

2019 Programme d'études de la Saskatchewan

# Éducation physique 20

***Août 2019 - En raison de la nature de l'élaboration des programmes d'études, ce document est révisé régulièrement. Pour le contenu le plus à jour, veuillez consulter le lien suivant : [www.progetudes.gov.sk.ca](http://www.progetudes.gov.sk.ca).***



## Remerciements

Le ministère de l'Éducation de la Saskatchewan tient à remercier de leur contribution professionnelle et de leurs conseils les membres suivants du comité consultatif sur les programmes d'études d'Éducation physique 20 et 30 :

Julie Andrews, enseignante  
Northern Lights School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Amberly Doucette, enseignante  
Conseil des écoles francophones  
Saskatchewan Teachers' Federation

Nick Forsberg, Faculty  
Health, Outdoor, Physical Education  
Université de Regina

Louise Humbert, Faculty  
College of Kinesiology  
Université de Saskatoon

Brenda Kalyn, Faculty  
College of Education  
Université de Saskatoon

Ian Krips, Staff  
Senior Administrative Staff  
Saskatchewan Teachers' Federation

Reg Leidl, enseignant  
Good Spirit School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Brian Lewis, enseignant  
Regina Catholic School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Laura Dawson, enseignante  
Northwest School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Dan Manning, enseignant  
Southeast Cornerstone School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Dean Newton, Superintendent  
Saskatoon Public School Division  
League of Educational Administrators, Directors  
and Superintendents of Saskatchewan

Warren Proctor  
Provincial Sport Consultant  
Sask Sport, Inc.

Harold Riemer, Dean  
Faculty of Kinesiology and Health Studies  
Université de Regina

Sandi Scissons-Nieth, enseignante  
Greater Saskatoon School Division  
Saskatchewan Teachers' Federation

Le ministère de l'Éducation souhaite remercier les membres du groupe de rédaction :

Julie Andrews  
Churchill Community High School  
Northern Lights School Division

Amanda Kornaga  
Churchbridge Public School  
Good Spirit School Division

Reg Leidl  
MacDonald School  
Good Spirit School Division

Rebecca Epple  
Bethlehem Catholic High School  
Greater Saskatoon Catholic School Division

Scott Aaro  
Centennial Collegiate  
Saskatoon Public School Division

Kerri Archibald  
Humboldt Collegiate  
Horizon School Division

Janelle Morrison  
Birch Hills Public School  
Saskatchewan Rivers School Division

Sandi Scissons-Nieth  
St. Joseph High School  
Greater Saskatoon Catholic School Division

De plus, le ministère de l'Éducation veut souligner l'engagement des personnes suivantes dans ce processus de mise à jour des programmes d'études :

- Les membres du comité de référence;
- Les aînés des Premières Nations et des Métis, les enseignants et enseignantes;
- Les membres du corps enseignants des universités de la Saskatchewan;
- Les différents éducateurs et réviseurs.

## Introduction

L'éducation physique est un domaine d'études obligatoire dans le Tronc commun de la Saskatchewan, qui vise à offrir à tous les élèves de la Saskatchewan une éducation qui leur sera bien utile, quel que soit leur choix après avoir quitté l'école. Par ses différentes composantes et initiatives, le Tronc commun appuie l'atteinte des Buts d'éducation pour la Saskatchewan. Pour des renseignements à jour concernant le Tronc commun, veuillez-vous reporter au *Manuel du registraire à l'intention des administrateurs scolaires* qui se trouve sur le site Web du gouvernement de la Saskatchewan. Pour obtenir de plus amples renseignements en ce qui concerne les différentes composantes et initiatives du Tronc commun, veuillez consulter le site Web du gouvernement de la Saskatchewan pour les documents concernant la politique et les fondements.

Ce programme d'études fournit les résultats d'apprentissage que les élèves de l'*Éducation physique 20* sont censés atteindre en éducation physique à la fin du cours. Le programme d'études reflète la recherche actuelle dans ce domaine ainsi que la technologie actuelle, et il est sensible aux changements démographiques au sein de la province.

Tous les élèves vont travailler à atteindre les résultats d'apprentissage provinciales. Cependant, il se peut qu'ils auront besoin de soutiens additionnels. Un enseignement efficace, y compris l'utilisation de la pédagogie différenciée, viendra soutenir la plupart des élèves à atteindre la réussite. La pédagogie différenciée renvoie au concept d'apporter des adaptations à l'une des variables suivantes, ou à toutes : l'environnement d'apprentissage, l'enseignement, l'évaluation et les ressources. Les adaptations à ces variables visent à rendre l'apprentissage pertinent et approprié dans le but de soutenir la réussite des élèves. **Dans le contexte de la pédagogie différenciée, les résultats d'apprentissage ne changent pas; ce sont les variables qui sont adaptées de façon que les résultats d'apprentissage puissent être atteints. Veuillez consulter le site Web du gouvernement de la Saskatchewan pour plus d'informations à ce sujet.**

## Cadre de l'éducation physique de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année

Pour satisfaire les exigences en matière de crédits à l'obtention du diplôme de la 12<sup>e</sup> année, les élèves doivent suivre un cours obligatoire d'éducation à la santé ou d'éducation physique au niveau secondaire.

Éducation à la santé/Éducation physique		
10 <sup>e</sup> année	11 <sup>e</sup> année	12 <sup>e</sup> année
<b>Mieux-être 10</b> ou <b>Éducation physique 20</b> ou <b>Éducation physique 30</b>		

### Description du cours

Dans ce cours d'*Éducation physique 20*, les élèves continueront à développer leur compréhension de la littératie physique. Ils exploreront le conditionnement physique lié à la santé et aux habiletés grâce à diverses activités physiques à l'intérieures et en plein air. Ils étudieront comment la nutrition, la santé mentale et un mode de vie physiquement actif favorisent le bien-être personnel, ils s'engageront dans l'apprentissage par le service et exploreront des sujets d'intérêt personnel en rapport avec l'*Éducation physique 20*.

## **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 ayant 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 citoyen et citoyenne 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 un citoyen ou une citoyenne francophone, bilingue, dans un contexte canadien de dualité linguistique.

**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 quotidienne en français;
- de prendre sa place dans la communauté fransaskoise;
- de se reconnaître comme francophone, bilingue, aujourd'hui et à 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 la citoyenneté francophone, bilingue de l'élève. Cela lui permet :**

- d'établir son réseau en français dans la communauté fransaskoise et francophone;
- 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 services communautaires francophones;
- de vivre des expériences signifiantes pour elle ou lui dans la communauté fransaskoise;
- de contribuer au bien-être collectif de la communauté fransaskoise.

## **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 significatives et 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 leur 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 signifiantes 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. x.

## **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<sup>e</sup> 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**

*(Orientation liée aux Buts de l'éducation suivants : Les aptitudes de base, L'apprentissage permanent, Un style de vie positif)*

Les élèves sont curieux, observateurs et réfléchis dans leur imagination, leurs explorations et la construction de leurs savoirs. Ils montrent qu'ils possèdent les connaissances, aptitudes et dispositions nécessaires pour apprendre des diverses disciplines qui leur sont enseignées, des expériences culturelles qu'ils vivent et d'autres façons de connaître le monde. De tels modes d'acquisition du savoir encouragent les élèves à apprécier les visions du monde des peuples autochtones et à mieux connaître les autres, à mieux travailler avec eux et à mieux apprendre d'eux. Les élèves sont capables d'entreprendre une enquête et de collaborer aux expériences d'apprentissage qui répondent à leurs besoins et intérêts, et à ceux des autres. Par cet engagement, les élèves montrent leur passion de l'apprentissage permanent.

Les élèves qui participent à la construction et à l'application des connaissances en matière d'éducation physique construisent naturellement les connaissances et la capacité de continuer à apprendre dans ce domaine d'études. Tout au long de leurs études en éducation physique, les élèves doivent acquérir un équilibre holistique dans les attitudes, les connaissances, les compétences, les tactiques et les stratégies nécessaires pour apprendre dans différents contextes d'activités de mouvement. Les élèves doivent acquérir des compétences en transférant cet apprentissage à différents contextes, les appuyant ainsi dans leur apprentissage tout au long de leur vie.

## **Le sens de soi, de ses racines et de sa communauté\***

*(Orientation liée aux Buts de l'éducation suivants : La compréhension des autres et les relations avec autrui, La connaissance de soi-même et Le développement spirituel)*

Les élèves possèdent un sentiment d'identité positif et comprennent comment il est façonné par les interactions dans leurs environnements naturel et construit. Ils sont capables de développer et de maintenir des relations profondes et d'apprécier les pratiques, langues et croyances diverses des Premières Nations et Métis de la Saskatchewan et des multiples cultures de notre province. Grâce à ces relations, les élèves montrent leur empathie et une compréhension profonde d'eux-mêmes, des autres et de l'influence de leur place dans le monde sur leur identité. Les élèves s'efforcent de trouver un équilibre entre les différents aspects qui les caractérisent – intellectuel, émotionnel, physique et spirituel – et leur sens de soi, de leurs racines et de leur communauté s'en trouve renforcé.

