



PLANIFICATION ANNUELLE
2022-2023

Nom : Olivier Dufresne Pouliot

Matière : Éducation physique et à la santé – Plein air

Niveau : Première et deuxième secondaire

Table des matières

Éducation physique et à la santé sec. 1	p. 2
Éducation physique et à la santé sec. 2	p. 6
Plein air sec. 1	p. 10
Plein air sec. 2	p. 13

DISCIPLINE	ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ		
Enseignant: Olivier Dufresne Pouliot			

APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE

Le programme d'éducation physique et à la santé s'inscrit dans une perspective de développement global de l'élève. S'il a notamment pour objectif de l'amener à accroître son efficacité motrice par la pratique régulière d'activités physiques, il vise également le développement d'habiletés psychosociales ainsi que l'acquisition de connaissances, de stratégies, d'attitudes et de comportements sécuritaires et éthiques nécessaires à une gestion judicieuse de sa santé et de son bien-être.

ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)	ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)	ÉTAPE 3 (6 février au 22 juin)
<p>Volleyball de plage C1 et C2</p> <p>Ultimate Frisbee C1 et C2</p> <p>Course à pied (défi 15 minutes, dosage de l'effort, calcul des fréquences cardiaques et échelle de Borg) C3</p>	<p>Badminton C1 et C2</p> <p>Cirque et parcours C1</p> <p>Cahier sains et actifs : - une vie saine et active C3 - l'activité physique C3</p>	<p>Multi-sports C2</p> <p>Natation C1</p> <p>Flag football C1 et C2</p> <p>Cahier sains et actifs : - Bilan de ta condition physique C3 - Plan d'action (condition physique) C3</p>

Cadre d'évaluation des apprentissages :

L'évaluation des apprentissages en éducation physique et à la santé s'effectue dans un processus d'aller-retour entre l'acquisition des connaissances propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci. L'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages dans chacune des compétences disciplinaires**. Il sera évalué sur la cohérence de sa planification, l'efficacité de son exécution et la pertinence de son retour réflexif. Pour s'assurer de la maîtrise des connaissances, l'enseignant doit les évaluer tout au long des apprentissages.

CD1 : Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

CD2 : Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

CD3 : Adopter un mode de vie sain et actif

ÉTAPE 1 (20%)	ÉTAPE 2 (20%)	ÉTAPE 3 (60%)
<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>	<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>	<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>

NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :

Pour optimiser les apprentissages, les tâches regrouperont généralement plusieurs compétences disciplinaires ainsi que plusieurs savoirs et savoir-faire. L'évaluation des compétences se fera lors des présentations des plans d'actions par les élèves, mais elle se fera aussi de manière continue tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettra à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.

ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :OUI NON

COMPÉTENCE ÉVALUÉE :

DATE DE PASSATION :

PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :

Cahier Sains et actifs, ERPI

Vêtements d'éducation physique

Raquette de badminton

APPROCHES PÉDAGOGIQUES :

L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation où il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercisation du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages**, comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.

Compétences développées par l'élève et évaluées*Compétences à développer durant le premier cycle du secondaire (sec.1 et sec.2)***CD1 :**

- Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique pratiquée
- Appliquer des principes qui permettent de maintenir son équilibre dans des postures variées
- Projeter un objet sur une cible mobile
- Recevoir un objet en se déplaçant vers son point de chute
- Synchroniser ses actions motrices en respectant un rythme
- Courir en appliquant une technique appropriée selon la durée de l'activité ou du parcours
- Monter, descendre, changer de direction, contourner, franchir, grimper et freiner en appliquant une technique appropriée en fonction des contraintes de l'environnement
- Sauts sans élan, comme le saut groupé, le saut demi-tour, le saut ciseau et le saut en longueur
- Exécuter des rotations complexes au sol ou dans les airs en appliquant une technique appropriée, comme une roue latérale, une rondade, une roulade avant
- Maintenir des postures complexes en appliquant une technique appropriée
- Maîtriser ses rotations autour de son axe, au sol, dans les airs ou sur un appareil en appliquant une technique appropriée
- Maniement d'un objet avec la main dominante ou non dominante, sur place, en se déplaçant ou à travers des obstacles

