

Éducation physique et à la santé, 5^e secondaire, 043502

Enseignants : Mathieu Riopel

La réussite du cours de 5^e secondaire est l'une des conditions pour l'obtention du diplôme du secondaire.

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>· Conditionnement physique générale · Endurance physique · Continue, interval, Fréquence, Durée, Surcharge</p> <p>· Test de course (endurance)</p> <p>· Sports collectifs : marquage, démarquage.Principes de synchronisation Touch Football</p> <p>Volley-Ball : touches, manchettes, communication · Progression de l'endurance physique, Principes d'action au cours d'activités de coopération ,Sports Collectifs</p>	<p>* Référence : document sur la progression des apprentissages</p> <p>· Badminton: Principes d'action au cours d'activités de duel</p> <p>Développement et maîtrise des techniques de base de basketball : Principes d'action au cours d'activités en équipe dans des espaces distincts,</p> <p>· Sports collectifs extérieurs variés : Soccer, Baseball</p> <p>• Persévérance dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif</p>

Matériel pédagogique (volumes, notes, cahiers d'exercices, etc.)	Organisation, approches pédagogiques et exigences particulières
<p>«Allez Hop» «Sains et actifs»</p> <p>· Agenda</p> <p>· Pluri portail (Pour lecture et évaluations théoriques)</p> <p>· Google Classroom/Google Meet/Teams</p>	<p>Le port du costume (t-shirt et pantalon de sport) est obligatoire ainsi que les souliers de course.</p>

Devoirs et leçons	Récupération et enrichissement
<p>Recherche</p> <p>S'engager dans l'instauration et le maintien de saines habitudes de vie au quotidien.</p> <ul style="list-style-type: none"> · <i>Courir ou jogger entre les périodes au gymnase (au moins 2 autres fois par semaine) ou nager ou pédaler ou marcher ou danser...</i> · <i>Essayer de faire des choix santé aux repas.</i> · <i>Dormir et garder des moments pour relaxer</i> <p>Projet IB concernant les saines habitudes de vie</p>	<p>Activités du midi : Spinning J 1-4-7 Muscu J 5 Badminton J 2 Basket-Ball J 6</p> <p>Activités parascolaires : Baseball d'automne et printemps Groupe de Plein air Groupe de Descente (Ski/Planche à neige)</p>

Tâches évaluées avec les critères PEI

Éducation physique et à la santé, 5^e secondaire

<p>Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</p>	<p>Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève sélectionne des actions et des enchaînements qui répondent aux contraintes de l'environnement physique. Il exécute les actions motrices et les enchaînements planifiés selon les techniques appropriées. Il démontre son efficacité motrice en tenant compte d'un nombre élevé de contraintes, en assurant une continuité dans ses actions ou ses enchaînements et en ajustant la direction et le rythme d'exécution selon le but visé. Il peut discerner les règles de sécurité qui s'imposent et les appliquer de façon rigoureuse. À l'aide d'informations variées issues de l'analyse de ses réussites et de ses difficultés, il est en mesure de faire un bilan de sa démarche, d'apprécier ses résultats et de déterminer les moyens à prendre pour les améliorer.</p>
<p>Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</p>	<p>Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève est en mesure de concevoir, avec son ou ses partenaires, un plan d'action qui comporte des stratégies conformes aux principes d'action et aux rôles à jouer. Il tient compte des exigences relatives à la situation. Son efficacité motrice se manifeste par un contrôle accru de ses exécutions et par l'ajustement continu des actions et des tactiques, selon la stratégie planifiée et les aspects imprévisibles de l'activité. Il discerne les règles de sécurité et les applique de façon rigoureuse et fait preuve d'un esprit sportif en tout temps. Selon les réussites qu'il a obtenues et les difficultés auxquelles il a fait face, il est en mesure de faire un bilan de sa prestation et de celle de ses partenaires, et de déterminer les moyens à prendre pour les améliorer.</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>

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

<p>1^{re} étape (40 %) Du 30 août au 14 janvier</p>		<p>2^e étape (60 %) Du 17 janvier au 22 juin</p>		
<p>Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape</p>	<p>Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?</p>	<p>Nature des évaluations proposées tout au long de l'étape</p>	<p>Épreuves obligatoires MEQ / CSS</p>	<p>Résultat inscrit au bulletin</p>
<p>Observation de l'élève lors de situations d'apprentissage et d'évaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> -touche football (C2) -Test de 4 km (C1) -participation et effort volleyball (C2) <p>Pratique d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes</p>	<p>Oui</p>	<p>Observation de l'élève lors de situations d'évaluation en :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basket-ball - Badminton <p>Participation</p> <p>Évaluation du plan de pratique régulière et de la démarche d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie sur sa santé et son bien-être.</p> <p>Évaluation d'une activité d'intensité modérée à élevée de 20 à 30 minutes.</p>	<p>Non</p>	<p>Oui</p>