En éducation physique, les élèves auront de multiples occasions de croître dans tous les aspects de leur vie, tout en apprenant à communiquer ces connaissances en soutenant les autres dans l'atteinte d'un équilibre personnel. L'effort pour atteindre cet équilibre donnera aux élèves la possibilité de mieux contribuer au développement de la santé des personnes, des familles et des communautés.

## **Une citoyenneté engagée**

*(Orientation liée aux Buts de l'éducation suivants : Décisions affectant la carrière et le rôle du consommateur, La place dans la société et L'épanouissement par le changement).*

Les élèves montrent de la confiance, du courage et de l'engagement pour amener des changements positifs pour le bénéfice de tous. Ils contribuent à la viabilité économique, sociale et environnementale des communautés locales et mondiales. Les décisions éclairées qu'ils prennent en matière de consommation, de carrière et de vie viennent soutenir des actions positives qui reconnaissent une relation plus large avec les environnements naturel et construit, et ils en prennent la responsabilité. Avec cette responsabilité, les élèves reconnaissent et respectent les avantages mutuels de la Charte, des Traités et d'autres droits et relations constitutionnels. Par cette reconnaissance, les élèves défendent leurs intérêts et ceux des autres, et agissent pour le bien commun en tant que citoyens engagés.

En éducation physique, les élèves doivent avoir l'occasion d'initier, de planifier et de diriger des changements positifs qui doivent renforcer le bien-être personnel de soi et des autres. Les élèves pourront réfléchir aux différentes influences qui ont une incidence sur les décisions et pourront s'engager dans des occasions de lancer et d'orienter des activités sociales, culturelles et économiques qui profiteront à tous les citoyens.

\* Le sens de ses racines définit le concept de notre relation à l'environnement et le savoir qui découle de cette relation.

## 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.

### La construction des savoirs

*(liée à l'Apprentissage essentiel critique (AEC) Créativité et raisonnement critique)*

C'est en construisant ses savoirs (c.-à-d. factuels, conceptuels, procéduraux et métacognitifs) que l'on apprend à connaître et comprendre le monde qui nous entoure. Et c'est en réfléchissant et en apprenant en contexte, avec créativité et en faisant preuve de raisonnement critique, dans une variété de situations, indépendamment et avec les autres, que l'on acquiert une compréhension approfondie.

#### Réfléchir et apprendre en contexte

- Applique les connaissances, expériences et idées, de soi et des autres, à de nouveaux contextes.
- Analyse les connexions ou les relations entre et parmi les idées, expériences ou objets naturels ou construits.
- Reconnaît qu'un contexte est un tout complexe composé de parties diverses.
- Analyse un contexte donné pour étudier comment les parties influencent chacune et le tout qui est formé.
- Explore les normes\*, concepts, situations et expériences de plusieurs perspectives, cadres théoriques et visions du monde.

### **Réfléchir et apprendre avec créativité**

- Manifeste de la curiosité et de l'intérêt à l'égard du monde, des expériences nouvelles, du matériel, ainsi que des événements intrigants ou surprenants.
- Fait l'essai d'idées, hypothèses, suppositions éclairées et pensées intuitives.
- Explore des systèmes et des problèmes complexes à l'aide d'une variété d'approches, par exemple modèles, simulations, mouvement, réflexion sur soi-même et enquête.
- Crée ou reprend la conception d'objets, concepts, modèles, motifs, relations ou idées, en ajoutant, changeant, enlevant, combinant et séparant leurs éléments.
- Imagine et crée des images ou des métaphores centrales pour des matières ou des idées interdisciplinaires.

### **Réfléchir et apprendre en faisant appel au raisonnement critique**

- Analyse et critique des objets, événements, expériences, idées, théories, expressions, situations et autres phénomènes.
- Sait faire la différence entre les faits, les opinions, les convictions et les préférences.
- Applique divers critères pour évaluer idées, preuves, arguments, motifs et actions.
- Applique et évalue des stratégies différentes de résolution de problèmes et de prise de décision, et y réagit.
- Analyse les facteurs qui l'influencent et influencent les autres dans la capacité de faire des hypothèses et de penser clairement, de façon juste et en profondeur.

\* Les normes peuvent inclure des privilèges non examinés (p. ex. droits non acquis, transfert de droits, immunité, exemptions, qui sont associés à la notion d'être « normal »), ce qui contribue à un déséquilibre du pouvoir obtenu par droit de naissance, position sociale ou concession, et offre un contexte particulier.

### **La construction identitaire et l'interdépendance**

*(liée aux AEC Développement personnel et social et Initiation à la technologie)*

L'identité de l'individu se développe lorsqu'il interagit avec les autres et avec son environnement, et apprend des diverses expériences de la vie. Le développement d'un concept de soi positif, la capacité de vivre en harmonie avec autrui et la capacité et l'aptitude de prendre des décisions responsables au sujet du monde naturel et construit soutiennent le concept d'interdépendance. Dans le cadre de cette compétence, l'accent est mis sur la croissance et la réflexion personnelle, le souci des autres et la capacité de contribuer à un avenir durable.

**Se comprendre, s'apprécier et prendre soin de soi (sur les plans intellectuel, émotionnel, physique et spirituel)**

- Reconnaît que les expériences, normes et antécédents linguistiques et culturels influencent l'identité, et influencent les comportements, valeurs et croyances d'un individu.
- Développe des habiletés et des connaissances, et la confiance, nécessaires pour faire des choix conscients qui contribuent au développement d'un concept de soi positif.
- Analyse l'influence de la société, de la communauté et de la famille (comme les privilèges reconnus et non reconnus) sur le développement de l'identité d'un individu.
- Fait preuve d'autonomie, de maîtrise de soi et de la capacité d'agir avec intégrité.
- Prend des engagements personnels et apprend à défendre ses droits.

**Comprendre, apprécier et prendre soin des autres**

- Fait preuve d'ouverture d'esprit\* et de respect envers tous.
- Apprend à mieux connaître des personnes et des cultures diverses.
- Reconnaît et respecte le fait que les gens ont des valeurs et des visions du monde qui peuvent ou non s'aligner avec ses propres valeurs et croyances.
- Apprécie la diversité des intérêts et des capacités des individus, qui leur permet de faire des contributions positives à la société.
- Défend les intérêts des autres.

**Comprendre et apprécier l'interdépendance et la durabilité environnementales, économiques et sociales**

- Examine l'influence des visions du monde sur la façon dont les individus comprennent l'interdépendance dans le monde naturel et le monde construit.
- Évalue la façon dont le développement durable dépend de l'interaction complexe et effective de facteurs économiques, environnementaux et sociaux.
- Analyse la façon dont les comportements, les choix et le raisonnement des individus affectent les choses vivantes et non vivantes, maintenant et à l'avenir.
- Étudie le potentiel pour le développement durable d'actions et de contributions de groupe ou individuelles.
- Montre son engagement envers des comportements qui contribuent au bien de la société, de l'environnement et de l'économie, à l'échelle locale, nationale et mondiale.

\*L'ouverture d'esprit fait référence à un esprit ouvert aux nouvelles idées, et qui est libre de préjugés et de préjugés, de manière à créer un « espace éthique » entre une idée qui existe déjà et une idée nouvelle. (Ermine) [Traduction]

## **L'acquisition des littératies**

*(liée aux AEC Communication, Initiation à l'analyse numérique, Initiation à la technologie et Apprentissage autonome)*

Les littératies fournissent de nombreux moyens d'interpréter le monde et d'en exprimer sa compréhension. Être littératié suppose la capacité d'appliquer des stratégies, habiletés et savoirs interreliés pour apprendre et communiquer avec les autres. La communication dans un monde intégré est de plus en plus multimodale. La communication et la construction de sens nécessite donc la maîtrise de multiples modes de représentation. Chaque domaine d'étude développe une littératie propre à sa discipline (p. ex. la littératie scientifique, économique, physique, en santé, linguistique, numérique, esthétique, technologique, culturelle) et exige la compréhension et l'application de littératies multiples (p. ex. la capacité de comprendre, d'évaluer de façon critique et de communiquer selon des de multiples systèmes de construction de sens) qui permet aux élèves de participer pleinement à un monde en constante évolution.

