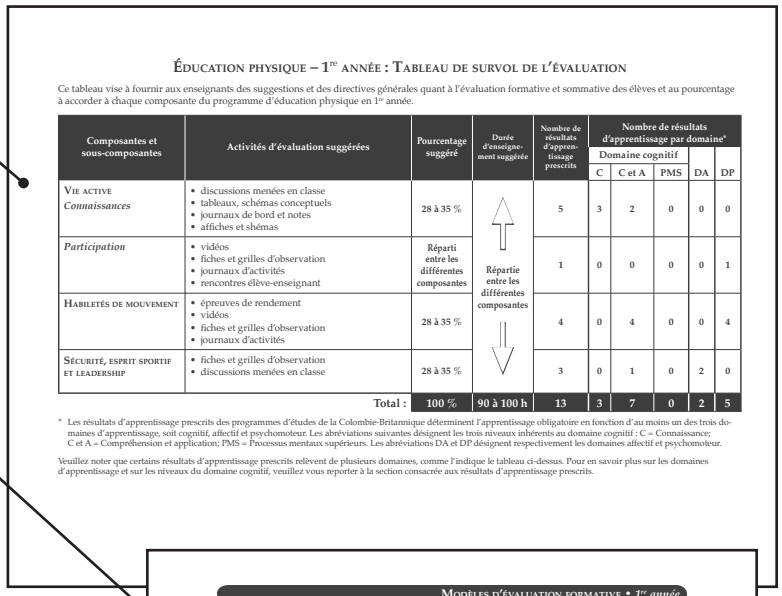
Cette page et la suivante font état des liens entre chacun des éléments des modèles d'évaluation formative.

**Tableau de survol de l'évaluation**
Ce tableau fournit aux enseignants des suggestions et des directives générales concernant l'évaluation de chaque année du programme d'études.

## Sommaire

Le sommaire fournit l'information suivante :

- une liste des unités abordées pour l'année d'études donnée;
- l'apprentissage réalisé durant les années précédentes – fait état de l'acquisition de connaissances pertinentes fondées sur les résultats d'apprentissage prescrits pour la même matière durant les années précédentes. L'information fournie vise à décrire les connaissances, les habiletés et les attitudes que les élèves doivent posséder avant d'aborder les activités d'évaluation suggérées dans les unités;
- les habiletés de mouvement et les exemples d'activités – décrivent diverses activités représentant différentes catégories d'activités qui peuvent être utilisées pour aborder et évaluer les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation prescrites pour l'année d'études donnée.



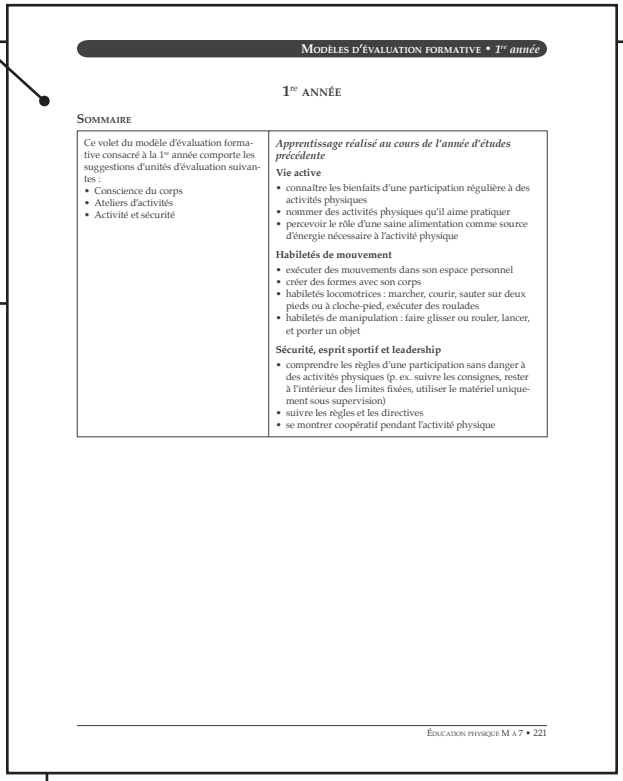
ÉDUCATION PHYSIQUE – 1re ANNÉE : TABLEAU DE SURVOL DE L'ÉVALUATION

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 1re année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | | |
| | | | | | C | C et A | PMS | DA | DP |
| VIE ACTIVE<br>*Connaissances* | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• affiches et shémas | 28 à 35 % | Répartie entre les différentes composantes | 5 | 3 | 2 | 0 | 0 | 0 |
| *Participation* | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | Réparti entre les différentes composantes | | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| HABILETÉS DE MOUVEMENT | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | 28 à 35 % | | 4 | 0 | 4 | 0 | 0 | 4 |
| SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP | • fiches et grilles d'observation<br>• discussions menées en classe | 28 à 35 % | | 3 | 0 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | **Total :** | **100 %** | **90 à 100 h** | **13** | **3** | **7** | **0** | **2** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.



MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE • *1re année*

1re ANNÉE

SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 1re année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :
- Conscience du corps
- Ateliers d'activités
- Activité et sécurité

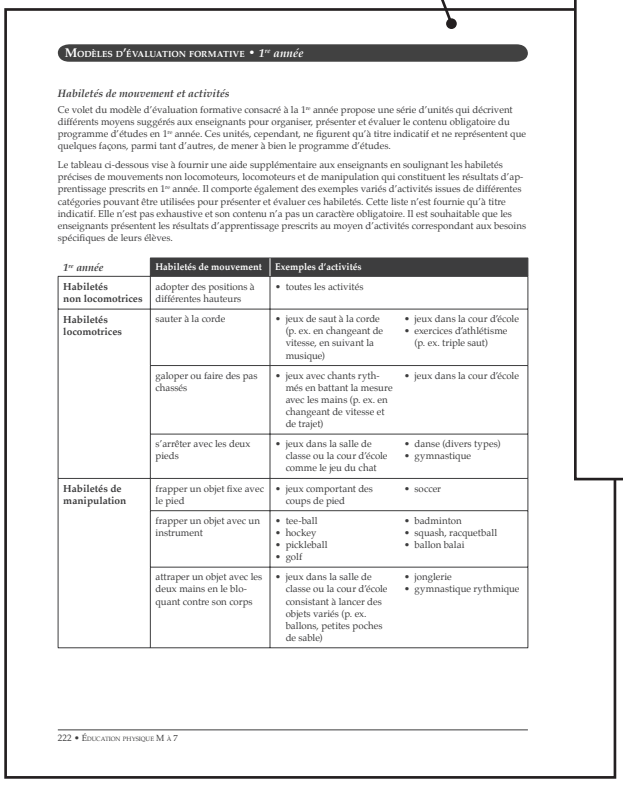
***Apprentissage réalisé au cours de l'année d'études précédente***

**Vie active**
- connaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques
- nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer
- percevoir le rôle d'une saine alimentation comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique

**Habiletés de mouvement**
- exécuter des mouvements dans son espace personnel
- créer des formes avec son corps
- habiletés locomotrices : marcher, courir, sauter sur deux pieds ou à cloche-pied, exécuter des roulades
- habiletés de manipulation : faire glisser ou rouler, lancer, et porter un objet

**Sécurité, esprit sportif et leadership**
- comprendre les règles d'une participation sans danger à des activités physiques (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)
- suivre les règles et les directives
- se montrer coopératif pendant l'activité physique

ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7 • 221



MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE • *1re année*

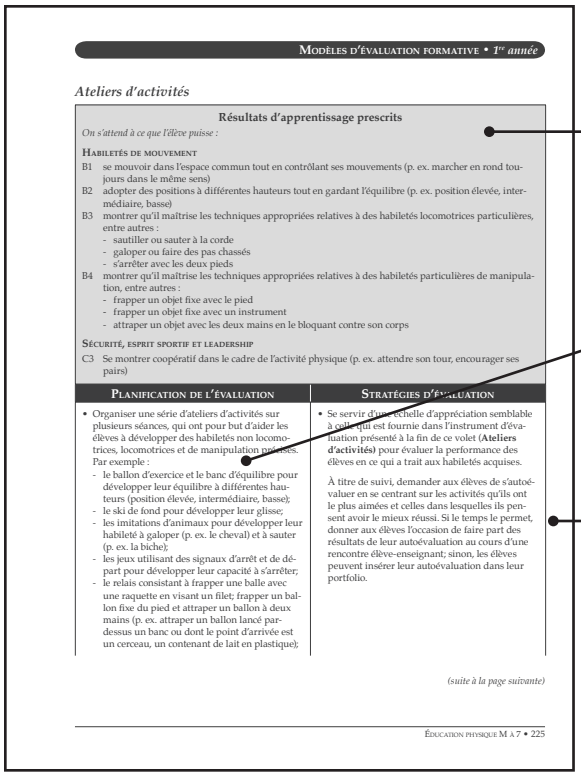
***Habiletés de mouvement et activités***

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 1re année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 1re année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 1re année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *1re année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés non locomotrices** | adopter des positions à différentes hauteurs | • toutes les activités | |
| **Habiletés locomotrices** | sauter à la corde | • jeux de saut à la corde (p. ex. en changeant de vitesse, en suivant la musique) | • jeux dans la cour d'école<br>• exercices d'athlétisme (p. ex. triple saut) |
| | galoper ou faire des pas chassés | • jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains (p. ex. en changeant de vitesse et de trajet) | • jeux dans la cour d'école |
| | s'arrêter avec les deux pieds | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école comme le jeu du chat | • danse (divers types)<br>• gymnastique |
| **Habiletés de manipulation** | frapper un objet fixe avec le pied | • jeux comportant des coups de pied | • soccer |
| | frapper un objet avec un instrument | • tee-ball<br>• hockey<br>• pickleball<br>• golf | • badminton<br>• squash, racquetball<br>• ballon balai |
| | attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• gymnastique rythmique |

222 • ÉDUCATION PHYSIQUE M À 7



MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE • *1re année*

*Ateliers d'activités*

**Résultats d'apprentissage prescrits**

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

HABILETÉS DE MOUVEMENT

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)

B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse)

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- sautiller ou sauter à la corde
- galoper ou faire des pas chassés
- s'arrêter avec les deux pieds

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- frapper un objet fixe avec le pied
- frapper un objet fixe avec un instrument
- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps

SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP

C3 Se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. attendre son tour, encourager ses pairs)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Organiser une série d'ateliers d'activités sur plusieurs séances, qui ont pour but d'aider les élèves à développer des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation précises. Par exemple :<br>- le ballon d'exercice et le banc d'équilibre pour développer leur équilibre à différentes hauteurs (position élevée, intermédiaire, basse);<br>- le ski de fond pour développer leur glisse;<br>- les imitations d'animaux pour développer leur habileté à galoper (p. ex. le cheval) et à sauter (p. ex. la biche);<br>- les jeux utilisant des signaux d'arrêt et de départ pour développer leur capacité à s'arrêter;<br>- le relais consistant à frapper une balle avec une raquette en visant un filet; frapper un ballon fixe du pied et attraper un ballon à deux mains (p. ex. attraper un ballon lancé par-dessus un banc ou dont le point d'arrivée est un cerceau, un contenant de lait en plastique); | • Se servir d'une échelle d'appréciation semblable à celle qui est fournie dans l'instrument d'évaluation présenté à la fin de ce volet (**Ateliers d'activités**) pour évaluer la performance des élèves en ce qui a trait aux habiletés acquises.<br><br>À titre de suivi, demander aux élèves de s'autoévaluer en se centrant sur les activités qu'ils ont le plus aimées et celles dans lesquelles ils pensent avoir le mieux réussi. Si le temps le permet, donner aux élèves l'occasion de faire part des résultats de leur autoévaluation au cours d'une rencontre élève-enseignant; sinon, les élèves peuvent insérer leur autoévaluation dans leur portfolio. |

*(suite à la page suivante)*



## Résultats d'apprentissage prescrits

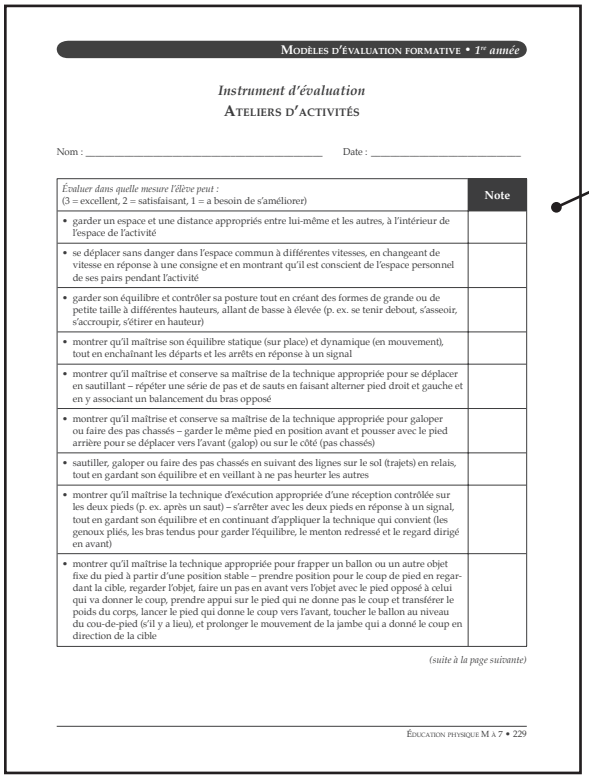
Des résultats d'apprentissage prescrits sont énumérés pour chaque unité d'évaluation.

## Planification de l'évaluation

Cette section donne l'information de base nécessaire pour expliquer le contexte de l'activité, les possibilités qu'ont les élèves d'accroître leur apprentissage et de le mettre en pratique, ainsi que des suggestions pour préparer les élèves à l'évaluation.

## Stratégies d'évaluation

Des stratégies d'évaluation sont données pour chaque activité de la section « Planification de l'évaluation ». Elles décrivent les activités d'évaluation, la méthode de collecte de l'information servant à l'évaluation et les critères d'évaluation tels qu'ils sont définis dans les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réussite.



MODÈLES D'ÉVALUATION FORMATIVE • *1re année*

*Instrument d'évaluation*

ATELIERS D'ACTIVITÉS

Nom : _____ Date : _____

| *Évaluer dans quelle mesure l'élève peut :* (3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = à besoin de s'améliorer) | Note |
|---|---|
| • garder un espace et une distance appropriés entre lui-même et les autres, à l'intérieur de l'espace de l'activité | |
| • se déplacer sans danger dans l'espace commun à différentes vitesses, en changeant de vitesse en réponse à une consigne et en montrant qu'il est conscient de l'espace personnel de ses pairs pendant l'activité | |
| • garder son équilibre et contrôler sa posture tout en créant des formes de grande ou de petite taille à différentes hauteurs, allant de basse à élevée (p. ex. se tenir debout, s'asseoir, s'accroupir, s'étirer en hauteur) | |
| • montrer qu'il maîtrise son équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement), tout en enchaînant les départs et les arrêts en réponse à un signal | |
| • montrer qu'il maîtrise et conserve sa maîtrise de la technique appropriée pour se déplacer en sautillant – répéter une série de pas et de sauts en faisant alterner pied droit et gauche et en y associant un balancement du bras opposé | |
| • montrer qu'il maîtrise et conserve sa maîtrise de la technique appropriée pour galoper ou faire des pas chassés – garder le même pied en position avant et pousser avec le pied arrière pour se déplacer vers l'avant (galop) ou sur le côté (pas chassés) | |
| • sautiller, galoper ou faire des pas chassés en suivant des lignes sur le sol (trajets) en relais, tout en gardant son équilibre et en veillant à ne pas heurter les autres | |
| • montrer qu'il maîtrise la technique d'exécution appropriée d'une réception contrôlée sur les deux pieds (p. ex. après un saut) – s'arrêter avec les deux pieds en réponse à un signal, tout en gardant son équilibre et en continuant d'appliquer la technique qui convient (les genoux pliés, les bras tendus pour garder l'équilibre, le menton redressé et le regard dirigé en avant) | |
| • montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour frapper un ballon ou un autre objet fixe du pied à partir d'une position stable – prendre position pour le coup de pied en regardant la cible, regarder l'objet, faire un pas en avant vers l'objet avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, prendre appui sur le pied qui ne donne pas le coup et transférer le poids du corps, lancer le pied qui donne le coup vers l'avant, toucher le ballon au niveau du cou-de-pied (s'il y a lieu), et prolonger le mouvement de la jambe qui a donné le coup en direction de la cible | |

*(suite à la page suivante)*



## Instruments d'évaluation

Des exemples d'instruments d'évaluation sont inclus à la fin de chaque année du programme d'études; ils renferment des critères adaptés précisément à une ou des activités d'évaluation proposées dans l'unité.

