

Programme en éducation physique et à la santé au Primaire

Document 2 du guide

2012



Table des matières

Introduction.....	4
Exemple de schéma représentant une compétence et ses composantes	5
Glossaire du programme	7
Présentation des 3 compétences et de leurs composantes	8
Interrelation des compétences en éducation physique et à la santé.....	9
Compétence 1 Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	10
Sens de la compétence	10
Exemple de la Compétence 1 <i>Agir</i> dans divers contextes d'activités physiques	11
Compétence 2 Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques.....	16
Sens de la compétence	16
Exemple de la Compétence 2 Interagir dans divers contextes d'activités physiques	17
Compétence 3 Adopter un mode de vie sain et actif	21
Sens de la compétence	21
Exemple de la Compétence 3 <i>Adopter</i> un mode de vie sain et actif	22
Évaluation	25
Processus d'évaluation des élèves.....	26
Habilités motrices	27
Plan d'action	28

Bilan	29
Les savoirs essentiels	30
Légende des savoirs essentiels	31
AGIR Les connaissances	32
AGIR Les savoir-faire	33
INTERAGIR Les savoirs	35
INTERAGIR Les stratégies	36
INTERAGIR Les savoirs-faire	37
ADOPTER Les savoirs	39

Introduction :

La commission scolaire Kativik est fière de vous présenter le nouveau programme d'éducation physique et à la santé au primaire. Inspiré du programme du MELS, celui-ci a été adapté et modifié pour permettre de mieux respecter la culture Inuite et ainsi mieux s'ajuster à la réalité de notre milieu.

Le programme de l'éducation physique et à la santé a été élaboré dans l'intention de donner un cadre aux enseignants qui travaillent auprès des jeunes Inuits. Le but du programme est de soutenir les intervenants dans la planification des apprentissages et de suggérer des pratiques pédagogiques concrètes qui aident les élèves à poursuivre le développement de leurs compétences. Il vise également le développement d'habiletés psychosociales ainsi que l'acquisition de connaissances, de stratégies, d'attitudes et de comportements sécuritaires et éthiques. Les initiatives pédagogiques doivent amener les élèves à non seulement développer leur motricité, mais aussi à apporter un élément de santé dans leur apprentissage.

C'est en développant son agir corporel et ses capacités à interagir que l'élève pourra observer les retombées de la pratique d'activités physiques sur ses habitudes de vie et en arriver à adopter un mode de vie sain et actif. Il importe d'amener les jeunes à adopter un mode de vie plus actif en leur proposant un choix d'activités physiques variées et susceptibles d'être pratiquées dans la vie courante à l'école ou à l'extérieur de l'école.

Développer une compétence, c'est mobiliser et utiliser efficacement un ensemble de ressources.

Le programme comporte 3 compétences interreliées :

- Agir dans divers contextes de pratique d'activité physique
- Interagir dans divers contextes de pratique d'activité physique
- Adopter un mode de vie sain et actif