### **Construire des savoirs liés à des types multiples de littératies**

- Reconnaît l'importance des littératies multiples dans la vie de tous les jours.
- Comprend que les littératies peuvent mettre en jeu des mots, des images, des nombres, des sons, des mouvements et d'autres représentations, et que ceux-ci peuvent avoir des interprétations et des significations différentes.
- Examine les interrelations entre les littératies et le savoir, la culture et les valeurs.
- Évalue les idées et l'information qu'on retrouve dans une variété de sources (p. ex. individus, bases de données, environnement naturel et construit).
- A accès à des technologies appropriées, et les utilise, pour examiner et approfondir des idées dans tous les domaines d'étude.

### **Explorer et interpréter le monde en utilisant des types multiples de littératies**

- Étudie et trouve la logique derrière des idées et des expériences à l'aide d'une variété de stratégies, perspectives, ressources et technologies.
- Choisit et évalue de manière critique des sources et des outils d'information (y compris des sources numériques) en fonction de la tâche spécifique à laquelle ils sont appropriés.
- Utilise des types multiples de littératies pour remettre en question ce qu'il ou elle sait déjà et l'interprétation des notions déjà connues.
- Interprète des données quantitatives et qualitatives (y compris des données recueillies personnellement) se trouvant dans de l'information visuelle, sonore et textuelle réunie à partir de médias divers.
- Utilise des idées et des technologies de façons diverses et qui contribuent au jaillissement de nouvelles idées et perceptions.

### **Exprimer sa compréhension et communiquer ses idées en utilisant des types multiples de littératies**

- Créer, calcule et communique en utilisant une variété de matériel, stratégies et technologies pour exprimer sa compréhension des idées et des expériences.
- Réagit aux autres en utilisant des types multiples de littératies et de manière responsable et éthique.
- Détermine et utilise des langages, des concepts et des démarches qui sont particuliers à une discipline lors de l'élaboration d'idées et de présentations.
- Communique ses idées, expériences et informations de façons qui sont inclusives, compréhensives et utiles pour les autres.
- Choisit et utilise des technologies appropriées pour communiquer efficacement et éthiquement  
La mise à jour des programmes expliquée.

### **L'acquisition du sens de la responsabilité sociale**

*(liée aux AEC Communication, Créativité et raisonnement critique, Développement personnel et social et Apprentissage autonome)*

La responsabilité sociale est la capacité des gens à contribuer de manière positive à leur environnement physique, social et culturel. La responsabilité sociale exige que l'individu soit conscient des dons et défis uniques des autres personnes et des communautés, et des possibilités qui en résultent. Elle exige également la participation des autres pour créer un espace éthique\* qui suscite le dialogue, répond à des inquiétudes et permet d'atteindre des buts communs.

### **Utiliser la démarche du raisonnement moral**

- Évalue les conséquences possibles des diverses options envisagées sur soi-même, les autres et l'environnement dans une situation donnée.
- Prend en considération les implications de l'action envisagée lorsqu'on l'applique à d'autres situations.
- Applique systématiquement des valeurs morales fondamentales telles que le « respect de tous ».
- Démontre une approche du raisonnement moral fondée sur les principes.
- Examine comment les valeurs et les principes ont été et continuent d'être utilisés par les individus et les cultures pour guider la conduite et les comportements.

### **S'impliquer dans le raisonnement et le dialogue communautariens**

- Est l'exemple de l'équilibre entre s'exprimer, écouter et réfléchir.
- S'assure que chaque personne a l'occasion de contribuer.
- Fait preuve de courage pour exprimer des perspectives différentes de manière constructive.
- Se sert de stratégies de recherche de consensus pour atteindre une compréhension commune.
- Est sensible à la diversité et aux différentes manières de participer, et les respecte.

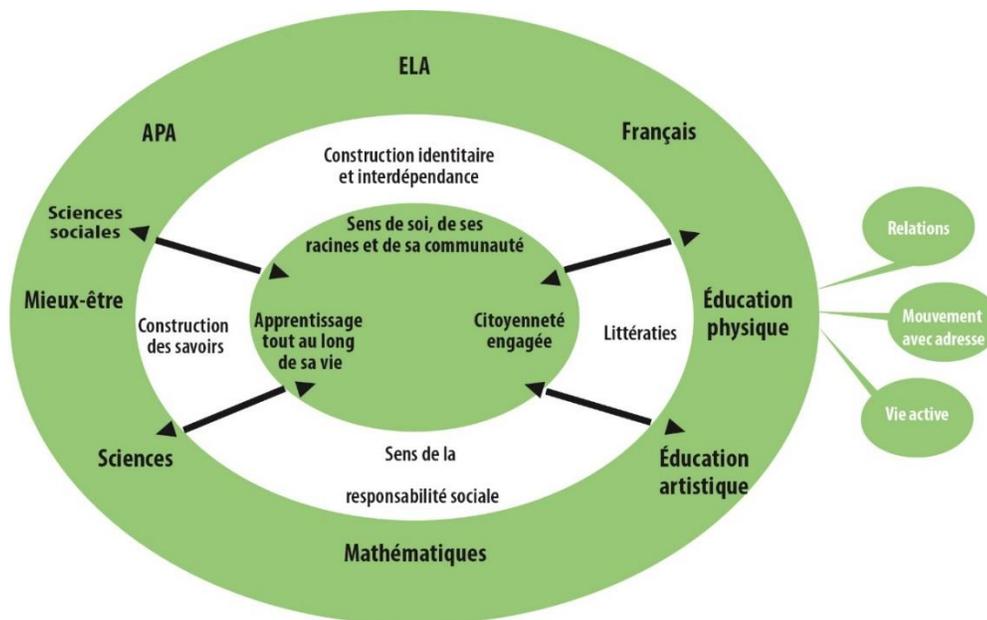
### **Prendre l'initiative de l'action sociale**

- Fait preuve de respect et d'engagement en matière de droits de la personne, de droits issus des traités et de durabilité de l'environnement.
- Contribue à l'harmonie et la résolution de conflits dans sa classe, son école, sa famille et sa communauté.
- Apporte son soutien de manière à respecter les besoins, l'identité, la culture, la dignité et les capacités de toutes les personnes.
- Soutient les individus en faisant des contributions en vue d'atteindre un but.
- Agit de manière responsable pour lutter contre la perception d'injustice ou d'inégalités envers soi-même ou les autres.

\* Un espace éthique existe entre deux visions du monde séparées. Dans cet espace, nous « pouvons comprendre le système de savoirs l'un de l'autre » (Ermine, 2006) [Traduction]. Pour plus d'information, voir les ouvrages de Willie Ermine sur l'espace éthique.

## Finalité et buts

Le programme d'études d'éducation physique de la maternelle à la 12<sup>e</sup> 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<sup>e</sup> 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<sup>e</sup> 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<sup>e</sup> 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.

## **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'amuse 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 sont une considération importante et les schèmes fondamentaux de mouvement soutiennent 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.

**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.

## 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.

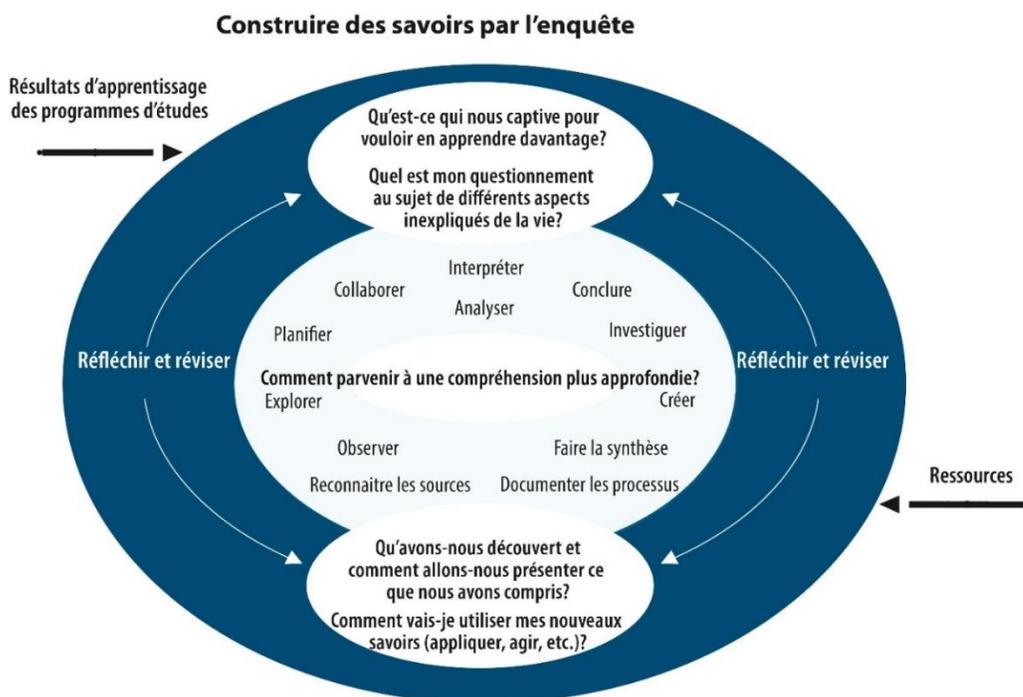
## Apprentissage par enquête

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'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.