# Modèle d'évaluation formative

*Maternelle*

# Éducation physique – Maternelle : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en maternelle.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | | |
| | | | | | C | C et A | PMS | DA | DP |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• affiches et shémas | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **3** | **3** | **0** | **0** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **4** | **0** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• discussions menées en classe | **28 à 35 %** | | **3** | **1** | **1** | **0** | **1** | **0** |
| | **Total :** | **100 %** | **40 à 50 h** | **11** | **4** | **5** | **0** | **1** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# MATERNELLE

## SOMMAIRE

| | |
|---|---|
| Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la maternelle comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :<br>• Sécurité<br>• Création de formes avec son corps<br>• Jeu de quilles<br>• Vie active | ***Apprentissage durant les années précédentes***<br>Sans objet |

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la maternelle propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études à la maternelle. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits à la maternelle. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *Maternelle* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés non locomotrices** | créer des formes avec son corps | • gymnastique<br>• arts martiaux<br>• patinage<br>• natation<br>• danse | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école<br>• étirements<br>• pilates |
| | demeurer dans son espace personnel | • toutes les activités | |
| **Habiletés locomotrices** | marcher | • jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains<br>• jeux dans la cour d'école, tels que « Suivez le chef »<br>• randonnées pédestres | • suites de mouvements de gymnastique<br>• danses folkloriques<br>• danse aérobique sans sauts<br>• jeu de quilles |
| | courir | • courses d'athlétisme<br>• divers jeux et activités comprenant des actions telles qu'esquiver, poursuivre et s'enfuir | • suites de mouvements de gymnastique<br>• divers jeux joués avec un partenaire ou en équipe<br>• jeux de course dans la cour d'école |
| | sauter sur deux pieds ou à cloche-pied | • jeux de saut à la corde (p. ex. en changeant de vitesse, en suivant la musique) | • jeux dans la cour d'école<br>• exercices d'athlétisme (p. ex. triple saut) |
| | exécuter des roulades | • gymnastique – thèmes éducatifs<br>• gymnastique artistique (p. ex. suites d'exercices au sol) | • gymnastique rythmique<br>• natation<br>• lutte |

*(suite à la page suivante)*

| | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés de manipulation** | faire rouler ou glisser un objet | • jeux de quilles<br>• serpent à neige<br>• épreuves d'obstacles (p. ex. avec des cônes) | • curling<br>• jeu de quilles<br>• jeux dans la salle de classe ou la cour d'école |
| | porter un objet | • jeux dans la cour d'école<br>• gymnastique rythmique | • parties de ballon<br>• courses de relais |
| | lancer un objet par en dessous avec les deux mains | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs – jeu autochtone) |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Sécurité*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A4 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 énumérer les directives de sécurité relatives à la participation à une activité physique (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)

C2 observer les règlements et les directives lorsqu'il participe à une activité physique (p. ex. s'arrêter en réponse à un signal, écouter les consignes avant de commencer l'activité)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Établir un programme d'entraînement visant à commencer chaque cours d'éducation physique dans un nouvel espace et à définir les éléments suivants :<br>- les limites de l'espace (p. ex. la limite de la scène, la ligne centrale, le sentier de randonnée pédestre, la partie peu profonde de la piscine, la clôture délimitant le terrain de jeux);<br>- les signaux servant à indiquer quand arrêter ou commencer une activité;<br>- les signaux servant à indiquer quand se rassembler ou se disperser au cours de l'activité.<br><br>Mentionner si l'espace où l'activité va avoir lieu comporte des dangers particuliers (p. ex. filets de buts pour le hockey en salle, bancs, dangers spécifiques à l'extérieur). | • Jouer à « Suivez le chef » pour bien montrer l'importance de rester à l'intérieur des limites fixées pendant l'activité. Nommer les limites de l'espace de l'activité et donner aux élèves la tâche de s'y rendre. L'enseignant peut, par exemple, donner les directives suivantes :<br>- Marchez jusqu'à la ligne centrale et sautez sur place.<br>- Chacun votre tour, ramassez une balle et portez-la jusqu'à la boîte qui se trouve au bout du gymnase (ou de la salle, du terrain, etc.).<br><br>Utiliser une fiche d'observation comme celle qui est fournie à la fin du modèle d'évaluation formative de la maternelle (**Sécurité**) pour évaluer l'habileté de chaque élève à respecter les règles de sécurité. |

- Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – De la maternelle à la 3e année* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :
  - apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);
  - résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);
  - valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).

  Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

## *Création de formes avec son corps*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 exécuter des mouvements tout en demeurant à l'intérieur de son espace personnel

B2 utiliser son corps pour créer des formes (p. ex. se pencher, se recroqueviller, tirer, pousser, s'étirer, se balancer, se tordre)

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C2 observer les règlements et les directives lorsqu'il participe à une activité physique (p. ex. s'arrêter en réponse à un signal, écouter les consignes avant de commencer l'activité)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Introduire le concept d'espace personnel, c'est-à-dire la « bulle » qui les entoure de part et d'autre. Donner un cerceau à chaque élève et demander à tous de les poser par terre en laissant suffisamment d'espace entre eux pour ne toucher à personne une fois qu'ils seront debout dans le cerceau et le feront tourner autour de leur taille. Laisser aux élèves le temps d'étudier leurs mouvements à l'intérieur de leur espace personnel, puis leur demander de continuer à évoluer dans cet espace sans l'aide du cerceau.<br>• Montrer aux élèves différentes façons de garder l'équilibre lorsqu'ils bougent la partie supérieure de leur corps (p. ex. consolider sa base d'appui en écartant davantage les pieds, abaisser son centre de gravité en pliant les genoux, garder la tête droite, maintenir les pieds écartés dans la direction du mouvement et les bras tendus).<br>• Donner diverses directives pour aider les élèves à expérimenter les différentes façons de créer des formes avec leur corps. Par exemple :<br>- Pliez les genoux, mains sur les hanches, tenez-vous en équilibre sur un pied.<br>- Ramenez le bras droit sur le côté gauche et le bras gauche sur le côté droit.<br>- Représentez un animal : imitez la grosse taille de l'éléphant, la forme étirée de la girafe, la forme étroite du serpent.<br>- Recroquevillez-vous pour imiter la forme d'un ballon.<br>- Imitez la lettre O, la lettre T, etc. | • Tenter de trouver des indications montrant que les élèves peuvent :<br>- trouver leur espace personnel et y demeurer tout au long de l'activité;<br>- exécuter des mouvements de différentes façons sans toucher aux autres élèves;<br>- se mouvoir en réponse à des directives orales et en montrant leur compréhension des noms correspondant à différentes parties du corps comme la tête, le cou, les épaules, les bras, les mains, les coudes, les poignets, les jambes, les genoux, les chevilles, les pieds, la poitrine, la taille, les hanches et le dos;<br>- s'étirer, se pencher, se recroqueviller et se tordre pour créer des formes de différentes tailles avec leur corps;<br>- garder leur équilibre tout en créant des formes avec leur corps;<br>- bouger en réponse à des directives ou à des signaux.<br><br>Utiliser un chronomètre pour mesurer combien de temps les élèves peuvent se tenir en équilibre sur leurs deux pieds sur une base d'appui étroite, puis toujours sur leurs deux pieds sur une base d'appui plus large, puis sur un seul pied.<br><br>Prendre des photographies des formes corporelles créées par les élèves et vérifier s'ils peuvent reconnaître chacune d'elles. |

## *Découverte de son habileté à exécuter des mouvements*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A4 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- marcher
- courir
- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied
- exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule)

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives aux habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- faire rouler ou glisser un objet vers une cible
- porter un objet
- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C3 se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter l'espace personnel des pairs, s'abstenir de les pousser ou de les bousculer)

*(suite à la page suivante)*

*Découverte de son habileté à exécuter des mouvements (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Développer une série d'activités pour permettre aux élèves d'expérimenter diverses habiletés locomotrices et de manipulation comme celles-ci :<br>- marcher,<br>- courir,<br>- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied,<br>- exécuter des roulades (p. ex. roulade latérale, sur l'épaule),<br>- porter un objet (p. ex. un ballon) d'une main ou des deux mains,<br>- faire rouler ou glisser un objet (p. ex. une petite poche de sable, une balle) vers une cible,<br>- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible.<br><br>Montrer d'abord la technique d'exécution appropriée du mouvement, puis demander aux élèves de l'imiter. Leur laisser suffisamment de temps pour s'entraîner individuellement, puis leur demander de former des groupes pour travailler avec leurs pairs. | • Observer la capacité des élèves à montrer une maîtrise de la technique appropriée et à pouvoir la reproduire lors de l'exécution d'habiletés locomotrices et de manipulation particulières comme celles-ci :<br>- marcher – le contact avec le sol se fait du talon aux orteils, le balancement des bras est alternatif, le dos est droit, le menton redressé et le regard est dirigé vers l'avant;<br>- courir – le corps est toujours légèrement penché en avant, les bras sont pliés à angle droit et se balancent en alternant; le talon touche le sol en premier, puis les orteils; les élèves contrôlent leur corps tout au long de la course;<br>- sauter sur deux pieds ou à cloche-pied – en faisant appel à différentes combinaisons d'appels et de réceptions au sol (p. ex. 1 pied d'appel, 1 pied de réception; 1 pied d'appel, 2 de réception; 2 pieds d'appel, 1 de réception; 2 pieds d'appel, 2 de réception); balancer les bras vers l'avant pour prendre de l'élan et atterrir sur les avant-pieds;<br>- commencer et arrêter des mouvements locomoteurs en réponse à un ordre;<br>- maîtriser la technique d'exécution appropriée d'une roulade latérale dans une direction – exécuter une roulade sur le côté droit ou gauche tout en maintenant le corps dans un axe droit;<br>- maîtriser la technique d'exécution appropriée d'une roulade sur l'épaule dans une direction – en partant sur les mains ou les genoux, exécuter une roulade avant ou arrière en gardant le corps dans une position groupée et dynamique;<br>- porter un objet tout en se déplaçant, sans le faire tomber et en regardant devant soi, et non pas l'objet;<br>- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible fixe – ramener les bras en arrière pour se préparer à lancer, puis en avant dans un mouvement d'extension et propulser l'objet vers la cible; les bras doivent accompagner le mouvement de l'objet vers la cible;<br>- suivre l'objet des yeux pendant qu'il roule, glisse ou après qu'il a été lancé. |

*(suite à la page suivante)*

*Découverte de son habileté à exécuter des mouvements (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| | *(suite de la page prédédente)*<br><br>Observer la volonté des élèves à se montrer coopératif tout au long de l'activité (p. ex. accepter de travailler avec différents partenaires, partager le matériel, coopérer lors d'activités en équipes, attendre son tour, respecter l'espace personnel des autres élèves, exprimer ses émotions de façon appropriée). Observer les réactions physiques des élèves de façon à juger si l'effort fourni est modéré ou intense (p. ex. entraîne une accélération du rythme cardiaque et respiratoire et une élévation de la température du corps). |

## *Jeu de quilles*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives aux habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- faire rouler ou glisser un objet vers une cible
- porter un objet
- lancer un objet par en dessous avec les deux mains en visant une cible

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Présenter les habiletés utilisées dans le cadre du jeu de quilles par une séance de développement d'habiletés en utilisant des cônes (ou des bouteilles de 2 litres à moitié remplies de sable) dans le gymnase, le hall d'entrée ou la salle polyvalente. Se concentrer sur le développement des habiletés des élèves à faire rouler le ballon plutôt que de le lancer trop en hauteur ou par en dessous.<br><br>Amener les élèves dans une salle de quilles pour leur donner l'occasion de s'entraîner et de développer leurs habiletés. Les encourager à se servir de la méthode de résolution de problème pour déterminer comment atteindre la cible sans glisser dans les dalots. | • Observer les élèves pendant qu'ils jouent et noter dans quelle mesure ils sont capables d'intégrer des habiletés telles que les suivantes :<br>- faire rouler la boule vers la cible (les quilles);<br>- maintenir le corps en position basse, jambes écartées (lorsqu'ils lancent la boule avec les deux mains) ou avec le pied opposé devant, le poids sur le pied avant (lorsqu'ils lancent ou font rouler la boule avec une main);<br>- suivre la boule des yeux tout au long de son trajet, pendant qu'elle roule ou après qu'elle a été lancée;<br>- essayer de faire rouler la boule avec l'une ou l'autre main. |

## *Vie active*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 reconnaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, maintient la santé du cœur)
A2 nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer
A3 expliquer l'importance du rôle de la nourriture comme source d'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Avec la classe, organiser un remue-méninges sur les activités physiques que les élèves aiment pratiquer. Les encourager à penser à la fois à des activités organisées (p. ex. des leçons de natation ou de patinage, des activités qu'ils pratiquent à l'école) et à des activités de la vie quotidienne ou de loisir (p. ex. aller promener le chien, accompagner un frère ou une sœur qui distribue des journaux, jouer à chat pendant la récréation, faire de la luge pendant le week-end). Avec des images (p. ex. tirées de magazines, dessinées par les élèves), créer un tableau collectif de ces activités. Aider les élèves à organiser les activités qu'ils aiment en différentes catégories, selon qu'elles se pratiquent dans les situations suivantes :<br>- en salle ou en plein air,<br>- seul, avec une ou deux personnes, en groupe,<br>- avec ou sans équipement,<br>- en été, en hiver ou toute l'année. | • Demander aux élèves de créer un journal d'images pour montrer au moins trois activités physiques qu'ils aiment pratiquer. Les inviter à partager le contenu de leur journal avec un partenaire afin de discuter de leurs activités préférées. |
| • Montrer une vidéo ou des photos représentant des personnes qui ont adopté un mode de vie sain et actif. Discuter des points suivants avec la classe : Comment pensez-vous que ces personnes se sentent? Comment le fait d'être actif physiquement les rend-il plus heureuses et améliore-t-il leur santé? | • Demander aux élèves de créer un collage illustrant les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques. Tenter de trouver des indications montrant qu'ils sont capables d'illustrer au moins deux bienfaits nommés au cours d'activités menées en classe (p. ex. permet de s'amuser, favorise la croissance, c'est bon pour le corps). |

*(suite à la page suivante)*

*Vie active (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Créer une représentation (p. ex. une balance ou un mobile) ou utiliser des schémas (p. ex. un automobiliste qui fait le plein d'essence) pour illustrer le concept d'une saine alimentation comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique. Avec la classe, organiser un remue-méninges sur les aliments qui procurent de l'énergie (p. ex. fruits, légumes, viande, œufs, fèves). | • Observer les élèves au cours de la discussion menée en classe et tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- donner des raisons expliquant l'importance d'une saine alimentation dans le cadre de l'activité physique (p. ex. des aliments nutritifs fournissent l'énergie nécessaire pour bouger et jouer de façon active);<br>- énumérer les conséquences possibles du manque d'aliments nutritifs sur l'activité physique (p. ex. l'élève manque d'énergie, montre des signes de fatigue pendant l'activité physique). |

# *Instrument d'évaluation*
## SÉCURITÉ

Nom : _____ Date : _____

| *Évaluer dans quelle mesure l'élève peut :*<br>(3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer) | **Note de 1 à 3 donnée par l'enseignant** |
|---|---|
| • énumérer plusieurs règles précises d'une participation sans danger à une activité physique dans la salle de classe ou dans un lieu donné, comme la salle polyvalente (p. ex. écouter et suivre les consignes, dégager l'espace en déplaçant les bureaux et les autres obstacles) | |
| • énumérer plusieurs règles précises d'une participation sans danger à une activité physique dans le gymnase (p. ex. écouter et suivre les consignes, ne pas toucher au matériel sans permission ou sans supervision, porter une tenue vestimentaire appropriée, savoir éviter le danger) | |
| • énumérer plusieurs règles précises d'une participation sans danger à une activité physique sur le terrain de l'école (p. ex. écouter et suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, attendre son tour) | |
| • observer les directives et les règlements établis lorsqu'il participe à une activité physique dans la salle de classe, le gymnase ou la cour d'école (p. ex. écouter et suivre les consignes de l'enseignant, observer les règlements établis pour toutes les activités physiques, observer les règlements et les directives données dans le cadre d'une activité particulière, s'arrêter ou démarrer en réponse à un signal, comme le son d'un sifflet ou un claquement de mains de l'enseignant) | |
| Commentaires : | |

# Modèle d'évaluation formative

## *1re année*

# Éducation physique – 1re année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 1re année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | DA | DP |
| | | | | | C | C et A | PMS | | |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• affiches et shémas | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **5** | **3** | **2** | **0** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **4** | **0** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• discussions menées en classe | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| | **Total :** | **100 %** | **90 à 100 h** | **13** | **3** | **7** | **0** | **2** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 1re ANNÉE

## SOMMAIRE

| | |
|---|---|
| Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 1re année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :<br>• Conscience du corps<br>• Ateliers d'activités<br>• Activité et sécurité | ***Apprentissage réalisé au cours de l'année d'études précédente***<br>**Vie active**<br>• connaître les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques<br>• nommer des activités physiques qu'il aime pratiquer<br>• percevoir le rôle d'une saine alimentation comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique<br>**Habiletés de mouvement**<br>• exécuter des mouvements dans son espace personnel<br>• créer des formes avec son corps<br>• habiletés locomotrices : marcher, courir, sauter sur deux pieds ou à cloche-pied, exécuter des roulades<br>• habiletés de manipulation : faire glisser ou rouler, lancer, et porter un objet<br>**Sécurité, esprit sportif et leadership**<br>• comprendre les règles d'une participation sans danger à des activités physiques (p. ex. suivre les consignes, rester à l'intérieur des limites fixées, utiliser le matériel uniquement sous supervision)<br>• suivre les règles et les directives<br>• se montrer coopératif pendant l'activité physique |

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 1re année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 1re année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 1re année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *1re année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés non locomotrices** | adopter des positions à différentes hauteurs | • toutes les activités | |
| **Habiletés locomotrices** | sauter à la corde | • jeux de saut à la corde (p. ex. en changeant de vitesse, en suivant la musique) | • jeux dans la cour d'école<br>• exercices d'athlétisme (p. ex. triple saut) |
| | galoper ou faire des pas chassés | • jeux avec chants rythmés en battant la mesure avec les mains (p. ex. en changeant de vitesse et de trajet) | • jeux dans la cour d'école |
| | s'arrêter avec les deux pieds | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école comme le jeu du chat | • danse (divers types)<br>• gymnastique |
| **Habiletés de manipulation** | frapper un objet fixe avec le pied | • jeux comportant des coups de pied | • soccer |
| | frapper un objet avec un instrument | • tee-ball<br>• hockey<br>• pickleball<br>• golf | • badminton<br>• squash, racquetball<br>• ballon balai |
| | attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• gymnastique rythmique |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Conscience du corps*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A2 reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le cœur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)

B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse)

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET EADERSHIP**

C1 expliquer pourquoi les directives de sécurité sont importantes dans le cadre de l'activité physique

C2 réagir comme il se doit aux consignes et aux directives de sécurité lorsqu'il participe à des activités physiques

