

Connaissances abordées durant l'année (maîtrise)	
Tout au long de l'année, l'élève élargit son champ de connaissances en éducation physique et à la santé.	
Étape 1	Étape 2
<p>* Référence : document sur la progression des apprentissages</p> <p>Les éléments techniques de l'action liés aux activités</p> <p>Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique pratiquée.</p> <p>Les éléments techniques de l'action liés aux activités</p> <p>Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique¹ pratiquée</p> <p>¹ Les techniques spécifiques de chaque type d'activité physique (ex. : activités d'opposition, activités collectives) ne sont pas précisées puisqu'elles diffèrent pour chaque activité.</p> <p>L'esprit sportif</p> <p>Démontrer une combativité respectueuse de ses adversaires (ex : ajuster ses actions ou celles de son équipe pour ne pas humilier l'adversaire)</p> <p>Démontrer de la dignité et une maîtrise de soi peu importe l'activité physique pratiquée (ex : contrôler ses émotions)</p> <p>Persévérer dans une activité malgré les difficultés et les résultats afin de se dépasser (ex : essayer à nouveau à la suite d'un échec, sortir de sa zone de confort pour repousser ses limites)</p>	<p>* Référence : document sur la progression des apprentissages</p> <p>Les éléments techniques de l'action liés aux activités</p> <p>Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique pratiquée.</p> <p>Les éléments techniques de l'action liés aux activités</p> <p>Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique¹ pratiquée</p> <p>¹ Les techniques spécifiques de chaque type d'activité physique (ex. : activités d'opposition, activités collectives) ne sont pas précisées puisqu'elles diffèrent pour chaque activité.</p> <p>L'esprit sportif</p> <p>Démontrer une combativité respectueuse de ses adversaires (ex : ajuster ses actions ou celles de son équipe pour ne pas humilier l'adversaire)</p> <p>Démontrer de la dignité et une maîtrise de soi peu importe l'activité physique pratiquée (ex : contrôler ses émotions)</p> <p>Persévérer dans une activité malgré les difficultés et les résultats afin de se dépasser (ex : essayer à nouveau à la suite d'un échec, sortir de sa zone de confort pour repousser ses limites)</p>

Matériel pédagogique (volumes, notes, cahiers d'exercices, etc.)	Organisation, approches pédagogiques et exigences particulières
<p>«Allez Hop» «Sains et actifs» Sciences de l'exercice Principe et méthode d'entraînement Tout document spécifique aux différents sports</p> <p>Tous comme source d'information</p>	<p>Le port du costume (short ou pantalon de sport) est obligatoire ainsi que les souliers de sports.</p>
Devoirs et leçons	Récupération et enrichissement
<p>Travail à faire à la maison pour compléter ce qui a été commencé en cours. (plan d'entraînement, travail de recherche sur un sport en particulier...)</p>	<p>Reprise pendant le midi ou après l'école si possible.</p>

Éducation physique et à la santé, 1 ^{re} secondaire	
Compétences développées par l'élève	
<p>Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</p>	<p>Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève tient compte des caractéristiques du contexte dans lequel il effectue une activité (activités cycliques, à action unique, d'adresse et technico-artistiques) afin de faire les choix appropriés pour son exécution d'actions (selon les techniques enseignées) et d'enchaînements (dans l'ordre planifié). Il exécute une variété d'actions motrices et de combinaisons d'actions en contrôle et de façon efficiente (rythme, direction et continuité). Il applique des principes qui répondent aux contraintes de l'environnement physique. Il fait un bilan de sa prestation pour en dégager les points forts et les difficultés qu'il doit corriger selon des principes associés à l'exécution d'actions motrices. Il applique les règles de sécurité et d'éthique qui s'imposent selon le contexte.</p>
<p>Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</p>	<p>Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon ses capacités, celles de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il tient compte de ses partenaires ou de ses opposants lorsqu'il exécute des actions et des stratégies prévues dans le plan d'action tout en s'ajustant aux situations imprévues. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu aux plans d'action. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Il évalue, avec ses partenaires, la démarche, les plans et les résultats afin de déterminer les améliorations souhaitables et les éléments à conserver.</p>
<p>Adopter un mode de vie sain et actif</p>	<p>Au cours de l'année, l'élève élabore des plans de pratique régulière d'activités physiques et d'amélioration ou de maintien de saines habitudes de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Il évalue sa démarche, ses plans, ses résultats, l'atteinte de ses objectifs et dégage les apprentissages réalisés.</p>
<p>Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer. Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.</p>	

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (40 %) Du 1 septembre au 13 Janvier		2 ^e étape (60 %) Du 14 Janvier au 22 juin				
Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape	Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?	Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape	Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?	Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape	Épreuves obligatoires MELS / CS	Résultat inscrit au bulletin
Observation de l'élève lors de situations d'évaluation en : - Touch Football - Ping-pong - Conditionnement Physique (Cooper, Léger-Boucher)	Oui C1 + C3 :80% Savoir-être: 20%	Observation de l'élève lors de situations d'évaluation en : - Golf - Basketball - Futsal - Jeux Coop - Flag football	Oui C 2+ C3 :80% Savoir-être: 20%	Observation de l'élève lors de situations d'évaluation en : - Athlétisme - RCR ? - Badminton 2 - Hockey-cosom - DBL - Flag football 2 - Balle molle - Spike ball - Volleyball 2 - Tennis	Non	Oui C1 + C 2+ C3 :80% Savoir-être: 20%