« Mon professeur (un Aîné) aimait que je pose des questions, ainsi, il était rassuré que j'aie bien compris ses enseignements. Il expliquait tous les détails, la signification et l'objet. Non seulement il en parlait, mais il me montrait! La communication, la créativité et le raisonnement critique étaient d'une grande importance. » Citation d'Albert Scott – [traduction]

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 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 maitresses, 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.

## Répondre aux besoins de tous les élèves

Un milieu d'éducation physique inclusif est un milieu qui offre à tous les élèves la possibilité de participer aux cours d'éducation physique et de bénéficier d'activités qui soutiennent un mode de vie sain et actif. L'éducation physique inclusive tient compte de la valeur intrinsèque de chaque élève, du droit de prendre des risques, du besoin d'indépendance et d'autodétermination et du droit de choisir. Dans le cadre d'un programme d'éducation physique inclusif :

- les activités sont adaptées et individualisées afin de répondre aux forces, aux habiletés, aux intérêts et aux besoins des élèves;
- la diversité culturelle, sexuelle et de genre est respectée;
- le milieu renforce l'indépendance, une bonne estime de soi, l'engagement, la participation et le sentiment d'appartenance;
- les sujets de préoccupation sont reconnus (p. ex., la sécurité) et des plans sont créés pour aborder les préoccupations;
- les possibilités d'apprentissage sont stimulantes, intéressantes et adaptées au développement et à la culture;
- le soutien n'est apporté que dans la mesure nécessaire;
- des mesures d'adaptation physiques sont mises en place pour accueillir la diversité et réduire les obstacles;
- des interactions positives sont encouragées et servent de modèles afin de favoriser l'établissement de relations et d'amitiés bénéfiques et authentiques.

Tous les élèves apprennent à apprécier l'individualité de chacun, à reconnaître que chaque personne a ses propres buts. Ils apprennent aussi comment les autres persévèrent pour surmonter les difficultés.

Pour créer un programme d'éducation physique inclusif, les éducateurs doivent :

- être conscients des forces, des habiletés, des intérêts et des besoins de leurs élèves;
- faire partie de l'équipe de collaboration de l'école;
- contribuer au plan d'intervention et d'inclusion des élèves;
- appliquer la pédagogie différenciée;
- élaborer une méthode d'évaluation continue afin de répondre aux forces, aux habiletés, aux intérêts et aux besoins en évolution des élèves.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le site Web du gouvernement de la Saskatchewan les documents sur les politiques et les documents de bases.

## Un programme d'études efficace d'éducation physique comprend :

Dans le programme d'études, on souligne les six caractéristiques d'un programme d'éducation physique efficace. L'apprentissage des élèves est soutenu grâce à un programme qui :

- vise à inculquer la littératie physique;
- présente aux élèves des contextes intéressants, des idées essentielles et des questions à explorer;
- enseigne aux élèves comment utiliser des stratégies d'apprentissage critiques, créatives et efficaces;
- amène les enseignants à planifier la réponse aux besoins de tous les élèves;
- est bien planifié en fonction du programme d'études;
- se définit par des résultats spécifiques pour chaque année scolaire.

### Développer la littératie physique

La **littératie physique** peut s'entendre au sens de l'habileté et de la motivation à miser sur notre potentiel de mobilité pour rehausser notablement notre qualité de vie. En tant qu'êtres humains, nous présentons tous ce potentiel, mais il s'exprime plus particulièrement en fonction de la culture au sein de laquelle nous vivons et des capacités de mouvement dont nous sommes dotés. Une personne qui possède la littératie physique :

- a un port assuré, calme et confiant dans diverses situations exigeantes physiquement;
- sait « lire » tous les aspects du milieu physique, prévoir les possibilités ou les besoins de se mouvoir, et y répondre de manière appropriée, avec intelligence et imagination;
- éprouve nettement le sentiment d'être incarné dans le monde, ce qui, combiné à une interaction lucide avec le milieu, engendre une bonne estime de soi et la confiance en soi;
- acquiert une aisance à s'exprimer par la communication non verbale et l'interaction perspicace et empathique avec autrui;
- est en mesure de reconnaître et de formuler les qualités essentielles qui influent sur l'efficacité de sa propre mobilité et comprend les principes sous-jacents à la santé incarnée, pour ce qui est des aspects de base tels que l'exercice, le sommeil et la nutrition.

(Whitehead, 2006) [traduction]

### Dissiper les mythes concernant l'éducation physique

La vision de l'éducation physique et de la personne possédant la littératie physique qui est présentée dans le programme d'études dissipe des mythes courants.

**Mythe** : L'éducation physique ne fait pas partie intégrante de l'expérience d'apprentissage des élèves. C'est un apprentissage complémentaire.

**Fait** : L'éducation physique est un domaine d'étude obligatoire en Saskatchewan. Elle est étroitement liée à toutes les autres matières en vue d'éduquer la personne dans son intégralité. Elle incite directement les élèves à raisonner, à créer du sens et à apprendre comment apprendre.

**Mythe :** Allouer du temps à des programmes d'éducation physique risque d'être préjudiciable à la réussite des élèves dans les autres matières. Il est important de cibler les matières « scolaires » parce que ce sont celles qui détermineront la réussite des élèves dans la vie.

**Fait :** La participation quotidienne à l'éducation physique peut améliorer la réussite des élèves dans tous les domaines d'étude. « Dans une étude récente qui s'ajoute à un nombre croissant de recherches célébrant les bienfaits de l'exercice physique sur le plan cognitif, il est conclu que les niveaux de concentration mentale des jeunes enfants s'améliorent passablement à la suite de leur participation à des activités physiques organisées (axées sur le mouvement) » (Caterino et Polak [1999], dans Blaydes, sans date, p. 2).

**Mythe :** L'éducation physique a principalement pour but d'aider les élèves à atteindre l'excellence dans les jeux et les sports.

**Fait :** L'éducation physique est un processus aux multiples facettes, qui enseigne une vaste gamme de concepts, de tactiques, de stratégies, de compétences et de connaissances approfondies, afin que les élèves acquièrent une éducation sur le plan physique, jouissent d'une bonne condition physique et soient aptes à participer à diverses activités axées sur le mouvement, en mesure d'interagir de manière positive dans diverses situations et déterminés à assurer leur bien-être toute leur vie. Il s'agit d'un processus continu, clairement formulé et séquencé, de perfectionnement des compétences, des talents, des attitudes et des comportements.

**Mythe :** L'éducation physique traite uniquement des dimensions physiques de la personne.

**Fait :** Bien que les cours d'éducation physique visent principalement la dimension physique, il ne peut s'agir d'un objectif isolé. En tant qu'êtres holistiques, nous devons aussi tenir compte des aspects spirituels, mentaux et émotionnels de la nature humaine. Ces dimensions de notre être doivent toutes interférer dans notre recherche de l'équilibre, de l'harmonie et du mieux-être.

**Mythe :** L'éducation physique cible les élèves qui possèdent des qualités d'athlète.

**Fait :** Tous les élèves ont le potentiel d'acquérir une éducation physique, et un programme d'éducation physique efficace sera profitable pour tous les jeunes, indépendamment de leurs intérêts, de leurs compétences ou de leurs habiletés.

**Mythe :** L'éducation physique devrait être similaire à l'entraînement – fortement axée sur « les compétences et les exercices ». Elle devrait consister principalement en un processus mécanique, où les méthodes pédagogiques axées sur les compétences et les exercices s'avèrent les plus efficaces.

**Fait :** Dans le cadre de l'éducation physique, il faut mettre l'accent sur un large éventail d'activités d'apprentissage et de développement personnel. L'apprentissage consiste à réfléchir, à ressentir, à être actif, à traiter l'information, à penser de façon critique et à prendre des décisions, et non à utiliser des compétences seulement. Les enseignants doivent offrir aux élèves diverses expériences d'apprentissage qui leur procureront de multiples façons de montrer ce qu'ils savent.

**Mythe :** Les élèves doivent mener diverses activités de conditionnement physique, mais ils n'ont pas besoin de comprendre pourquoi ils le font.