*(suite à la page suivante)*

*Conscience du corps (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Discuter avec les élèves des parties du corps sollicitées pendant diverses activités physiques. Par exemple : Pouvez-vous me dire quelles parties du corps vous utilisez quand vous courez? Quelles parties du corps utilisez-vous quand vous faites du ski de fond? Quand vous jouez à la marelle? Quand vous dansez une danse folklorique? Quand vous jouez à « chat gelé »? Quand vous utilisez des rubans en gymnastique rythmique? Quand vous faites de la trottinette?<br><br>Discuter avec les élèves de la manière dont ils ont connaissance du travail de leur corps pendant l'activité physique. Poser des questions telles que :<br>- Comment votre cœur réagit-il lorsque vous commencez à courir?<br>- Comment vos jambes réagissent-elles quand vous sautez sur place pendant un long moment? | • Demander aux élèves de participer à « Jacques a dit » afin qu'ils repèrent différentes parties du corps qui travaillent ensemble pendant l'activité physique (p. ex. « Jacques a dit : levez en l'air deux parties du corps que vous utilisez quand vous faites du ski de fond », « Jacques a dit : montrez-moi une activité physique exécutée sur place durant laquelle vous vous tenez debout et utilisez vos bras et vos jambes », « Jacques a dit de vous tenir en équilibre sur le pied gauche comme si vous étiez sur un banc d'équilibre », « Jacques a dit de faire bouger vos bras comme si vous nagiez ».) Observer les élèves pour déterminer dans quelle mesure ils peuvent :<br>- reconnaître les limites de l'espace commun et y demeurer le temps d'une activité donnée;<br>- se déplacer de façon appropriée en réponse à des consignes orales et en démontrant une bonne compréhension des termes relatifs à l'orientation dans l'espace (p. ex. à gauche, à droite, en haut, en bas);<br>- se déplacer avec prudence dans l'espace commun en démontrant qu'ils sont conscients de l'espace personnel de leurs pairs pendant l'activité;<br>- garder un espace et une distance appropriés entre lui-même et les autres, à l'intérieur de l'espace de l'activité;<br>- nommer correctement les parties du corps qui travaillent simultanément pendant l'activité physique;<br>- écouter et observer les consignes et les directives de sécurité établies dans le cadre d'activités physiques précises.<br><br>Poursuivre par des questions, de façon à trouver des indications montrant qu'ils peuvent nommer plus d'une partie du corps qui travaille avec d'autres pendant l'activité physique. Les élèves devraient aussi être en mesure de décrire les façons de savoir que leur corps travaille pendant l'activité physique (p. ex. ils sentent leur cœur battre plus fort, leurs bras et leurs jambes deviennent plus chauds, leur respiration s'accélère, ils transpirent). |

## *Ateliers d'activités*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en contrôlant ses mouvements (p. ex. marcher en rond toujours dans le même sens)

B2 adopter des positions à différentes hauteurs tout en gardant l'équilibre (p. ex. position élevée, intermédiaire, basse)

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- sautiller ou sauter à la corde
- galoper ou faire des pas chassés
- s'arrêter avec les deux pieds

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- frapper un objet fixe avec le pied
- frapper un objet fixe avec un instrument
- attraper un objet avec les deux mains en le bloquant contre son corps

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C3 Se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique (p. ex. attendre son tour, encourager ses pairs)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Organiser une série d'ateliers d'activités sur plusieurs séances, qui ont pour but d'aider les élèves à développer des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation précises. Par exemple :<br>- le ballon d'exercice et le banc d'équilibre pour développer leur équilibre à différentes hauteurs (position élevée, intermédiaire, basse);<br>- le ski de fond pour développer leur glisse;<br>- les imitations d'animaux pour développer leur habileté à galoper (p. ex. le cheval) et à sauter (p. ex. la biche);<br>- les jeux utilisant des signaux d'arrêt et de départ pour développer leur capacité à s'arrêter;<br>- le relais consistant à frapper une balle avec une raquette en visant un filet; frapper un ballon fixe du pied et attraper un ballon à deux mains (p. ex. attraper un ballon lancé par-dessus un banc ou dont le point d'arrivée est un cerceau, un contenant de lait en plastique); | • Se servir d'une échelle d'appréciation semblable à celle qui est fournie dans l'instrument d'évaluation présenté à la fin de ce volet (**Ateliers d'activités)** pour évaluer la performance des élèves en ce qui a trait aux habiletés acquises.<br><br>À titre de suivi, demander aux élèves de s'autoévaluer en se centrant sur les activités qu'ils ont le plus aimées et celles dans lesquelles ils pensent avoir le mieux réussi. Si le temps le permet, donner aux élèves l'occasion de faire part des résultats de leur autoévaluation au cours d'une rencontre élève-enseignant; sinon, les élèves peuvent insérer leur autoévaluation dans leur portfolio. |

*(suite à la page suivante)*

*Ateliers d'activités (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| *(suite de la page prédédente)*<br>- les jeux comportant l'utilisation d'un parachute pour expérimenter différents mouvements axés sur la coopération (des documents imprimés et en ligne sont à votre disposition; ils décrivent une gamme de jeux comportant l'utilisation d'un parachute).<br>Intercaler diverses activités individuelles, à deux ou en groupe dans l'ensemble des ateliers. | |

## *Activité et sécurité*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. permet de s'amuser et de se faire de nouveaux amis; c'est bon pour le corps)
A2 reconnaître les parties du corps qui entrent en action simultanément pendant l'activité physique (p. ex. le cœur, les poumons, les jambes, les bras, les pieds, les mains)
A3 énumérer les choix qu'il peut faire en vue d'être plus actif physiquement
A4 expliquer l'importance de choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique
A5 énumérer des activités physiques dans lesquelles il sent qu'il réussit bien

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 expliquer pourquoi les directives de sécurité sont importantes dans le cadre de l'activité physique

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Au terme de chaque nouvelle activité physique, faire le point pendant une discussion menée en classe. Poser des questions comme celles qui suivent pour orienter la discussion :<br>- En quoi la danse (par exemple) que nous venons d'exécuter était-elle similaire aux jeux dans l'eau auxquels nous avons joué à la piscine le mois dernier? En quoi était-elle différente?<br>- Quelles parties du corps utilisées lorsque vous jongliez (par exemple) étaient identiques à celles que vous avez utilisées pendant le jeu de chat? Quelles parties du corps étaient différentes?<br>- Avez-vous aimé cette activité? Pourquoi ou pourquoi pas?<br>- Selon vous, quels effets positifs cette activité a-t-elle eus sur votre corps? Par exemple, a-t-elle contribué à renforcer vos muscles? Votre cœur? Vous êtes-vous amusés? Avez-vous eu l'occasion de travailler avec vos camarades de classe pendant cette activité?<br>- Quelles sont certaines des règles de sécurité qui s'appliquent à cette activité? Pourquoi devons-nous les respecter? | • Demander aux élèves de rassembler des photos dans un journal pour leur permettre de réfléchir aux nouvelles activités pratiquées, en axant leur réfléxion sur les points suivants :<br>- les activités qu'ils ont préférées;<br>- la disposition de leur corps et de leur esprit pendant et après l'activité;<br>- les parties du corps sollicitées pendant l'activité;<br>- la qualité de leur performance;<br>- les directives de sécurité et les règles établies dans le cadre de cette activité, et la manière dont chacune d'elles contribue à assurer la sécurité des élèves.<br><br>Demander aux élèves d'organiser des jeux de rôles en petits groupes en vue de décrire les bienfaits de l'activité physique. Tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent nommer des bienfaits précis (p. ex. permet de s'amuser; c'est bon pour le corps; c'est quelque chose qu'ils peuvent faire avec leurs amis; cela renforce leurs muscles et leur cœur). |

*(suite à la page suivante)*

*Activité et sécurité (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Avec tous les élèves, organiser une séance de remue-méninges pour discuter des différents choix qui s'offrent à eux pour être physiquement actifs. Les inciter à considérer à la fois des activités physiques organisées et des moments où ils ont le choix entre être actifs et inactifs (p. ex. rester à l'intérieur pendant le déjeuner ou sortir pour jouer à un jeu). | • Distribuer aux élèves une fiche d'activités qui décrit une série de choix entre deux activités (p. ex. prendre l'ascenseur ou les escaliers, se rendre à l'école en voiture ou à pied, jouer à des jeux vidéo ou jouer à chat). Demander aux élèves de travailler seuls ou à deux et de trouver l'option « active » pour chaque paire. |
| • Créer une représentation (p. ex. une balance ou un mobile) ou utiliser des schémas (p. ex. un automobiliste qui fait le plein d'essence) pour illustrer le concept de saine alimentation comme source d'énergie nécessaire à l'activité physique. Avec la classe, organiser un remue-méninges sur les aliments qui procurent de l'énergie (p. ex. fruits, légumes, viande, œufs, fèves). Poursuivre la discussion en se concentrant sur les aliments capables de fournir une énergie à court terme, mais qui se dissipe très vite (p. ex. les aliments avec une haute teneur en sucre ou en gras comme les croustilles, les bonbons ou les biscuits). | • Observer les élèves pendant la discussion et tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- donner des raisons expliquant l'importance d'une saine alimentation dans le cadre de l'activité physique (p. ex. des aliments nutritifs fournissent l'énergie nécessaire pour bouger et jouer activement);<br>- dresser une liste des conséquences possibles d'une insuffisance d'aliments sains dans le contexte de l'activité physique (p. ex. l'élève manque d'énergie, il montre des signes évidents de fatigue pendant le jeu). |

# *Instrument d'évaluation*
## ATELIERS D'ACTIVITÉS

Nom : _____ Date : _____

| *Évaluer dans quelle mesure l'élève peut :*<br>(3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer) | **Note** |
|---|---|
| • garder un espace et une distance appropriés entre lui-même et les autres, à l'intérieur de l'espace de l'activité | |
| • se déplacer sans danger dans l'espace commun à différentes vitesses, en changeant de vitesse en réponse à une consigne et en montrant qu'il est conscient de l'espace personnel de ses pairs pendant l'activité | |
| • garder son équilibre et contrôler sa posture tout en créant des formes de grande ou de petite taille à différentes hauteurs, allant de basse à élevée (p. ex. se tenir debout, s'asseoir, s'accroupir, s'étirer en hauteur) | |
| • montrer qu'il maîtrise son équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement), tout en enchaînant les départs et les arrêts en réponse à un signal | |
| • montrer qu'il maîtrise et conserve sa maîtrise de la technique appropriée pour se déplacer en sautillant – répéter une série de pas et de sauts en faisant alterner pied droit et gauche et en y associant un balancement du bras opposé | |
| • montrer qu'il maîtrise et conserve sa maîtrise de la technique appropriée pour galoper ou faire des pas chassés – garder le même pied en position avant et pousser avec le pied arrière pour se déplacer vers l'avant (galop) ou sur le côté (pas chassés) | |
| • sautiller, galoper ou faire des pas chassés en suivant des lignes sur le sol (trajets) en relais, tout en gardant son équilibre et en veillant à ne pas heurter les autres | |
| • montrer qu'il maîtrise la technique d'exécution appropriée d'une réception contrôlée sur les deux pieds (p. ex. après un saut) – s'arrêter avec les deux pieds en réponse à un signal, tout en gardant son équilibre et en continuant d'appliquer la technique qui convient (les genoux pliés, les bras tendus pour garder l'équilibre, le menton redressé et le regard dirigé en avant) | |
| • montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour frapper un ballon ou un autre objet fixe du pied à partir d'une position stable – prendre position pour le coup de pied en regardant la cible, regarder l'objet, faire un pas en avant vers l'objet avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, prendre appui sur le pied qui ne donne pas le coup et transférer le poids du corps, lancer le pied qui donne le coup vers l'avant, toucher le ballon au niveau du cou-de-pied (s'il y a lieu), et prolonger le mouvement de la jambe qui a donné le coup en direction de la cible | |

*(suite à la page suivante)*

| *Évaluer dans quelle mesure l'élève peut :*<br>(3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer) | **Note** |
|---|---|
| • montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour frapper un objet fixe avec un instrument (p. ex. frapper une petite poche de sable avec une raquette, une balle sur un té avec un bâton) – se tenir de profil par rapport à l'objet, ramener l'instrument dans un mouvement vers l'arrière à 180 degrés, transférer le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant et effectuer une rotation du tronc puis des hanches, et frapper l'objet dans un plan horizontal en positionnant l'instrument parallèlement à la cible | |
| • montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour attraper un objet (p. ex. une petite poche de sable, un ballon de plage) à deux mains en le bloquant contre sa poitrine; suivre l'objet des yeux pour se préparer à la réception | |
| • suivre un objet qui roule lentement de façon à le rattraper en fin de parcours avec les deux mains, sans heurter les personnes ou les objets qui l'entourent | |
| • tenter de frapper un objet du pied avec l'un ou l'autre pied et de frapper un objet à l'aide d'un instrument avec l'une ou l'autre main | |
| • réussir à toucher régulièrement un objet lorsqu'il tente de le frapper du pied, avec un instrument, ou de l'attraper | |
| • accepter d'adopter une conduite coopérative à l'égard de ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. partager le matériel, l'espace et ses idées; travailler avec différents partenaires) | |
| • faire preuve d'un esprit sportif et de respect dans la pratique d'activités physiques (p. ex. attendre son tour pour utiliser l'équipement, encourager les autres quel que soit leur niveau d'aptitude, exprimer ses émotions de façon pertinente) | |

# Modèle d'évaluation formative

## *2e année*

# Éducation physique – 2e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 2e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | DA | DP |
| | | | | | C | C et A | PMS | | |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **4** | **1** | **3** | **0** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **4** | **0** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• discussions menées en classe<br>• affiches | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **2** | **0** | **1** | **0** |
| **Total :** | | **100 %** | **90 à 100 h** | **12** | **1** | **9** | **0** | **1** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 2e ANNÉE

## SOMMAIRE

| | |
|---|---|
| Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 2e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :<br>• Tableau d'affichage sur le thème de l'activité physique<br>• Danse folklorique<br>• Gymnastique rythmique | ***Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes***<br>**Vie active**<br>• décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques<br>• reconnaître les parties du corps sollicitées pendant l'activité physique<br>• faire des choix favorables à l'activité physique<br>• choisir des aliments sains capables de fournir l'énergie nécessaire à l'activité physique<br>• énumérer des activités physiques qu'il aime pratiquer et celles dans lesquelles il réussit bien<br>**Habiletés de mouvement**<br>• exécuter des mouvements dans son espace personnel, se déplacer dans l'espace commun<br>• créer des formes avec son corps<br>• adopter des positions à différentes hauteurs<br>• habiletés locomotrices : marcher, courir, sauter sur deux pieds, sauter à cloche-pied, exécuter des roulades, sautiller ou sauter à la corde, galoper, faire des pas chassés et s'arrêter avec les deux pieds<br>• habiletés de manipulation : faire glisser ou rouler un objet, envoyer, porter un objet, donner un coup de pied dans un objet fixe, frapper un objet fixe, recevoir un objet à deux mains avec blocage<br>**Sécurité, esprit sportif et leadership**<br>• connaître les directives élémentaires de sécurité<br>• saisir l'importance des directives de sécurité<br>• appliquer les règlements, les consignes et les directives de sécurité<br>• se montrer coopératif dans le cadre de l'activité physique |

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 2e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 2e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 2e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *2e année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés non locomotrices** | basculer d'avant en arrière ou osciller | • gymnastique | • danse (divers types) |
| | balancer les bras et les jambes | • jeux dans la cour d'école<br>• arts martiaux | • danse (divers types) |
| | exécuter un pas tournant | • danse (divers types)<br>• suites de mouvements de gymnastique éducative<br>• suites de mouvements de gymnastique artistique au sol | • arts martiaux<br>• jeux divers (p. ex. jeux de poursuite) |
| **Habiletés locomotrices** | se mettre en position de départ | • jeux individuels, à deux et en équipe<br>• arts martiaux (p. ex. tai-chi) | • canot, maniement de la pagaie |
| **Habiletés de manipulation** | lancer un objet par en dessous avec une main | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable)<br>• jonglerie | • fers à cheval<br>• jeux de palet<br>• « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs - jeu autochtone)<br>• Tee-ball |
| | attraper un objet à deux mains sans le bloquer contre le corps | • jeux dans la cour d'école ou dans la salle de classe consistant à attraper des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• gymnastique rythmique |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Tableau d'affichage sur le thème de l'activité physique*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits personnels d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis)

A2 décrire les réactions physiques du corps pendant l'activité physique (p. ex. le rythme cardiaque augmente, la respiration s'accélère, les muscles se fatiguent)

A3 décrire l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil en tant que sources d'énergie nécessaires à la pratique de l'activité physique

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Disposer autour de la classe les photos suivantes :<br>- des personnes qui pratiquent diverses activités physiques issues de différentes catégories (activités hors du terrain de l'école, danse, jeux, gymnastique, activités individuelles ou à deux);<br>- différents types d'aliments sains;<br>- des athlètes qui portent une bouteille d'eau ou se ravitaillent en eau pendant une course.<br><br>Donner du temps aux élèves pour regarder les photos, puis mener une discussion avec la classe axée sur des questions telles que celles-ci :<br>- Quelles activités physiques aimez-vous pratiquer? Lesquelles vos amis et votre famille aiment-ils pratiquer?<br>- Quels bienfaits tirez-vous de ces activités?<br>- Comment votre corps réagit-il lorsque vous pratiquez une activité physique? au début d'une partie? à la fin?<br>- Pourquoi voit-on les athlètes apporter de l'eau quand ils pratiquent leur activité physique?<br>- De quelle façon une saine alimentation fournit-elle de l'énergie pour pratiquer une activité physique?<br>- Vous êtes-vous déjà sentis très fatigués quand vous manquiez de sommeil? Comment pensez-vous que vous vous sentiriez si vous essayiez de pratiquer une activité physique alors que vous n'avez pas assez dormi? | • Créer un tableau d'affichage qui servira à rassembler des preuves de ce que les élèves ont appris pendant cette unité concernant les points suivants :<br>- les bienfaits de l'activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne,<br>- les réactions physiques lors de la pratique d'une activité physique,<br>- l'importance d'une saine alimentation, de l'eau et du sommeil pour pratiquer une activité physique.<br><br>Inviter chaque élève à participer à l'élaboration du tableau d'affichage en y apportant au moins un élément (p. ex. un dessin ou une photo comportant une légende, un tableau). Donner aux parents l'occasion de voir le tableau d'affichage et demander aux élèves d'expliquer leur choix à leurs parents. Enchaîner en demandant aux élèves d'écrire dans leur journal ce qu'ils ont appris pendant cette unité. |

# *Danse folklorique*

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits personnels d'une participation régulière à des activités physiques (p. ex. renforce l'ossature, améliore globalement la santé, permet de se faire de nouveaux amis)

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en apportant des changements de direction à son déplacement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, entre autres :
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- balancer les bras ou les jambes
- exécuter un pas tournant

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à des activités physiques (p. ex. écouter les directives et les appliquer, rester dans les limites indiquées, faire les exercices d'échauffement appropriés, s'assurer que l'espace réservé à l'activité ne comporte aucun obstacle)

C3 faire preuve de respect pour ses pairs dans le cadre de l'activité physique (p. ex. respecter les aptitudes plus ou moins grandes de ses pairs, les encourager, attendre son tour)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Après les exercices d'échauffement, mettre une musique de danse folklorique et inviter les élèves à bouger dans l'espace de l'activité au rythme de la musique. Jouer le morceau une nouvelle fois et leur montrer différentes façons de bouger sur la musique, en incluant la marche, des battements de mains, des changements de direction, de hauteur et également des moments où les élèves se rejoignent ou s'éloignent. Pour terminer, leur enseigner un mouvement simple qui intègre ces habiletés. Donner du temps aux élèves pour qu'ils s'entraînent et s'améliorent. | • Se servir d'une fiche d'observation basée sur des critères semblables à ceux qui sont énoncés dans l'instrument d'évaluation (**Danse folklorique**) présenté à la fin de ce volet pour évaluer les élèves pendant qu'ils participent aux activités liées à la danse folklorique.<br><br>Comme activité connexe, demander aux élèves de dessiner ou de partager leurs pensées concernant l'apprentissage de la danse folklorique avec un partenaire, en se concentrant sur ce qu'ils ont le plus aimé. |

- Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – De la maternelle à la 3e année* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :
  - apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);
  - résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);
  - valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).

  Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

## *Gymnastique rythmique*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A4 énumérer les habiletés physiques qu'il aimerait développer

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 se mouvoir dans l'espace commun tout en apportant des changements de direction à son déplacement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés non locomotrices particulières, entre autres :
- basculer d'avant en arrière ou osciller
- balancer les bras ou les jambes
- exécuter un pas tournant

B3 adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices

B4 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres :
- lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main
- attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C2 suivre les règles et les directives établies lorsqu'il participe à des activités physiques

*(suite à la page suivante)*

*Gymnastique rythmique (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Pendant plusieurs leçons, présenter diverses activités aux élèves comprenant l'utilisation de matériel de gymnastique rythmique. Leur faire une démonstration d'habiletés avec le matériel suivant :<br>- les rubans – faire des cercles au-dessus de sa tête, des zigzags, des vagues et modifier la hauteur du mouvement;<br>- le ballon – faire rebondir le ballon avec deux différentes parties du corps et être capable de le lancer, l'envoyer, le rattraper, le faire rouler, le récupérer et le faire rebondir de nouveau;<br>- le cerceau – faire rouler le cerceau, le récupérer, le faire tourner, le lancer et le rattraper;<br>- la corde à sauter – sauter, tourner, toucher le sol, lancer et rattraper;<br>- bâtons fluorescents – créer un rythme, avancer, reculer ou jouer à « Suivez le chef » tout en créant un rythme avec le bâton.<br><br>Après un temps consacré à l'entraînement et au développement de leurs habiletés avec chaque instrument, demander aux élèves de travailler en groupes et de choisir deux instruments autour desquels ils vont construire leur programme. | • Utiliser une liste de contrôle pour observer les élèves tandis qu'ils exécutent leur programme de gymnastique rythmique. Vérifier la maîtrise des techniques appropriées suivantes :<br>- adopter une bonne position de départ – garder les pieds dans l'alignement des épaules, les genoux pliés, le poids du corps réparti de façon égale sur les deux avant-pieds tout en gardant les talons au sol, la tête droite, les yeux fixés sur la cible ou le jeu, et les mains à la hauteur de la poitrine (s'il y a lieu);<br>- basculer d'avant en arrière ou osciller – maintenir le corps en contact avec le sol dans une position arrondie; conserver une base d'appui stable pour osciller;<br>- balancer les bras ou les jambes en un mouvement continu et régulier et garder les membres souples et détendus; le mouvement doit avoir la même amplitude de chaque côté du balancement;<br>- exécuter un pas tournant d'une façon continue et contrôlée, à l'aide des deux pieds, en gardant l'équilibre tout au long du mouvement;<br>- lancer un objet par en dessous avec une main – ramener le bras vers l'arrière pour se préparer à lancer, puis ramener le bras vers l'avant tout en transférant le poids du corps sur le pied opposé, étendre le bras, propulser l'objet en direction de la cible et accompagner le mouvement du bras vers la cible;<br>- attraper un objet avec les deux mains sans le bloquer contre son corps;<br>- suivre l'objet des yeux en préparation de la réception ou du blocage;<br>- observer les directives et les pratiques établies;<br>- installer et diriger les programmes de façon appropriée. |

# *Instrument d'évaluation*
# DANSE FOLKLORIQUE

Nom : _____ Date : _____

Clé : 3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer, 0 = non réussi; à retravailler

| Note (de 0 à 3) | Critères – évaluer dans quellle mesure l'élève peut : | Commentaires |
|---|---|---|
| | • apprendre et se souvenir des paroles de jeux chantés | |
| | • maintenir son espace personnel dans l'espace commun | |
| | • suivre des directives simples | |
| | • prendre part à des activités au sein d'un grand groupe | |
| | • changer de direction pendant un déplacement, afin d'aller à la rencontre des autres, de les éviter ou de les rejoindre | |
| | • montrer sa maîtrise de la technique appropriée pour balancer les bras ou les jambes en un mouvement continu et régulier et garder les membres souples et détendus; le mouvement doit avoir la même amplitude de chaque côté du balancement | |
| | • montrer sa maîtrise de la technique appropriée pour exécuter un pas tournant d'une façon continue et contrôlée, en gardant l'équilibre tout au long du mouvement | |
| | • faire preuve de respect pour les forces et les limitations des autres et pour les siennes propres | |
| | • adopter des comportements prudents qui démontrent sa maîtrise de soi tout au long de l'activité | |

# Modèle d'évaluation formative

*3e année*

# Éducation physique – 3e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 3e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | DA | DP |
| | | | | | C | C et A | PMS | | |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **4** | **2** | **2** | **0** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **4** | **0** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• discussions menées en classe<br>• affiches | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| **Total :** | | **100 %** | **90 à 100 h** | **12** | **2** | **7** | **0** | **2** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 3e ANNÉE

## SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 3e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :

- Habiletés associées au soccer
- Danse aérobique
- Journal sur le thème de la vie active

### *Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes*

**Vie active**

- décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques
- reconnaître les parties du corps sollicitées pendant l'activité physique et savoir comment le corps réagit pendant l'activité physique
- faire des choix favorables à l'activité physique
- être conscient de l'importance de la nourriture, de l'eau et du sommeil dans le cadre de l'activité physique
- décrire les activités physiques qu'il aime pratiquer
- savoir quelles habiletés physiques il aimerait lui-même développer

**Habiletés de mouvement**

- effectuer des mouvements dans son espace personnel tout en se déplaçant dans l'espace commun
- créer des formes avec son corps
- adopter des positions à différentes hauteurs
- maîtriser les habiletés de mouvement suivantes : marcher, courir, sauter sur deux pieds et à cloche-pied, exécuter des roulades, sauter à la corde et sautiller, galoper, faire des pas chassés, s'arrêter avec les deux pieds, basculer d'avant en arrière et osciller, balancer les bras et les jambes, exécuter un pas tournant
- adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
- maîtriser les habiletés de manipulation suivantes : faire glisser ou rouler, lancer et porter un objet, frapper un objet fixe avec le pied ou avec un instrument, attraper un objet à deux mains avec ou sans blocage, lancer un objet par en dessous avec une main

**Sécurité, esprit sportif et leadership**

- adopter des comportements prudents
- connaître l'importance des directives de sécurité
- appliquer les règlements, les consignes et les directives de sécurité
- se montrer coopératif pendant la pratique d'activités physiques
- faire preuve de respect pour les autres élèves dans le cadre de l'activité physique

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 3e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 3e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 3e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *3e année* | **Habiletés de mouvement** | **Exemples d'activités** | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés non locomotrices** | garder l'équilibre | • gymnastique<br>• danse<br>• pilates<br>• ballon d'exercice<br>• arts martiaux<br>• bicyclette<br>• patinage | • ski<br>• jeux dans la salle de classe ou la cour d'école<br>• équitation<br>• exercices de saut athlétique |
| **Habiletés de mouvement combinées :**<br>• **locomotrices**<br>• **non locomotrices** | enchaîner des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs | • danses avec un partenaire ou en groupe (danse carrée, hip-hop, danse figurative) | • suites de culbutes<br>• danse ou gymnastique aérobique<br>• triple saut |
| **Habiletés locomotrices** | sauter avec élan | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école<br>• natation<br>• gymnastique | • exercices d'athlétisme (p. ex. saut en longueur, triple saut)<br>• danse |
| | sauter par-dessus un obstacle | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école<br>• natation<br>• gymnastique | • exercices d'athlétisme (p. ex. saut en longueur, triple saut)<br>• danse |
| **Habiletés de manipulation** | pousser ou tirer un objet | • entraînement musculaire<br>• jeux avec des cordes<br>• exercices d'équilibre à deux<br>• jeux de résistance à deux | • montée à la corde<br>• escalade<br>• exercices avec des bandes élastiques<br>• patinage à deux |
| | frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe | • jeux et défis comprenant des coups de pied | • soccer |
| | contrôler un objet avec le pied | • jeux et défis dans la cour d'école | • soccer |
| | dribler un objet avec les mains | • séquences d'exercices, épreuves et jeux de basket-ball | • gymnastique rythmique (avec un ballon) |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Habiletés associées au soccer*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés particulières de manipulation, entre autres les habiletés suivantes :
- pousser ou tirer un objet
- frapper un objet avec le pied en visant une cible fixe
- bloquer un objet avec le pied
- dribler un objet avec les mains

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques

C2 faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager dans divers types d'activités physiques

*(suite à la page suivante)*

*Habiletés associées au soccer (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Présenter différentes habiletés associées au soccer et en faire la démonstration (ou inviter un instructeur à le faire). Expliquer d'abord les différents éléments de la passe, en se concentrant sur les points techniques suivants :<br>- la pointe du pied (la prise de contact avec le ballon devrait se faire avec l'intérieur du pied qui donne le coup),<br>- le transfert (s'assurer que les élèves tranfèrent correctement le poids du corps de la jambe arrière à la jambe avant pour avoir plus d'élan),<br>- la cible (s'assurer que les élèves ne baissent pas la tête et regardent la cible tout en donnant le coup de pied),<br>- l'accompagnement (prolonger le mouvement de la jambe qui a donné le coup pour gagner en force).<br><br>Répéter l'exercice avec le blocage; montrer comment bloquer le ballon en plaçant le pied dessus ou en amortissant la passe avec l'intérieur du pied.<br><br>Demander aux élèves de former différents groupes, puis à chaque groupe, de former un cercle. Les élèves s'entraîneront à faire des passes, à donner des coups de pied et à bloquer le ballon à l'intérieur de leur cercle. Leur rappeler d'utiliser à la fois leur pied dominant et l'autre pied pour frapper le ballon. | • Observer les éléves pendant qu'ils s'entraînent en groupes. Évaluer l'acquisition de leurs habiletés à l'aide de critères semblables à ceux qui sont énoncés dans l'exemple d'instrument d'évaluation (**Habiletés associées au soccer**) présenté à la fin de ce volet. |
| • Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – De la maternelle à la 3e année* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :<br>- apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);<br>- résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);<br>- valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).<br><br>Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/ | |

# *Danse aérobique*

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique en vue de renforcer le cœur, les poumons, les muscles et les os

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 se montrer capable de garder l'équilibre au cours d'activités variées

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées relatives à des habiletés locomotrices particulières, entre autres :
- le saut avec élan
- le saut par-dessus un obstacle

B4 exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs définis

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C2 faire preuve de respect envers ses pairs et les encourager dans divers types d'activités physiques

C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques (p. ex. diriger un petit groupe, aider à installer le matériel)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Utiliser une vidéo ou inviter plusieurs personnes à présenter aux élèves un programme de danse aérobique. Se concentrer sur les types de mouvements habituellement utilisés en aérobique. Discuter des parties du corps qui entrent en action simultanément lors de l'exécution d'un programme de danse aérobique et de la façon dont ce type d'activité contribue à développer le cœur, les poumons, les muscles et les os.<br><br>Diviser la classe en petits groupes et leur demander de mettre au point ensemble un court programme d'aérobique (p. ex. à 64 temps) et de le présenter devant la classe. Aider les élèves à sélectionner une musique appropriée et à choisir et à combiner les mouvements à inclure dans leur programme.<br><br>Comme activité supplémentaire, l'enseignant peut demander aux élèves de modifier leurs programmes ou d'en créer de nouveaux en vue d'inclure des habiletés associées à des activités variées (p. ex. ski de fond, parties de ballon, différents types de danses). | • Donner aux élèves l'occasion de présenter leur programme à leurs pairs afin que ceux-ci leur fassent part de leurs commentaires.<br><br>Pendant que les élèves préparent puis exécutent leur programme, noter sur une fiche d'observation dans quelle mesure ils peuvent :<br>- maintenir, de différentes façons, un équilibre statique et dynamique;<br>- maîtriser la technique d'exécution des habiletés de mouvement utilisées (p. ex. des sauts avec élan, des sauts par-dessus un obstacle);<br>- exécuter des changements de direction et de trajet;<br>- faire preuve de créativité et d'originalité;<br>- synchroniser leurs mouvements, s'il y a lieu;<br>- travailler avec leurs pairs et échanger des idées;<br>- faire preuve de leadership (p. ex. faire des suggestions, faire la démonstration de certaines habiletés). |

# *Journal sur le thème de la vie active*

**Résultats d'apprentissage prescrits**

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière et soutenue à une activité physique en vue de renforcer le cœur, les poumons, les muscles et les os

A2 décrire les choix à faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique

A3 énumérer les choix permettant à chacun d'être plus actif physiquement

A4 énumérer les caractéristiques qu'il admire chez des athlètes et des personnes actives sur le plan physique (p. ex. d'autres élèves, des membres de sa famille, des modèles au sein de la communauté, des athlètes olympiques)

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à des activités physiques allant de modérées à énergiques

*(suite à la page suivante)*

*Journal sur le thème de la vie active (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Faire d'abord un inventaire des activités physiques auxquelles participent les élèves en dehors de l'école en posant des questions telles que celles-ci :<br>- Combien d'entre vous se sont rendus à l'école à pied aujourd'hui?<br>- Combien d'entre vous sont allés faire un tour de vélo hier?<br>- Combien d'entre vous ont fait une activité physique en famille le week-end dernier?<br>- Quelle a été votre activité physique préférée cette semaine?<br><br>Élaborer un tableau de la classe montrant les différents types d'activités physiques (p. ex. en relation avec les cinq catégories d'activités – activités extérieures, danse, jeux, gymnastique; activités individuelles ou à deux) et le moment où elles ont lieu. Sur une carte de la communauté, repérer différents lieux où les élèves peuvent pratiquer des activités physiques (sentiers de randonnées pédestres, terrains de jeux, piscines, patinoires, club de curling, centres communautaires, planchodromes, pistes cyclables). Inclure également les initiatives de l'école et de la communauté (p. ex. la course Terry Fox, la semaine internationale Marchons vers l'école, diverticourses, rodéocycles, marathon de jeu de quilles).<br><br>Montrer un transparent ou une affiche représentant le corps humain. Choisir une activité de la liste et demander aux élèves de nommer les parties du corps sollicitées pendant cette activité. Porter une attention particulière au coeur : pourquoi est-il important d'avoir un coeur en santé? (p. ex. un coeur fort fait circuler le sang dans le corps entier). | • Demander aux élèves de tenir un journal sur le thème de la vie active et d'y inscrire les informations suivantes :<br>- les raisons pour lesquelles un coeur en santé est important pour la santé physique;<br>- au moins trois bienfaits d'une participation régulière et soutenue à des activités physiques (p. ex. une plus grande souplesse, une endurance cardiovasculaire accrue, des os et des muscles plus forts);<br>- les choix qu'ils peuvent faire en matière d'alimentation saine favorisant la pratique de l'activité physique;<br>- les occasions où ils ont fait le choix d'être plus actifs physiquement;<br>- les lieux qu'ils préfèrent dans la communauté pour pratiquer une activité physique;<br>- au moins une nouvelle activité physique qu'ils aimeraient essayer.<br><br>Encourager les élèves à montrer leur journal à leur famille et à discuter des occasions de pratiquer des activités physiques ensemble. |
| • Avec la classe, organiser une activité de remue-méninges à propos des athlètes et des personnes actives sur le plan physique que les élèves admirent. Les inciter à inclure des exemples de personnes de la communauté, d'autres élèves, des membres de leur famille, etc., et également des exemples plus flagrants d'athlètes professionnels et olympiques. Discuter avec la classe de ce qui rend ces personnes remarquables. | • Demander aux élèves de travailler seuls ou en petits groupes à la préparation d'une courte présentation (p. ex. une affiche, une entrevue simulée) sur une personne qu'ils admirent. Tenter de trouver des indications montrant qu'ils sont capables de justifier leur choix et peuvent mettre en relation les qualités de cette personne et celles qu'ils voudraient eux-mêmes développer. |

## *Instrument d'évaluation*
## HABILETÉS ASSOCIÉES AU SOCCER

Nom : _____ Date : _____

Clé : 3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer, 0 = non réussi; à retravailler

| Note (de 0 à 3) | Critères – évaluer dans quellle mesure l'élève peut : | Commentaires |
|---|---|---|
| | • montrer sa maîtrise de la technique appropriée pour faire une passe avec l'intérieur du pied (p. ex. pointe du pied, transfert du poids, cible, accompagnement) | |
| | • montrer sa maîtrise de la technique appropriée pour frapper un ballon de soccer du pied – prendre position pour le coup de pied en regardant la cible, regarder le ballon, faire un pas en avant vers le ballon avec le pied opposé à celui qui va donner le coup, prendre appui sur le pied qui ne frappe pas, transférer le poids du corps, lancer le pied qui frappe vers l'avant, toucher le ballon avec le cou-de-pied et prolonger le mouvement de la jambe qui a donné le coup en direction de la cible; intégrer au coup de pied une approche souple et continue en trois étapes | |
| | • montrer sa maîtrise de la technique appropriée pour bloquer un ballon en le maintenant sous la plante de l'un ou l'autre pied | |
| | • suivre l'objet des yeux tout au long du mouvement | |
| | • tenter de frapper un objet avec l'un ou l'autre pied | |
| | • observer les règles et les pratiques établies dans le cadre de l'activité physique (p. ex. entreprendre des exercices d'échauffement de bon gré, se montrer assidu pendant une période satisfaisante) | |
| | • encourager d'autres élèves dans divers types d'activités physiques (p. ex. aider les autres à améliorer certaines habiletés, les complimenter, inviter les élèves à participer, quel que soit leur niveau d'aptitude) | |

