Éducation physique et à la santé, 4re secondaire
Enseignants : Jean-Sébastien Meunier

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	Étape 3
* Référence : document sur la progression des apprentissages	* Référence : document sur la progression des apprentissages	* Référence : document sur la progression des apprentissages

Matériel pédagogique (volumes, notes, cahiers d'exercices, etc.)	**Organisation, approches pédagogiques et exigences particulières**
	Le port du costume (t-shirt rouge et pantalon de sport) est obligatoire ainsi que les souliers de course.
Devoirs et leçons	**Récupération et enrichissement**
Rester actif en dehors des heures scolaires	Activités du midi : 11h30 à 12h20 Activités parascolaires : Sports élites, badminton, basketball, club de course

Éducation physique et à la santé, 1re secondaire

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	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'enchainements (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.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	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.
Adopter un mode de vie sain et actif	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.

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

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1re étape (20 %) **Du 27 août au 13 novembre**		**2e étape (20 %)** **Du 16 novembre au 12 février**		**3e étape (60 %)** **Du 15 février 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'apprentissage et d'évaluation. Situations d'apprentissage et d'évaluation en : − Tests de course; − Baseball − Ultimate Frisbee Élaboration d'un premier plan de pratique régulière et d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Pratique d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes.	**Oui** **C1 + c2+C3**	Observation de l'élève lors de situations d'apprentissage et d'évaluation. Situations d'apprentissage et d'évaluation en : − Badminton, pickleball − Flag-football − Sports hivernaux − Musculation Évaluation et, au besoin, modification du plan de pratique régulière et d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Pratique d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes.	**Oui** **C1+C2 + C3**	Observation de l'élève lors de situations d'évaluation en : − Boxe et sport de combat; − Sport collectif − Évaluation formative et sommative du 5 km − Sports extérieurs − volleyball Évaluation d'une activité d'intensité modérée à élevée de 20 à 30 minutes. 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.	**Non**	**Oui** **C1 + C2 + C3**