**Fait :** En matière d'éducation physique, il est tout aussi important d'apprendre de manière cognitive que d'assimiler des compétences physiques spécifiques. Les élèves doivent savoir pourquoi ils apprennent ce qu'ils apprennent dans les cours d'éducation physique et comment en bénéficier personnellement. Ainsi, ils seront plus enclins à assumer la responsabilité de leur propre apprentissage et à s'engager à mener une vie active, afin de profiter des bienfaits de l'éducation physique à long terme.

**Mythe :** Les programmes d'éducation physique qui procurent aux élèves diverses expériences motrices risquent d'empêcher un élève d'atteindre l'excellence dans une activité particulière. Il est important de cibler une activité (ou un sport) en particulier afin de réussir vraiment bien.

**Fait :** Un programme d'éducation physique bien planifié et complet aide les enfants et les jeunes à perfectionner leurs habiletés et leurs talents, plutôt que de cibler exclusivement une marge étroite. En raison du fait que les jeunes évoluent et grandissent au fil du temps, il faut les encourager à devenir équilibrés. On devrait les inciter à apprécier diverses activités physiques et à y devenir compétents, pour faire ensuite un choix judicieux parmi elles. En tant qu'éducateur, vous devrez peut-être sortir de votre zone de confort pour offrir des activités qu'il ne vous est peut-être pas facile d'enseigner aux élèves. Cela peut exiger de collaborer avec des collègues, des membres de la collectivité et des organisations provinciales, afin de vous assurer que les activités sont présentées correctement.

**Mythe :** Lorsqu'il s'agit d'organiser un programme d'éducation physique, la meilleure approche consiste à cibler un sport en particulier pendant un certain temps, à enseigner les compétences, les règles et les stratégies de ce sport.

**Fait :** Planifier les expériences d'apprentissage des élèves en fonction du savoir-faire et, ce qui est tout aussi important, des raisons qui justifient le mouvement, est un enseignement axé sur la compréhension approfondie. Au lieu d'examiner chaque activité physique comme s'il s'agissait d'une entité distincte, il faut présenter les mouvements, les compétences, les concepts, les tactiques et les stratégies de manière à souligner leurs points communs. Cela permet aux élèves d'approfondir leur compréhension du mouvement et de ses principes sous-jacents. Les élèves en viennent à comprendre le fonctionnement de leur organisme et la transférabilité de cette compréhension à l'ensemble des possibilités de mouvement, ainsi qu'à de nombreux autres aspects de la vie.

(Adapté avec l'autorisation du California Department of Education, CDE Press, 1430 N Street, Suite 3207, Sacramento, CA 95814).

## Comment utiliser ce programme d'études

Les **résultats d'apprentissage** décrivent ce que l'élève est censé savoir et pouvoir faire à la fin de l'année ou du cours du secondaire dans un domaine d'étude donné. À ce titre, tous les résultats d'apprentissage doivent être atteints. Les résultats d'apprentissage orientent les activités de mesure et d'évaluation, de même que la planification du programme, des unités et des leçons.

Les résultats d'apprentissage décrivent les connaissances, habiletés et notions que les élèves doivent posséder à la fin de chaque niveau scolaire.

Entre autres caractéristiques, les résultats d'apprentissage :

- sont centrés sur ce que l'élève apprend plutôt que sur ce que l'enseignant ou l'enseignante enseigne;
- précisent les habiletés et les capacités, les connaissances et la compréhension, ainsi que les attitudes que l'élève est censé avoir acquises;
- sont observables, mesurables et réalisables;
- sont rédigés avec des verbes d'action et dans une langue professionnelle claire (le vocabulaire du domaine de l'éducation et de la matière en question);
- sont élaborés afin d'être atteints en contexte de manière à ce que l'apprentissage soit significatif et qu'il y ait un lien entre les matières;
- sont formulés en fonction de l'année et de la matière;
- sont soutenus par des indicateurs de réalisation qui reflètent la portée et la profondeur des attentes;
- tiennent compte de l'évolution de l'apprentissage et ont un lien avec la matière présentée dans les autres années lorsque cela est pertinent.

Les **indicateurs de réalisation** sont des exemples de ce que l'élève doit savoir ou pouvoir faire pour atteindre un résultat d'apprentissage donné. Au moment de planifier leur cours, les enseignants doivent bien connaître l'ensemble des indicateurs de réalisation en cause, de manière à comprendre le résultat d'apprentissage dans toute sa portée et dans toute sa profondeur. Forts de cette compréhension, les enseignants peuvent élaborer leurs propres indicateurs adaptés aux intérêts, aux expériences et aux apprentissages passés de leurs élèves. Ces indicateurs de leur cru ne doivent cependant pas déroger du but visé par le résultat d'apprentissage.

### Autres termes

Dans les programmes d'études, les termes suivants sont utilisés dans les résultats d'apprentissage et les indicateurs de réalisation à des fins particulières :

**y compris** délimite le contenu, la stratégie ou le contexte 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

**p. ex.** présente des exemples précis touchant un concept ou une stratégie

## Résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation

Les résultats d'apprentissage de ce programme contribuent au développement des tous les buts d'éducation physique de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année.

Résultats d'apprentissage
<b>L'apprentissage par le service</b>
<b>20EP.1</b> Explorer comment la participation aux possibilités d'apprentissage par le service améliore son bien-être et celui de sa communauté.
<b>Conditionnement physique relatif à la santé et aux habiletés</b>
<b>20EP.2</b> Explorer, grâce à l'activité physique, les aspects de la forme physique liée à la santé et aux habiletés physique.
<b>Maintien de la forme physique</b>
<b>20EP.3</b> Explorer, suite à sa participation, les activités de maintien de la forme physique, comme moyens menant au bien-être personnel.
<b>Habiletés complexes</b>
<b>20EP.4</b> Démontrer une maîtrise croissante d'habiletés complexes dans divers environnements.
<b>Mouvement dans une grande variété d'environnements</b>
<b>20EP.5</b> Évaluer en quoi les activités dans une grande variété d'environnements contribuent à améliorer son bien-être et celui des autres.
<b>Jeux, tactiques et stratégies</b>
<b>20EP.6</b> Comparer des tactiques et des stratégies efficaces pour améliorer la performance et le plaisir dans les jeux d'activité physique.
<b>Premières Nations et Métis</b>
<b>20EP.7</b> Examiner la vision du monde Premières Nations et Métis concernant l'apprentissage par l'activité physique.
<b>Nutrition</b>
<b>20EP.8</b> Examiner comment des choix nutritionnels sains favorisent un style de vie actif.
<b>Systèmes squelettique et musculaire</b>
<b>20EP.9</b> Étudier l'effet de l'activité physique sur le système squelettique et musculaire du corps humain.
<b>Santé mentale personnelle</b>
<b>20EP.10</b> Examiner les bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale.
<b>Études autonome</b>
<b>20EP.11</b> Créer et mettre en œuvre un plan pour explorer un ou plusieurs sujets d'intérêt personnel pertinent à l' <i>Éducation physique 20</i> .

## Légende

### 20EP1(a)

20	Niveau scolaire
EP	Initial du cours
1	Résultat d'apprentissage
(a)	Indicateur de réalisation

## Résultats d'apprentissage et indicateurs de réalisation (suite)

### L'apprentissage par le service

#### Résultat d'apprentissage

**20EP.1** Explore comment la participation aux possibilités d'apprentissage par le service améliore son bien-être et celui de sa communauté.

#### Indicateurs de réalisation

- a. Discute de la participation aux activités d'apprentissage par le service et comment cela développe :
  - la citoyenneté;
  - l'implication communautaire positive;
  - l'établissement de relations pour soutenir la réconciliation.
- b. Étudie une variété d'opportunités d'utilités, d'espace de services communautaires liés au conditionnement physique qui contribueront au bien-être des personnes ou de la communauté (p. ex. les cours de conditionnement physique offerts dans les centres pour aînés, l'autobus scolaire pédestre, Olympiques spéciaux, l'entraînement ou l'arbitrage pour des ligues sportives mineures, l'aide aux personnes âgées confinées à la maison).
- c. Évalue ses intérêts personnels et ses habiletés afin de déterminer son rôle (p. ex. entraîneur, instructeur, responsable, bénévole) dans le cadre de l'apprentissage par le service d'une activité spécifique.
- d. Explore les exigences (p. ex. le programme Respect et Sport, le programme de contact sécuritaire au football, les normes de contacts physiques sécuritaires au football, protocole relatif aux commotions cérébrales et la vérification du casier judiciaire) pour les personnes cherchant un rôle dans les activités communautaires.
- e. Participe aux activités de service communautaire liées à l'activité physique telles que des manifestations culturelles locales, provinciales et nationales (p. ex. pow-wow, festivals pour enfants) et les célébrations multiculturelles et sportives (p. ex. rodéo, athlétisme et championnats nationaux).
- f. Utilise les espaces scolaires et communautaires (p. ex. les installations, les espaces verts, les sentiers et les terrains de jeu) pour s'améliorer et pour le plaisir.
- g. Dresse un bilan de sa participation aux activités de service.
- h. Réfléchit sur les bienfaits de la participation aux activités de service.