# Modèle d'évaluation formative

## *4e année*

# Éducation physique – 4e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 4e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | DA | DP |
| | | | | | C | C et A | PMS | | |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• épreuves écrites et tests oraux<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités<br>• modèles | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **5** | **4** | **1** | **0** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• enseignement entre pairs<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **3** | **0** | **0** | **3** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• enseignement entre pairs<br>• discussions menées en classe<br>• affiches | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| | **Total :** | **100 %** | **90 à 100 h** | **12** | **4** | **5** | **0** | **2** | **4** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 4e ANNÉE

## SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 4e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :

- Pilates
- Cricket
- Activités de plein air

### *Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes*

**Vie active**

- décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques pour le cœur, les poumons, les muscles et les os
- reconnaître les parties du corps sollicitées pendant l'activité physique et savoir comment le corps réagit pendant l'activité physique
- choisir des aliments sains, favorables à la pratique d'activités physiques
- décrire les activités physiques qu'il aime pratiquer et celles dans lesquelles il réussit bien
- savoir quelles habiletés physiques il aimerait lui-même développer et décrire les habiletés physiques des personnes qu'il admire

**Habiletés de mouvement**

- exécuter des mouvements dans son espace personnel tout en se déplaçant dans l'espace commun et en gardant l'équilibre
- maîtriser les habiletés de mouvement suivantes : marcher, courir, sauter sur deux pieds et à cloche-pied, exécuter des roulades, sauter à la corde et sautiller, galoper, faire des pas chassés, s'arrêter avec les deux pieds, basculer d'avant en arrière et osciller, balancer les bras et les jambes, exécuter un pas tournant, sauter avec élan et sauter par-dessus un obstacle
- adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
- maîtriser les habiletés de manipulation suivantes : faire glisser ou rouler, lancer et porter un objet, frapper un objet fixe du pied ou avec un instrument, attraper un objet à deux mains avec ou sans blocage, lancer un objet par en dessous avec une main, bloquer un objet avec le pied, dribler avec les mains
- exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs

**Sécurité, esprit sportif et leadership**

- faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques
- connaître l'importance des directives de sécurité
- appliquer les règlements, les consignes et les directives de sécurité
- se montrer coopératif pendant la pratique d'activités physiques
- faire preuve de respect pour les autres élèves dans le cadre de l'activité physique
- assumer un rôle de leadership dans des activités physiques définies

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 4e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 4e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 4e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *4e année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés de manipulation** | attraper un objet par en dessous ou par-dessus l'épaule avec une main | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• baseball, balle molle<br>• cricket<br>• gymnastique rythmique |
| | frapper un objet en mouvement avec un instrument | • tennis<br>• tennis de table<br>• hockey<br>• cricket<br>• baseball, balle molle<br>• ballon balai | • pickleball<br>• tennis de table<br>• shinny<br>• badminton<br>• squash<br>• racquetball |
| | frapper un objet avec la main | • jeux dans la cour d'école ou dans la salle de classe avec divers objets (p. ex. des balles, des ballons) | • handball<br>• ballon captif<br>• volley-ball<br>• water-polo |
| | lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable)<br>• flag-football, football touché, rugby | • fers à cheval<br>• jeux de palet<br>• « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs – jeu autochtone)<br>• baseball, balle molle<br>• cricket |
| | dribler un objet avec les pieds | • soccer<br>• jeux de relais | • jeux dans la cour d'école, exercices d'entraînement et épreuves |
| **Habiletés de mouvement combinées :**<br>• **locomotrices**<br>• **non locomotrices**<br>• **de manipulation** | créer des suites de mouvements | • suites de mouvements de danse ou de gymnastique<br>• suites de mouvements de natation, nage synchronisée<br>• patinage synchronisé | • arts martiaux<br>• jeux de miroir<br>• suites de mouvements de jonglerie<br>• suites d'habiletés utilisées dans le cadre de jeux<br>• relais |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Pilates*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A3 montrer différentes façons de surveiller l'effort pendant la pratique d'activités physiques (p. ex. surveiller son rythme cardiaque en prenant son pouls, surveiller sa capacité à parler pendant l'activité physique)

A5 énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B3 choisir des mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation en vue de créer des suites de mouvements

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 se montrer capable de participer à des activités physiques précises avec respect des directives de sécurité

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Utiliser une vidéo ou inviter une personne à présenter des mouvements de base de pilates. Une fois que les élèves maîtrisent ces mouvements, leur demander de créer des suites incluant au moins quatre différents mouvements. L'accent devrait être mis sur la hauteur, la conscience du corps, la sécurité et les transitions entre chaque mouvement. Les élèves peuvent aussi rechercher d'autres mouvements de pilates pour les inclure dans leur programme.<br><br>Avec la classe, organiser un remue-méninges pour trouver différents lieux à l'école, à la maison et dans la communauté où les élèves pourraient pratiquer le pilates. | • Discuter des directives concernant la formulation de critiques constructives appropriées. Demander aux élèves d'évaluer le programme de pilates de leurs pairs, en faisant part d'au moins un commentaire positif et d'une suggestion de changement ou d'amélioration.<br><br>Demander aux élèves de reporter dans leur journal sur la vie active leurs réflexions concernant les points suivants :<br>- les différentes façons de choisir et de combiner des mouvements pour créer des suites;<br>- en quoi le pilates ressemble à d'autres activités qu'ils ont pratiquées, et en quoi il est différent;<br>- des considérations particulières en matière de sécurité lors de la pratique de pilates. |
| • Montrer comment surveiller l'effort à intervalles réguliers au cours de l'unité sur le pilates (p. ex. surveiller son rythme cardiaque en prenant son pouls; surveiller sa capacité à parler pendant l'activité physique). | • Demander aux élèves de reporter dans leur journal les données relatives à la mesure de leur effort pendant la séance de pilates, et les comparer aux données relatives à d'autres types d'activités. |

## *Cricket*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 adapter sa vitesse, sa force, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour lancer et attraper divers objets en contrôlant ses mouvements, entre autres :
- attraper un objet par en dessous ou par-dessus l'épaule avec une main
- frapper un objet en mouvement avec un instrument
- frapper un objet avec la main
- lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main en visant une cible
- dribler un objet avec les pieds

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C2 décrire les principes de l'esprit sportif dans la pratique d'activités physiques (p. ex. respecter les différences, avoir une attitude coopérative et ouverte)

C3 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques définies

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Présenter aux élèves une version modifiée du cricket (p. ex. le kanga ball, le kanga cricket) en vue de développer des habiletés particulières quand il joue aux quilles ou au jeu de positions, puis lorsqu'il envoie, attrape, et frappe un objet. Montrer une habileté à la fois, en répartissant l'enseignement sur plusieurs séances. Donner aux élèves le temps de s'entraîner et de développer leurs habiletés avec des partenaires et en groupe. À la fin de l'unité, faire une partie de kanga cricket. | • Utiliser une liste de contrôle des habiletés en vue d'évaluer la façon dont les élèves progressent dans l'apprentissage et la maîtrise d'habiletés données tout au long de l'unité. Tenter de trouver des éléments indiquant qu'ils peuvent :<br>- montrer qu'ils maîtrisent la technique appropriée pour attraper un objet avec une main;<br>- montrer qu'ils maîtrisent la technique appropriée pour frapper une balle en mouvement avec une batte à cricket;<br>- montrer qu'ils maîtrisent la technique appropriée pour lancer un objet par-dessus l'épaule avec une main;<br>- toucher régulièrement l'objet lorsqu'ils le frappent ou l'attrapent;<br>- tenter d'attraper, de lancer ou de frapper un objet avec l'une ou l'autre main;<br>- diriger un groupe au cours d'activités physiques (p. ex. jouer le rôle de capitaine d'équipe, maîtriser des habiletés précises et aider leurs pairs dans l'apprentissage de ces dernières). |

*(suite à la page suivante)*

*Cricket (suite)*

- Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – 4e et 5e années* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :
  - apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);
  - résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);
  - valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).

  Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

# *Activités de plein air*

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à une activité physique sur la santé physique et émotionnelle d'une personne (p. ex. renforce l'ossature et la musculature, améliore la souplesse du corps, améliore l'image de soi, fournit l'occasion de se faire des amis)

A2 reconnaître les principaux muscles sollicités pendant l'activité physique

A4 décrire la relation entre nutrition et activité physique (p. ex. fournit l'énergie nécessaire à la pratique de l'activité physique, procure une nutrition adéquate pour que l'ossature et la musculature puissent se développer normalement)

A5 énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 se montrer capable de participer à des activités physiques précises avec respect des directives de sécurité

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Commencer l'unité par une activité de remue-méninges portant sur toutes les activités physiques de plein air auxquelles les élèves peuvent penser. Discuter avec la classe des questions suivantes : Quelles activités ont-ils eux-mêmes pratiquées? Lesquelles ont-ils vues pratiquées par d'autres personnes? Lesquelles aimeraient-ils essayer?<br><br>Diviser la classe en quatre groupes au moins et attribuer une catégorie d'activités de plein air à chaque groupe : activités terrestres et aquatiques, activités se pratiquant sur la neige et sur la glace. Offrir aux élèves de l'aide et leur donner du temps pour effectuer leurs recherches portant sur au moins trois activités précises de la catégorie assignée, en se concentrant sur les éléments suivants :<br>- les principaux groupes musculaires sollicités au cours de ce type d'activité (p. ex. les deltoïdes, les ischiojambiers, les quadriceps, les biceps, les abdominaux);<br>- une explication concernant le type de besoins alimentaires pour cette activité;<br>- les exigences particulières en matière de sécurité pour cette activité;<br>- le ou les lieu(x) dans la communauté où l'on peut pratiquer cette activité. | • En début d'unité, distribuer aux élèves une fiche d'autoévaluation semblable à celle qui est présentée à la fin du présent volet (**Activités de plein air**) et discuter avec la classe des attentes pour cette unité.<br><br>Une fois que chaque groupe a terminé ses recherches, utiliser la méthode du découpage et demander à la classe de former de nouveaux groupes composés d'un représentant de chacun des groupes originaux. Tandis que chacun présente les découvertes de son groupe d'origine, les autres élèves reportent sur leur fiche ce qu'ils ont appris à propos des activités dans les différentes catégories. L'enseignant ramasse les fiches pour les évaluer. |

*(suite à la page suivante)*

*Activités de plein air (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Une fois que les élèves ont eu l'occasion de découvrir diverses activités de plein air, avoir recours à un modèle de prise de décision adapté à la classe (p. ex. avis unanime, vote) pour sélectionner une ou plusieurs activités pouvant être pratiquées avec la classe. | • Demander aux élèves de noter des informations dans un journal d'activités pour se préparer à l'activité de plein air sélectionnée, puis pour y participer, et enfin pour exprimer ce qu'ils ont pensé de cette activité. Ramasser leur journal et tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- reconnaître les principaux groupes musculaires sollicités pendant l'activité;<br>- émettre des considérations sur des directives de sécurité pouvant s'appliquer à l'activité pratiquée;<br>- participer à des exercices d'échauffement appropriés;<br>- participer pleinement à l'activité pendant toute la durée de celle-ci;<br>- nommer les bienfaits liés à la participation à cette activité précise. |

## *Instrument d'évaluation*
## ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

Nom : _____ Date : _____

| | Évaluation par l'enseignant |
|---|---|
| L'activité de plein air que j'ai pratiquée et que je préfère est :<br><br>J'aime cette activité parce que :<br><br>Les principaux muscles sollicités pendant cette activité sont : | |
| Une nouvelle activité terrestre de plein air que j'aimerais essayer est :<br><br>J'aimerais essayer cette activité parce que :<br><br>Le(s) lieu(x), dans notre communauté, où je peux pratiquer cette activité est/sont : | |
| Une nouvelle activité aquatique de plein air que j'aimerais essayer est :<br><br>J'aimerais essayer cette activité parce que :<br><br>Le(s) lieu(x), dans notre communauté, où je peux pratiquer cette activité est/sont : | |

*(suite à la page suivante)*

| | |
|---|---|
| Une nouvelle activité de plein air se pratiquant dans la neige et que j'aimerais essayer est :<br><br>J'aimerais essayer cette activité parce que :<br><br>Le(s) lieu(x), dans notre communauté, où je peux pratiquer cette activité est/sont : | |
| Une nouvelle activité de plein air se pratiquant sur la glace et que j'aimerais essayer est :<br><br>J'aimerais essayer cette activité parce que :<br><br>Le(s) lieu(x), dans notre communauté, où je peux pratiquer cette activité est/sont : | |
| Une saine alimentation pour pratiquer des activités physiques est importante parce que : | |
| Trois choses importantes que j'ai apprises concernant la sécurité dans le cadre d'activités de plein air : | |
| Commentaires de l'enseignant | |

# Modèle d'évaluation formative

## *5e année*

# Éducation physique – 5e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 5e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | | |
| | | | | | C | C et A | PMS | DA | DP |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• épreuves écrites et tests oraux<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités<br>• modèles | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **4** | **1** | **1** | **2** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• enseignement entre pairs<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **3** | **1** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• enseignement entre pairs<br>• discussions menées en classe<br>• affiches | **28 à 35 %** | | **4** | **1** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| **Total :** | | **100 %** | **90 à 100 h** | **13** | **2** | **5** | **3** | **2** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 5e ANNÉE

## SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 5e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :

- Suites de mouvements de danse
- Habiletés associées à la balle molle
- Comptes rendus sur la vie active

### *Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes*

**Vie active**

- décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne
- reconnaître les groupes musculaires sollicités pendant l'activité physique
- surveiller l'effort pendant l'activité physique
- analyser la relation entre une saine alimentation et l'activité physique
- énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux

**Habiletés de mouvement**

- effectuer des mouvements dans son espace personnel tout en se déplaçant dans l'espace commun
- maîtriser les habiletés locomotrices suivantes : marcher, courir, sauter sur deux pieds et à cloche-pied, exécuter des roulades, sauter à la corde et sautiller, galoper, faire des pas chassés, s'arrêter avec les deux pieds, basculer d'avant en arrière et osciller, balancer les bras et les jambes, exécuter un pas tournant, sauter avec élan et sauter par-dessus un obstacle
- adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
- maîtriser les habiletés de manipulation suivantes : faire glisser ou rouler, lancer et porter un objet, frapper un objet fixe du pied ou avec un instrument, attraper un objet à deux mains avec ou sans blocage, lancer un objet par en dessous avec une main, bloquer un objet avec le pied, dribler avec les mains, attraper à une main, frapper un objet avec la main ou avec un instrument, lancer par-dessus l'épaule, dribler avec les pieds
- exécuter des suites de mouvements non locomoteurs et locomoteurs
- adapter sa vitesse, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement

**Sécurité, esprit sportif et leadership**

- faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques
- appliquer les principes de l'esprit sportif
- assumer différents rôles de leadership dans le cadre d'activités physiques

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 5e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 5e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 5e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *5e année* | **Habiletés de mouvement** | **Exemples d'activités** | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés de manipulation** | lancer un objet dans des situation prévisibles | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable)<br>• flag-football, football touché, rugby<br>• jeux comprenant des coups de pied | • soccer<br>• jonglerie<br>• fers à cheval<br>• jeux de palet<br>• « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs - jeu autochtone)<br>• baseball, balle molle<br>• cricket |
| | recevoir un objet tout en adaptant sa vitesse et sa hauteur | • jeux dans la salle de classe ou la cour d'école consistant à lancer des objets variés (p. ex. ballons, petites poches de sable) | • jonglerie<br>• baseball, balle molle<br>• cricket<br>• gymnastique rythmique |
| **Habiletés de mouvement combinées :**<br>• **locomotrices**<br>• **non locomotrices**<br>• **de manipulation** | créer des suites de mouvements | • suites de mouvements de danse ou de gymnastique<br>• suites de mouvements de natation, nage synchronisée<br>• patinage synchronisé | • arts martiaux<br>• jeux de miroir<br>• suites de mouvements de jonglerie<br>• mouvements utilisés dans le cadre de jeux<br>• relais |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Suites de mouvements de danse*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques et qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B4 créer des suites de mouvements structurées et reproductibles comportant des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 mettre en pratique les mesures de sécurité quand il utilise l'équipement et les installations afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger

C2 décrire l'importance des exercices d'échauffement et de récupération dans le cadre d'activités physiques déterminées (p. ex. sécurité, efficacité, concentration)

C4 assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Demander aux élèves de créer une courte suite de mouvements de danse, en groupes et au cours de plusieurs séances. Discuter des paramètres à prendre en compte (p. ex. le type de danse, le nombre minimum d'habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation). Revoir toute habileté précise associée à la danse dont les élèves ont besoin et les aider à sélectionner une musique adéquate. Discuter avec les élèves de l'utilisation sans danger de l'équipement dans leurs programmes, du choix des habiletés appropriées qui ne présentent pas de danger et peuvent être exécutées par tous les membres du groupe, du choix pertinent de la musique pour leur danse et de l'adoption de comportements prudents dans leur travail en groupe. Donner du temps aux élèves pour développer les habiletés et s'entraîner, puis leur demander de présenter leur danse. L'enseigner ensuite aux autres élèves. | • Demander aux élèves de procéder à une évaluation mutuelle de la présentation de tous les groupes d'élèves en ayant recours à des critères semblables à ceux qui sont énoncés dans l'instrument d'évaluation (**Suites de mouvements de danse**) présenté à la fin du présent volet. Cet instrument peut également servir aux élèves pour évaluer leur propre travail en groupe. |

- Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – 4e et 5e années* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :
  - apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);
  - résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);
  - valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).

  Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

## *Habiletés associées à la balle molle*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques et qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer un objet (p. ex. donner un coup de pied, frapper, lancer à différentes distances et dans des environnements connus)

B3 montrer qu'il maîtrise la technique appropriée pour recevoir un objet (p. ex. attraper) tout en s'adaptant à des vitesses et à des hauteurs différentes

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 mettre en pratique les mesures de sécurité quand il utilise l'équipement et les installations afin d'éviter de se mettre lui-même ou de mettre les autres en danger

C3 faire preuve d'un esprit sportif dans la pratique d'activités physiques

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Revoir et renforcer les habiletés des élèves relatives aux actions suivantes : envoyer, attraper et frapper des balles et d'autres objets. Montrer comment ces habiletés s'appliquent dans les situations telles que celles-ci :<br>- envoyer une balle en adaptant sa distance;<br>- frapper une balle pour atteindre une cible;<br>- attraper une balle tout en courant.<br><br>Donner du temps aux élèves pour s'entraîner et développer ces habiletés lors d'activités pratiquées à l'intérieur de l'école et en plein air, avec des partenaires et en petits groupes. Comme activité connexe, jouer une partie de balle molle (ou la version modifiée d'un jeu préparatoire) pour permettre aux élèves d'exercer les habiletés acquises. | • Évaluer le niveau des habiletés des élèves plusieurs fois au cours de l'unité de façon à rendre compte de l'évolution de leur apprentissage. Tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- changer de hauteur pour attraper un objet (p. ex. sauter ou s'accroupir), dans différentes situations : seul, avec un partenaire immobile ou avec un partenaire en mouvement;<br>- courir pour se trouver dans la trajectoire de l'objet et l'attraper avec ses mains;<br>- tenter d'attraper un objet avec l'une ou l'autre main;<br>- suivre les directives, les règles et les pratiques favorisant une utilisation sans danger de l'équipement et des installations;<br>- montrer qu'ils connaissent leurs propres aptitudes relatives à la participation sans danger à des activités physiques;<br>- faire preuve d'un esprit sportif (p. ex. organiser les activités de manière à inclure tous les participants, donner à chacun son tour, accepter l'issue de l'activité sans protester). |

*(suite à la page suivante)*

*Habiletés associées à la balle molle (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| | *(suite de la page précédente)*<br><br>Poursuivre l'unité en demandant aux élèves de consigner dans leur journal de bord leurs réflexions sur leurs comportements qui témoignent d'un esprit sportif, en se basant sur des amorces de phrases telles que celles-ci :<br>- Pour encourager mes pairs à essayer de nouvelles habiletés, j'ai _____.<br>- J'ai félicité mes pairs pour leur bon travail en _____.<br>- J'ai aidé mes camarades en _____. |

## *Comptes rendus sur la vie active*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne (p. ex. accroît la confiance en soi et l'énergie, constitue une façon amusante de se faire de nouveaux amis)
A2 reconnaître la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse comme des facteurs constituant la condition physique
A3 analyser la relation entre nutrition et activité physique
A4 se fixer un objectif en matière d'activité physique

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse

### PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION

- Élaborer un tableau des connaissances de la classe pour découvrir ce que les élèves savent déjà et ce qu'ils aimeraient apprendre sur les différents aspects de l'activité physique, y compris les points suivants :
  - ses bienfaits physiques,
  - ses bienfaits émotionnels,
  - les facteurs de la condition physique (force et endurance musculaires, endurance cardiovasculaire et souplesse) et comment l'activité physique les développe,
  - la relation entre alimentation saine et activité physique.

  Demander aux élèves de travailler individuellement ou en groupe pour créer le profil d'une personne physiquement active qui possède des qualités idéales. Les élèves peuvent choisir de présenter ce profil sous forme d'un diaporama sur l'écran de l'ordinateur, de modèles, de jeux de rôles, d'affiches, de diagrammes comportant des légendes, etc. Donner aux élèves les moyens de mener leurs recherches (p. ex. en ligne, en rencontrant des athlètes de la communauté, en utilisant des sources imprimées).

### STRATÉGIES D'ÉVALUATION

- Consacrer du temps à une évaluation des comptes rendus par les pairs et par l'enseignant, ainsi qu'à une autoévaluation, en se basant sur des critères indicatifs de la mesure dans laquelle les élèves :
  - énumèrent et décrivent les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur leur bien-être physique et émotionnel;
  - définissent *la force et l'endurance musculaires*, *l'endurance cardiovasculaire* et *la souplesse* comme les facteurs de la condition physique d'une personne;
  - énumèrent des activités physiques précises liées au développement des facteurs de la condition physique;
  - expliquent l'importance de la pratique d'activités physiques à une fréquence et une intensité appropriées;
  - expliquent la relation entre la consommation d'aliments sains et de l'eau et l'activité physique.

*(suite à la page suivante)*

*Comptes rendus sur la vie active (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| | *(suite de la page précédente)*<br><br>Après que les élèves ont présenté leur compte rendu, leur demander d'énoncer dans leur journal de bord un objectif précis en matière d'activité physique. Tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- se fixer un objectif personnel réaliste et adéquat en matière d'activité physique (p. ex. améliorer une habileté particulière, accroître sa participation, essayer une nouvelle activité);<br>- établir une relation entre ses objectifs en matière d'activité physique et ses choix nutritionnels (p. ex. s'assurer qu'il existe un bon équilibre entre ses activités physiques et sa consommation d'aliments sains afin d'appuyer ses objectifs);<br>- établir des liens entre leurs objectifs et ce qu'ils ont appris en classe;<br>- enregistrer leur progrès pour déterminer s'ils ont atteint leur objectif en matière d'activité physique, que les activités soient pratiquées en classe ou en dehors de l'école. |

## *Instrument d'évaluation*

## SUITES DE MOUVEMENTS DE DANSE

### ÉVALUATION DE GROUPE

Membres du groupe :

Évalué par :

| | Évaluation par les pairs | Autoévaluation par le groupe |
|---|---|---|
| Clé : 3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer | | |
| • la danse comportait le nombre demandé ( ___ ) d'habiletés non locomotrices | | |
| • la danse comportait le nombre demandé ( ___ ) d'habiletés locomotrices | | |
| • la danse comportait le nombre demandé ( ___ ) d'habiletés de manipulation | | |
| • les habiletés de mouvement étaient combinées et agencées selon un schéma précis (p. ex. ABA, ABC) | | |
| • la suite avait un début, un milieu et une fin bien identifiables | | |
| • les mouvements qui composaient la danse et l'équipement utilisé étaient adaptés à tous les membres du groupe | | |
| • le groupe a fait preuve d'un leadership efficace lors de l'enseignement de leur danse aux autres élèves | | |
| • notre groupe a exécuté des exercices d'échauffement et de récupération à chaque cours | | |
| • les membres du groupe ont bien travaillé ensemble | | |
| • tous les membres du groupe ont apporté leur contribution au projet | | |

# Modèle d'évaluation formative

*6e année*

# Éducation physique – 6e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 6e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | | |
| | | | | | C | C et A | PMS | DA | DP |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux, schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• épreuves écrites et tests oraux<br>• projets de recherche<br>• plans d'établissement d'objectifs<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités<br>• modèles | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **5** | **0** | **0** | **5** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• enseignement entre pairs<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **4** | **0** | **3** | **1** | **0** | **4** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• enseignement entre pairs<br>• discussions menées en classe<br>• fiches d'activités | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| **Total :** | | **100 %** | **90 à 100 h** | **13** | **0** | **4** | **6** | **2** | **5** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 6e ANNÉE

## SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 6e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :

- Élaboration d'un plan personnel de conditionnement physique
- Suites de mouvements et habiletés associées au volley-ball

### *Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes*

**Vie active**

- décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne
- connaître les facteurs de la condition physique
- reconnaître les groupes musculaires sollicités pendant l'activité physique
- surveiller l'effort pendant l'activité physique
- analyser la relation entre alimentation saine et activité physique
- énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux
- se fixer des objectifs en matière d'activité physique

**Habiletés de mouvement**

- exécuter des mouvements dans son espace personnel tout en se déplaçant dans l'espace commun et en gardant l'équilibre
- maîtriser les habiletés locomotrices suivantes : marcher, courir, sauter sur deux pieds et à cloche-pied, exécuter des roulades, sauter à la corde et sautiller, galoper, faire des pas chassés, s'arrêter avec les deux pieds, basculer d'avant en arrière et osciller, balancer les bras et les jambes, exécuter un pas tournant, sauter avec élan et sauter par-dessus un obstacle
- adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
- maîtriser les habiletés de manipulation suivantes : faire glisser ou rouler, lancer et porter un objet, frapper un objet fixe du pied ou avec un instrument, attraper un objet à deux mains avec ou sans blocage, lancer un objet par en dessous à une main, bloquer un objet avec le pied, dribler avec les mains, attraper à une main, frapper un objet avec la main ou avec un instrument, lancer par-dessus l'épaule, dribler avec les pieds
- exécuter des suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation
- adapter sa vitesse, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement
- exécuter les différentes phases d'un mouvement (position de départ, mouvement, accompagnement)

**Sécurité, esprit sportif et leadership**

- faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques; utiliser l'équipement et les installations avec prudence
- connaître l'importance des exercices d'échauffement et de récupération
- appliquer les principes de l'esprit sportif
- saisir les occasions qui se présentent d'assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 6e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 6e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 6e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *6e année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés de manipulation** | envoyer et recevoir un objet sans instrument dans des situations prévisibles | • jeux dans la cour d'école avec des ballons, des petites poches de sable, des cerceaux, etc.<br>• gymnastique rythmique<br>• soccer<br>• jeux de relais<br>• flag-football, football touché, rugby<br>• basket-ball | • handball<br>• jonglerie<br>• fers à cheval<br>• jeux de quilles, jeux de palet<br>• « hoop and corn cob » (cerceau et épi de maïs - jeu autochtone)<br>• serpent à neige<br>• water-polo |
| **Habiletés de mouvement combinées :**<br>• **locomotrices**<br>• **non locomotrices**<br>• **de manipulation** | s'entraîner pour perfectionner ses habiletés | • exercices, épreuves, ateliers, etc., faisant appel à des activités issues de toutes les catégories d'activités (activités à l'extérieur, danse, jeux, gymnastique, individuelles et à deux) | • recherches, excursions scolaires et entrevues avec des athlètes professionnels de la communauté, des entraîneurs, etc. |
| | employer des stratégies d'attaque et de défense | • jeux d'équipe (p. ex. basket-ball, volley-ball, hockey)<br>• jeux avec un partenaire (p. ex. tennis, badminton, tennis de table, handball) | • jeux dans la cour d'école (p. ex. jeu de passe à deux contre deux)<br>• arts martiaux |
| | créer des suites de mouvements, des épreuves et des exercices originaux | • suites de mouvements de danse ou de gymnastique<br>• suites de mouvements de la pagaie en canot<br>• suites de mouvements de natation, nage synchronisée<br>• patinage synchronisé | • arts martiaux<br>• jeux de miroir<br>• jonglerie tout en se déplaçant<br>• suites de mouvements de ski<br>• suites d'habiletés utilisées dans le cadre de jeux<br>• relais |

## UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Élaboration d'un plan personnel de conditionnement physique*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 mettre en relation sa participation régulière à des activités physiques et les bienfaits sur sa santé physique ou émotionnelle (p. ex. énergie, endurance, gestion du stress; air frais et soleil lorsque les activités ont lieu à l'extérieur)

A2 mettre en relation la participation à des activités physiques déterminées et le développement de la force et de l'endurance musculaires, de l'endurance cardiovasculaire et de la souplesse

A3 analyser des considérations nutritionnelles relativement à une participation à des activités physiques

A4 surveiller son effort physique lors de la participation à des activités physiques (p. ex. manuellement ou au moyen d'un moniteur de fréquence cardiaque électronique)

A5 se fixer des objectifs personnels en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui développent la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardio-vasculaire et la souplesse

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 travailler les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation apprises en vue de les améliorer

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées (p. ex. porter une tenue vestimentaire adaptée à l'activité, utiliser l'équipement et les installations de façon sûre, prendre part à des exercices d'échauffement et de récupération adaptés)

*(suite à la page suivante)*

*Élaboration d'un plan personnel de conditionnement physique (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Dans cette unité qui va se dérouler sur toute l'année, les élèves vont créer leur propre plan de conditionnement physique. Inviter un conférencier (p. ex. un athlète de la communauté, un spécialiste en conditionnement physique) à venir parler d'établissement d'objectifs et de planification liée au conditionnement physique. Avec la classe, discuter des facteurs de la condition physique sur lesquels ils pourront axer leur plan (p. ex. endurance cardiovasculaire, force et endurance musculaires, souplesse), ainsi que des activités précises qui pourront être pratiquées en vue de développer chacun de ces facteurs.<br><br>Avec la classe, discuter des activités à l'école et dans la communauté auxquelles les élèves peuvent participer pendant l'année, en vue d'atteindre les objectifs du conditionnement physique (p. ex. diverticourses, relais coopératifs, rodéocycles, marathons de jeu de quilles, skiathlons, marathons de danse, entraînement dans les installations communautaires). | • Inviter un spécialiste du conditionnement physique en vue d'aider les élèves lors de leur participation à un test de conditionnement physique de référence, incluant diverses épreuves physiques. Leur demander de se fixer des objectifs précis par rapport aux résultats du test. Travailler avec eux à la mise au point de stratégies destinées à les aider à atteindre ces objectifs. Leur offrir la possibilité de repasser le test en milieu d'année, puis en fin d'année.<br><br>Demander aux élèves de tenir un journal de leur condition physique incluant des graphes et des commentaires anecdotiques qui concernent leurs activités, leurs habitudes alimentaires et tout changement dans leur condition physique. Inviter les élèves à partager régulièrement le contenu de leur journal avec leurs pairs. Utiliser l'exemple d'outil d'évaluation présenté à la fin du présent volet (**Journal sur le thème du conditionnement physique**) pour évaluer les progrès des élèves. Cet outil d'évaluation peut être utilisé aussi bien dans le cadre d'une évaluation sommative que dans celui d'une évaluation formative. |
| • Demander aux élèves de prendre leur pouls avant, pendant et après diverses activités. Discuter avec eux du rythme cardiaque lors des phases de récupération et au repos. | • Demander aux élèves d'ajouter à leur journal de l'information concernant leur rythme cardiaque. Les encourager à discuter avec un partenaire de la relation existant entre l'information relative à leur rythme cardiaque et leur condition physique personnelle. |
| • Au fur et à mesure que les élèves poursuivent leur apprentissage et participent à de nouvelles activités, discuter avec eux de la manière dont celles-ci contribuent au développement des facteurs de la condition physique (p. ex. la danse et la gymnastique permettent d'améliorer la souplesse, l'entraînement aux poids développe la force et l'endurance musculaires, des longueurs en piscine ou des tours sur la patinoire permettent de développer l'endurance cardiovasculaire). | • Demander aux élèves d'ajouter à leur journal de l'information relative à chacune des nouvelles activités pratiquées et à leur rapport avec leurs objectifs de conditionnement physique. |
| • Discuter des directives de sécurité et des pratiques utilisées lors de leur participation à une activité déterminée (p. ex. ski – avec un partenaire, étiquette, tenue vestimentaire; canot – gilets de sauvetage, tenue vestimentaire; plongée – avec un copain). | • Demander aux élèves d'ajouter à leur journal des informations relatives à la sécurité lors d'activités qu'ils pratiquent dans le cadre de leur plan de conditionnement physique. |

## *Suites de mouvements et habiletés associées au volley-ball*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A6 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui développent la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardio-vasculaire et la souplesse

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 travailler les habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation apprises en vue de les améliorer

B2 employer des stratégies d'attaque et de défense dans diverses catégories d'activités

B3 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet, avec ou sans instrument, dans des situations prévisibles (p. ex. frapper un ballon de soccer avec le pied pour le faire rebondir contre un mur, frapper une balle de tennis avec une raquette, faire une passe à hauteur de la poitrine en basket-ball, lancer un disque volant à un coéquipier)

B4 déployer un ensemble d'habiletés acquises en vue de créer des suites de mouvements, des exercices d'entraînement, des épreuves et des jeux inédits

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif lors de la pratique d'activités physiques

C3 assumer un rôle de leadership en montrant qu'il respecte les différences et les habiletés de chacun dans le cadre de l'activité physique