	<ul style="list-style-type: none"> -Exécuter une variété de lancers en appliquant une technique appropriée -Frappe d'un objet immobile -Réception sans outil
CD2 :	<ul style="list-style-type: none"> -Émettre des messages clairs et adaptés à l'activité -Choisir un rôle de soutien et l'assumer au cours de la préparation d'un plan et pendant la réalisation de l'activité -Réinvestir plusieurs des actions motrices apprises lors d'activités physiques individuelles -Se placer ou se déplacer en fonction de son ou de ses coéquipiers -Exploiter la surface de jeu en largeur ou en longueur -Récupérer l'objet rapidement dans le but de poursuivre l'échange -Exploiter l'espace approprié afin de mieux attaquer le territoire adverse ou l'adversaire -Attaquer au moment opportun -Feinter pour tromper l'adversaire -Prendre l'adversaire à contre-pied en l'attaquant dans le sens contraire de son déplacement -Récupérer l'objet en se plaçant ou en se déplaçant en fonction de sa trajectoire -Attaquer la cible adverse -Faire progresser l'objet vers la cible adverse -Récupérer l'objet -Contre-attaquer -S'opposer à la progression de l'objet -S'éloigner du porteur selon une distance favorisant la progression ou la circulation de l'objet -Marquer le porteur pour l'empêcher de se déplacer, de faire une passe ou d'attaquer la cible -Marquer le non-porteur -Se démarquer de l'adversaire en s'éloignant
CD3 :	<ul style="list-style-type: none"> -Nommer des activités physiques qui développent l'endurance cardiovasculaire -Nommer des activités physiques qui aident à développer ou à maintenir la flexibilité -Nommer des activités physiques qui développent la force et l'endurance musculaire -Expliquer ce qu'est un mode de vie actif -Expliquer ce qu'est un mode de vie sédentaire -Évaluer, à l'aide de l'échelle de perception de Borg, son niveau d'effort et de fatigue pendant ou après une activité physique à caractère cardiovasculaire

	<p>-Doser ses efforts lors d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes consécutives</p> <p>-Nommer les principales règles d'éthique dans le sport</p> <p>-Nommer les règles de sécurité lors d'une activité physique pratiquée seul ou avec d'autres</p> <p>-Nommer les règlements officiels ou les règles du jeu ajustées par l'enseignante ou l'enseignant selon l'activité physique pratiquée</p>
<p>Document du MEQ sur les échelles des niveaux de compétences.</p>	<p>http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf</p>

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

Le but premier du cours d'éducation physique est de développer l'intérêt pour l'activité physique et les saines habitudes de vie chez l'élève. Pour se faire, l'élève se doit d'avoir une attitude positive envers la matière. Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupération lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à maintenir de saines habitudes de vie et une pratique régulière d'activité physique.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*

DISCIPLINE	ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	CODE DE COURS	EPS 202
Enseignant: Olivier Dufresne Pouliot			

APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE

Le programme d'éducation physique et à la santé s'inscrit dans une perspective de développement global de l'élève. S'il a notamment pour objectif de l'amener à accroître son efficacité motrice par la pratique régulière d'activités physiques, il vise également le développement d'habiletés psychosociales ainsi que l'acquisition de connaissances, de stratégies, d'attitudes et de comportements sécuritaires et éthiques nécessaires à une gestion judicieuse de sa santé et de son bien-être.

ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)	ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)	ÉTAPE 3 (6 février au 22 juin)
<p>Volleyball de plage C1 et C2</p> <p>Ultimate Frisbee C1 et C2</p> <p>Course à pied (défi 15 minutes, dosage de l'effort et calcul des fréquences cardiaques cibles) C3</p>	<p>Badminton C1 et C2</p> <p>Cirque et parcours C1</p> <p>Cahier sains et actifs : -Pratique d'activité physique et habitudes de vie - Blessures sportives C3</p>	<p>Multi-sports C2</p> <p>Natation C1</p> <p>Flag football C1 et C2</p> <p>Cahier sains et actifs : -Hygiène -Bilan de ta condition physique C3 -Plan d'action (condition physique) C3</p>

Cadre d'évaluation des apprentissages :

L'évaluation des apprentissages en éducation physique et à la santé s'effectue dans un processus d'aller-retour entre l'acquisition des connaissances propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci. L'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages dans chacune des compétences disciplinaires**. Il sera évalué sur la cohérence de sa planification, l'efficacité de son exécution et la pertinence de son retour réflexif. Pour s'assurer de la maîtrise des connaissances, l'enseignant doit les évaluer tout au long des apprentissages.