## Conditionnement physique relatif à la santé et aux habiletés

### Résultat d'apprentissage

**20EP.2** Explorer, grâce à l'activité physique, les aspects de la forme physique liée à la santé et aux habiletés physique.

### Indicateurs de réalisation

- a. Réfléchit à des questions telles que :
  - Comment la participation à une activité physique peut-elle affecter mon mode de vie ?
  - Quels facteurs pourraient influencer la façon dont je poursuis mes objectifs de conditionnement physique ?
  - Comment mes intérêts d'activité physique peuvent-ils changer en fonction de mes objectifs de conditionnement physique ?
  - Quels organismes et événements peuvent appuyer mon conditionnement physique ?
- b. Explique comment mesurer les composantes du conditionnement physique relatives à la santé (p. ex. endurance cardiovasculaire, flexibilité, force et endurance musculaires) et aux habiletés (p. ex. agilité, équilibre, coordination, puissance, réflexe et vitesse).
- c. Discute comment l'application des principes d'entraînement tels que, FITT (Fréquence, Intensité, Temps et Type), la surcharge, la progression, la réversibilité et la spécificité qui améliorent les aspects de la forme physique liés à la santé et aux compétences.
- d. Évalue, suite à sa participation, la façon dont différents styles d'entraînement (p. ex. le cross fit, la Pilates, la pliométrie, la musculation et le yoga) améliorent les composantes du conditionnement physique relatives à la santé et aux habiletés.
- e. Discute de l'inconvénient de mettre l'emphase sur une seule composante spécifique et isolée du conditionnement physique lors d'activité physique.
- f. Identifie ses limites personnelles telles que, les fréquences cardiaques cible et maximale, le CO<sub>2</sub> maximum quant aux exercices d'aérobic durant sa participation à une activité physique.
- g. Se renseigne sur des outils d'évaluation du conditionnement physique (p. ex. les applications pour le conditionnement, le dynamomètre et le chronomètre) pour recueillir des données sur des aspects précis du conditionnement physique relatifs à la santé et aux habiletés.
- h. Analyse, suite à une collecte de données, les aspects personnels liés au conditionnement physique grâce aux outils d'évaluation de la condition physique et équipements disponibles (p. ex. ballons de stabilité, ballons d'entraînement, planches d'équilibre et haltères), afin d'identifier ses forces et ses défis.
- i. Élabore un plan de conditionnement physique en accordant une attention particulière aux aspects du conditionnement physique relatifs à la santé et aux habiletés.

## Maintien de la forme physique

### Résultat d'apprentissage

**20EP.3** Explorer, suite à sa participation, les activités de maintien de la forme physique, comme moyen menant au bien-être personnel.

### Indicateurs de réalisation

- a. Participe à des activités qui contribuent au maintien de la forme physique (p. ex. sports aquatiques, danse, gymnastique, karaté, musculation, Pilates et yoga) dans le but d'améliorer son bien-être personnel.
- b. Analyse la façon dont il est possible de transférer les habiletés motrices fondamentales entre les différentes activités de maintien de la forme physique.
- c. Discute des avantages (physique, mentaux, émotionnels et spirituels) de la participation à des activités de maintien de la forme physique apportent au bien-être personnel.
- d. Propose des solutions aux obstacles potentiels (p. ex. les déterminants sociaux de la santé, les barrières culturelles, les soucis financiers, le manque de motivation, ou le manque de temps) susceptibles de limiter la participation aux activités de mise en forme physique de cultures diverses.
- e. Applique ses connaissances d'activités de mise en forme de cultures diverses en l'enseignant à des pairs ou à d'autres membres de la communauté.
- f. Examine les avantages physiques, émotionnels, mentaux et spirituels de la participation aux activités de mise en forme physique des Premières Nations et des Métis (p. ex. le battement de pieds, danse du cerceau, pow-wow et jeux de mains).
- g. Évalue l'influence des tendances sociales actuelles sur la participation à des activités de maintien de la mise en forme physique.
- h. Examine les avantages que procure la technologie (p. ex. des applications, des bracelets intelligents sport, des applications ou des moniteurs de fréquence cardiaque) lorsqu'elle est intégrée à des activités de maintien de la mise en forme physique.

## Habilités complexes

### Résultat d'apprentissage

**20EP.4** Démontrer une maîtrise croissante d'habiletés complexes dans divers environnements.

### Indicateurs de réalisation

- a. Démonstre les habiletés complexes nécessaires à divers jeux et activités et à divers environnements (p. ex. air, terre, neige/glace et eau).
- b. Examine les perspectives des Premières Nations et des Métis du développement holistique d'habiletés complexes (p. ex. lancer une balle avec l'une ou l'autre main).
- c. Identifie les composantes d'une habileté spécifique et complexe.
- d. Détermine, à partir de la rétroaction, les composantes d'une habileté complexe à cibler afin de s'améliorer au niveau de cette habileté.
- e. Applique les principes de pratique (p. ex. partie-tout ou tout-partie-tout) pour améliorer le rendement relatif aux habiletés complexes.
- f. Identifie en quoi la maîtrise d'une habileté complexe peut influencer la maîtrise d'autres habiletés complexes.
- g. Note ses progrès (p. ex. blogue, journal, photos et vidéos) de la maîtrise d'une ou de plusieurs habiletés complexes.

## Mouvement dans une grande variété d'environnements

### Résultat d'apprentissage

**20EP.5** Évaluer en quoi les activités dans une grande variété d'environnements contribuent à améliorer son bien-être et celui des autres.

### Indicateurs de réalisation

- a. Identifie les apports au bien-être de soi et des autres de sa participation aux activités de mouvements dans une grande variété d'environnements (p. ex. air, terre, neige/glace et eau).
- b. Trouve des occasions de participer à des activités (en mouvements) en plein air au sein de sa communauté.
- c. Participe à différentes activités de conditionnement physique, récréatives ou compétitives dans une variété d'environnement.
- d. Conçoit en participant à une activité en plein air (p. ex. une sortie en vélo, du canotage, la randonnée, la pêche sur glace, la géocachette, le trappage et le ski) qui favorise le bien-être personnel.
- e. Faire preuve de respect pour l'environnement lors de sa participation à des activités de mouvement en plein air.
- f. Étudie et suit, s'il y a lieu, les protocoles, les connaissances et les pratiques traditionnelles des Premières Nations et des Métis lors de l'interaction avec l'environnement.
- g. Utilise la technologie de façon appropriée et responsable (p. ex. le sac à dos, la boussole, le moniteur du conditionnement physique et d'activité, l'appareil de système de positionnement par satellite, les bottes de randonnée et le téléphone satellite) durant la participation aux activités de mouvement.
- h. Propose des solutions potentielles aux obstacles (déterminants de la santé, culture, finances et lieu géographique) présents au sein de sa communauté qui peuvent limiter la participation aux activités (de mouvement).
- i. Documente et réfléchit à la façon dont la participation à des activités de mouvement dans une grande variété d'environnements contribue au bien-être de soi et des autres.

## Jeux, tactiques et stratégies

### Résultat d'apprentissage

**20EP.6** Comparer des tactiques et des stratégies efficaces pour améliorer la performance et le plaisir dans les jeux d'activité physique.

### Indicateurs de réalisation

- a. Reconnaît que l'expérience acquise antérieurement de tactiques et de stratégies peut être transférée à différents jeux.
- b. Identifie les tactiques et les stratégies utilisées dans les jeux traditionnels des Premières Nations et des Métis (p. ex. double balle, knuckle hop, lacrosse, lutte avec les jambes et serpent à neige).
- c. Intègre les tactiques et stratégies efficaces dans les jeux de cible, d'invasion/territoire, attaque/défense, de filet /mur, d'attaque défense, de structure de libre et créatifs afin d'améliorer les performances et le plaisir.
- d. Différencie les tactiques et stratégies individuelles et de groupe utilisées dans les jeux individuels ou en partenariat et entre groupe/équipe.
- e. Démontre la compréhension des décisions méthodiques et stratégiques efficaces utilisées dans diverses situations de jeu en participant à des jeux Individuels ou en partenariat ou en groupe/équipe.
- f. Évalue l'utilisation personnelle de tactiques et de stratégies efficaces qui sont intégrée dans des situations de jeu.
- g. Modifie les tactiques et les stratégies pour augmenter la participation aux jeux de tous les élèves.
- h. Applique, après discussions, différents modèles (p. ex. compréhension par les jeux, modèle sportif et le développement à long terme des athlètes) pour l'enseignement de jeux, de tactiques et de stratégies.
- i. Présente un jeu d'une autre culture, y compris ses tactiques et stratégies, à ses pairs ou à d'autres membres de la communauté.

## Premières Nations et Métis

### Résultat d'apprentissage

**20EP.7** Examiner la vision du monde des Premières Nations et des Métis concernant l'apprentissage par l'activité physique.

### Indicateurs de réalisation

- a. Examine comment les savoirs des Premières Nations et des Métis informent les interactions interpersonnelles et intrapersonnelles et avec l'environnement par le biais de l'activité physique.
- b. Discute de la façon dont les Premières Nations et les Métis utilisent le récit pour transmettre des connaissances liées à l'activité physique.
- c. Explique en quoi les aspects de l'activité physique (p. ex. endurance, souplesse et aptitudes sociales) améliorent les techniques de chasse et d'observation ou d'apprentissage des valeurs sociales.
- d. Identifie et applique, s'il y a lieu, les protocoles, les connaissances et les pratiques traditionnelles des Premières Nations et des Métis lors de la participation aux activités physiques.
- e. Applique les méthodes traditionnelles des Premières Nations et des Métis de la région lors de l'interaction avec l'environnement et lors de la participation à des activités traditionnelles (p. ex. installer des pièges de pêche, faire de la raquette et pratiquer la navigation).
- f. Participe à des jeux traditionnels des Premières Nations et des Métis (p. ex. le serpent de neige, la balle double, la crosse, la lutte avec les jambes et le saut sur les jointures), de danses (p. ex. le battement de pieds, la danse du cerceau et les pow-wow) et à des activités (p. ex. la raquette, les promenades en traineau à chiens et le tir à l'arc).
- g. Explore comment les compétences développées dans les jeux traditionnels, la danse et les activités peuvent-être transférables à d'autres contextes.

## Nutrition

### Résultat d'apprentissage

**20EP.8** Examiner comment des choix nutritionnels sains favorisent un style de vie actif.

### Indicateurs de réalisation

- a. Compare ses pratiques alimentaires personnelles aux lignes directrices du *Guide alimentaire canadien*.
- b. Identifie comment les choix nutritionnels d'un individu peuvent être influencés par les déterminants sociaux de la santé tels que les habitudes alimentaires, les finances, la publicité et le marketing et l'emplacement géographique.
- c. Analyse sa consommation calorique journalière et détermine si elle répond aux besoins énergétiques (p. ex. calcul du métabolisme de base) d'un style de vie physiquement actif.
- d. Étudie les limites du calcul du besoin quotidien en calories comme méthode permettant de déterminer la quantité de nourriture à manger.
- e. Discute du rôle des macronutriments et des micronutriments et de l'hydratation dans le soutien d'un style de vie actif avant, durant et après une activité.
- f. Examine comment les maladies (p. ex. maladies cardiovasculaires et diabète de type 2) peuvent avoir une incidence sur la participation à des activités physiques.
- g. Examine comment les tendances en matière d'alimentation (p. ex. régime cétogène, sans gluten et riche en protéines) s'alignent sur les lignes directrices du *Guide alimentaire canadien*.
- h. Détermine comment une tendance alimentaire donnée risque d'influencer les pratiques alimentaires d'une personne.
- i. Formule un plan d'alimentation qui soutiendra un style de vie actif en tenant compte de la disponibilité, des coûts et des préférences des aliments.

## **Systèmes squelettique et musculaire**

### **Résultat d'apprentissage**

**20EP.9** Étudier l'effet de l'activité physique sur le système squelettique et musculaire du corps humain.

### **Indicateurs de réalisation**

- a. Identifie les principaux os, articulations et muscles affectés par la participation à une activité physique spécifique.
- b. Différencie entre les trois principaux types de contractions musculaires (p. ex. concentrique, excentrique et isométrique) qui se produisent lors de l'activité physique.
- c. Explore l'impact des trois types de contractions musculaires sur le développement musculaire.
- d. Étudie et effectue des mouvements isolés et composés qui ciblent les principaux groupes musculaires.
- e. Examine et effectue différents exercices qui améliorent l'efficacité des fibres musculaires à contraction lente ou rapide.
- f. Associe les mouvements précis des articulations (p. ex. abduction, adduction, circonduction, éversion, inversion et supination ou la pronation) à divers types d'exercices.
- g. Recherche les blessures courantes aux os, aux articulations et aux muscles (fracture, entorse et déchirure) qui se produisent en raison d'une activité physique.
- h. Se renseigne sur la cause et le traitement des blessures (p. ex. fracture de stress/fatigue, tendinite, fatigue musculaire) qui touchent les os, les articulations et les muscles du corps humain et qui se produisent en raison d'une activité physique.
- i. Analyse l'impact d'un mode de vie sédentaire sur les systèmes squelettiques ou musculaires à court et à long terme.

## Santé mentale personnelle

### Résultat d'apprentissage

**20EP.10** Étudier les bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale.

### Indicateurs de réalisation

- a. Examine les effets à court et à long terme de l'activité physique sur des facteurs pouvant affecter la santé mentale tels que l'anxiété, l'image corporelle, la dépression, l'estime de soi et le stress.
- b. Étudie les effets de l'activité physique sur les taux d'hormones (p. ex. la dopamine, le cortisol, l'endorphine et la sérotonine) et le bien-être physique, mentale, émotionnel et spirituel.
- c. Discute de la compréhension des Premières Nations et des Métis des interrelations entre le bien-être physique, mentale, émotionnel et spirituel.
- d. Réfléchit à la façon dont la participation à des activités individuelles (p. ex. le jogging, la méditation et le yoga) et de groupe (p. ex. les jeux coopératifs, les cours de conditionnement physique ou les sports d'équipe) peuvent être bénéfiques pour la santé mentale.
- e. Intègre l'activité physique en tant que stratégie pour améliorer la santé mentale personnelle.
- f. Collecte l'information sur sa perception des effets de l'activité physique sur la santé mentale personnelle sur une période de temps.
- g. Communique les résultats de sa recherche sur les ressources communautaires (p. ex. Jeunesse J'écoute, Sask Health) conçues pour aider et sensibiliser les personnes à la santé mentale.

## Études autonomes

### Résultat d'apprentissage

**20EP.11** Créer et mettre en œuvre un plan pour explorer un ou plusieurs sujets d'intérêt personnel pertinents à l'*Éducation physique 20*.

### Indicateurs

- a. Explore un ou plusieurs sujets en rapport avec l'éducation physique tels que :
  - les professions qui exigent une formation en éducation physique au moyen de la recherche ou de la participation à des événements tels que les foires de l'emploi ou le jumelage;
  - une question liée à un sujet de l'*Éducation physique 20*, y compris l'élaboration de matériel pour appuyer les arguments pour et contre une position;
  - un plan de conditionnement physique pour soi-même qui intègre les concepts clés de l'*Éducation physique 20*;
  - la façon dont le bien-être peut devenir plus ou moins une priorité à l'avenir et les facteurs qui peuvent aider ou nuire à un mode de vie équilibré;
  - le bien-être physique, émotionnel, mental et spirituel pour un mode de vie équilibré;
  - le but, les avantages et les inconvénients de divers types de régimes (p. ex. cétoène et riche en protéines);
  - les justifications sociétales, légales et de santé pour lesquelles les certifications existent dans les professions de l'éducation physique ainsi que pour les postes des bénévoles (p. ex. les premiers soins, le Programme national de certification des entraîneurs, l'arbitrage, le yoga/Pilates/professeur de danse, les systèmes d'entraînement personnel, l'entraîneur personnel diplômé, la nutrition sportive);
  - la présentation des résultats de l'étude autonome au moyen d'une affiche, d'une présentation, d'un spectacle, d'une chanson, d'un jeu, d'une publicité, d'une représentation d'art visuel ou d'un document de recherche.
- b. Assemble et réfléchit sur le portfolio qui démontre une certaine compréhension d'un sujet d'intérêt pour l'élève de l'*Éducation physique 20*.
- c. Crée un outil (p. ex. une rubrique, une liste de contrôle, un formulaire d'auto-évaluation ou d'évaluation des pairs) pour évaluer le processus et les produits en cause dans l'étude autonome.
- d. Analyse l'impact d'une prise de décision d'ordre éthique (p. ex. le respect de soi et des autres, l'équité, l'esprit sportif, la lutte contre le harcèlement et l'abus, la sécurité) dans le domaine de l'éducation physique.

## Mesure et évaluation de l'apprentissage de l'élève

La mesure et l'évaluation sont des activités continues qui sont planifiées en fonction des résultats d'apprentissage du programme d'études, ou dérivées de ceux-ci, et qui cadrent avec les stratégies d'enseignement. La portée et la profondeur de chaque résultat d'apprentissage, telles que définies par les indicateurs de réalisation, renseignent l'enseignant sur les habiletés, les processus et les connaissances qui méritent d'être mesurés.

La mesure est le processus continu de collecte d'information visant à mettre en évidence les apprentissages et les besoins des élèves.

L'évaluation est le processus ultime d'interprétation de l'information recueillie par des mécanismes de mesure utiles et appropriés, dans le but de prendre des décisions ou de rendre des jugements, souvent au moment de l'établissement des bulletins.

Pour être efficaces et authentiques, la mesure et l'évaluation passent par :

- la conception de tâches à réaliser qui s'alignent sur les résultats d'apprentissage du programme d'études;
- la participation des élèves à la détermination des moyens par lesquels ils pourront faire la preuve de leurs apprentissages;
- la planification des trois phases du processus de mesure et d'évaluation indiquées ci-après.

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
<ul style="list-style-type: none"> <li>• rétroaction par l'enseignant, réflexion de l'élève et rétroaction des pairs</li> <li>• appréciation fondée sur les résultats d'apprentissage du programme d'études, traduisant la réalisation d'une tâche d'apprentissage précise</li> <li>• révision du plan d'enseignement en tenant compte des données recueillies</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• autoévaluation</li> <li>• informations données à l'élève sur son rendement l'incitant à réfléchir aux moyens à prendre pour améliorer son apprentissage</li> <li>• critères établis par l'élève à partir de ses apprentissages et de ses objectifs d'apprentissage personnels</li> <li>• adaptations faites par l'élève à son processus d'apprentissage en fonction des informations reçues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• évaluation par l'enseignant fondée sur des critères établis provenant des résultats d'apprentissage</li> <li>• jugement du rendement de l'élève par rapport aux résultats d'apprentissage</li> <li>• transmission du rendement de l'élève aux parents ou aux tuteurs, au personnel de l'école et des conseils ou divisions scolaires</li> </ul> <p>* Cette évaluation peut être normative, c'est-à-dire basée sur la comparaison du rendement de l'élève à celui des autres.</p>

Il existe une relation étroite entre les résultats d'apprentissage, les approches pédagogiques, les activités d'apprentissage et l'évaluation. Les évaluations doivent refléter les processus cognitifs et le ou les niveaux de connaissance indiqués par le résultat d'apprentissage. Une évaluation authentique collectera uniquement les données au niveau pour lequel elles ont été conçues.

## **Lexique**

**Abduction** – l'action de certains muscles pour écarter une jambe, un bras, entre autres, de la ligne moyenne du corps.

**Adduction** – un mouvement qui tire une structure ou une partie vers la ligne médiane de l'organe ou du membre.

**Circumduction** – Le mouvement circulaire d'une partie du corps.

**Concentrique** – La force extérieure sur le muscle est inférieure à la force générée par le muscle - une contraction qui raccourcit le muscle.

**Cortisol** – aussi appelée hydrocortisone, une hormone stéroïde produite par le cortex surrénal et qui travaille conjointement avec certaines parties du cerveau pour contrôler l'humeur, la motivation et la peur.

**Dopamine** – un neurotransmetteur, un produit chimique qui est responsable de la transmission des signaux entre les cellules nerveuses (les neurones) du cerveau. Il est responsable des sentiments de récompense et de plaisir.

**Excentrique** – le mouvement d'un muscle actif pendant qu'il s'étire sous charge.

**Endorphine** - un neurotransmetteur qui interagit avec les récepteurs des opiacés dans le cerveau pour réduire la perception de la douleur. Il est connu comme une des hormones de bonheur.

**Éversion** – l'écartement de la plante du pied du plan médian.

**Fibre musculaire à contraction lente** – les fibres musculaires responsables d'exploits d'endurance tels que la course sur longues distances.

**Fibre musculaire à contraction rapide** – fibres musculaires responsables de mouvements intenses et puissants tels que le sprint.

**Inversion** – le mouvement de la plante du pied vers le plan médian.

**Isométrique** – contractions d'un muscle particulier ou d'un groupe de muscles où le muscle ne modifie pas sensiblement la longueur et l'articulation en question ne bouge pas.

**Mouvement combiné** – Un mouvement pour soulever du poids qui utilise plusieurs groupes musculaires.

**Mouvement isolé** – Un mouvement pour soulever du poids qui utilise un groupe musculaire.

**Niveau avancé** – un degré élevé de compétence, d'aptitude ou d'expertise.

**Outils d'évaluation de la condition physique** – un dispositif utilisé pour déterminer les divers aspects de la condition physique et de la santé.

**Pronation** – le pied se roule vers l'intérieur et la voûte plantaire s'aplatit.

**Sérotonine** – un neurotransmetteur dans le corps humain. On croit qu’il aide à régler l’humeur et le comportement social, l’appétit et la digestion, le sommeil, la mémoire et le désir sexuel et la fonction sexuelle. Il est connu comme une des hormones de bonheur.

**Supination** – le mouvement de rotation du pied de dedans en dehors.

**Suppléments** – un produit consommé par voie orale qui contient un ou plusieurs ingrédients (tels que les vitamines ou les acides aminés) qui visent à appuyer le régime alimentaire et ne sont pas considérés comme des aliments.

## Bibliographie

- Blaydes, J. (n.d.). *Advocacy: A case for daily quality physical education. Teaching Elementary Physical Education*, 12(3): 9-12.
- Brophy, J. & Alleman, J. (1991). *A caveat: Curriculum integration isn't always a good idea. Educational Leadership*, 49, 66.
- California Department of Education. (1994). *Physical education framework for California public school's kindergarten through grade twelve*. Site consulté le 17 janvier 2007 du site web- the California Department of Education web site.
- Canadian Association of Health, Physical Education, Recreation, and Dance (2006). *The need for quality daily physical education programs in Canadian schools*. Site consulté le 29 janvier 2008 de : <http://www.nationalchildrensalliance.com/nca/pubs/2006/Quality%20Physical%20Education%20Programs%20Policy%20Brief.pdf>
- 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.
- Ermine, W. (2006). The space between two knowledge systems. In an article by Dawn Ford retrieved January 20, 2010 from <https://sites.ualberta.ca/~publicas/folio/43/14/11.html>.
- 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, D R. (2003). *Teaching responsibility through physical activity* (2nd 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. Site consulté le 13 novembre 2007 de: <https://www.aare.edu.au/data/publications/2004/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., Maniotes, L.K., & Caspari, A.K. (2007). *Guided inquiry: A framework for learning through school libraries in 21st century schools*. Westport, CN: Libraries Unlimited.
- McBride, R. (1992). Critical thinking: An overview with implications for physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11, 112-125.
- Meredith, M. D. & Welk, G. J. (Eds.). (2007). *Fitnessgram/Activitygram test administration manual (4<sup>th</sup> 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.
- Saskatchewan Ministry of Education. (2008). *Renewed objectives for the common essential learnings of critical and creative thinking (CCT) and personal and social development (PSD)*. Regina SK: Saskatchewan Ministry of Education.
- Saskatchewan Ministry of Education. (2008). *Introduction aux apprentissages essentiels communs: Manuel de l'enseignant (1988, pages 42-49)*. Regina SK: Saskatchewan Ministry of Education.
- Saskatchewan Ministry of Education. (2011). *Core curriculum: Principles, time allocations, and credit policy*. Regina, SK : Saskatchewan Ministry of Education.
- Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan. (2015). *Mieux-être 10*. Regina, SK : Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan.
- Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan. (2018). *Inspirer la réussite : Cadre stratégique des Premières Nations et des Métis de la prénaternelle à la 12<sup>e</sup> année*. Regina, SK : Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan.
- Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan. (2015). *La pédagogie différenciée pour les élèves de la Saskatchewan de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année*. Regina, SK : Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan.
- Ministère de l'Éducation. (2015). *L'actualisation d'un modèle d'intervention centré sur les besoins*. Regina, SK : Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan.

- Ministère de l'Éducation (2015). *Diversité sexuelle et de genre : Approfondissement du débat*. Regina, SK : Ministère de l'Éducation de la 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.
- Sport for Life Society. (2016). *Aboriginal long-term participant development pathway 1.1*. Victoria, BC: Sport for Life Society.
- Whitehead, M. (2006). *Physical literacy*. Site consulté le 20 septembre 2007 de : <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.