*(suite à la page suivante)*

*Suites de mouvements et habiletés associées au volley-ball (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Commencer cette unité consacrée au volley-ball en rappelant aux élèves comment suivre des directives : se déplacer dans différentes directions et s'arrêter en réponse à un signal pour écouter les nouvelles directives; commencer à travailler sans ballon, puis introduire le ballon; petit à petit, apprendre aux élèves à se placer en formations.<br><br>Présenter des habiletés précises associées au volley-ball, en les répartissant sur plusieurs séances : jeu à la volée, services et coups. Faire la démonstration de différentes habiletés, ou confier cette tâche à un élève, et donner du temps aux élèves pour qu'ils développent ces habiletés et puissent s'entraîner : lancers et réceptions – d'abord en position stationnaire puis en mouvement; lancer et frapper à la volée, puis lancer-frapper dans les mains-frapper à la volée, etc., jusqu'à ce qu'ils atteignent la combinaison lancer-se tourner-frapper à la volée. Mettre l'accent sur le lancer et la « réception » (en position de volley-ball, en appliquant les techniques du volley-ball; du bout des doigts et à hauteur du front), de façon à être bien à l'aise dans le maniement du ballon; à la fin de l'unité, les élèves devraient être capables d'appliquer la technique du jeu à la volée (utiliser des ballons de volley-ball ordinaires, mais légèrement moins gonflés que la normale). Incorporer le filet au jeu pour que les élèves continuent de s'entraîner et de se perfectionner.<br><br>Demander aux élèves de s'entraîner à exécuter des suites d'habiletés en jouant contre un mur avec un partenaire et d'y incorporer le jeu à la volée, les services et les coups. Puis leur demander de former des groupes dans le but de partager et de développer ces habiletés nouvellement acquises ainsi que des stratégies de travail d'équipe.<br><br>Leur enseigner les stratégies d'attaque et de défense utilisées dans le cadre du volley-ball, et leur donner le temps de s'entraîner. Demander aux partenaires de jeu d'évaluer la précision des lancers et d'indiquer de quelle façon ceux-ci peuvent être améliorés. | • Tandis que les élèves pratiquent leur habileté à frapper le ballon dans le cadre du volley-ball, mener une évaluation par l'enseignant et par les pairs en relation avec les critères définis. Par exemple, évaluer la capacité des élèves à :<br>- frapper le ballon avec la bonne partie du corps (forme);<br>- frapper le ballon de façon à l'envoyer à une faible distance (contrôle) puis lointaine (distance et puissance);<br>- frapper le ballon en visant une cible (précision);<br>- adopter de bonnes positions de départ, de défense et d'attaque dans des situations variées;<br>- concevoir et exécuter des suites d'habiletés de volley-ball mettant en évidence des différences dans les hauteurs, les plans, les trajets et les directions adoptés;<br>- modifier les règles d'un jeu, d'un exercice d'entraînement ou d'une épreuve pour en créer de nouveaux (p. ex. changer le matériel utilisé);<br>- faire preuve d'une conduite respectueuse lors d'activités à deux ou en groupe;<br>- suggérer des changements dans les règles d'un jeu ou d'une activité en vue de les rendre plus équitables;<br>- faire preuve de respect et d'une conduite coopérative lorsqu'ils suivent les directives d'autres élèves dans le cadre d'activités en petits groupes ou impliquant la participation de toute la classe;<br>- reconnaître les situations, lors d'activités physiques, susceptibles d'engendrer des réactions émotionnelles inappropriées (p. ex. dans le cas d'injures, de réprimandes, de mauvais résultats) et décrire des stratégies pouvant permettre de contrôler ou d'éviter de telles situations (p. ex. quitter la salle un moment, participer à une activité de diversion, pratiquer un dialogue interne positif);<br>- reconnaître et respecter les différences ayant trait au développement des aptitudes et aux habiletés de chacun;<br>- assumer un rôle de leadership en encourageant et favorisant le respect pour les différences individuelles. |

*(suite à la page suivante)*

*Suites de mouvements et habiletés associées au volley-ball (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Comme activité connexe, jouer une partie préparatoire de volley-ball pour permettre aux élèves d'appliquer les habiletés associées à ce jeu. | • Utiliser la vidéo pour enregistrer les parties de volley-ball jouées par les élèves. Demander aux élèves de travailler à deux pour décrire le suivi d'une partie en la commentant, en repérant les habiletés particulières appliquées, le travail d'équipe, les comportements qui témoignent d'un esprit sportif, etc. |
| • Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – De la 6e à la 8e année* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :<br>- apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);<br>- résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);<br>- valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).<br><br>Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/ | |

# *Instrument d'évaluation*

## JOURNAL SUR LE THÈME DU CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Nom : _____ Date : _____

| Clé : 3 = excellent, 2 = satisfaisant, 1 = a besoin de s'améliorer | Évaluation par l'enseignant | Autoévaluation |
|---|---|---|
| • établir des liens entre la participation à des activités physiques précises et leur capacité de développer la force et l'endurance musculaires, l'endurance cardiovasculaire et la souplesse (p. ex. faire des randonnées permet d'augmenter son endurance et sa force, la gymnastique permet d'améliorer sa souplesse et sa force) | | |
| • évaluer une gamme de bienfaits d'une participation à des activités physiques sur sa santé émotionnelle (p. ex. gérer son stress, être bien dans sa peau, passer du temps avec des amis ou des membres de sa famille qui partagent ses intérêts) | | |
| • évaluer la relation qui existe entre la consommation de nourriture et l'activité physique | | |
| • expliquer l'importance de la connaissance et du respect de ses propres habiletés et de ses limites en fonction de l'effort physique | | |
| • surveiller son propre rythme cardiaque en relation avec les zones de rythme cardiaque visées | | |
| • manifester sa compréhension de l'existence d'un niveau raisonnable de l'effort pour lui-même | | |
| • décrire les facteurs qui déterminent les préférences de chacun pour des activités physiques données (p. ex. satisfaction, disponibilité, aptitudes personnelles, activités d'intérieur par opposition à activités de plein air) | | |
| • se fixer des objectifs précis et réalisables dans un délai donné en vue d'adopter un mode de vie physiquement actif et de le maintenir (p. ex. opter pour des modes de transport actif, intégrer une équipe sportive, essayer une nouvelle activité récréative) | | |
| • définir des stratégies pour atteindre ses objectifs (p. ex. prendre en considération le type d'activité, sa fréquence, son intensité et l'heure à laquelle elle a lieu; choisir des activités qu'il va prendre plaisir à faire et qui sont accessibles à tous; choisir des activités qui ont lieu dans un environnement agréable) | | |
| • participer à des activités physiques énergiques entraînant une accélération du rythme cardiaque et respiratoire | | |
| • choisir et participer à des activités physiques qui permettent de développer sa force et son endurance musculaires, son endurance cardiovasculaire et sa souplesse | | |
| • expliquer l'importance d'une tenue vestimentaire adaptée à une activité physique précise (p. ex. sécurité, confort, liberté de mouvement) | | |
| • participer à des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques pratiquées (p. ex. pour échauffer les muscles sollicités pendant l'activité) | | |

# Modèle d'évaluation formative

## *7e année*

# Éducation physique – 7e année : Tableau de survol de l'évaluation

Ce tableau vise à fournir aux enseignants des suggestions et des directives générales quant à l'évaluation formative et sommative des élèves et au pourcentage à accorder à chaque composante du programme d'éducation physique en 7e année.

| Composantes et sous-composantes | Activités d'évaluation suggérées | Pourcentage suggéré | Durée d'enseignement suggérée | Nombre de résultats d'apprentissage prescrits | Nombre de résultats d'apprentissage par domaine* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Domaine cognitif | | | | |
| | | | | | C | C et A | PMS | DA | DP |
| **Vie active**<br>***Connaissances*** | • discussions menées en classe<br>• tableaux et schémas conceptuels<br>• journaux de bord et notes<br>• épreuves écrites et tests oraux<br>• projets de recherche<br>• plans d'établissement d'objectifs<br>• affiches et shémas<br>• fiches d'activités<br>• modèles | **28 à 35 %** | **Répartie entre les différentes composantes** | **4** | **0** | **0** | **4** | **0** | **0** |
| ***Participation*** | • vidéos<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités<br>• rencontres élève-enseignant | **Réparti entre les différentes composantes** | | **1** | **0** | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Habiletés de mouvement** | • épreuves de rendement<br>• vidéos<br>• enseignement entre pairs<br>• fiches et grilles d'observation<br>• journaux d'activités | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **2** | **1** | **0** | **3** |
| **Sécurité, esprit sportif et leadership** | • fiches et grilles d'observation<br>• enseignement entre pairs<br>• discussions menées en classe<br>• fiches d'activités | **28 à 35 %** | | **3** | **0** | **1** | **0** | **2** | **0** |
| **Total :** | | **100 %** | **90 à 100 h** | **11** | **0** | **3** | **5** | **2** | **4** |

* Les résultats d'apprentissage prescrits des programmes d'études de la Colombie-Britannique déterminent l'apprentissage obligatoire en fonction d'au moins un des trois domaines d'apprentissage, soit cognitif, affectif et psychomoteur. Les abréviations suivantes désignent les trois niveaux inhérents au domaine cognitif : C = Connaissance; C et A = Compréhension et application; PMS = Processus mentaux supérieurs. Les abréviations DA et DP désignent respectivement les domaines affectif et psychomoteur.

Veuillez noter que certains résultats d'apprentissage prescrits relèvent de plusieurs domaines, comme l'indique le tableau ci-dessus. Pour en savoir plus sur les domaines d'apprentissage et sur les niveaux du domaine cognitif, veuillez vous reporter à la section consacrée aux résultats d'apprentissage prescrits.

# 7e ANNÉE

## SOMMAIRE

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 7e année comporte les suggestions d'unités d'évaluation suivantes :

- Chasse au trésor
- Hockey sur gazon
- Suites de mouvements de gymnastique au sol
- Randonnées pédestres

### *Apprentissage réalisé au cours des années d'études précédentes*

**Vie active**

- décrire les bienfaits d'une participation régulière à des activités physiques sur le bien-être physique et émotionnel d'une personne
- connaître les facteurs de la condition physique
- reconnaître les groupes musculaires sollicités pendant l'activité physique
- surveiller l'effort pendant l'activité physique
- analyser la relation entre nutrition et activité physique
- énumérer diverses activités physiques pouvant être pratiquées dans différents lieux
- se fixer des objectifs en matière d'activité physique

**Habiletés de mouvement**

- s'entraîner à exécuter des habiletés en vue de les perfectionner
- exécuter des mouvements dans son espace personnel tout en se déplaçant dans l'espace commun et en gardant l'équilibre
- maîtriser les habiletés locomotrices suivantes : marcher, courir, sauter sur deux pieds et à cloche-pied, exécuter des roulades, sauter à la corde et sautiller, galoper, faire des pas chassés, s'arrêter avec les deux pieds, basculer d'avant en arrière et osciller, balancer les bras et les jambes, exécuter un pas tournant, sauter avec élan et sauter par-dessus un obstacle
- adopter une bonne position de départ pour exercer des habiletés locomotrices
- maîtriser les habiletés de manipulation suivantes : faire glisser ou rouler, lancer et porter un objet, frapper un objet fixe du pied ou avec un instrument, attraper un objet à deux mains avec ou sans blocage, lancer un objet par en dessous avec une main, contrôler un objet avec le pied, dribler avec les mains, attraper à une main, frapper un objet avec la main ou avec un instrument, lancer par-dessus l'épaule, dribler avec les pieds
- exécuter des suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation
- adapter sa vitesse, sa hauteur, son trajet et sa direction en fonction des personnes et des objets en mouvement
- employer des stratégies d'attaque et de défense
- exécuter les différentes phases d'un mouvement (position de départ, mouvement, accompagnement)

**Sécurité, esprit sportif et leadership**

- faire preuve de prudence lorsqu'il participe à diverses activités physiques; utiliser l'équipement et les installations de façon sûre
- connaître l'importance des exercices d'échauffement et de récupération
- appliquer les principes de l'esprit sportif
- saisir les occasions qui se présentent d'assumer un rôle de leadership dans la pratique d'activités physiques

### *Habiletés de mouvement et activités*

Ce volet du modèle d'évaluation formative consacré à la 7e année propose une série d'unités qui décrivent différents moyens suggérés aux enseignants pour organiser, présenter et évaluer le contenu obligatoire du programme d'études en 7e année. Ces unités, cependant, ne figurent qu'à titre indicatif et ne représentent que quelques façons, parmi tant d'autres, de mener à bien le programme d'études.

Le tableau ci-dessous vise à fournir une aide supplémentaire aux enseignants en soulignant les habiletés précises de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui constituent les résultats d'apprentissage prescrits en 7e année. Il comporte également des exemples variés d'activités issues de différentes catégories pouvant être utilisées pour présenter et évaluer ces habiletés. Cette liste n'est fournie qu'à titre indicatif. Elle n'est pas exhaustive et son contenu n'a pas un caractère obligatoire. Il est souhaitable que les enseignants présentent les résultats d'apprentissage prescrits au moyen d'activités correspondant aux besoins spécifiques de leurs élèves.

| *7e année* | Habiletés de mouvement | Exemples d'activités | |
|---|---|---|---|
| **Habiletés de manipulation** | envoyer et recevoir des objets à une certaine distance avec précision et contrôle dans des situations prévisibles | • jeux formateurs, originaux et variés avec bâtons et balles, sur un court et sur l'herbe, et jeux comprenant l'utilisation d'un filet ou d'un mur (p. ex. shinny, hockey sur gazon, cricket, balle molle, crosse, ballon chasseur, soccer, badminton, volley-ball, ballon balai, water-polo) | • gymnastique rythmique<br>• jonglerie en équipe<br>• jeux de relais |
| **Habiletés de mouvement combinées :**<br>• **locomotrices**<br>• **non locomotrices**<br>• **de manipulation** | appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières | • adapter les jeux terrestres à des jeux aquatiques ou sur la neige ou la glace<br>• appliquer des habiletés de mouvement individuelles à des activités à deux ou en groupe | • modifier un jeu en y intégrant différents instruments |
| | créer des suites de mouvements non locomoteurs, locomoteurs et de manipulation qui témoignent d'une bonne utilisation des qualités du mouvement | • suites de mouvements de danse ou de gymnastique<br>• suites de mouvements de la pagaie en canot<br>• suites de mouvements de natation, nage synchronisée<br>• patinage synchronisé<br>• arts martiaux | • jeux de miroir<br>• jonglerie tout en se déplaçant<br>• suites de mouvements de ski<br>• suites d'habiletés utilisées dans le cadre de jeux<br>• relais |

# UNITÉS D'ÉVALUATION SUGGÉRÉES

## *Chasse au trésor*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique
C3 assumer un rôle de leadership en instaurant un climat favorable à l'activité physique (p. ex. jouer le rôle de mentor, d'organisateur, de moniteur)

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Demander aux élèves de préparer, en petits groupes, une carte du terrain de l'école qui présente une série d'activités pouvant être pratiquées à des endroits précis (p. ex. épreuves de lancer et de réception, saut à la corde, saut, équilibre, courses d'obstacles). Les élèves vont accompagner des camarades plus jeunes dans cette course qu'ils ont conçue. Discuter avec la classe des types d'activités pouvant convenir à ces élèves. Tout au long de la chasse au trésor, les élèves devraient aider ces élèves plus jeunes à suivre les instructions et à participer aux activités prévues dans chaque atelier. Ils doivent s'assurer qu'ils choisissent des postes de contrôle sûrs qui ne sont pas trop difficiles à trouver pour des élèves plus jeunes. | • Demander aux élèves de mener une évaluation de la chasse au trésor préparée par leur groupe, en tenant compte de la mesure dans laquelle ils ont été capables :<br>- de reconnaître les habiletés de mouvement élémentaires pouvant être utilisées dans des activités variées (p. ex. habiletés associées à l'envoi et à la réception d'un objet, habiletés locomotrices);<br>- d'appliquer des habiletés déjà acquises à des activités physiques nouvelles et non familières;<br>- donner l'exemple de comportements sécuritaires;<br>- de choisir des séries d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques particulières de la course au trésor;<br>- d'adapter les règles lorsque cela est nécessaire et de veiller à inclure les élèves plus jeunes;<br>- d'adopter des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter les autres participants;<br>- d'aider les élèves plus jeunes dans leur apprentissage et leur utilisation d'habiletés de mouvements dans la chasse au trésor.<br><br>L'évaluation menée par l'enseignant peut être basée sur des critères semblables à ceux qui sont énoncés dans l'exemple d'instrument d'évaluation présenté à la fin du présent volet (**Responsabilité de l'élève**). |

*(suite à la page suivante)*

*Chasse au trésor (suite)*

- Les critères énoncés dans *Les normes de performance de la Colombie-Britannique : Responsabilité sociale – De la 6e à la 8e année* peuvent être utilisés pour évaluer la performance de l'élève en ce qui a trait à l'atteinte des objectifs suivants :
  - apporter sa contribution à la vie de la classe et à celle du milieu scolaire (Section 1);
  - résoudre des problèmes de manière pacifique (Section 2);
  - valoriser la diversité et défendre les droits de la personne (Section 3).