VOLET PEI:

«L'éducation physique et à la santé du PEI vise à donner aux élèves les moyens de comprendre et d'apprécier la valeur de l'activité physique et de les inciter à faire des choix de vie sains. À cette fin, les cours d'éducation physique et à la santé favorisent le développement de connaissances, compétences et attitudes qui permettront aux élèves d'avoir un style de vie sain et équilibré. Grâce à des activités d'apprentissage dynamiques, les cours d'éducation physique et à la santé incarnent et encouragent le bien-être dans sa dimension globale. Les élèves du cours d'éducation physique et à la santé explorent une diversité de concepts qui les sensibilisent à différentes perspectives sur le développement physique et la santé, ce qui leur permet de faire des choix avisés et encourage des interactions sociales positives. L'éducation physique et à la santé met l'accent sur l'acquisition de connaissances sur ainsi qu'à travers l'activité physique. Ces deux dimensions aident les élèves à développer des compétences spécifiques aux approches de l'apprentissage à travers le programme d'études. Grâce à une perspective unique, l'éducation physique et à la santé contribue au développement des qualités décrites dans le profil de l'apprenant de l'IB en favorisant la santé des individus et des communautés. L'éducation physique et à la santé permet aux élèves d'apprendre à apprécier et à respecter les idées des autres, et d'acquérir des compétences de collaboration et de communication efficaces. Ce groupe de matières procure également de nombreuses occasions de construire des relations interpersonnelles saines qui peuvent accroître le sens de la responsabilité sociale chez les élèves. Lorsqu'ils sont bien construits, les cours d'éducation physique et à la santé renforcent l'engouement, l'investissement et la confiance en soi nécessaires aux élèves à l'égard de l'activité physique pour agir et mener une vie saine et équilibrée. L'activité physique et la santé revêtent une importance cruciale dans l'identité humaine et les communautés mondiales. Elles permettent d'établir des liens significatifs entre les personnes, les nations, les cultures et le monde naturel. Elles offrent en outre de nombreuses occasions d'instaurer la compréhension culturelle et de mieux apprécier les liens qui unissent entre eux les humains.»

1

Chaque objectif spécifique correspond à l'un des quatre critères d'évaluation, qui ont tous la même pondération. Chaque critère comporte huit niveaux possibles (1 – 8) répartis en quatre bandes dotées de descripteurs propres que les enseignants utilisent pour émettre des **jugements sur le travail réalisé par les élèves : 1-2; 3-4; 5-6 et 7-8.**

Les élèves seront évalués à l'aide des quatre critères tout au long de l'année:

«**Critère A : Connaissances et compréhension** - Les élèves développent des connaissances et une compréhension en matière de santé et d'activité physique afin d'identifier et de résoudre des problèmes.

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

Critère C: Application et exécution - Les élèves développent et appliquent des compétences, des techniques, des stratégies ainsi que des concepts de mouvements dans le cadre de leur participation à des activités physiques variées. Pour atteindre les objectifs globaux de l'éducation physique et à la santé, les élèves devront être capables

Critère D : Réflexion et amélioration de la performance - Les élèves enrichissent leur développement sur le plan personnel et social, se fixent des buts, entreprennent des actions responsables et réfléchissent sur leurs propres performances et sur celles des autres. »²

Modèles de grille d'évaluation pour chacune des 5 années du secondaire : <https://www.ecolesecondairemontroyal.ca/notre-programme-pei/>

Profil de l'apprenant de l'IB : Les programmes de l'IB ont pour but de former des personnes sensibles à la réalité internationale, conscientes des liens qui unissent entre eux les humains, soucieuses de la responsabilité de chacun envers la planète et désireuses de contribuer à l'édification d'un monde meilleur et plus paisible. Le profil de l'apprenant représente la mission de l'IB en pratique. Il incarne dix qualités mises en avant par les écoles du monde : chercheur, Informé, sensé, communicatif, intègre, ouvert d'esprit, altruiste, audacieux équilibré et réfléchi.

¹ Baccalauréat international, extrait tiré du *Guide d'éducation physique et à la santé* du PEI de l'IB (mai 2014)

² Baccalauréat international, extrait tiré du *Guide d'éducation physique et à la santé* du PEI de l'IB (mai 2014)

Dans l'ensemble des groupes de matières du PEI, **les approches de l'apprentissage** aident les élèves à apprendre à apprendre, sans se limiter aux contenus. Les compétences des approches de l'apprentissage sont : compétences de communication, compétences de recherche, compétences d'autogestion, compétences sociales et compétences de pensée.

Plan de communication avec les parents: