

2014

Éducation physique

8

Éducation physique, 8^e année

ISBN 978-1-77107-068-3

1.Éducation physique, 8^e année – Saskatchewan – Programme d'études. 2. Ministère de l'éducation de la Saskatchewan.

Tous droits réservés par les détenteurs originaux du droit d'auteur.

Table de matières

Remerciements	v
Introduction	1
Répartition du temps d'enseignement	2
Cadre de référence de l'éducation fransaskoise	3
La construction langagière, identitaire et culturelle (CLIC)	3
Principes de base de l'apprentissage du français en immersion	6
Grandes orientations de l'apprentissage	8
L'apprentissage tout au long de sa vie	8
Le sens de soi, de ses racines et de sa communauté	9
Une citoyenneté engagée	9
Les compétences transdisciplinaires	10
La construction des savoirs	10
La construction identitaire et l'interdépendance	10
L'acquisition des littératies	11
L'acquisition du sens de la responsabilité sociale	11
Mesure et évaluation	12
Apprentissage par enquête	13
Un modèle d'enquête	14
Éducation physique	15
Finalité et buts	15
Le processus de l'éducation physique	19
Résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation	21
L'éducation physique et les autres matières	40
Aperçu des trois niveaux	41
Lexique	45
Bibliographie	47
Formulaire de rétroaction	50

Remerciements

La Direction de l'éducation française, du ministère de l'Éducation de la Saskatchewan tient à remercier de leur contribution professionnelle et de leurs conseils les membres suivants des Comités consultatifs sur les programmes d'études de l'éducation physique pour l'éducation fransaskoise et le programme d'immersion :

Carl Bernier
Conseil des écoles fransaskoises

Mireille HaNu-Lee
Commission scolaire catholique du Grand Saskatoon

Lori Blair
Commission scolaire publique de Regina

Donna Lajeunesse
Conseil des écoles fransaskoises

Gisèle Jean-Bundgaard
Commission scolaire catholique de Saskatoon

Ryan LeBlond
Commission scolaire catholique de Regina

Laura Chabot
Commission scolaire catholique de Regina

Ernie Mead
Commission scolaire Prairie South

Launel Dewitt
Commission scolaire publique de Regina

Jim Nadon
Commission scolaire Holy Trinity

Eric Dion
Conseil des écoles fransaskoises

Frankie Pelletier
Commission scolaire publique de Regina

Erin Dubord
Commission scolaire catholique de Regina

Sebastien Ouellet
Conseil des écoles fransaskoises

Chris Ford
Commission scolaire publique de Saskatoon

Chad Sawatsky
Commission scolaire catholique de Saskatoon

Naomi Fortier-Frecon
Commission scolaire publique de Regina

Simone Therrien
Conseil des écoles fransaskoises

René Gauthier
Conseil des écoles fransaskoises

Sharon Thorsrud
Commission scolaire catholique de Prince Albert

Christian Gravel
Conseil des écoles fransaskoises

June Zimmer
Université de Regina

Le Ministère de l'Éducation voudrait aussi reconnaître les contributions professionnelles et les conseils fournis par les participantes et les participants aux sessions de consultation auprès des Premières Nations, les professeurs d'université et d'autres éducateurs et membres de la communauté qui ont contribué à l'élaboration du programme d'études d'éducation physique.

Éducation physique, 8^e année

Introduction

Le programme d'études d'éducation physique de la 8^e année présente le contenu d'apprentissage s'adressant aux élèves de 8^e année.

Ce document comprend les grandes orientations de l'apprentissage et les compétences transdisciplinaires pour les programmes d'études, les buts et les processus de l'éducation physique pour les élèves de la Saskatchewan.

Le contenu d'apprentissage est organisé en résultats d'apprentissage (RA) obligatoires. Les résultats d'apprentissage sont des énoncés précis de ce que l'élève doit savoir, ce qu'il doit comprendre et ce qu'il peut faire à la fin de chaque niveau scolaire. Ces apprentissages portent également sur les attitudes.

Chaque résultat d'apprentissage est assorti d'indicateurs de réalisation qui précisent l'étendue et la profondeur du résultat d'apprentissage. Ces indicateurs de réalisation suggèrent des comportements observables et mesurables de l'apprentissage de l'élève pour démontrer ce qu'il sait, ce qu'il a compris et ce qu'il peut faire. La liste d'indicateurs de réalisation n'est ni exhaustive ni obligatoire.

Répartition du temps d'enseignement

Le ministère de l'Éducation de la Saskatchewan a établi la répartition du temps qui doit être consacré à chaque matière et à chaque niveau scolaire par semaine.



Programme d'immersion

Matière	Minutes
Langue(s) *	700
Mathématiques	180
Sciences	120
Sciences humaines	120
Éducation physique	120
Bien-être	60
Éducation artistique	160
Arts pratiques et appliqués	
• Orientation scolaire et professionnelle	40
• Cours combiné d'Arts pratiques et appliqués	0
Cours au choix **	
• Maximum	120
• Minimum	0

* À partir de la 2^e ou 3^e année, on divise entre l'enseignement du français et de l'anglais.

** Le temps alloué aux cours au choix peut être utilisé pour tout cours choisi localement, ce qui donnera à l'élève plus de possibilités d'apprentissage.

*** On débute l'enseignement de l'anglais en 4^e année.



Éducation fransaskoise

Matière	Minutes
Langue(s) ***	600
Mathématiques	200
Sciences	120
Sciences humaines	120
Éducation physique	120
Bien-être	60
Éducation artistique	150
Arts pratiques et appliqués	
• Orientation scolaire et professionnelle	40
• Cours combiné d'Arts pratiques et appliqués	90
Cours au choix **	
• Maximum	120
• Minimum	0

Cadre de référence de l'éducation fransaskoise

L'éducation fransaskoise englobe le programme d'enseignement-apprentissage en français langue première qui s'adresse aux enfants de parents ayants droit en vertu de l'Article 23 de la *Charte canadienne des droits et libertés*. L'éducation fransaskoise soutient l'actualisation maximale du potentiel d'apprentissage de l'élève et, de manière intentionnelle, la construction langagière, identitaire et culturelle dans un contexte de dualité linguistique. L'élève peut ainsi manifester sa citoyenneté francophone, bilingue.

En Saskatchewan, les programmes d'études pour l'éducation fransaskoise :

- valorisent le français dans son statut de langue première;
- soutiennent le cheminement langagier, identitaire et culturel de l'élève;
- favorisent la construction, par l'élève, des savoirs, savoir-faire, savoir-être, savoir-vivre ensemble et savoir-devenir comme citoyenne et citoyen francophone;
- soutiennent le développement du sens d'appartenance de l'élève à la communauté fransaskoise;
- favorisent la contribution de l'élève à la vitalité de la communauté fransaskoise;
- soutiennent la citoyenneté francophone, bilingue, de l'élève.

La construction langagière, identitaire et culturelle (CLIC)

La *construction langagière, identitaire et culturelle* (CLIC) est un processus continu et dynamique au cours duquel l'élève développe sa compétence en français, son unicité et sa culture francophone. Ceci se fait en interaction avec d'autres personnes, ses groupes d'appartenance et son environnement. L'élève détermine la place de la langue française et de la culture francophone dans sa vie actuelle et dans celle de demain. L'élève nourrit son sens d'appartenance à la communauté fransaskoise. L'élève devient ainsi une citoyenne ou un citoyen francophone, bilingue, dans un contexte canadien de dualité linguistique.

On ne naît pas francophone, on le devient selon le degré et la qualité de socialisation dans cette langue.

(Landry, Allard et Deveau, 2004)

La langue est l'ADN de votre culture.

(Gilles Vigneault, 2010)

Être francophone ne se conjugue pas à l'impératif.

(Marianne Cormier, 2005)

La construction langagière permet à l'élève :

- de développer des façons de penser, de comprendre et de s'exprimer en français;
- d'avoir des pratiques langagières en français, au quotidien;
- de se sentir compétent ou compétente en français dans des contextes structurés et non structurés;
- d'interagir de manière spontanée en français dans sa vie personnelle, scolaire et sociale;
- d'utiliser la langue française dans les espaces publics;
- d'utiliser les médias et les technologies de l'information et des communications en français.

La construction identitaire permet à l'élève :

- de comprendre sa réalité francophone dans un contexte où se côtoient au moins deux langues qui n'occupent pas les mêmes espaces dans la société;
- d'exercer un pouvoir sur sa vie en français;
- d'expérimenter des façons d'agir en français dans des contextes non structurés;
- de s'engager dans une perspective d'ouverture à l'autre;
- d'avoir de l'influence sur une personne ou un groupe;
- d'adopter des habitudes de vie quotidiennes en français;
- de prendre sa place dans la communauté fransaskoise;
- de se reconnaître comme francophone, bilingue, aujourd'hui et dans l'avenir.

La construction culturelle permet à l'élève :

- de s'appropriier des façons de faire et de dire et de vivre ensemble propres aux cultures francophones : familiale, scolaire, locale, provinciale, nationale, internationale et virtuelle;
- d'explorer, de créer et d'innover dans des contextes structurés et non structurés;
- de créer des liens avec la communauté fransaskoise afin de nourrir son sens d'appartenance;
- de valoriser des référents culturels fransaskois et francophones;
- de créer des situations de vie en français avec les autres.

La construction langagière, identitaire et culturelle soutient le développement de citoyenneté francophone, bilingue de l'élève. Cela lui permet :

- d'établir son réseau en français dans les communautés fransaskoises et francophones;
- de mettre en valeur ses compétences dans les deux langues officielles du Canada;
- de s'informer, de réfléchir et d'évaluer de manière critique ce qui se passe dans son milieu;
- de réfléchir de manière critique sur ses perceptions à l'égard de sa langue, de son identité et de sa culture francophones;
- de connaître ses droits et ses responsabilités en tant que francophone;
- de comprendre le fonctionnement des institutions publiques et des organismes et des services communautaires francophones;
- de vivre des expériences significantes pour elle ou lui dans la communauté fransaskoise;
- de contribuer au bien-être collectif de la communauté fransaskoise.

Ça prend tout un village pour éduquer un enfant.

(proverbe africain)

En immersion, il faut enseigner le français comme une langue seconde dans toutes les matières.

(Netten, 1994, p. 23)

La langue cible est avant tout un moyen de communication qui permet de véhiculer sa pensée, des idées et des sentiments.

Une classe d'immersion doit être le cadre d'une interaction constante.

Il faut utiliser la langue comme outil d'apprentissage pour comprendre et pour s'exprimer.

Principes de l'enseignement et de l'apprentissage du français en immersion

Les principes de base suivants pour le programme d'immersion proviennent de la recherche effectuée en didactique des langues secondes. Cette recherche porte sur l'acquisition d'une deuxième langue, les pratiques pédagogiques efficaces, les expériences d'apprentissage signifiantes et sur la façon dont le cerveau fonctionne. Ces principes doivent être pris en compte constamment dans un programme d'immersion française.

Les occasions d'apprendre le français ne doivent en aucun cas être réservées à la classe de langue, mais doivent se trouver au contraire intégrées à tous les autres domaines d'étude obligatoires.

Le langage est un outil qui satisfait le besoin humain de communiquer, de s'exprimer, de véhiculer sa pensée. C'est, en outre, un instrument qui permet l'accès à de nouvelles connaissances.

Les élèves apprennent mieux la langue cible :

- **quand celle-ci est considérée comme un outil de communication**

Dans la vie quotidienne, toute communication a un sens et un but : (se) divertir, (se) documenter, partager une opinion, chercher à résoudre des problèmes ou des conflits. Il doit en être ainsi de la communication effectuée dans le cadre des activités d'apprentissage et d'enseignement qui se déroulent en classe.

- **quand ils ont de nombreuses occasions de l'utiliser, en particulier en situation d'interaction**

Il faut que les élèves aient de nombreuses occasions de s'exprimer à l'oral comme à l'écrit tout au long de la journée, dans divers contextes.

- **quand ils ont de nombreuses occasions de réfléchir à son apprentissage**

Les activités d'apprentissage doivent viser à faire prendre conscience à l'apprenant des stratégies dont il dispose pour la compréhension et la production en langue seconde : il s'agit de faire acquérir des « savoir-faire » pour habiliter l'apprenant à s'approprier des « savoirs ».

- **quand ils ont de nombreuses occasions d'utiliser la langue française comme outil de structuration cognitive**

Les activités d'apprentissage doivent permettre aux élèves de développer une compétence langagière qui leur permet de s'exprimer en français en même temps qu'ils observent, explorent, résolvent des problèmes, réfléchissent et intègrent à leurs connaissances de nouvelles informations sur les langues et sur le monde qui les entoure.

- **quand les situations leur permettent de faire appel à leurs connaissances antérieures**

Quand les élèves ont l'occasion d'activer leurs connaissances antérieures et de relier leur vécu à la situation d'apprentissage, ils font des liens et ajoutent à leur répertoire de stratégies pour soutenir la compréhension et pour faciliter l'accès à de nouvelles notions.

- **quand les situations d'apprentissage sont significantes et interactives**

Quand les élèves s'engagent dans des expériences significatives, dans lesquelles il y a une intention de communication précise et un contexte de communication authentique, ils s'intéressent à leur apprentissage et ont tendance à faire le transfert de leurs acquis linguistiques à d'autres contextes.

- **quand il y a de nombreux et fréquents contacts avec le monde francophone et sa diversité linguistique et culturelle**

Les contacts avec le monde francophone permettent aux élèves d'utiliser et d'enrichir leur langue seconde dans les situations vivantes, pertinentes et variées.

- **quand ils sont exposés à d'excellents modèles de langue**

Il est primordial que l'école permette aux élèves d'entendre parler la langue française et de la lire le plus souvent possible, et que cette langue leur offre un très bon modèle.

Protocole de collaboration concernant l'éducation de base dans l'Ouest canadien (de la maternelle à la douzième année), *Cadre commun des résultats d'apprentissage en français langue seconde – immersion (M-12)*, 1996, p. viii.

Les élèves doivent pouvoir exercer les fonctions cognitives dans leur langue seconde.

En immersion, l'école est, dans la majorité des cas, le seul lieu où les élèves ont l'occasion d'être exposés à la langue française.

L'élève est au cœur de ses apprentissages et en interaction avec le monde qui l'entoure.

L'élève nourrit ainsi son ouverture à l'apprentissage continu tout au long de sa vie.

Grandes orientations de l'apprentissage

Le ministère de l'Éducation de la Saskatchewan s'est donné trois grandes orientations pour l'apprentissage: **l'apprentissage tout au long de sa vie, le sens de soi, de ses racines et de sa communauté et une citoyenneté engagée.** Les grandes orientations de l'apprentissage représentent les caractéristiques et les savoir-être que l'on souhaite retrouver chez le finissant et la finissante de 12^e année de la province. Les descriptions suivantes montrent l'éventail de connaissances (déclaratives, procédurales, conditionnelles ou métacognitives) que l'élève acquerra tout au long de son cheminement scolaire.



L'apprentissage tout au long de sa vie

L'élève, engagé dans un processus d'apprentissage tout au long de sa vie, continue à explorer, à réfléchir et à se construire de nouveaux savoirs. Il ou elle démontre l'ouverture nécessaire pour découvrir et comprendre le monde qui l'entoure. Il ou elle est en mesure de s'engager dans des apprentissages, dans sa vie scolaire, sociale, communautaire et culturelle. Il ou elle vit des expériences variées qui enrichissent son appréciation de diverses visions du monde. Il ou elle fait preuve d'ouverture d'esprit et de volonté pour apprendre tout au long de la vie.

Le sens de soi, de ses racines et de sa communauté

L'élève perçoit positivement son identité personnelle. Il ou elle comprend la manière dont celle-ci se construit et ce, en interaction avec les autres et avec l'environnement naturel et construit. Il ou elle est en mesure de cultiver des relations positives. Il ou elle sait reconnaître les valeurs de diverses croyances, langues et habitudes de vie de toutes les cultures des citoyens et citoyennes de la province, entre autres celles des Premières Nations de la Saskatchewan : les Dakotas, les Lakotas, les Nakotas, les Anishinabés, les Nèhiyawaks, les Dénés et les Métis. L'élève acquiert ainsi une connaissance approfondie de lui-même ou d'elle-même, des autres et de l'influence de ses racines. Il ou elle renforce ainsi son sens de soi, de ses racines, de sa communauté et cela soutient son identité personnelle dans toutes ses dimensions.

Une citoyenneté engagée

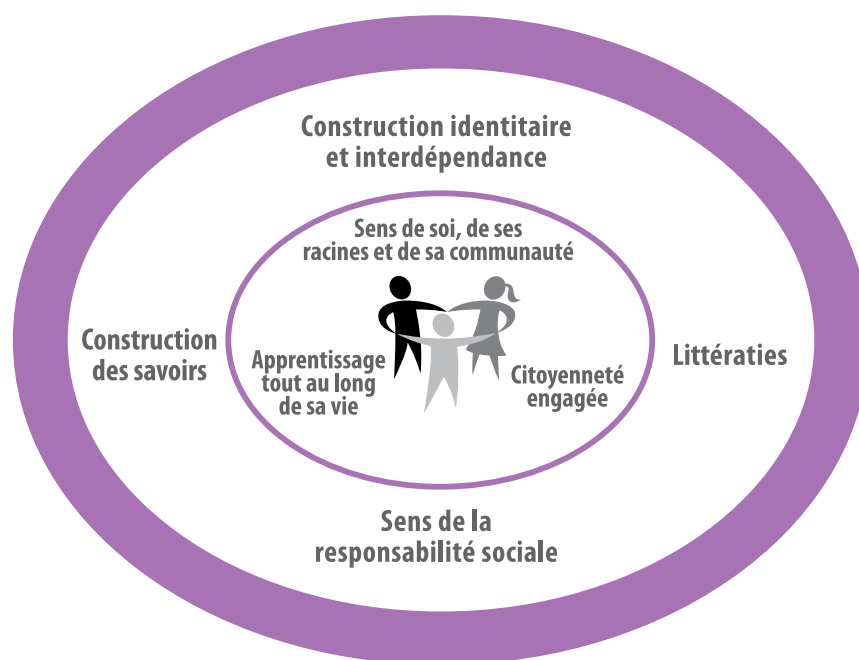
L'élève qui développe une citoyenneté engagée établit des liens avec sa communauté et s'informe de ce qui se passe dans son environnement naturel et construit. Il ou elle reconnaît ses droits et ses responsabilités. Il ou elle accorde aussi une importance à l'action individuelle et collective en lien avec la vie et les enjeux de sa communauté. Il ou elle prend des décisions réfléchies à l'égard de sa vie, de sa carrière et de son rôle de consommateur en tenant compte de l'interdépendance des environnements physiques, économiques et sociaux. Il ou elle reconnaît et respecte les droits de tous et chacun, entre autres ceux énoncés dans la *Charte canadienne des droits et libertés* et dans les *Traités*. Cela lui permet de vivre en harmonie avec les autres dans des milieux multiculturels en prônant des valeurs telles que l'honnêteté, l'intégrité et d'autres qualités propres aux citoyennes et citoyens engagés.

L'élève apprend à se connaître en étant en relation avec les autres et avec différentes communautés. Sa contribution personnelle ainsi que celle des autres sont reconnues.

L'élève respecte l'interdépendance des environnements physiques et sociaux.

Les compétences transdisciplinaires

Le ministère de l'Éducation de la Saskatchewan a établi quatre compétences transdisciplinaires : **la construction des savoirs, la construction identitaire et l'interdépendance, l'acquisition des littératies** et **l'acquisition du sens de la responsabilité sociale**. Ces compétences ont pour but d'appuyer l'apprentissage de l'élève.



L'élève qui construit ses savoirs est engagé cognitivement et affectivement dans son apprentissage.

L'élève qui développe son identité sait qui il est et se reconnaît par sa façon de réfléchir, d'agir et de vouloir. (ACELF)

La construction des savoirs

L'élève qui construit ses savoirs se questionne, explore, fait des hypothèses et modifie ses représentations. Il ou elle fait des liens entre ses connaissances antérieures et les nouvelles informations afin de transformer ce qu'il ou elle sait et de créer de nouveaux savoirs. Il ou elle se construit ainsi une compréhension du monde qui l'entoure.

La construction identitaire et l'interdépendance

L'élève construit son identité en interaction avec les autres, le monde qui l'entoure et ses diverses expériences de vie. Il ou elle peut soutenir l'interdépendance qui existe dans son environnement naturel et construit par le développement d'une conscience de soi et de l'autre, d'habiletés à vivre en harmonie avec les autres et de la capacité de prendre des décisions responsables. Il ou elle peut ainsi favoriser la réflexion et la croissance personnelles, la prise en compte des autres et la capacité de contribuer au développement durable de la collectivité.

L'acquisition des littératies

L'élève qui acquiert diverses littératies a de nombreux moyens d'interpréter le monde, d'en exprimer sa compréhension et de communiquer avec les autres. Il ou elle possède des habiletés, des stratégies, des conventions et des modalités propres à toutes sortes de disciplines qui lui permettent une participation active à une variété de situations de vie. Il ou elle utilise ainsi ses compétences pour contribuer à la vitalité d'un monde en constante évolution.

L'acquisition du sens de la responsabilité sociale

L'élève qui acquiert le sens de la responsabilité sociale peut contribuer de façon positive à son environnement physique, social et culturel. Il ou elle a conscience des dons et des défis propres à chaque personne et à chaque communauté. Il ou elle peut aussi collaborer avec les autres à la création d'un espace éthique qui favorise le dialogue à l'égard de préoccupations mutuelles et à la réalisation de buts communs.

Les littératies renvoient à l'ensemble des habiletés que possède l'élève à écrire, à lire, à calculer, à traiter l'information, à observer et interpréter le monde et à interagir dans une variété de situations.

L'élève apporte son aide ou son soutien de manière à respecter la dignité et les capacités des personnes concernées.

Mesure et évaluation

La mesure indique ce que l'élève sait, ce qu'il comprend et ce qu'il peut faire.

L'évaluation indique le niveau de réalisation des résultats d'apprentissage.

La mesure est un processus de collecte de données qui fournit des informations sur l'apprentissage de l'élève. Ce processus comprend entre autres la réflexion, la rétroaction et les occasions d'amélioration avant le jugement. C'est ce jugement qui représente l'évaluation des apprentissages de l'élève.

Il existe trois buts de la mesure et de l'évaluation : l'évaluation **pour l'apprentissage** qui vise à accroître les acquis, l'évaluation **en tant qu'apprentissage** qui permet de favoriser la participation active de l'élève à son apprentissage et enfin, l'évaluation **de l'apprentissage** qui cherche à porter un jugement sur l'atteinte des résultats d'apprentissage.

Mesure		Évaluation
Évaluation formative <i>continue dans la salle de classe</i>		Évaluation sommative <i>ayant lieu à la fin de l'année ou à des étapes cruciales</i>
Évaluation pour l'apprentissage	Évaluation en tant qu'apprentissage	Évaluation de l'apprentissage
• rétroaction par l'enseignant, réflexion de l'élève et rétroaction des pairs • appréciation fondée sur les résultats d'apprentissage du programme d'études, traduisant la réalisation d'une tâche d'apprentissage précise • révision du plan d'enseignement en tenant compte des données recueillies	• auto-évaluation • informations données à l'élève sur son rendement l'incitant à réfléchir aux moyens à prendre pour améliorer son apprentissage • critères établis par l'élève à partir de ses apprentissages et de ses objectifs d'apprentissage personnels • adaptations faites par l'élève à son processus d'apprentissage en fonction des informations reçues	• évaluation par l'enseignant fondée sur des critères établis provenant des résultats d'apprentissage* • jugement du rendement de l'élève par rapport aux résultats d'apprentissage • transmission du rendement de l'élève aux parents ou aux tuteurs, au personnel de l'école et des conseils/commissions scolaires * Cette évaluation peut être normative, c'est-à-dire basée sur la comparaison du rendement de l'élève à celui des autres.