CD1 : Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

CD2 : Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

CD3 : Adopter un mode de vie sain et actif

ÉTAPE 1 (20%)	ÉTAPE 2 (20%)	ÉTAPE 3 (60%)
<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>	<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>	<p>CD1, CD2 et CD3 Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations</p>

NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :

Pour optimiser les apprentissages, les tâches regrouperont généralement plusieurs compétences disciplinaires ainsi que plusieurs savoirs et savoir-faire. L'évaluation des compétences se fera lors des présentations des plans d'actions par les élèves, mais elle se fera aussi de manière continue, tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettra à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.

ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :OUI NON

COMPÉTENCE ÉVALUÉE :

PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :

DATE DE PASSATION :

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :

Cahier Sains et actifs, ERPI

Vêtements d'éducation physique

Raquette de badminton

APPROCHES PÉDAGOGIQUES :

L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation où il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercitation du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages**, comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.

Compétences développées par l'élève et évaluées*(Compétences à développer au premier cycle du secondaire sec.1 et sec.2)***CD1 :**

-Indiquer quelques changements moteurs qui surviennent lors de la croissance et qui influencent la pratique de certaines activités physiques

-Indiquer quelques changements morphologiques qui surviennent lors de la croissance et qui influencent la coordination et la force relative

-Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique pratiquée

-Appliquer des principes qui permettent de maintenir son équilibre dans des postures variées

-Projeter un objet sur une cible mobile

-Recevoir un objet en se déplaçant vers son point de chute

-Synchroniser ses actions motrices en respectant un rythme

-Courir en appliquant une technique appropriée selon la durée de l'activité ou du parcours

-Monter, descendre, changer de direction, contourner, franchir, grimper et freiner en appliquant une technique appropriée compte tenu des contraintes de l'environnement

-Sauts sans élan, comme le saut groupé, le saut demi-tour, le saut ciseau, le saut en longueur

-Exécuter des rotations complexes au sol ou dans les airs en appliquant une technique appropriée, comme une roue latérale, une rondade, une roulade avant

	<ul style="list-style-type: none"> -Maintenir des postures complexes en appliquant une technique appropriée -Maîtriser ses rotations autour de son axe, au sol, dans les airs ou sur un appareil en appliquant une technique appropriée -Maniement d'un objet avec la main dominante ou non dominante, sur place, en se déplaçant ou à travers des obstacles -Exécuter une variété de lancers en appliquant une technique appropriée -Frappe d'un objet immobile -Réception sans outil
CD2 :	<ul style="list-style-type: none"> -Émettre des messages clairs et adaptés à l'activité -Choisir un rôle de soutien et l'assumer au cours de la préparation d'un plan et pendant la réalisation de l'activité -Réinvestir plusieurs des actions motrices apprises lors d'activités physiques individuelles -Se placer ou se déplacer en fonction de son ou de ses coéquipiers -Exploiter la surface de jeu en largeur ou en longueur -Récupérer l'objet rapidement dans le but de poursuivre l'échange -Exploiter l'espace approprié afin de mieux attaquer le territoire adverse ou l'adversaire -Attaquer au moment opportun -Feinter pour tromper l'adversaire -Prendre l'adversaire à contre-pied en l'attaquant dans le sens contraire de son déplacement -Récupérer l'objet en se plaçant ou en se déplaçant en fonction de sa trajectoire -Attaquer la cible adverse -Faire progresser l'objet vers la cible adverse -Récupérer l'objet -Contre-attaquer -S'opposer à la progression de l'objet -S'éloigner du porteur selon une distance favorisant la progression ou la circulation de l'objet -Marquer le porteur pour l'empêcher de se déplacer, de faire une passe ou d'attaquer la cible -Marquer le non-porteur -Se démarquer de l'adversaire en s'éloignant
CD3 :	<ul style="list-style-type: none"> -Nommer des activités physiques qui développent l'endurance cardiovasculaire -Nommer des activités physiques qui aident à développer ou à maintenir la flexibilité