  Les normes de performance de la Colombie-Britannique peuvent être consultées en ligne à www.bced.gov.bc.ca/perf_stands/

# *Hockey sur gazon*

## Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières

B2 montrer qu'il maîtrise les techniques appropriées pour envoyer ou recevoir un objet à une certaine distance avec précision et contrôle, dans des situations imprévisibles (p. ex. frapper un objet avec le pied pour l'envoyer à différentes distances, intercepter la balle d'un adversaire, faire une passe à un partenaire en mouvement)

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Présenter aux élèves, sur plusieurs séances, des habiletés associées au jeu du hockey sur gazon et leur offrir la possibilité d'en faire l'apprentissage et de s'entraîner à les utiliser. Ces habiletés devraient inclure celles-ci : frapper une balle avec une vitesse et une précision raisonnables; dribler, tirer et faire une passe; dribler et éviter l'adversaire qui vient en sens inverse; approcher un adversaire et le tacler de façon juste; occuper différentes positions d'attaque et de défense. Afin de soutenir les élèves dans leur apprentissage de ces habiletés, leur montrer des vidéos de jeux de hockey sur gazon de compétition. Leur laisser suffisamment de temps pour l'apprentissage individuel et en groupe. Utiliser des ressources en ligne et des documents imprimés pour présenter aux élèves les considérations liées à la sécurité, l'équipement et les règles utilisées dans le cadre d'une partie formelle de hockey sur gazon. À la fin de l'unité, offrir la possibilité aux élèves d'utiliser les habiletés nouvellement acquises dans une partie préparatoire de hockey sur gazon. | • Tout au long de l'unité, utiliser une fiche d'observation pour évaluer les habiletés des élèves :<br>- à montrer leur connaissance des règlements du hockey sur gazon;<br>- à établir des liens entre les habiletés utilisées dans le hockey sur gazon et des habiletés de mouvement comparables, acquises antérieurement (p. ex. stratégies d'attaque et de défense, technique utilisée pour frapper un objet en y associant un déplacement);<br>- à montrer qu'ils comprennent la manière dont des concepts tels que l'angle de projection, la gravité ou la vitesse influent sur le contrôle, la distance et la précision d'un lancer ou d'une réception;<br>- employer des stratégies d'attaque et de défense appropriées pour exécuter des passes contrôlées et précises (p. ex. au cours d'une activité où il faut passer un objet à quelqu'un et poursuivre sa course, évaluer la situation, se déplacer dans l'espace ouvert pour recevoir une passe, se déplacer vers un objectif, se placer);<br>- choisir la méthode la plus appropriée pour faire une passe et recevoir un objet dans une situation donnée.<br><br>Fournir aux élèves ces mêmes critères pour réaliser leur autoévaluation formative.<br><br>Comme activité connexe, demander aux élèves de travailler en groupes à l'élaboration d'une affiche, d'une vidéo ou d'autres ressources afin de présenter les habiletés et les règlements du hockey sur gazon à une autre classe. |

## *Suites de mouvements de gymnastique au sol*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

**HABILETÉS DE MOUVEMENT**

B1 appliquer des habiletés de mouvements acquises à des activités physiques nouvelles et non familières

B3 exécuter des suites de mouvements faisant appel à des habiletés non locomotrices, locomotrices et de manipulation déjà acquises, et qui révèlent des qualités du mouvement telles que la vitesse, la force et la souplesse

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées

C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Inviter les élèves à travailler en groupes à la création d'une suite de mouvements de gymnastique au sol. Revoir avec eux les habiletés de gymnastique qu'ils ont apprises (p. ex. poses de début et de fin de mouvements, roulades et culbutes, sauts et bonds, équilibre, tours, éléments à manipuler tels que rubans et cerceaux). Discuter de la façon dont ces habiletés peuvent être adaptées à une suite de mouvements exécutée seul, avec un partenaire ou en groupe. | • Demander aux élèves de mener, en groupes, une évaluation de la suite de mouvements de leurs pairs. Les critères d'évaluation peuvent inclure les habiletés suivantes et la mesure dans laquelle ils sont capables :<br>- de reconnaître une gamme d'habiletés élémentaires de mouvements pouvant être utilisées dans des activités variées (p. ex. poses de début et de fin de mouvements, roulades et culbutes, sauts et bonds, équilibre, tours, éléments à manipuler tels que rubans et cerceaux);<br>- d'adapter les habiletés de mouvement à un environnement de groupe;<br>- d'inclure des transitions (p. ex. roulades, tours, changements de formation) dans leurs suites de mouvements;<br>- d'enchaîner leurs mouvements de façon fluide et harmonieuse;<br>- d'exécuter des mouvements synchronisés;<br>- de donner l'exemple en matière de comportements prudents tout au long de l'activité;<br>- de choisir des exercices d'échauffement et de récupération adaptés à l'activité;<br>- d'adopter des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter les autres participants. |

## *Randonnées pédestres*

### Résultats d'apprentissage prescrits

*On s'attend à ce que l'élève puisse :*

**VIE ACTIVE (*Connaissances*)**

A1 mettre en relation les effets d'une participation régulière à différents types d'activités physiques et sa qualité de vie (p. ex. réduction du stress, prévention de l'apparition de certaines maladies, amélioration globale de la santé physique et émotionnelle)
A2 analyser la relation entre ses choix nutritionnels et sa participation à des activités physiques
A3 mesurer son rythme cardiaque pendant l'activité physique en relation avec les zones de rythme cardiaque visées
A4 élaborer un plan pour atteindre ses objectifs en matière d'activité physique

**VIE ACTIVE (*Participation*)**

A5 participer sur une base quotidienne (p. ex. cinq fois par semaine) à diverses activités physiques allant de modérées à énergiques qui appuient ses objectifs personnels en matière d'activité physique

**SÉCURITÉ, ESPRIT SPORTIF ET LEADERSHIP**

C1 adopter des pratiques sûres permettant de participer à des activités physiques déterminées
C2 donner l'exemple en matière d'esprit sportif dans tous les aspects de l'activité physique

*(suite à la page suivante)*

*Randonnées pédestres (suite)*

| PLANIFICATION DE L'ÉVALUATION | STRATÉGIES D'ÉVALUATION |
|---|---|
| • Fournir aux élèves l'occasion de mener une recherche et une discussion sur les préparatifs nécessaires en vue de réaliser une randonnée d'une journée sur un sentier de randonnée local. Inviter plusieurs personnes qui ont emprunté ce sentier à parler des exigences en matière de sécurité, ainsi que des difficultés et des bienfaits de cette randonnée.<br><br>Demander aux élèves de travailler en groupes à la préparation d'un plan de randonnée qui va préciser les points suivants :<br>- les besoins nutritionnels,<br>- les exigences en matière de sécurité et d'équipement,<br>- les préparatifs d'urgence,<br>- la manière de garantir la pleine participation d'élèves possédant des habiletés différentes.<br><br>Mener des activités de pré-randonnée pour permettre aux élèves de vérifier s'ils sont prêts à faire cette randonnée et de se fixer des objectifs pertinents. Revoir comment surveiller son rythme cardiaque (p. ex. à l'aide d'un tableau ou d'une affiche présentant les zones de rythme cardiaque visées) et discuter comment ils peuvent surveiller leur rythme cardiaque au cours de randonnées pédestres. Définir l'expression *activité aérobique* et expliquer comment celle-ci contribue à la santé cardiovasculaire; organiser une activité de remue-méninges pour trouver d'autres activités aérobiques. | • Après la randonnée, demander aux élèves de créer une rubrique dans leur journal de bord racontant leur expérience de randonnée, s'ils l'ont appréciée et sa relation avec leurs objectifs en matière d'activité physique. À la lecture de leur rubrique, tenter de trouver des indications montrant qu'ils peuvent :<br>- décrire les effets positifs d'une participation à des activités physiques sur le bien-être émotionnel d'une personne (p. ex. réduction du stress, interaction sociale, satisfaction);<br>- décrire les effets positifs d'une participation à des activités physiques sur le bien-être physique d'une personne;<br>- déterminer dans quelle mesure leurs choix nutritionnels courants sont favorables à l'activité physique et contribuent à leur état de santé en général;<br>- comparer leur rythme cardiaque avant, pendant et après l'activité aérobique avec les zones générales de rythme cardiaque visées;<br>- nommer les différents facteurs qui doivent être pris en compte lors de la création d'un plan personnel d'activité physique et en discuter;<br>- se fixer des objectifs précis, mesurables et réalisables dans un délai donné en matière d'activité physique;<br>- surveiller leur progrès dans l'atteinte de leurs objectifs;<br>- appliquer les règles qu'ils connaissent en matière de sécurité à de nouveaux contextes et de nouvelles activités;<br>- donner l'exemple en matière de comportements prudents dans des situations variées (p. ex. lors d'une randonnée, rester sur le chemin et derrière le guide);<br>- choisir des suites d'exercices d'échauffement et de récupération adaptées aux activités physiques pratiquées (p. ex. pour échauffer les muscles sollicités pendant la randonnée);<br>- définir les consignes à suivre pour porter secours à une personne blessée lors d'une randonnée pédestre;<br>- adopter des comportements qui témoignent d'un esprit sportif, comme encourager et respecter les autres participants. |
| • Comme activité additionnelle, organiser une deuxième randonnée pédestre en empruntant le même sentier, plus tard dans l'année, et comparer la nouvelle performance des élèves à la précédente. | • Les élèves peuvent mener une autoévaluation de leur capacité à :<br>- mesurer et comparer différents rythmes cardiaques;<br>- s'efforcer d'atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés en matière de conditionnement physique. |

## *Instrument d'évaluation*
## RESPONSABILITÉ DE L'ÉLÈVE

| | |
|---|---|
| **4** | **Pleinement atteint**<br>• Écoute les directives et les explications avec attention et aide ses camarades en cas de besoin.<br>• Suit les règles, les pratiques et les directives de sécurité.<br>• Affiche une attitude positive, participe pleinement aux activités et essaie de nouvelles tâches de bon gré et en adoptant une attitude confiante.<br>• Travaille avec les autres élèves de manière coopérative tout en apportant sa contribution, et soutient les élèves possédant des habiletés, des aptitudes et des antécédents variés.<br>• Offre à ses camarades de classe des commentaires positifs et constructifs.<br>• Respecte l'étiquette et fait preuve d'un esprit sportif.<br>• Interagit avec les autres élèves et utilise l'équipement de manière sécuritaire.<br>• Présente des qualités de leadership et adopte une attitude responsable par rapport aux rôles qui lui sont assignés. |
| **3** | **Acquis**<br>• Écoute, de façon constante, les directives et les explications avec attention et suit les règles, les pratiques et les directives de sécurité.<br>• Participe de bon gré à l'activité physique, en affichant une attitude confiante et positive.<br>• Se montre coopératif, adopte une attitude responsable par rapport aux rôles qui lui sont assignés et encourage les autres élèves.<br>• Joue équitablement et utilise l'équipement avec prudence. |
| **2** | **En progression**<br>• Écoute les directives et les explications et, de manière générale, suit les règles, les pratiques et les directives de sécurité.<br>• Participe de bon gré à la plupart des tâches.<br>• Montre que sa confiance grandit.<br>• Travaille avec les autres élèves, et lorsqu'on lui apporte un soutien, adopte une attitude responsable par rapport aux rôles qui lui sont assignés.<br>• De manière générale, joue de façon équitable et utilise l'équipement avec prudence. |
| **1** | **En formation**<br>• Écoute les directives et les explications lorsqu'on les lui rappelle.<br>• Suit les règles, les pratiques et les directives de sécurité lorsqu'il est directement supervisé.<br>• Participe lorsqu'on l'encourage à le faire.<br>• A besoin du soutien de l'enseignant pour travailler avec les autres et a des difficultés à résoudre les conflits qui surgissent. |
| **0** | **Ne peut pas être évalué**<br>• N'est pas prêt quand il se présente au cours, ou n'assiste pas au cours. |

# Ressources d'apprentissage

## *Éducation physique M à 7*

## INFORMATION AU SUJET DES RESSOURCES D'APPRENTISSAGE LIÉES AUX PROGRAMMES D'ÉTUDES

Pour voir la liste actuelle des ressources d'apprentissage recommandées, veuillez consulter le site des ressources d'apprentissage : www.bced.gov.bc.ca/irp_resources/lr/resource/gradcoll.htm

### *Collection par classe*

Le tableau de la collection par classe regroupe les ressources d'apprentissage par support médiatique et indique les liens avec les composantes et sous-composantes du programme d'études. Le tableau est suivi d'une bibliographie annotée. Les enseignants doivent vérifier auprès des fournisseurs que les renseignements sont complets et mis à jour avant de passer une commande.

On trouvera la politique du Ministère relative aux ressources d'apprentissage sur le site des politiques du Ministère : www.bced.gov.bc.ca/policy/policies/

# GLOSSAIRE

## *Éducation physique M à 7*

Ce glossaire renferme une liste de termes utilisés dans cet Ensemble de ressources intégrées et définis en fonction de leur intérêt pour le programme d'Éducation physique M à 7. Il est fourni pour des besoins de clarification et ne doit pas être considéré comme une liste exhaustive des termes liés au sujet du cours.

## A

**activité aérobique**
*aerobic activity*

Toute activité suffisamment intense et soutenue pour provoquer une accélération du rythme cardiaque et respiratoire. L'activité aérobique permet de développer l'*endurance cardiovasculaire*. Parmi les exemples d'activités aérobiques, on trouve la course à pied et le jogging, le vélo, le patinage de vitesse, le ski de fond, la danse sur musique de jazz, le hip-hop, l'aviron, le hockey, le basketball, les longueurs en piscine, la montée d'escaliers, le saut à la corde, etc.

**activités hors du terrain de l'école**
*alternative environment activities*

Dans le cadre de cet ERI, désigne les activités qui se déroulent principalement en dehors du terrain de l'école, par exemple à la piscine (natation, plongeon, jeux aquatiques), à la patinoire (patinage artistique, patinage de vitesse, hockey sur glace), sur les plans d'eau (canot, kayak, planche à voile), dans les parcs et les zones de nature protégée (randonnées pédestres, escalade de rocher, raquette, ski de fond) et dans les installations communautaires de loisirs (équitation, planche à neige, luge, curling).

**activité physique**
*physical activity*

Au sens le plus large, fait référence à tout mouvement du corps qui entraîne une dépense d'énergie. Cependant, pour parvenir à réaliser certaines composantes du programme d'éducation physique, l'activité physique doit se situer entre l'activité modérée et l'activité énergique. Les activités physiques modérées sont celles qui font augmenter le rythme cardiaque. Les activités physiques énergiques provoquent une accélération du rythme cardiaque et maintiennent cette accélération sur une période déterminée. Les activités physiques énergiques sont aérobiques par nature.

## D

**déplacements actifs**
*active transportation*

Comprennent la bicyclette, le patinage (p. ex. la planche à roulettes, le patin à roues alignées, la trottinette) et la marche. L'utilisation régulière des déplacements actifs constitue une stratégie pour maintenir un mode de vie sain et actif.

## E

**échauffement**
*warmup*

Série structurée de mouvements qui visent à accélérer le rythme cardiaque et la circulation afin de mobiliser les articulations et les muscles sollicités pendant l'activité à venir, et à encourager la concentration et la conscience du corps. Parmi les exemples d'activités d'échauffement, on peut citer les étirements lents, la course sur place, la course de vitesse, etc.

**endurance cardiovasculaire**
*cardiovascular endurance*

Appelée aussi « endurance aérobie » ou « endurance cardiorespiratoire », l'endurance cardiovasculaire désigne la capacité du coeur et des poumons de soutenir une activité physique allant de modérée à intense pour des périodes prolongées sans causer de stress excessif au corps. L'endurance cardiovasculaire est une caractéristique déterminante du conditionnement physique.

**équilibre dynamique**
*dynamic balance*

Équilibre maintenu tout en se déplaçant. Les élèves peuvent faire preuve d'équilibre dynamique dans des activités telles que la gymnastique, le patinage, la danse, les jeux simples (p. ex. Suivez le chef), etc.

**équilibre statique**
*static balance*

Équilibre en position stationnaire. Les élèves peuvent se tenir en équilibre statique dans des activités comme la gymnastique, les jeux éducatifs (p. ex. Jacques a dit), et les habiletés non locomotrices comme la création de formes avec son corps.

**esprit sportif**
*fair play*

Comprend des aptitudes et des comportements tels que le respect des règlements, les encouragements à ses pairs, la coopération, le respect des aptitudes et des habiletés de chacun, l'expression de ses émotions et la capacité à réagir de façon pertinente.

## F

**facteurs de la condition physique**
*components of fitness*

Caractéristiques interdépendantes qui déterminent la condition physique d'une personne. Voir *force et endurance musculaires*, *endurance cardiovasculaire* et *souplesse*.

**force et endurance musculaires**
*muscular strength and endurance*

Importance de la force qu'un muscle ou un groupe de muscles peut exercer et sa capacité à l'exercer de façon soutenue. La force et l'endurance musculaires sont des facteurs de la condition physique.

## G

**gymnastique**
*gymnastics*

Dans le contexte de l'éducation physique, désigne une vaste gamme d'activités permettant de développer des aptitudes et des habiletés telles que l'équilibre, la souplesse, la coordination, la conscience du corps et de l'espace, ou encore les roulades et les culbutes. Cette catégorie d'activités comprend la gymnastique centrée sur les thèmes pédagogiques (p. ex. formes, équilibre, appel et réception au sol, transfert de poids, envol), la gymnastique acrobatique (p. ex. culbutes, équilibre, mini-trampoline), la gymnastique rythmique (p. ex. avec rubans, ballons, cerceaux), et la gymnastique artistique ou nécessitant l'utilisation d'appareils (p. ex. exercices au sol, barres parallèles, poutre et banc d'équilibre).

## H

**habiletés de manipulation**
*manipulative movement skills*

Habiletés de mouvement qui comprennent la manipulation et le contrôle d'objets, principalement avec les mains (p. ex. envoyer, attraper, porter, dribler), mais également avec les pieds (p. ex. frapper du pied, dribler, bloquer). Les habiletés de manipulation peuvent aussi nécessiter l'utilisation d'instruments particuliers.

**habiletés locomotrices**
*locomotor movement skills*

Habiletés de mouvement qui incluent des déplacements d'un lieu vers un autre. Parmi les exemples d'habiletés locomotrices, on trouve la marche, la course, le saut à la corde, le sautillement, la galopade et l'exécution de roulades.

**habiletés non locomotrices**
*non-locomotor movement skills*

Mouvements exécutés sur place, sans déplacement d'un lieu vers un autre. Les exemples d'habiletés non locomotrices incluent les mouvements suivants : créer des formes avec son corps (p. ex. se recroqueviller, se tordre, s'accroupir), tirer, pousser, tourner, pivoter, basculer d'avant en arrière ou osciller et balancer les bras et les jambes.

## I

**Instrument**
*implement*

Accessoire utilisé lors d'activités physiques pour envoyer, bloquer ou recevoir un objet (p. ex. raquette de tennis, de badminton ou de squash; bâton de baseball; batte de cricket; bâton de hockey ou de jeu de crosse). Voir aussi *habiletés de manipulation*.

## P

**position de départ**
*ready position*

Adoption de la bonne posture en préparation d'une activité qui est sur le point de démarrer (p. ex. répartir son poids sur ses deux jambes, regarder devant soi et fixer son attention sur la tâche, placer ses mains en position).

## Q

**qualités du mouvement**
*qualities of movement*

Attributs d'une habileté de mouvement qui contribuent à son efficacité ou à son intérêt esthétique. La vitesse, la force, le temps ou la vitesse et la fluidité sont des exemples de qualités du mouvement.

## R

**récupération**
*cooldown*

Séries d'exercices d'étirement exécutés de façon lente à la fin du cours ou à la suite de mouvements plus rapides. Les suites d'exercices de récupération contribuent à ralentir le rythme cardiaque jusqu'à ce qu'il retrouve un rythme normal et facilitent la transition vers la tâche suivante. Voir aussi *échauffement*.

## S

**situation imprévisible**
*unpredictable setting*
Désigne les activités où la vitesse, la hauteur ou la direction varient, telles que les activités qui comportent une cible ou un adversaire en mouvement.

**situation prévisible**
*predictable setting*
Désigne les activités dont la vitesse, le niveau et la direction sont constants, telles que les activités avec une cible ou un partenaire stationnaire.

**suivre des yeux**
*tracking*
Observer un objet en mouvement (p. ex. un ballon, d'autres joueurs). Le suivi des yeux est une habileté qui aide les élèves à anticiper les mouvements et à atteindre une plus grande précision.

## T

**trajet**
*pathway*
Parcours décrit par une personne qui se déplace au cours d'une activité physique. Un trajet peut être droit, en zigzag, en spirale, circulaire, sinueux, comporter des virages, suivre des formes géométriques, etc.