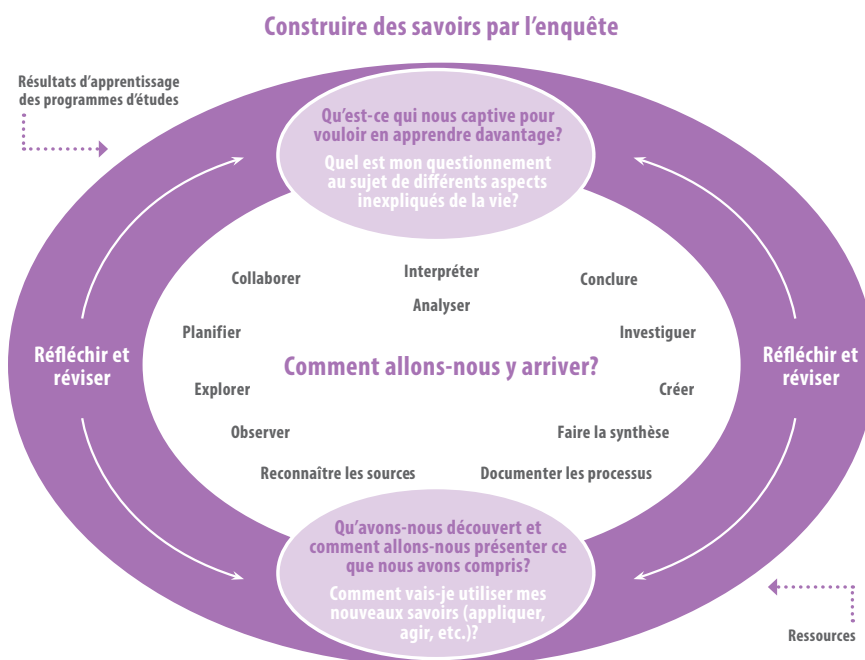
Pour en savoir plus sur la mesure et l'évaluation, veuillez consulter la ressource élaborée dans le cadre du Protocole de l'Ouest et du Nord canadiens (PONC) : *Repenser l'évaluation en classe en fonction des buts visés*. Cette ressource est disponible en ligne à l'adresse suivante : <http://www.ponc.ca/french/subjectarea/classassessment.aspx>

Apprentissage par enquête

L'apprentissage par enquête est une approche philosophique de l'enseignement-apprentissage de la construction des savoirs favorisant une compréhension approfondie du monde. Cette approche est ancrée dans la recherche et dans les modèles constructivistes. Elle permet à l'enseignant ou l'enseignante d'aborder des concepts et du contenu à partir du vécu, des intérêts et de la curiosité des élèves pour donner du sens au monde qui les entoure. Elle facilite l'engagement actif dans un cheminement personnel, collaboratif et collectif tout en développant le sens de responsabilité et l'autonomie. Elle offre à l'élève des occasions :

- de développer des compétences tout au long de sa vie;
- d'aborder des problèmes complexes sans solution prédéterminée;
- de remettre en question des connaissances;
- d'expérimenter différentes manières de chercher une solution;
- d'approfondir son questionnement sur le monde qui l'entoure.

Dans l'apprentissage par enquête, l'élève vit un va-et-vient entre ses découvertes, ses perceptions et la construction d'un nouveau savoir. L'élève a ainsi le temps de réfléchir sur ce qui a été fait et sur la façon dont il ou elle l'a fait, ainsi que sur la façon dont cela lui serait utile dans d'autres situations d'apprentissage et dans la vie courante.



Un modèle d'enquête

L'enquête est un processus d'exploration et d'investigation qui structure l'organisation de l'enseignement-apprentissage. Ce modèle d'enquête a différentes phases non linéaires telles que *planifier, recueillir, traiter, créer, partager* et *évaluer*, avec des points de départ et d'arrivée variables. La réflexion métacognitive soutient ce processus. Des questions captivantes sur des sujets, problèmes ou défis se rapportant aux concepts et au contenu à l'étude déclenchent le processus d'enquête.

Une question captivante :

- s'inspire du vécu, des intérêts et de la curiosité de l'élève;
- provoque l'investigation pertinente des idées importantes et de la thématique principale;
- suscite une discussion animée et réfléchie, un engagement soutenu, une compréhension nouvelle et l'émergence d'autres questions;
- oblige à l'examen de différentes perspectives, à un regard critique sur les faits, à un appui des idées et une justification des réponses;
- incite à un retour constant et indispensable sur les idées maîtresses, les hypothèses et les apprentissages antérieurs;
- favorise l'établissement de liens entre les nouveaux savoirs, l'expérience personnelle, l'accès à l'information par la mémoire et le transfert à d'autres contextes et matières.

Lors de cette démarche d'enquête, l'élève participe activement à l'élaboration des questions captivantes. Il garde sous différentes formes des traces de sa réflexion, de son questionnement, de ses réponses et des différentes perspectives. Cela peut devenir une source d'évaluation des apprentissages et du processus lui-même. Cette documentation favorise un regard en profondeur de ce que l'élève sait, comprend et peut faire.

L'éducation physique

Dans un programme d'éducation physique, les élèves doivent être exposés à certains éléments pour être en mesure d'atteindre les résultats d'apprentissage de ce programme et acquérir le vouloir de poursuivre l'apprentissage de l'éducation physique tout au long de la vie. Le programme d'études d'éducation physique décrit les buts, les processus, les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réalisation.

Finalité et buts

Le programme d'études d'éducation physique de la maternelle à la 12^e année vise à développer, chez tous les élèves, la compréhension et les habiletés nécessaires pour faire face aux situations quotidiennes, ainsi que l'apprentissage continu qui exige l'application de concepts physiques. Le programme d'éducation physique vise aussi à stimuler l'esprit d'enquête dans le contexte de la pensée et du raisonnement critique.

Les buts sont des énoncés généraux qui s'appliquent de la maternelle à la 12^e année. Ces buts demeureront les mêmes pour tous les niveaux. Ils reflètent les attentes du Ministère par rapport aux connaissances, aux compétences, aux habiletés et aux attitudes des élèves en éducation physique à la fin de la 12^e année. Les résultats d'apprentissage à tous les niveaux sont liés à tous les buts et certains liens sont plus forts que d'autres.

Le programme d'éducation physique de la maternelle à la 12^e année poursuit trois buts :

Vie active	L'élève sera capable d'intégrer les comportements d'un mode de vie actif fondé sur la pratique d'activités physiques saines dans sa vie en tenant compte de soi, de sa famille et de sa communauté.
Mouvement avec adresse	L'élève sera capable d'améliorer sa capacité générale de mouvement par la compréhension, le développement et le transfert des concepts, des habiletés, des tactiques et des stratégies motrices à toute une gamme d'activités de mouvement.
Relations	L'élève sera capable de favoriser le bien-être personnel, social, culturel, spirituel et environnemental, dans le cadre d'activités de mouvement, par la qualité de ses interactions avec autrui dans un contexte sécuritaire.

Les enfants ne se préoccupent pas normalement des bénéfices de l'activité physique ou de la physiologie relatives à ces activités, même si les occasions pour jouer dans le quotidien fournissent des occasions de conditionnement physique... les éducateurs physiques doivent rendre pertinent pour les élèves les bénéfices de l'activité physique au niveau de la santé, des connaissances et du conditionnement...

(Gilbert, 2004, p. 25) [Traduction libre]

Les enfants ayant un développement inadéquat au niveau des habiletés motrices se retrouvent souvent exclus des activités physiques organisées et spontanées au niveau social. Par conséquent, les frustrations issues de leurs expériences de jeunesse ont comme résultat une vie inactive.

(Seefeldt, Haubenstricker, & Reuschlen [1979] in Graham, Holt/Hale, & Parker, 2007, p. 28) [Traduction libre]

Vie active

La vie active est un concept qui dépasse les aspects physiologiques liés à la participation aux activités de mouvement pour englober les dimensions cognitives, émotives, spirituelles et sociales de l'expérience physique. La vie active est axée sur le bien-être de la personne. La façon dont on vit le bien-être est personnelle et varie selon le temps, l'âge et les individus. La vie active est aussi sociale et souligne l'importance des environnements physiques et sociaux qui peuvent motiver ou décourager le niveau d'activité des personnes. Ces environnements sont façonnés par les familles et avec les familles au sein des communautés où les gens vivent, apprennent, travaillent et jouent. La vie active s'éveille dans une diversité de contextes communautaires.

Le but « vie active » met l'accent sur l'importance de la participation des élèves à des contextes d'apprentissage authentiques et amusants qui développent des connaissances plus approfondies en lien avec le conditionnement physique. Les occasions pour les élèves de développer chacun des éléments reliés à la santé sont intégrées au programme. Un programme d'éducation physique équilibré est important pour permettre aux élèves de vivre une vie active.

Mouvement avec adresse

Les élèves doivent être actifs mais doivent surtout apprendre le pourquoi et le comment du mouvement pour développer la confiance et les habiletés nécessaires pour participer à des activités de mouvement diverses. Le but « mouvement avec adresse » implique tous les apprentissages moteurs efficaces où les élèves comprennent la portée du transfert des habiletés dans des contextes variés d'activités de mouvement. Les élèves apprendront les habiletés propres à une catégorie de jeu plutôt que d'un seul jeu ou d'un seul sport.

Quand les élèves sont capables d'appliquer des concepts, des tactiques et des stratégies en lien avec les activités de mouvement, ils s'amusent et participent davantage. Au cours des expériences d'apprentissage authentiques, les élèves approfondiront leur compréhension de l'application des habiletés de mouvement. Par exemple, ils pourront adapter un dispositif défensif ou offensif en contexte de jeu d'invasion ou territorial ou en contexte de jeu de filet ou de mur. Il y a une plus grande possibilité pour les élèves de vivre une vie active quand ils ou elles sont confiants dans leur apprentissage et leur capacité d'appliquer le pourquoi et le comment des habiletés de mouvement.

Lorsqu'on s'efforce d'atteindre le but « mouvement avec adresse », la croissance et le développement des enfants est une considération importante et les schèmes fondamentaux de mouvement sous-tendent les résultats d'apprentissage et les indicateurs visant les habiletés de mouvement. La participation à des activités de mouvement fait en général intervenir plusieurs schèmes fondamentaux de mouvement qui sont génériques dans le sens qu'ils ne se limitent pas à une unique activité de mouvement. Une fois les habiletés acquises, elles peuvent être combinées en habiletés plus complexes dans le cadre de jeux, de sports et d'activités de gestion corporelle. Et, plus important, une fois que les élèves comprennent les schèmes de mouvement, ils acquièrent la confiance et la compétence qui leur permettent de participer à de « nouvelles » activités de mouvement.

Découlant de ces schèmes de mouvement, certaines habiletés de mouvement spécifiques sont identifiées pour que les enseignants s'y consacrent avec leurs élèves. Le niveau auquel les élèves sont censés exécuter ces habiletés de mouvement a été identifié dans les résultats d'apprentissage. Les termes utilisés pour décrire et communiquer les niveaux de compétence des élèves sont les suivants : Exploration, Progression vers le contrôle et Contrôle. Le niveau Utilisation ne correspond pas au niveau des élèves de 1^{re} année.

Exploration : Niveau d'introduction des habiletés et schèmes fondamentaux de mouvement, où les élèves découvrent comment se déplace leur corps et comment ils peuvent faire varier les mouvements de leur corps. On ne s'attend pas, à ce niveau, à ce que les élèves soient capables de répéter le mouvement.

Progression vers le contrôle : Niveau d'exécution d'une habileté caractérisé par « l'incapacité soit de contrôler consciemment, soit de reproduire intentionnellement un mouvement. L'exécution réussie de l'habileté surprend à chaque fois! » (Graham, Holt/Hale, & Parker, 2007, p. 107).

Contrôle : Niveau d'exécution d'une habileté où le corps semble répondre avec assez de précision aux volontés de l'élève, même si le mouvement demande toujours une grande concentration. Plus il est répété, plus le mouvement devient uniforme et efficace.

Lorsque le niveau **Contrôle** est le niveau recherché pour une année spécifique, des indices de performance détaillés ont été inclus dans les indicateurs de réalisation du programme d'études.

L'éducation holistique se concentre sur la relation - la relation entre la pensée linéaire et l'intuition, la relation entre le corps et l'esprit, les relations entre les domaines divers des savoirs, la relation entre l'individu et la communauté et la relation entre l'individu et lui-même. À travers un programme d'études holistique, l'élève devient conscient de ces relations et développe les habiletés nécessaires pour les transformer selon les besoins.

(Smith, 2001, p. 83) [Traduction libre]

Relations

Le mot « relations » a plusieurs facettes en tant que but en éducation physique. Au cours des expériences de mouvement, les élèves approfondiront leurs connaissances pour favoriser leur développement au niveau physique, émotionnel, mental et spirituel. De plus les élèves s'engageront dans une variété d'expériences propices au développement social par la collaboration lors de la création et de la présentation des activités de mouvements, de la prise de décision en équipe ou de l'animation d'autrui dans les activités de mouvement. Le développement des habiletés sociales se fait en parallèle avec le développement des élèves comme personne.

Le but « relations » vise aussi l'action en lien avec le développement de la sensibilité culturelle. Les programmes en éducation physique à caractère multiculturel et authentique favorisent la préservation des traditions culturelles de la société. Ceci comprend les jeux, les danses, les langues, les célébrations et d'autres formes de la culture à expression physique. Les élèves sont plus en mesure de s'engager dans les relations diverses quand ils ont pris conscience des défis auxquels font face les groupes minoritaires.

Au cours des expériences en éducation physique, les élèves interagiront avec leur environnement et dans le cadre de cet environnement. La pratique et l'appropriation de comportements respectueux envers l'environnement naturel et construit auront un impact significatif sur les expériences de vie. Le but « relations », va de l'usage approprié de l'équipement dans le gymnase jusqu'au désir d'affronter des améliorations à son environnement naturel.

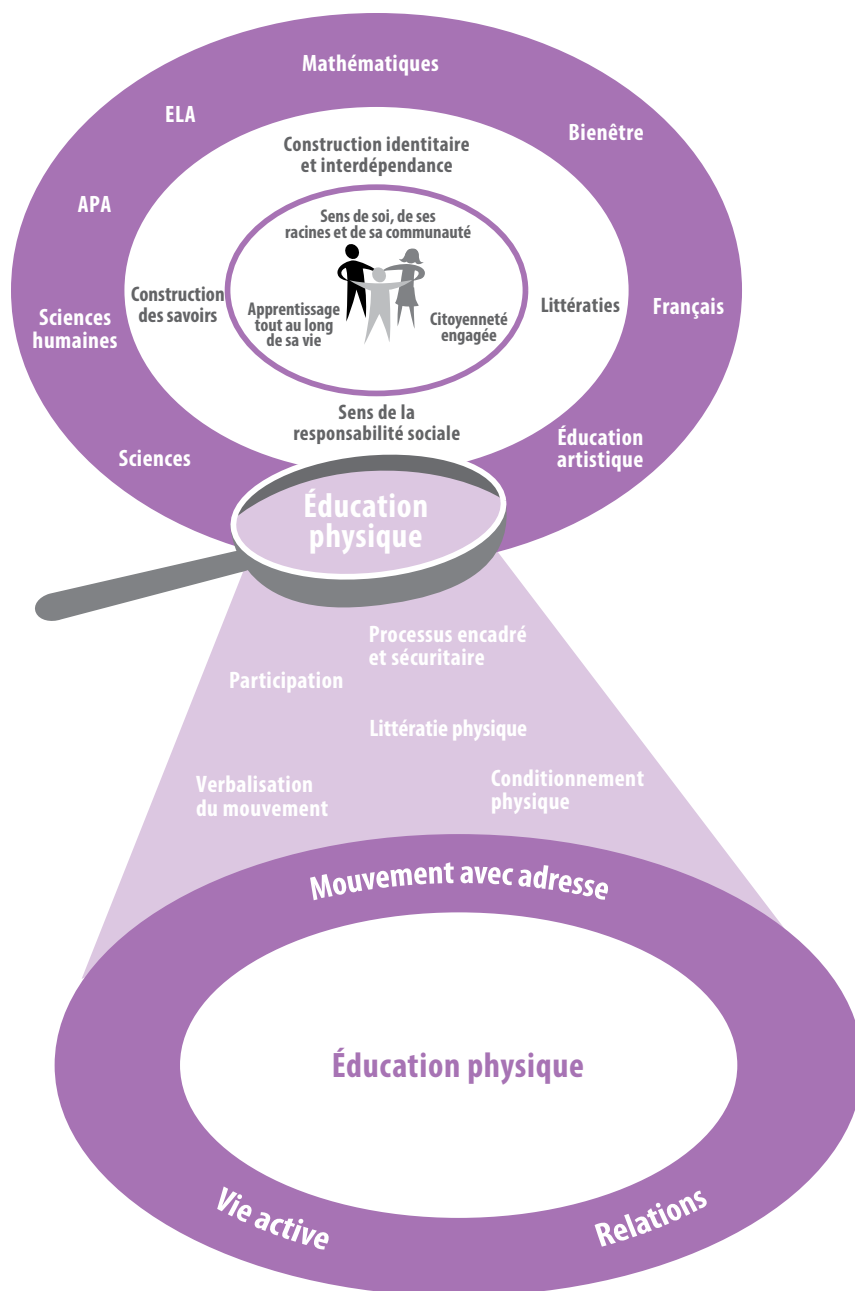
Le processus de l'éducation physique

Les élèves apprennent mieux en éducation physique lors de la participation aux activités de mouvement axées non seulement sur le quoi faire, mais aussi sur le pourquoi et le comment faire. À travers le cheminement vers l'atteinte des résultats d'apprentissage, les élèves devraient être guidés à travers un processus encadré et sécuritaire afin de :

- découvrir la capacité et les limites de leurs corps par le mouvement physique;
- participer pleinement à une variété d'activités de mouvement à un niveau de défi personnel;
- développer leur capacité cardiovasculaire, leur force musculaire, leur endurance et leur flexibilité;
- vivre des expériences axées sur le plaisir, le succès, et le bien-être personnel;
- considérer leur personne dans sa totalité au niveau physique, cognitif, émotif et spirituel;
- s'approprier du vocabulaire et des structures de langues nécessaires pour appuyer l'apprentissage en éducation physique.

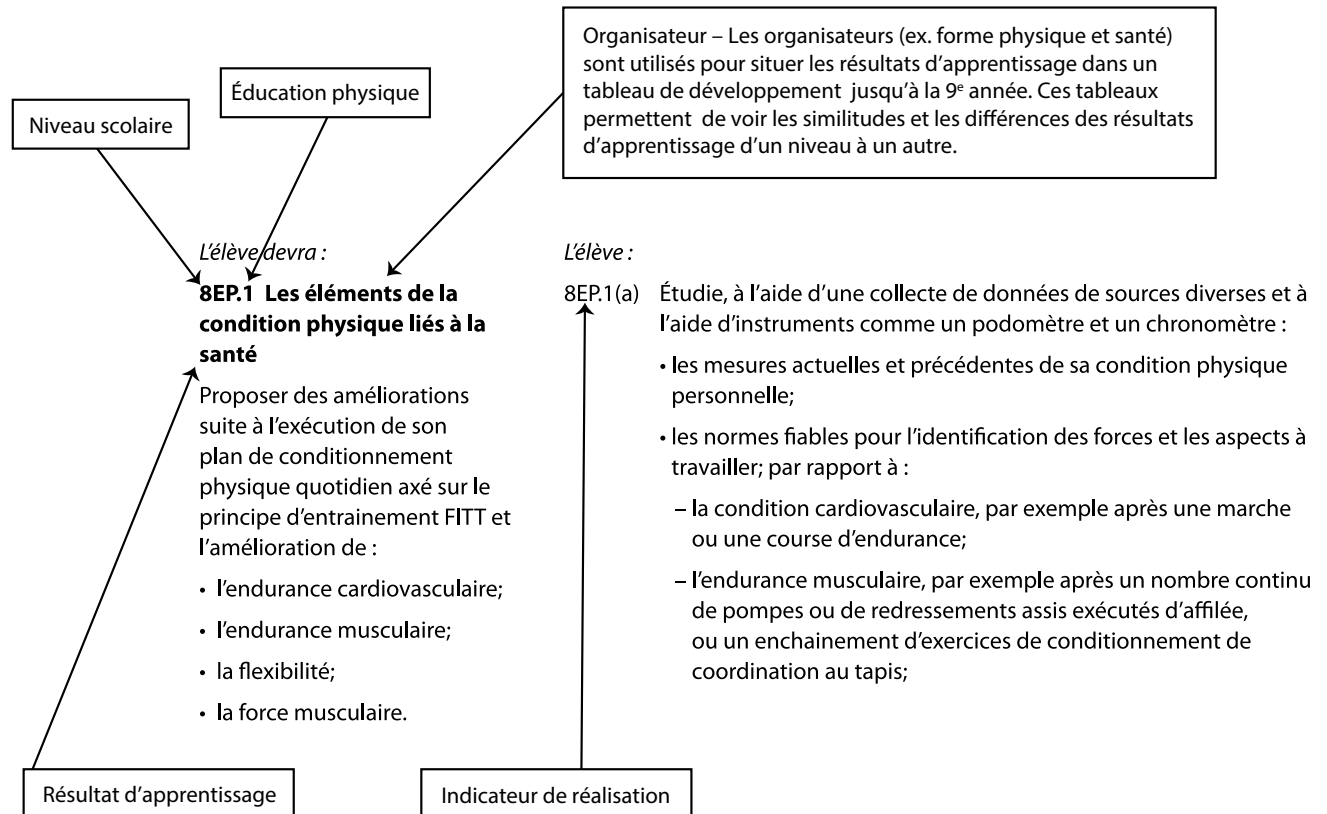
Une représentation des éléments clés du processus de l'éducation physique se trouve directement sous la loupe.

Éléments clés du processus de l'éducation physique



Résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation

Légende du code des résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation



Termes utilisés dans les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réalisation à des fins particulières

y compris	Indique ce qui est obligatoire et ce qui devra être évalué même si d'autres apprentissages peuvent être abordés
tel que; telle que tels que; telles que	présente des suggestions de contenu sans exclure d'autres possibilités
par exemple	présente des exemples précis touchant un concept ou une stratégie

Résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation (suite)

Buts : *Vie active Mouvement avec adresse Relations*

Résultats d'apprentissage obligatoires

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève devra :

8EP.1 Les éléments de la condition physique liés à la santé

Proposer des améliorations suite à l'exécution de son plan de conditionnement physique quotidien axé sur le principe d'entraînement FITT et l'amélioration de :

- l'endurance cardiovasculaire;
- l'endurance musculaire;
- la flexibilité;
- la force musculaire.

L'élève :

- 8EP.1(a) Étudie, à l'aide d'une collecte de données de sources diverses et à l'aide d'instruments comme un podomètre et un chronomètre :
- les mesures actuelles et précédentes de sa condition physique personnelle;
 - les normes fiables pour l'identification des forces et les aspects à travailler; par rapport à :
 - la condition cardiovasculaire, par exemple après une marche ou une course d'endurance;
 - l'endurance musculaire, par exemple après un nombre continu de pompes ou de redressements assis exécutés d'affilée, ou un enchaînement d'exercices de conditionnement de coordination au tapis;
 - la force musculaire, par exemple la force de préhension, des tractions à la barre fixe, des tractions avec appui modifié, des suspensions bras fléchis;
 - la flexibilité, par exemple les flexions du tronc en position assise, des étirements à l'épaule.
- 8EP.1(b) Identifie les activités physiques à inclure dans son plan à l'aide d'une question telle que :
- « Quelles activités de mouvement font augmenter le plus ma fréquence cardiaque? »
 - « Quelles activités de mouvement font augmenter le moins ma fréquence cardiaque? »
 - « Qu'est-ce qui fait augmenter le plus ma fréquence cardiaque, 2 minutes de soccer 3 contre 3 ou 3 minutes de marche accélérée? »

à suivre. . .

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

- 8EP.1(c) Crée un plan de conditionnement physique sain selon les critères suivants :
- Quoi améliorer : un but en lien avec l'endurance cardiovasculaire, l'endurance musculaire, la flexibilité, la force musculaire;
 - Où j'en suis : mon point de départ;
 - Comment améliorer : le processus, les outils, les stratégies, selon un principe reconnu, tel FITT (Fréquence, Intensité, Temps, Type d'activité);
 - Quand : l'échéancier;
 - Quel est le niveau de mon succès en fonction des buts?
- 8EP.1(d) Mesure le progrès réalisé au maintien de la fréquence cardiaque dans la « zone cible » jusqu'à 12 minutes consécutives à l'aide de la prise du pouls.
- 8EP.1(e) Exécute seul ou en groupe des techniques saines pour le développement de sa condition physique :
- le développement de l'endurance et de sa force musculaires, par exemple :
 - avec répétitions multiples de poids légers;
 - avec l'utilisation d'équipements tels des poids et haltères légers, un gros élastique Dynaband ou des tubes chirurgicaux;
 - les exercices d'assouplissement (statiques, dynamiques et passifs).
- 8EP.1(f) Participe à des circuits ou des postes de conditionnement physique créés par l'élève pour le développement des quatre éléments de la condition physique de son plan axé sur la santé tels l'endurance cardiovasculaire, l'endurance musculaire, la force musculaire et la flexibilité.

à suivre. . .

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

8EP.1(g) Participe, jusqu'à 12 minutes consécutives à :

- des activités aérobiques sécuritaires au niveau de défi personnel, par exemple la course à pied, le saut à la corde, le vélo, la natation, la danse, l'aviron, le soccer 3 contre 3, le basket 3 contre 3;
- des jeux de familiarisation, par exemple 3 contre 3 au soccer, 2 contre 2 au basketball, 3 contre 3 à la crosse modifiée;
- une variété d'activités de mouvement à un niveau d'effort variant de modéré à vigoureux pour l'augmentation du battement cardiaque et la respiration, ainsi qu'un conditionnement physique sain;
- des activités qui incorporent un principe de conditionnement reconnu tel FITT.

