



Syllabus 2020-2021

Discipline : Éducation physique et à la santé
Cycle : 3
Année : 1 et 2

Introduction
Les éducateurs et éducatrices visent l'atteinte d'objectifs centrés sur la formation multidimensionnelle de l'être humain, ainsi que l'amélioration de son bien-être : physique, mental et social.
L'éducateur ou l'éducatrice physique utilise une variété d'activités physiques ou de pratiques corporelles – <i>sports individuels, collectifs, activités de plein air, de gestion de stress, etc.</i> - pour mieux former l'être humain et améliorer sa santé.
Les enseignantes et enseignants du cours d'éducation physique et à la santé sont appelés à mettre en place une variété de situations d'apprentissage pour amener les élèves à acquérir progressivement un répertoire de connaissances utiles et nécessaires à l'exercice des trois compétences visées par le programme.
Les compétences à développer :
CD1 : pratiquer des activités physiques individuellement
CD2 : pratiquer des activités physiques avec d'autres élèves
CD3 : se donner les moyens pour adopter un mode de vie sain et actif

Comment ces compétences seront développées?	
Par le biais d'activités physiques qui regroupent divers thèmes.	
- mobilité	- effort physique
- locomotion	- manipulation
- coopération	- opposition
- coopération-opposition	- expression

Aperçu du contenu : savoirs essentiels	
Les principes d'équilibration, les actions de locomotion, les actions de non-locomotion, les actions de manipulation, les principes de communication, les principes de synchronisation, les rôles à jouer, les principes d'action lors d'activités de combat, principes d'action lors d'activités de duel, activités collectives dans un espace commun, activités collectives dans un espace restreint, actions de coopération, actions d'opposition, actions de coopération-opposition, les éléments liés à l'éthique, les habitudes de vie, la pratique régulière d'activités physiques, la pratique sécuritaire d'activités physiques, la condition physique (ses déterminants), l'hygiène corporelle liée à la pratique d'activités physiques, les effets de la sédentarité, le fonctionnement du corps.	

Évaluations et communications du développement des compétences	
Évaluations et étapes	Communication dans bulletins
CD1 - Pratiquer des activités physiques individuellement	
Étape 1	Observation des élèves dans le contexte individuel lors des activités physiques. Ex : feintes, esquives, changement de direction, manipulation d'objets, équilibre. Observation de déplacements avec ou sans obstacles, sauts à la corde, exécuter des roulades, maintenir des postures complexes, jongler, manipulation d'objets. Observation des élèves pendant l'apprentissage des courses, équilibre, franchir des obstacles, dribbler avec les mains ou les pieds, projection d'objet avec ou sans outils, réception d'objets.
Étape 2	Observation des élèves dans le contexte individuel lors des activités physiques. Ex : feintes, esquives, changement de direction, manipulation d'objets, équilibre. Observation de déplacements avec ou sans obstacles, sauts à la corde, exécuter des roulades, maintenir des postures complexes, jongler, manipulation d'objets. Observation des élèves pendant l'apprentissage des courses, équilibre, franchir des obstacles, dribbler avec les mains ou les pieds, projection d'objet avec ou sans outils, réception d'objets.
Étape 3	Observation des élèves dans le contexte individuel lors des activités physiques. Ex : feintes, esquives, changement de direction, manipulation d'objets, équilibre. Observation de déplacements avec ou sans obstacles, sauts à la corde, exécuter des roulades, maintenir des postures complexes, jongler, manipulation d'objets. Observation des élèves pendant l'apprentissage des courses, équilibre, franchir des obstacles, dribbler avec les mains ou les pieds, projection d'objet avec ou sans outils, réception d'objets.
CD2 : Pratiquer des activités physiques avec d'autres élèves	
Étape 1	Observation des élèves dans un contexte d'interaction et des actions de coopération ainsi que la synchronisation de leurs mouvements. Observation des actions d'opposition dans les activités de duel. Observation de l'esprit sportif. Compréhension du rôle à jouer pendant les actions collaboratives lors des activités de duel et de combat. Observation dans les actions de coopération-opposition. Observation de la connaissance des élèves portant sur les éléments liés à l'éthique et la stratégie appliquée dans l'action. Observation de la synchronicité des mouvements. Observation des interactions et de la collaboration en groupe. Observation du respect des règlements.
Étape 2	Observation des élèves dans un contexte d'interaction et des actions de coopération ainsi que la synchronisation de leurs mouvements. Observation des actions d'opposition dans les activités de duel. Observation de l'esprit sportif. Compréhension du rôle à jouer pendant les actions collaboratives lors des activités de duel et de combat. Observation dans les actions de coopération-opposition. Observation de la connaissance des élèves portant sur les éléments liés à l'éthique et la stratégie appliquée dans l'action. Observation de la synchronicité des mouvements. Observation des interactions et de la collaboration en groupe. Observation du respect des règlements.
Étape 3	Observation des élèves dans un contexte d'interaction et des actions de coopération ainsi que la synchronisation de leurs mouvements. Observation des actions d'opposition dans les activités de duel. Observation de l'esprit sportif. Compréhension du rôle à jouer



	pendant les actions collaboratives lors des activités de duel et de combat. Observation dans les actions de coopération-opposition. Observation de la connaissance des élèves portant sur les éléments liés à l'éthique et la stratégie appliquée dans l'action. Observation de la synchronicité des mouvements. Observation des interactions et de la collaboration en groupe. Observation du respect des règlements.
CD3 : Se donner les moyens pour adopter un mode de vie sain et actif	
Étape 1	Aucune évaluation à cette étape.
Étape 2	Les connaissances des déterminants d'une bonne condition physique. Reconnaissance des éléments de la pratique sécuritaire d'activités physiques. Reconnaissance des effets de la sédentarité.
Étape 3	Les connaissances des déterminants d'une bonne condition physique. Reconnaissance des éléments de la pratique sécuritaire d'activités physiques. Reconnaissance des effets de la sédentarité.