	<ul style="list-style-type: none"> -Nommer des activités physiques qui développent la force et l'endurance musculaire -Expliquer ce qu'est un mode de vie actif -Expliquer ce qu'est un mode de vie sédentaire -Nommer des bienfaits d'une bonne hygiène corporelle associée à la pratique d'activités physiques -Calculer sa fréquence cardiaque cible en se référant à sa fréquence cardiaque maximale -Doser ses efforts lors d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes consécutives -Nommer les principales règles d'éthique dans le sport -Nommer les règles de sécurité lors d'une activité physique pratiquée seul ou avec d'autres -Nommer les règlements officiels ou les règles du jeu ajustées par l'enseignante ou l'enseignant selon l'activité physique pratiquée
<p>Document du MEQ sur les échelles des niveaux de compétences.</p>	<p>http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf</p>

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

Le but premier du cours d'éducation physique est de développer l'intérêt pour l'activité physique et les saines habitudes de vie chez l'élève. Pour se faire, l'élève se doit d'avoir une attitude positive envers la matière. Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupérations lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à maintenir de saines habitudes de vie et une pratique régulière d'activité physique.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*

DISCIPLINE	PLEIN AIR	CODE DE COURS	Plein-air 102
Enseignant: Olivier Dufresne Pouliot			

APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE

Le programme de plein air a pour but de développer l'autonomie et la débrouillardise des jeunes dans divers contextes de sports de plein air. Pour ce faire, l'élève y apprendra une multitude de techniques et de connaissances liés au disciplines enseignées. Les aspects de la pratique sécuritaire et de la préparation à l'activité joueront aussi un rôle de premier plan tout au long du programme.

ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)	ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)	ÉTAPE 3 (6 février au 22 juin)
<p>Canot -Techniques et travail d'équipe</p> <p>Arbre en arbre -Consignes de sécurité -Pratique sécuritaire</p>	<p>Orientation -Lecture de carte -Lecture de boussole</p> <p>Ski alpin -Journal de bord : habillement</p> <p>Ski hok -Techniques -Pratique sécuritaire</p>	<p>Vie en forêt -Le sans trace -Construction d'un abri hivernal -Allumer un feu en plein air</p> <p>Jeux d'oppositions -Création d'un jeu</p>

Cadre d'évaluation des apprentissages :

L'évaluation des apprentissages en plein air s'effectue en continue, tout au long de l'année scolaire. L'évaluation portera sur l'acquisition des **connaissances**, des **techniques** et des **notions de pratique sécuritaires** propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci.

ÉTAPE 1 (20%)	ÉTAPE 2 (20%)	ÉTAPE 3 (60%)
Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations

NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :

L'évaluation en plein air se fera par la réalisation de défis, de présentations d'équipes ou par des travaux de réflexions. Elle se fera aussi de manière continue, tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettra à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.

ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :OUI NON

COMPÉTENCE ÉVALUÉE :

DATE DE PASSATION :

PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :**APPROCHES PÉDAGOGIQUES :**

L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation ou il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercisation du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages**, comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.

1- Compétences développées par l'élève et évaluées**Connaissances****Canot**

- Différentes parties du canot et de la pagaie
- Mise à l'eau et sortie de l'eau
- Rôle de chacun
- Propulsion, coup d'arrêt, coup en J, en C, appel et écart,
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Arbre en arbre

- Savoir nommer, mettre et utiliser adéquatement le matériel de sécurité
- Connaître les différentes manœuvres à effectuer lors du parcours d'arbre en arbre
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Orientation

- Lecture de carte
- Lecture de boussole
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Ski alpin

- Gestion de l'habillement en fonction des conditions météorologiques

Ski hok

- Techniques de montée, descente, virage et de freinage
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Vie en forêt

- Le sans trace

	<ul style="list-style-type: none">-Construction d'un abri hivernal-Allumer un feu en plein air-Notions liées à la pratique sécuritaire <p>Jeux d'oppositions</p> <ul style="list-style-type: none">-Création d'un jeu-Notions liées à la pratique sécuritaire
Document du MEQ sur les échelles des niveaux de compétences.	<p>http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf</p>

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

L'élève se doit d'avoir une attitude positive envers le cours et être préparé à vivre une période à l'extérieur, peu importe les conditions météorologiques.

Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupérations lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à intégrer les activités de plein air aux habitudes de vie.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*

DISCIPLINE	PLEIN AIR	CODE DE COURS	Plein-air 202
Enseignant: Olivier Dufresne Pouliot			

APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE

Le programme de plein air a pour but de développer l'autonomie et la débrouillardise des jeunes dans divers contextes de sports de plein air. Pour ce faire, l'élève y apprendra une multitude de techniques et de connaissances liés aux disciplines enseignées. Les aspects de la pratique sécuritaire et de la préparation à l'activité joueront aussi un rôle de premier plan tout au long du programme.

ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)	ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)	ÉTAPE 3 (6 février au 22 juin)
<p>Canot</p> <ul style="list-style-type: none"> -Présentation des techniques apprises -Pratique sécuritaire <p>Arbre en arbre</p> <ul style="list-style-type: none"> -Réalisation de défis techniques -Pratique sécuritaire 	<p>Orientation</p> <ul style="list-style-type: none"> -Création d'une course d'orientation <p>Ski alpin</p> <ul style="list-style-type: none"> -Journal de bord : gestion du risque <p>Ski hok</p> <ul style="list-style-type: none"> -Développer un éducatif technique -Pratique sécuritaire 	<p>Vie en forêt</p> <ul style="list-style-type: none"> -Le sans trace -Construction d'un abri hivernal -Allumer un feu en plein air <p>Jeux de coopération</p> <ul style="list-style-type: none"> -Création d'un jeu

Cadre d'évaluation des apprentissages :

L'évaluation des apprentissages en plein air s'effectue en continue, tout au long de l'année scolaire. L'évaluation portera sur l'acquisition des **connaissances**, des **techniques** et des **notions de pratique sécuritaires** propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci.

ÉTAPE 1 (20%)	ÉTAPE 2 (20%)	ÉTAPE 3 (60%)
Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations

NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :

L'évaluation en plein air se fera par la réalisation de défis, de présentations d'équipes ou par des travaux de réflexions. Elle se fera aussi de manière continue, tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettra à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.

ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :OUI NON

COMPÉTENCE ÉVALUÉE :

DATE DE PASSATION :

PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :**APPROCHES PÉDAGOGIQUES :**

L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation où il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercitation du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment **développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages**, comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.

2- Compétences développées par l'élève et évaluées**Connaissances****Canot**

- Différentes parties du canot et de la pagaie
- Mise à l'eau et sortie de l'eau
- Rôle de chacun
- Propulsion, coup d'arrêt, coup en J, en C, appel et écart,
- Récupération d'un canot en T
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Arbre en arbre

- Savoir nommer, mettre et utiliser adéquatement le matériel de sécurité
- Connaître les différentes manœuvres à effectuer lors du parcours d'arbre en arbre
- Exécution de défis techniques sur le parcours
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Orientation

- Lecture de carte
- Lecture de boussole
- Création d'une course d'orientation à la boussole
- Notions liées à la pratique sécuritaire

Ski alpin

- Gestion du risque en centre de ski

Ski hok

- Techniques de montée, descente, virage et de freinage
- Création d'un éducatif technique
- Notions liées à la pratique sécuritaire

	<p>Vie en forêt</p> <ul style="list-style-type: none">-Le sans trace-Construction d'un abri hivernal-Allumer un feu en plein air-Notions liées à la pratique sécuritaire <p>Jeux de coopération</p> <ul style="list-style-type: none">-Création d'un jeu-Notions liées à la pratique sécuritaire
<p>Document du MEQ sur les échelles des niveaux de compétences.</p>	<p>http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/evaluation/13-4609.pdf</p>

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

L'élève se doit d'avoir une attitude positive envers le cours et être préparé à vivre une période à l'extérieur, peu importe les conditions météorologiques.

Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupération lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à intégrer les activités de plein air aux habitudes de vie.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*