8EP.1(h) Emploie des stratégies en fonction des buts pour le développement de ses muscles fondamentaux, par exemple exercices faisant travailler les abdominaux supérieurs, les abdominaux inférieurs, les obliques et les muscles du dos.

8EP.1(i) Suggère des améliorations à son plan de conditionnement physique.

8EP.1(j) Révise ses objectifs et son plan personnel suite à l'analyse :

- de la pertinence des objectifs personnels;
- des résultats personnels obtenus au fil du temps, par exemple au début, au milieu et à la fin de l'année scolaire.

8EP.1(k) Justifie son point de vue par rapport aux questions suivantes :

- « Est-ce qu'il y a des bénéfices à connaître des stratégies multiples pour l'amélioration de notre condition physique? »
- « Est-il important d'avoir une variété d'options afin de soutenir une vie active? »

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.2 Le système musculaire**

Mettre en œuvre des exercices axés sur le développement des principaux groupes musculaires suite à l'étude de l'impact de l'inactivité et de l'activité physique sur le système musculaire.

L'élève :

- 8EP.2(a) Participe à des exercices axés sur le développement de l'endurance musculaire, la force musculaire et la flexibilité des principaux groupes musculaires tels les biceps, triceps, pectoraux, abdominaux, quadriceps et ischio-jambiers.
- 8EP.2(b) Exécute des enchainements d'exercices élaborés par l'élève axés sur le développement de groupes de muscles spécifiques par l'emploi de la masse du corps et non pas de l'équipement.
- 8EP.2(c) Exécute seul, avec un ou une partenaire ou en équipe, diverses activités élaborées par les élèves ou déjà conçues pour le développement soutenu des groupes musculaires particuliers.
- 8EP.2(d) Détermine les effets de l'immobilité sur les muscles pour une période de temps importante, par exemple avoir un bras dans le plâtre, se déplacer à l'aide de béquilles, ne pas faire d'exercice pendant les vacances.
- 8EP.2(e) Explique à l'oral:
- l'effet de l'activité ou de l'inactivité physique sur le développement du système musculaire, par exemple l'augmentation ou la diminution de la force musculaire, du muscle maigre, de l'élasticité du muscle ou du tonus musculaire;
 - les principes d'entraînement axés sur la surcharge, la spécificité et l'alternance.
- 8EP.2(f) Détermine un lien entre:
- le fonctionnement des muscles en tandem, par exemple les quadriceps se contractent pour faire avancer la jambe et les ischio-jambiers la ramènent vers le sol; et
 - la planification appropriée pour les exercices de conditionnement musculaire.
- 8EP.2(g) Exécute une séquence d'exercices axée sur le développement d'un tandem de muscles, par exemple le tandem quadriceps-ischio-jambiers ou le tandem biceps-triceps.
- 8EP.2(h) Discerne les bienfaits d'avoir des muscles à la fois forts et flexibles.
- 8EP.2(i) Explique à l'aide d'une démonstration le mouvement des muscles et des articulations, par exemple la flexion, l'extension, la rotation.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation**

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève devra :

**8EP.3 La condition physique
liée aux habiletés**

Exécuter un plan personnel pour l'amélioration des éléments de la condition physique liés aux habiletés.

L'élève :

- 8EP.3(a) Analyse ses forces et ses défis quant aux habiletés démontrées dans les activités de mouvement avec adresse, par exemple la hauteur atteinte lors d'un saut en hauteur, la capacité de réaliser un équilibre sur un pied, les yeux clos.
- 8EP.3(b) Identifie, à l'aide de quelques sources, des méthodes d'entraînement pour le développement des éléments de la condition physique liés aux habiletés, par exemple développer la puissance des jambes pour améliorer sa prestation au saut en hauteur ou améliorer son équilibre pour l'exécution d'un pas de danse.
- 8EP.3(c) Intègre certains critères à son plan pour l'amélioration des éléments de la condition physique axés sur les habiletés tels :
- Quoi améliorer : sélectionné parmi ces éléments de la condition physique reliés aux habiletés : la puissance, l'agilité, la vitesse, le temps de réaction, l'équilibre, la coordination;
 - Où j'en suis : mon point de départ;
 - Comment améliorer : le processus, les outils, les stratégies, selon un principe reconnu tel FITT (Fréquence, Intensité, Temps, Type d'activité);
 - Quand : l'échéancier;
 - Quel est le degré de mon succès en fonction des buts?
- 8EP.3(d) Participe à des activités de mouvement individuel ou en groupe axées sur l'amélioration des éléments de la condition physique liés aux habiletés comme le jonglage, l'empilage de gobelets, la course de relais, la course d'obstacles et les séquences de mouvements au yoga et en gymnastique éducative pour le développement de l'agilité, la vitesse, le temps de réaction, l'équilibre et la coordination.
- 8EP.3(e) Poursuit ses objectifs personnels d'amélioration des éléments de la condition physique liés aux habiletés, par exemple jongler en cascade avec trois balles de tennis et réussir au moins à 12 « reprises » sans échapper de balles; tenir 4 positions d'équilibre différentes pendant 5 secondes, sans perdre l'équilibre.

à suivre. . .

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

- 8EP.3(f) Justifie son point de vue aux questions suivantes à l'aide des données personnelles recueillies :
- « Jusqu'à quel point suis-je rapide, agile? », par exemple le temps d'exécution d'une course-navette;
 - « Comment décrirais-je ma coordination? », par exemple sauter en ciseaux alternant entre une réception au sol avec jambes écartées, avec les pieds joints ou avec un déplacement vers l'avant, vers l'arrière.
- 8EP.3(g) Propose des améliorations à son plan d'amélioration des éléments de la condition physique.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.4 Les habiletés complexes**

Démontrer au niveau
« utilisation » des transitions
harmonieuses de combinaisons
complexes d'habiletés
locomotrices, non locomotrices
et de manipulation.

L'élève :

- 8EP.4(a) Exécute certains mouvements au niveau « utilisation », par exemple exécuter un mouvement isolé d'un jeu de façon répétitive et sans hésitation, à une vitesse appropriée pour le jeu tels faire 7 lancers, avec coup de pied, un ballon de soccer, faire 9 coups de pied d'envolée avec un ballon de football, faire 5 smash avec un ballon de volleyball.
- 8EP.4(b) Exécute, avec rythme et des transitions harmonieuses, la manipulation d'objets lors de mouvements locomoteurs et non locomoteurs, par exemple le tir en course au basketball, le smash au volley, la rotation d'un cerceau autour du bassin, le dribble avant le tir au but au soccer, un mouvement de gymnastique rythmique, la réception d'un roulant et le lancer au but au softball, la maîtrise des balles en déplacement au jeu de la double-balle.
- 8EP.4(c) Fait des variations d'un mouvement complexe en fonction de la situation, par exemple :
- au basketball : un pivot de retrait préparatoire à un tir au panier, un pivot de retrait tout en driblant pour esquiver un ou une adversaire, un dribble croisé pour esquiver un ou une adversaire;
 - en gymnastique éducative : lancer et attraper un ballon tout en tournant sur soi, tout en se tenant en équilibre, tout en sautant et en retombant sur le sol.
- 8EP.4(d) Démonstre avec automatisme divers mouvements complexes propres à certains jeux lors des pratiques comme lors des parties, par exemple exécuter un amorti à la réception d'un service court au badminton.
- 8EP.4(e) Effectue diverses combinaisons de mouvements locomoteurs avec des transitions harmonieuses, par exemple des enchainements de pas de danse, de mouvements de gymnastique ou de postures de yoga.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève devra :

8EP.5 La biomécanique

Démontrer par le mouvement du corps et l'expression orale certains principes et concepts biomécaniques en lien avec des leviers et projectiles.

L'élève :

- 8EP.5(a) Explique le rôle des articulations, des muscles et des os dans le mouvement du corps, par exemple :
- jointures : point d'appui;
 - muscles : production de la force;
 - os : barres rigides pour appuyer le corps.
- 8EP.5(b) Établit le lien entre le fonctionnement d'un levier sur des objets et le fonctionnement de certaines articulations du corps telles le coude ou le genou.
- 8EP.5(c) Discerne le rapport, à travers ses explorations de la force générée dans le mouvement, entre :
- la longueur d'une barre (ou un bâton) utilisée lors de la frappe, par exemple frapper un smash avec une palette de tennis de table au lieu d'un smash avec une raquette de tennis; frapper avec un bâton court de hockey-salon au lieu d'un bâton long;
 - la position des mains sur l'objet et la force générée par la frappe, par exemple « Qu'est-ce qui génère plus de force, les mains placées vers l'extrémité ou vers le milieu de l'équipement à manche long tels des bâtons de softball, de hockey ou de la crosse? »
- 8EP.5(d) Tire des conclusions, suite à l'exploration de mouvements, au sujet des mouvements générateurs de force, par exemple frapper un objet pour parcourir une grande distance ou une petite distance avec une raquette de tennis, badminton, tennis de table, cricket; envoyer un objet loin avec un bâton court ou un bâton long de crosse.
- 8EP.5(e) Décrit l'exécution d'une habileté physique avec un changement dans la quantité de masse portée par le « levier du corps », par exemple faire une pompe debout face à un mur par rapport à genoux par terre, par rapport à une pompe régulière par terre.
- 8EP.5(f) Confirme sa propre hypothèse dans le contexte de lancer sur une distance maximale :
- l'angle de projection nécessaire au moment de lâcher prise;
 - le nombre de muscles impliqués;
 - l'amplitude du mouvement des articulations impliquées dans le mouvement.

à suivre. . .

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

- 8EP.5(g) Vérifie sa propre hypothèse au sujet de l'angle optimal pour parcourir une distance maximale lors de l'appel du saut en longueur.
- 8EP.5(h) Identifie, à l'aide de quelques sources, des angles de projection optimaux pour la réalisation d'une variété de mouvements liés aux projectiles.
- 8EP.5(i) Met en pratique les techniques de gestion du corps telles des pas de danse ou des positions de yoga par l'application des principes biomécaniques liés à la stabilité, par exemple l'abaissement du centre de gravité ou l'élargissement de la base d'appui.
- 8EP.5(j) Applique des concepts et principes relatifs aux leviers et projectiles pour l'amélioration de la fluidité :
- du mouvement dans les jeux;
 - des mouvements requis dans les environnements inhabituels et les activités de gestion du corps.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève devra :

**8EP.6 Les concepts, les
tactiques, les stratégies, les
décisions**

Exécuter des plans collectifs axés sur l'amélioration individuelle ou de l'équipe des tactiques, des stratégies et des principes d'exécution en situation de jeu, y compris des :

- jeux de cible;
- jeux de frappe ou de champ;
- jeux de filet ou de mur;
- jeux de territoire ou d'invasion;
- jeux rudimentaires ou d'invention.

L'élève :

- 8EP.6(a) Discute de la mise en œuvre des principes d'exécution des mouvements avec adresse dans des jeux variés, par exemple :
- les jeux de cible : projection, action du poignet au moment de l'envol de l'objet; jeux de frappe ou de champ : placement de la balle sur le terrain, couverture des coussins, course autour des coussins;
 - jeux de filet ou de mur : conscience de l'espace, position sur le terrain, position du corps, trajectoire, profondeur, angles;
 - jeux de territoire ou d'invasion : maintien des positions, pénétration du camp adverse, position défensive et mouvement dans les corridors de passe, locomotion, mouvement avec ou sans le ballon.
- 8EP.6(b) Emploie des stratégies offensives et défensives et des principes d'exécution, une fois communiqués par un coéquipier, une coéquipière, l'entraîneur ou l'entraîneuse, autant lors des parties que lors des entraînements, dans les jeux variés.
- 8EP.6(c) Discute suite à sa participation des options stratégiques en situation de jeu ou spécifié par autrui, par exemple badminton : Quels coups employer contre un adversaire droitier?
- 8EP.6(d) Évalue les décisions stratégiques d'un individu ou d'une équipe au cours d'une partie, par exemple par enregistrement vidéo ou DVD.
- 8EP.6(e) Étudie des décisions stratégiques d'autres joueurs à partir de critères définis par soi-même ou par la classe et communiqués au préalable, par exemple le type de retour de service au badminton, le positionnement des joueurs sur le terrain en fonction de l'emplacement où les coureurs se trouvent sur les buts à la balle lente, le moment opportun pour tenter de libérer un prisonnier de son camp, ou encore le moment opportun pour jouer avec les pieds au lieu d'avec les mains au speed ball.

à suivre...

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

- 8EP.6(f) Anime des expériences axées sur l'amélioration de la performance :
- d'un mouvement sélectionné par l'élève;
 - de stratégies ou de tactiques au niveau individuel ou de l'équipe, par exemple :
 - l'exploitation des espaces découverts dans différents types de jeux aux élèves plus jeunes;
 - l'exécution d'un mouvement personnel où l'élève possède une certaine expertise.
- 8EP.6(g) Justifie son point de vue par rapport aux questions suivantes :
- « Est-ce que la rétroaction peut être positive? »
 - Que veut dire, « Je suis assez bon ou bonne ... » quant à la participation aux activités de mouvement?

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.7 Activités en milieu
inhabituel**

Adapter au besoin les habiletés et les stratégies requises pour la participation à des activités de mouvement en milieu inhabituel naturel.

L'élève :

- 8EP.7(a) Participe à une variété d'activités de mouvement en milieu inhabituel axées sur l'amélioration des habiletés requises, par exemple transporter de l'équipement sur soi, payer, faire la lecture de boussole, accrocher des objets, creuser, ouvrir des pistes, faire des feux sécuritaires.
- 8EP.7(b) Améliore les habiletés requises pour la participation à des activités physiques en milieu naturel inhabituel dans le voisinage ou la communauté telles la grande randonnée avec sac à dos, la randonnée pédestre normale, la bicyclette, le camping avec bivouac, le canot, la raquette, le ski de fond, le traineau à chiens, la course d'orientation, le toboggan.
- 8EP.7(c) Sélectionne des solutions aux défis possibles lors de la participation à des activités en milieu naturel inhabituel, par exemple la position efficace du corps à adopter pour circuler sur un plan incliné en ski de fond, les risques de se perdre ou la préparation nécessaire en cas d'intempéries.
- 8EP.7(d) Détermine les options dans la communauté pour la participation en milieu naturel inhabituel ou construit.
- 8EP.7(e) Démonstre les habiletés nécessaires à la préparation et le respect de l'environnement naturel lors de la participation à des activités en plein air.
- 8EP.7(f) Justifie son point de vue par rapport aux questions suivantes :
- « Devrait-on passer plus de temps en plein air? »
 - « Qui est responsable de l'environnement? »
 - « Pourquoi certaines activités physiques sont-elles considérées comme dangereuses et les personnes qui les pratiquent comme ayant une mauvaise réputation? »

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.8 Les séquences de mouvement**

Enchaîner en tant que leader et participant des combinaisons d'habiletés avec des transitions harmonieuses créées individuellement, collaborativement et fournis dans les activités de gestion du corps et de divers jeux.

L'élève :

- 8EP.8(a) Interprète par le mouvement physique sa conception personnelle schématisée de l'histoire d'une activité physique ou d'un sport.
- 8EP.8(b) Exécute une séquence donnée d'habiletés reliées aux jeux axée sur un rythme donné, par exemple combine une habileté tirée du curling, du volleyball, du yoga et du football dans une séquence exécutée sur un rythme à 4 temps (4/4).
- 8EP.8(c) Anime seul ou avec d'autres une danse de groupe axée sur une séquence d'habiletés sur un rythme donné, des transitions harmonieuses et des jeux choisis comme des jeux de cible, de filet ou de mur, de frappe ou de champ, de territoire et d'invasion, et des jeux rudimentaires ou d'invention, par exemple :
- choisir une habileté propre au curling, au volleyball et au football, et combiner les trois mouvements dans une séquence exécutée sur un rythme à 4 temps (4/4);
 - sélectionner les trois pas, le lancer aux quilles et le saut-rotation-réception au sol en gymnastique éducative et combiner les trois mouvements dans une séquence exécutée sur un rythme à 3 temps (3/3).
- 8EP.8(d) Accomplit un enchaînement d'exercices selon un plan symbolique pour l'exécution d'exercices au sol avec sauts, réceptions au sol, impulsions, équilibres, appuis et rotations.
- 8EP.8(e) Exécute simultanément et selon un tempo donné une combinaison d'habiletés motrices avec transitions harmonieuses dans les activités de gestion du corps, par exemple la danse, la gigue, la gymnastique éducative, l'athlétisme, les exercices de la méthode Pilates, le yoga, la lutte gréco-romaine, les arts martiaux, les exercices aérobiques.
- 8EP.8(f) Décrit les étapes d'exécution des habiletés complexes axées sur une séquence de mouvement, par exemple les sauts divers dans les concours d'athlétisme, les séquences de mouvements dans les arts martiaux et le yoga.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.9 Le bénévolat et le leadership**

Inciter d'autres personnes à la participation soutenue d'une activité de mouvement à l'école, à la maison ou dans la collectivité, à partir d'un plan.

L'élève :

- 8EP.9(a) Met en place des stratégies pour l'encouragement de personnes à participer à une activité physique, par exemple les inviter à se joindre à lui ou à elle, s'assurer que l'activité est appropriée pour l'âge, rendre l'activité amusante, la concevoir de manière à satisfaire un besoin personnel.
- 8EP.9(b) Détermine, à l'aide d'un sondage, des moyens possibles d'amener les autres à pratiquer une activité physique, par exemple sonder les camarades de classe, les enseignants et enseignantes, les Aînés et les Aînées, les parents et les membres de la communauté pour recueillir leurs suggestions de la façon dont on pourra inciter quelqu'un à participer à une activité physique.
- 8EP.9(c) Exécute un plan personnel destiné à encourager d'autres personnes à augmenter leur niveau d'activité physique, par exemple accompagner un élève qui a besoin d'appuis spéciaux à la récréation, des exercices de bras simples au son d'une musique avec une ou plusieurs personnes dans un centre de l'âge d'or, organise un parcours de marche pour des parents, des travaux de jardinage à l'extérieur avec ses grands-parents ou un Aîné.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève devra :

**8EP.10 Les influences
technologiques et culturelles**

Discerner les impacts de la technologie et de la culture sur le conditionnement physique et le bien-être physique.

L'élève :

- 8EP.10(a) Établit des liens entre les bénéfices potentiels pour la condition physique et des activités de mouvement encadrées par les jeux électroniques.
- 8EP.10(b) Fait l'inventaire des activités ou des initiatives à caractère culturel en lien avec la vie active et le bien-être individuel et communautaire, par exemple les danses culturelles, *En mouvement*, les jeux autochtones, les jeux fransaskois, ParticipAction, un marchethon, un cyclethon.
- 8EP.10(c) Donne des exemples de technologies en lien avec l'activité physique, par exemple les ordinateurs et jeux vidéos, les tapis roulants, les raquettes plus légères, les chaussures de sport avec options pour améliorer le confort ou la performance.
- 8EP.10(d) Analyse, suite à la participation, certains bienfaits sur la condition physique de la participation à des jeux électroniques où l'utilisateur est en mouvement.
- 8EP.10(e) Compare des types d'exercices plus traditionnels avec des formes d'exercice appuyées par des technologies modernes sous l'optique :
 - des retombées sur la condition physique;
 - du cout, par exemple les avantages des exercices comparativement à des poids et haltères classiques, ou marcher sur un tapis roulant comparativement à la marche à pied ou au jogging en milieu naturel.
- 8EP.10(f) Identifie les divers moyens par lesquels la technologie influe sur les activités physiques, par exemple :
 - la conception et la fabrication des appareils et de l'équipement, tel l'équipement du gardien de but au hockey ou les casques protecteurs pour le cyclisme;
 - des moyens technologiques pour capter des données utiles aux éléments de la condition physique liés à la santé et liés aux habiletés, telles l'utilisation des podomètres, des cardiofréquencemètres et des spiromètres.

à suivre. . .

**Résultats d'apprentissage
obligatoires**

Indicateurs de réalisation

Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage

L'élève :

- 8EP.10(g) Cerne des options de carrières pour le développement de services et de produits dans le domaine de l'activité physique liées à la technologie ou la culture.
- 8EP.10(h) Compare les caractéristiques et les avantages respectifs de divers équipements sportifs, par exemple la forme des patins actuels par rapport à la forme des patins d'autrefois; les raquettes faites en bois par rapport à d'autres matériaux.
- 8EP.10(i) Justifie son point de vue par rapport aux questions suivantes :
- « Pourquoi les soirées de danse sociale étaient-elles courantes dans le passé, mais ne le sont plus de nos jours? »
 - « Comment la technologie influence-t-elle l'activité physique à caractère à caractère culturel et vice-versa? »
 - « Quel pourrait être l'impact de la technologie ou des activités culturelles sur la motivation des gens à faire de l'activité physique? »
 - « Quel impact la diversité culturelle a-t-elle eu sur les options de participer à des activités de mouvement, par exemple *En mouvement*, *ParticipAction*? »
 - « Comment la technologie m'affecte-t-elle en tant que personne active et consommatrice? »
- 8EP.10(j) Établit, à l'aide de statistiques, l'état courant du bien-être physique de la population provinciale et canadienne.
- 8EP.10(k) Propose une hypothèse sur la tendance du bien-être physique individuel et communautaire à la lumière de la technologie et des initiatives culturelles.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.11 Secourisme de base**

Démontrer les compétences nécessaires en secourisme de base pour des blessures engendrées lors d'activités physiques.

L'élève :

- 8EP.11(a) Cerne certains buts visés par le secourisme dans le cadre d'activités physiques, par exemple prévenir qu'une blessure dégénère en quelque chose de plus grave, favoriser un rétablissement rapide, se protéger soi-même.
- 8EP.11(b) Détermine l'importance du port des gants de protection tels les gants en caoutchouc lors de l'administration des premiers soins lorsqu'il y a une possibilité de présence de sang ou de liquides corporels.
- 8EP.11(c) Anime en tant que chef de groupe un jeu de rôle axé sur la présentation des gestes de premiers soins à pratiquer pour des blessures possibles au cours d'activités physiques, par exemple dans le gymnase, à la patinoire ou pendant une randonnée pédestre, la gestion du lieu de l'accident, l'appel des secouristes, le traitement des blessures légères ou les précautions à prendre vis-à-vis des liquides corporels.
- 8EP.11(d) Apporte les soins appropriés à diverses blessures telles qu'éraflures, coupures et brûlures, susceptibles de survenir lors d'activités physiques dans divers milieux.
- 8EP.11(e) Reconnaît divers types de blessures et leurs signes ou symptômes, par exemple les blessures articulaires : enflure, inflammation, altération, rougeur, douleur.
- 8EP.11(f) Propose des options pour la création au besoin de matériel de premiers soins en milieu naturel.

**Résultats d'apprentissage
obligatoires****Indicateurs de réalisation***Suggestions pour déterminer si l'élève a atteint le résultat d'apprentissage**L'élève devra :***8EP.12 Le comportement social**

Établir les liens entre l'influence du milieu et le choix de comportements responsables lors des activités physiques.

L'élève :

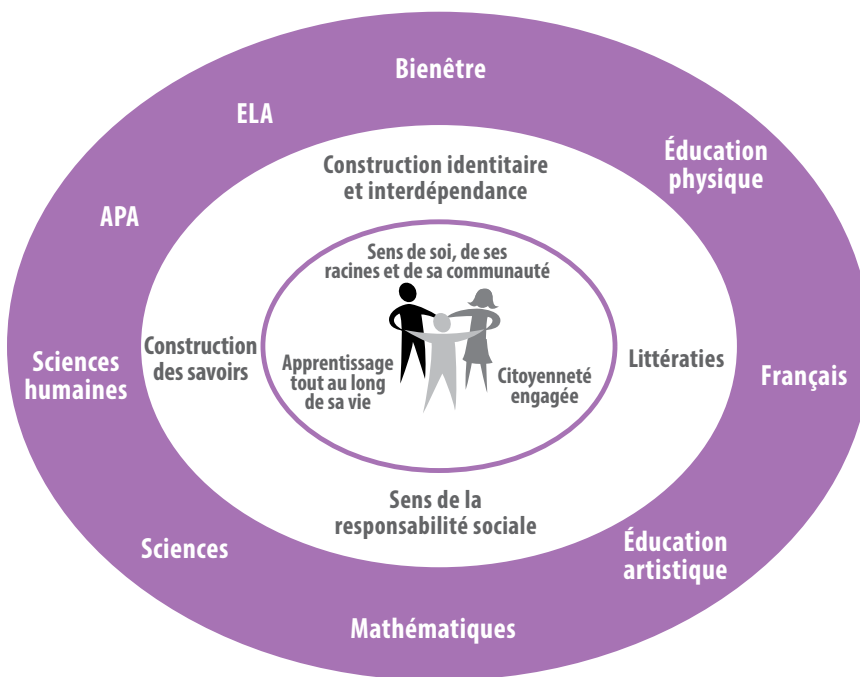
- 8EP.12(a) Décrit un comportement socialement responsable dans un contexte d'activités physiques, par exemple l'esprit sportif et le respect des règlements, des arbitres, du matériel que d'autres sont appelés à utiliser par la suite.
- 8EP.12(b) Propose une hypothèse par rapport à l'impact des médias sur le comportement associé à la pratique d'activités physiques, par exemple comment la télévision, le Web, les jeux vidéos ou des ouvrages imprimés peuvent affecter le comportement des danseurs, des joueurs de hockey ou de football, des spectateurs.
- 8EP.12(c) Participe à un dialogue axé sur la question suivante :
« À quel point des facteurs comme la culture, le sexe, le comportement des parents et l'influence des pairs peuvent-ils influencer les comportements sociaux affichés dans le cadre d'activités physiques? » Par exemple si l'on voit un ou une camarade crier après un arbitre, on peut être tenté de faire pareil; ou encore le fait que, pour certains le hockey reste un sport de garçons, tandis que le patinage artistique est un sport pour les filles.
- 8EP.12(d) Justifie une réponse aux questions suivantes, axées sur les convictions ou valeurs familiales, la culture, le sexe auquel on appartient, les modèles dans les médias, le lieu de travail, les pairs, les attitudes et les comportements sociaux dans le contexte d'activités physiques :
- « En quoi les modèles influencent-ils mon comportement au jeu? »
 - « Jusqu'à quel point mon comportement est-il inclusif envers les individus ayant une orientation sexuelle différente de la mienne? »
 - « Pourquoi dans certains milieux la danse est-elle initiée spontanément et équitablement par les deux sexes? »

Le mouvement en tant que moyen d'expression, est un médium naturel et puissant pour communiquer les idées et les apprentissages... Un programme interdisciplinaire en éducation physique permettra aux élèves de vivre les expériences kinesthésiques que vont améliorer leur capacité d'apprendre le mouvement et d'apprendre d'autres disciplines à l'aide du mouvement. La pédagogie interdisciplinaire peut améliorer l'apprentissage des élèves quand un contexte leur permet d'établir des liens entre les informations et les habiletés des disciplines.

(Cone, Werner, Cone et Woods, 1998, pp. 5-6)

L'éducation physique et les autres matières

L'éducation physique abordée de façon interdisciplinaire, avec un contexte authentique à cette discipline, favorisent un apprentissage approfondi pour l'élève. Ainsi, l'élève sera en mesure de faire des liens entre son vécu en éducation physique, les autres disciplines, la communauté et ce qu'il ou elle aimerait apprendre dans le futur. De plus l'élève, encouragé à devenir responsable de son apprentissage et engagé dans celui-ci, rend l'apprentissage plus signifiant. Une approche interdisciplinaire permet à l'élève de se développer de manière équilibrée tant au niveau physique, émotif, mental que spirituel. Plus l'élève fera l'expérience de liens variés et forts en éducation physique, plus son apprentissage sera riche.



Aperçu des trois niveaux scolaires

Buts : Vie active Mouvement avec adresse Relations		
7 ^e année	8 ^e année	9 ^e année
7EP.1 Les éléments de la condition physique liés à la santé Exécuter un plan personnel de conditionnement physique quotidien sain axé sur le principe d'entraînement FITT et l'amélioration de : • l'endurance cardiovasculaire; • l'endurance musculaire; • la flexibilité.	8EP.1 Les éléments de la condition physique liés à la santé Proposer des améliorations suite à l'exécution de son plan de conditionnement physique quotidien axé sur le principe d'entraînement FITT et l'amélioration de : • l'endurance cardiovasculaire; • l'endurance musculaire; • la flexibilité; • la force musculaire.	9EP.1 Les éléments de la condition physique liés à la santé Exécuter son plan de conditionnement physique sain axé sur : • certains éléments de la condition physique liés à la santé; • certains principes de conditionnement.
7EP.2 La composition du corps Examiner l'impact des habitudes alimentaires, y compris le choix de boissons, dans : • la pratique de saines activités physiques; • le maintien ou l'atteinte d'un poids et d'une composition saine du corps.	8EP.2 Le système musculaire Mettre en œuvre des exercices axés sur le développement des principaux groupes musculaires suite à l'étude de l'impact de l'inactivité et de l'activité physique sur le système musculaire.	9EP.2 La composition du corps Déterminer les options saines pour la gestion du poids du corps, la composition du corps et l'interprétation des messages des médias sur l'image du corps.
7EP.3 Le système osseux Examiner l'impact de l'activité ou de l'inactivité physique sur la physiologie du squelette et le fonctionnement des os.	8EP.3 La condition physique liée aux habiletés Exécuter un plan personnel pour l'amélioration des éléments de la condition physique liés aux habiletés.	9EP.3 Les muscles fondamentaux Mettre en œuvre des stratégies saines pour le développement de la force des muscles fondamentaux et des muscles articulaires.

Buts : Vie active Mouvement avec adresse Relations		
7 ^e année	8 ^e année	9 ^e année
7EP.4 L'entraînement croisé Mettre en œuvre des stratégies d'entraînement croisé pour l'amélioration du conditionnement physique et des habiletés de mouvement dans une variété d'activités de mouvement.	8EP.4 Les habiletés complexes Démontrer au niveau « utilisation » des transitions harmonieuses de combinaisons complexes d'habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation.	9EP.4 La condition physique liée aux habiletés Exécuter son plan de conditionnement physique sain axé sur : • un élément de la condition physique liée aux habiletés; • des habiletés motrices complexes propres à un sport ou à une activité physique d'intérêt personnel.
7EP.5 Les habiletés complexes Démontrer au niveau « contrôle », une combinaison d'habiletés de mouvements axée sur des habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation.	8EP.5 La biomécanique Démontrer par le mouvement du corps et l'expression orale certains principes et concepts biomécaniques en lien avec des leviers et projectiles.	9EP.5 Les habiletés complexes Démontrer une progression vers le niveau « compétent » de quatre habiletés motrices complexes au choix, en lien avec quatre des catégories suivantes : • jeux de cible; • jeux de frappe et de champ; • jeux de filet et de mur; • jeux d'invasion et de territoire; • jeux et activités en milieu inhabituel; • activités de gestion du corps.
7EP.6 La biomécanique Démontrer dans le développement d'habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation les concepts et les principes biomécaniques : • d'équilibre; • de stabilité; • de rotation.	8EP.6 Les concepts, les tactiques les stratégies, les décisions Exécuter des plans collectifs axés sur l'amélioration individuelle ou de l'équipe des tactiques, des stratégies et des principes d'exécution en situation de jeu, y compris des : • jeux de cible; • jeux de frappe ou de champ; • jeux de filet ou de mur; • jeux de territoire ou d'invasion; • jeux rudimentaires ou d'invention.	9EP.6 Les jeux, les tactiques et les stratégies Communiquer des stratégies et des tactiques créées collaborativement pour l'amélioration de sa performance et celle des autres dans quatre des catégories de jeu suivantes : • de cible; • de frappe et de champ; • de filet et de mur; • d'invasion et de territoire; • d'encadrement minimal et d'invention.

Buts : Vie active Mouvement avec adresse Relations		
7 ^e année	8 ^e année	8 ^e année
7EP.7 Les concepts de mouvement Améliorer l'application des concepts de mouvement dans des situations de : • jeux de filet ou de mur; • jeux de frappe ou de champ.	8EP.7 Activités en milieu inhabituel Adapter au besoin les habiletés et les stratégies requises pour la participation à des activités de mouvement en milieu inhabituel naturel.	9EP.7 Activités en milieu inhabituel Exécuter un plan axé sur l'amélioration de la performance à l'aide de stratégies et de tactiques dans un contexte de respect pour l'environnement lors d'une variété d'activités en milieu inhabituels.
7EP.8 La prise de décision Proposer des tactiques, des stratégies et des habiletés pour l'amélioration de la performance individuelle ou de l'équipe dans les : • jeux de filet ou de mur; • jeux de frappe ou de champ; • jeux rudimentaires et des jeux d'invention.	8EP.8 Les séquences de mouvement Enchaîner en tant que leader et participant des combinaisons d'habiletés avec des transitions harmonieuses créées individuellement, collaborativement et fournis dans les activités de gestion du corps et de divers jeux.	9EP.8 La gestion du corps Présenter ses réflexions sur sa participation à des activités de gestion du corps, y compris la danse et la gymnastique éducative, et à d'autres activités propices au mieux-être physique, émotif, psychologique et spirituel.
7EP.9 Les activités en milieu inhabituel et la gestion du corps Utiliser des habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation, seule ou en combinaison, dans les activités : • en milieu inhabituel; • de gestion du corps, y compris la danse et la gymnastique éducative.	8EP.9 Le bénévolat et le leadership Inciter d'autres personnes à la participation soutenue d'une activité de mouvement à l'école, à la maison ou dans la collectivité, à partir d'un plan.	9EP.9 Le bénévolat et le leadership Réaliser comme chef de file un événement planifié axé sur la participation des autres dans des activités de mouvement.
7EP.10 Bénévolat et leadership Critiquer la planification, l'organisation et la mise en œuvre d'une activité de mouvement axée sur l'engagement d'autrui dans des activités de mouvement telles : • les activités parascolaires; • les journées consacrées au conditionnement et au divertissement; • les jeux sur le terrain de jeu.	8EP.10 Les influences technologiques et culturelles Discerner les impacts de la technologie et de la culture sur le conditionnement physique et le bien-être physique.	9EP.10 Les influences Examiner des occasions et des défis, y compris au niveau des médias, pour une gestion personnelle du développement : • du mouvement avec adresse; • d'une vie active; • du maintien de relations saines.

Buts : Vie active Mouvement avec adresse Relations		
7 ^e année	8 ^e année	9 ^e année
7EP.11 Les influences Examiner le rôle de certains facteurs, hors du contexte scolaire, dans la satisfaction des besoins pour le développement des habiletés motrices et de la vie active, y compris : • les couts; • la disponibilité des installations; • les occasions de pratique.	8EP.11 Secourisme de base Démontrer les compétences nécessaires en secourisme de base pour des blessures engendrées lors d'activités physiques.	9EP.11 La prévention et les soins Démontrer comment prévenir et soigner diverses blessures liées à des activités de mouvement.
7EP.12 La sécurité et les consignes Étudier la raison d'être lors de la mise en œuvre des règles du jeu et des consignes de sécurité pour : • des jeux de filet ou de mur; • des jeux de frappe ou de champ; • des activités en milieu inhabituel; • des activités de gestion du corps.	8EP.12 Le comportement social Établir les liens entre l'influence du milieu et le choix de comportements responsables lors des activités physiques.	9EP.12 Le comportement respectueux Démontrer les comportements sociaux responsables, comme spectateur et spectatrice et participant ou participante, à des événements sportifs.
7EP.13 Les habiletés liées aux relations Démontrer un comportement responsable et un souci envers les autres afin d'entretenir des relations positives lors de sa participation à des activités de mouvement.		

Lexique

Activité de mouvement – Descripteur générique regroupant toutes les formes d'activité physique et, notamment, les activités de loisirs comme le jardinage, les activités consommatrices d'énergie comme la marche rapide, et les mouvements et gestes techniques utilisés dans des jeux et sports coopératifs et compétitifs.

Activité physique – Mouvement où le corps est appelé à dépenser de l'énergie; le corps devient l'instrument par lequel se réalise l'éducation physique.

Aérobic – Fait appel à une grande quantité d'oxygène et amène le corps à brûler un grand nombre de calories.

Anaérobic – Fait appel à une petite quantité d'énergie; l'activité se réalise avec un apport nul ou restreint d'oxygène, par exemple nager en apnée ou faire un sprint sur 60 mètres.

Biomécanique – Principes et notions de la mécanique appliqués au mouvement humain, comme la force, la friction, la résistance, l'équilibre et le levier.

Concepts de mouvement – Ce qui est commun à l'exécution d'une variété d'habiletés de mouvement et transférable pour réussir des mouvements avec adresse, par exemple une base d'appui plus large et un centre de gravité plus bas renforcent la stabilité dans la réception des services dans les jeux de filet et de mur, ainsi que dans une position de défense lors des jeux d'invasion. Voir aussi « Variables de mouvement ».

Conditionnement physique – Ensemble d'exercices visant à maintenir la forme physique et à augmenter la force musculaire, la souplesse et l'endurance.

Contrôle – Niveau d'exécution d'une habileté où le corps semble répondre avec assez de précision aux volontés de l'élève, même si le mouvement demande toujours une grande concentration. Plus il est répété, plus le mouvement devient uniforme et efficace. Le niveau d'exécution « contrôle » est supérieur d'un cran au niveau d'exécution « vers le contrôle ».

Évaluation de la condition physique – Processus individuel où l'élève s'engage à améliorer ou à maintenir les niveaux de condition physique enregistrés dans le cadre des mesures initiales de sa condition physique.

Habiletés de manipulation – Habiletés par lesquelles le corps interagit avec des objets par projection (par exemple lancer ou frapper), réception (par exemple attraper ou cueillir), déviation et accompagnement (par exemple maniement du bâton).

Habiletés locomotrices – Habiletés par lesquelles le corps se meut dans l'espace. Elles comprennent entre autres la marche à pied, la course à pied, le saut et la glissade.

Habiletés non locomotrices – Habiletés qui amènent le corps à bouger sans qu'il y ait déplacement. Elles peuvent comprendre des habiletés telles que sauter et retomber sur place, garder l'équilibre, se tortiller ou fléchir le tronc.

Jeux préparatoires – Forme simplifiée de jeux ou de sports réels donnant la possibilité à l'élève de mettre à exécution des habiletés ou techniques nouvellement acquises dans un environnement contrôlé (par exemple soccer 3 contre 3 ou volleyball à un rebond).

Mesure de la condition physique – Stratégie dont l'élève peut se servir pour recueillir des données sur l'état courant de sa condition physique, par exemple au terme d'une course de distance chronométrée ou d'un nombre de pompes (avec les bras à 90 degrés) pouvant être exécutées d'affilée.

Niveau d'exécution – Les niveaux d'exécution en ordre croissant sont : « vers le contrôle » « contrôle », « utilisation ».

Normes de condition physique liée à la santé – Normes établies à partir de recherches et servant à fixer un niveau d'exécution de référence, ventilé par sexe et par âge, pour diverses mesures de la condition physique considérées comme fondamentales à une vie saine.

Principes de mouvement – Principes liés à l'efficacité et à la qualité d'exécution du mouvement, pouvant être appliqués à une variété de situations.

Principes de pratique – Principes visant à faciliter l'apprentissage d'habiletés motrices et qui prévoient notamment :

- la pratique d'habiletés spécifiques pendant de courtes durées étalées dans le temps, plutôt que dans le cadre d'une séance unique ou prolongée;
- la pratique dans des conditions proches du jeu réel et non dans le seul cadre d'exercices isolés;
- le recours à la méthode tout-partie-tout (ou global, spécifique, global).

Questions d'approfondissement – Questions qui poussent plus loin la réflexion, qui sondent plus en profondeur des sujets d'importance et qui cherchent à amener le mouvement au-delà de son état de compréhension ou d'étude actuel. Elles suscitent souvent d'autres questions de la part des élèves.

Stratégies de mouvement – Décisions établies d'avance et portant sur l'application de mouvements donnés dans des situations de coopération ou de compétition avec d'autres. Les stratégies sont des scénarios d'action appliqués à des contextes donnés, par exemple jouer la défense de zone ou jouer un contre un dans des jeux d'invasion ou de territoire, jouer selon un dispositif avant-arrière ou côte à côte en double au badminton ou tennis.

Tactiques de mouvement – Application de décisions d'exécution de mouvements en fonction des apprentissages réalisés précédemment dans le cadre d'une participation réelle à une activité de mouvement, par exemple savoir quand faire une passe, quand tirer au but, et quand seconder ou couvrir un autre joueur.

Utilisation – Niveau d'exécution d'une habileté caractérisé par un quasi-automatisme; l'élève arrive à exécuter l'habileté sans trop penser à son exécution. Ce niveau d'exécution se trouve un cran plus haut que le niveau de contrôle.

Variables de mouvement – Utilisés pour faire prendre conscience de la façon dont on se déplace (le corps), du milieu dans lequel on se déplace (l'espace), de comment le mouvement s'exécute (l'effort) et par rapport à qui et à quoi le corps se déplace (les relations), par exemple avec l'habileté « marcher », voici quelques variables de mouvement :

- effort : rapidement, lentement, librement ou selon un parcours déterminé;
- conscience de l'espace (où le corps se déplace) : dans un espace général ou personnel, en zigzag ou en ligne droite;
- relations (avec qui ou quoi) : seul, en partenaire, en grand groupe, sur ou sous, loin ou près, suivre ou mener.

Verbaliser le mouvement – Indications fournies de vive voix à l'élève ou par l'élève simultanément à l'exécution d'une habileté. L'oral réflexif du mouvement devient un moyen pour mieux exécuter une habileté.

Vers le contrôle – Niveau d'exécution d'une habileté caractérisé par l'incapacité soit de contrôler consciemment, soit de reproduire intentionnellement un mouvement. L'exécution réussie de l'habileté surprend à chaque fois ! (Graham, Holt/Hale, & Parker, 2007, p. 107).

Bibliographie

- Alberta Education. (2006). *Nos mots nos façons : Enseigner aux apprenants des Premières Nations, des Métis et des Inuits*. Edmonton : Alberta Education.
- Allard, P. & Blanchi, JP. (2000). *Analyse du mouvement humain par la biomécanique*. Montréal : Décarie Éditeur.
- Blaydes, J. (n.d.). *Advocacy: A case for daily quality physical education*. Consulté le 2 décembre 2007. Disponible à : http://staffweb.esc12.net/~mbooth/documents/shac/brain_research.doc
- Brophy, J. & Alleman, J. (1991). A caveat: Curriculum integration isn't always a good idea. *Educational Leadership*, 49, 66.
- Canadian Association of Health, Physical Education, Recreation, and Dance (2006). *The need for quality daily physical education programs in Canadian schools*. Consulté le 29 janvier, 2008. Disponible à : <http://www.nationalchildrensalliance.com/nca/pubs/2006/Quality%20Physical%20Education%20Programs%20Policy%20Brief.pdf>
- California Department of Education. (1994). *Physical education framework for California public schools kindergarten through grade twelve*. Consulté au site web du California Department of Education.
- Canadian Sport Centres. (n.d.). *Canadian sport for life: Developing physical literacy*. Vancouver, BC: Canadian Sport Centres.
- Cone, T., Werner, P., Cone, S., & Woods, A. (1998). *Interdisciplinary teaching through physical education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cormier, M. (2005). *La pédagogie en milieu minoritaire francophone : une recension des écrits*. Ottawa : Fédération canadienne des enseignants et enseignantes (FCE).
- Education Review Office. (1996). *Science in schools – Implementing the 1995 science curriculum (5)*. Wellington: Crown Copyright.
- Francotte, M. (1999). *Éduquer par le mouvement: Pour une éducation physique de 3 à 8 ans*. Bruxelles : De Boeck & Larcier.
- Gauvin, L. (2009). *La construction langagière, identitaire et culturelle en milieu minoritaire et les programmes d'études fransaskois pour la quatrième année*. Manitoba : Collège universitaire St-Boniface (Mémoire de maîtrise).
- Geoffrey, C. (2000). *Guide Pratique des Étirements; 150 exercices pour être en forme*. Barcelona : Sagrafic, SL.
- Gilbert, J. (2004). No, you do not have to run today, you get to run. *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 75, 25-30.
- Graham, G., Holt/Hale, S., & Parker, M. (2007). *Children moving: A reflective approach to teaching physical education (7th ed.)*. New York, NY: The McGraw-Hill Companies.

Griffin, L. L. & Butler, J. I. (Eds.). (2005). *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hellison, Donald R. (2011). *Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity* (3e ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Hickson, C. & Fishburne, J. (n.d.) *What is effective physical education teaching and can it be promoted with generalist trained elementary school teachers?* Edmonton, AB: University of Alberta. Consulté le 13 nov. 2007. Disponible à : <http://www.aare.edu.au/04pap/hic04158.pdf>

Humbert, L. (2005). CAHPERD scholar address: Carpe diem – a challenge for us all. *Physical and Health Education Journal*, 71, 4-13.

Kalyn, B. (2006). *A healthy journey: Indigenous teachings that direct culturally responsive curricula in physical education*. Edmonton, AB: University of Alberta, Department of Secondary Education.

Kuhlthau, C. C. & Todd, R. J. (2008). Guided inquiry: A framework for learning through school libraries in 21st century schools. Newark, NJ: Rutgers University.

Landry, R. et Allard, R. (1999). L'éducation dans la francophonie minoritaire. Thériault, J.Y. (dir.), *Francophonies minoritaires au Canada : l'état des lieux* (p.403-433). Moncton : Les Éditions d'Acadie.

Landry, R., Allard, R., Deveau, K. et Bourgeois, N. (2005). Autodétermination du comportement langagier en milieu minoritaire : un modèle conceptuel. *Francophonies d'Amérique*, 20, 63-78.

Landry, R. et Rousselle, S. (2003). *Éducation et droits collectifs. Au-delà de l'article 23 de la Charte*. Moncton : Les éditions de la Francophonie.

McBride, R. (1992). Critical thinking: An overview with implications for physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11, 112-125.

McGrath, H. et Noble, T. Adaptation française de Gervais Sirois. (2008). *Huit façons d'enseigner, d'apprendre et d'évaluer*. Montréal : Chenelière/McGraw-Hill.

Meredith, M. D. & Welk, G. J. (Eds.). (2007). *Fitnessgram/Activitygram test administration manual* (4th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics/Cooper Institute for Aerobics Research.

Mills, H. & Donnelly, A. (2001). *From the ground up: Creating a culture of inquiry*. Portsmouth, NH: Heinemann Educational Books, Ltd.

National Association for Sport and Physical Education. (2004). *Moving into the future: National standards for physical education* (2nd ed.). Reston, VA: National Association for Sport and Physical Education.

National Education Steering Committee of the Moving to Inclusion Initiative. (1994). *Moving to inclusion: Active living through physical education: Maximizing opportunities for students with a disability – Introduction*. Abridged version. Gloucester, ON: Active Living Alliance for Canadians with a Disability.

Ratey, J. (2001). *User's guide to the brain: Perception, attention, and the four theaters of the brain*. Toronto, ON: Random House of Canada Limited.

Rigal, R. (2003). *Motricité humaine: Fondements et applications pédagogiques*. Québec, Presses de l'Université du Québec.

Saskatchewan Learning. (2007). *Core curriculum: Principles, time allocations, and credit policy*. Regina, SK: Government of Saskatchewan.

Smith, M. (2001). Relevant curricula and school knowledge: New horizons. In K.P. Binda & S. Calliou (Eds.), *Aboriginal education in Canada: A study in decolonization* (pp. 77-88). Mississauga, ON: Canadian Educators' Press.

Whitehead, M. (2006). *Physical literacy*. Retrieved September 20, 2007, <http://www.physical-literacy.org.uk/definitions.php>

Wiggins, G. & McTighe, J. (2005). *Understanding by design* (2nd ed.). Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.

Formulaire de rétroaction

Le ministère de l'Éducation est heureux de recueillir vos impressions de ce programme d'études et vous invite à remplir et à renvoyer ce formulaire de rétroaction.

1. Veuillez indiquer votre rôle dans la communauté d'apprentissage :

- ☐ parent ☐ enseignant(e) ☐ enseignant(e)-ressource ☐ conseiller/conseillère d'orientation
- ☐ administrateur/administratrice d'école ☐ membre du conseil scolaire
- ☐ enseignant(e)-bibliothécaire ☐ membre du conseil école-communauté
- ☐ autre _____

Dans quel but avez-vous consulté ou utilisé ce programme d'études?

2. a) Veuillez indiquer quel(s) format(s) du programme d'études vous avez utilisé(s) :

- ☐ imprimé
- ☐ en ligne

b) Veuillez indiquer quel(s) format(s) du programme d'études vous préférez :

- ☐ imprimé
- ☐ en ligne

3. Veuillez réagir aux énoncés suivants en entourant la cote que vous leur accordez :

Le contenu du programme d'études est :	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Tout à fait en désaccord
approprié à l'usage envisagé	1	2	3	4
approprié à l'usage que je vais en faire	1	2	3	4
clair et bien organisé	1	2	3	4
visuellement attrayant	1	2	3	4
informatif	1	2	3	4

4. Expliquez quels aspects vous avez trouvés :

Les plus utiles :

Les moins utiles :

5. Commentaires supplémentaires :

6. Facultatif :

Nom : _____

École : _____

Tél. : _____ Téléc. : _____

Courriel : _____

Merci d'avoir pris le temps pour cette importante rétroaction.

Veuillez renvoyer le formulaire une fois rempli à :

Direction de la réussite et du soutien des élèves
Ministère de l'Éducation
2220, avenue College
Regina SK S4P 4V9
Téléc. : 306-787-3164