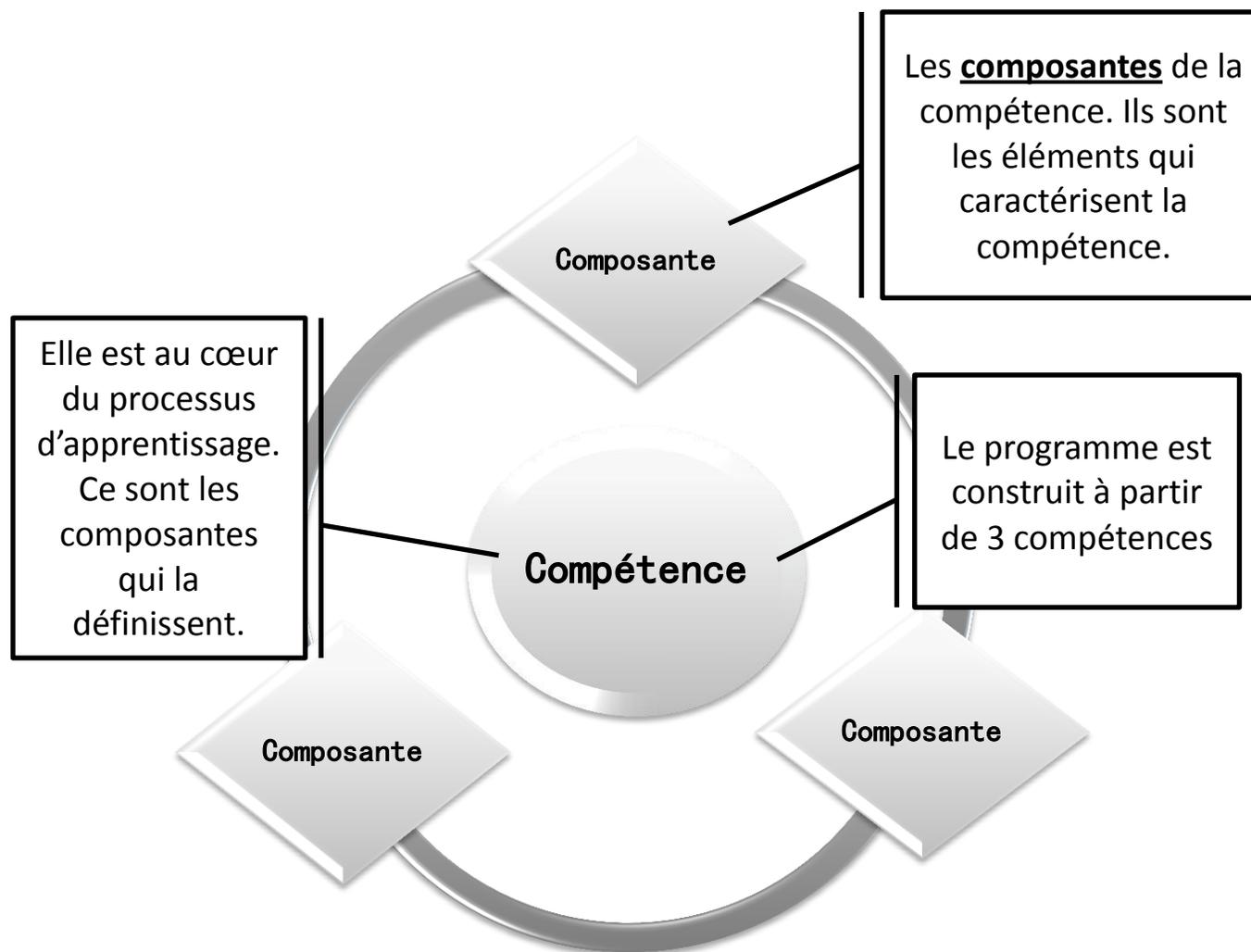
Le programme cherche à responsabiliser l'élève à l'égard de son agir corporel et de sa santé en lui permettant de développer :

- ❖ un répertoire d'actions corporelles;
- ❖ un répertoire de stratégies cognitives;
- ❖ un bagage de connaissances propres à la discipline;
- ❖ des comportements conformes aux règles de sécurité et d'éthique;
- ❖ un sens critique pour une gestion judicieuse de sa santé;
- ❖ des attitudes positives dans ses relations avec les autres à l'occasion d'activités physiques.

Pour ce faire, l'élève construit ses savoirs à partir d'un large éventail d'activités coopératives, individuelles, expressives, collectives, de plein air, de conditionnement physique, etc.

Source : Programme de formation de l'école québécoise, Éducation physique et à la santé primaire

Exemple de schéma représentant une compétence et ses composantes



Exemple: **Compétence** (Moyen d'action)

Compétence

La compétence traitée

Le moyen d'action en exemple

La tâche : ici

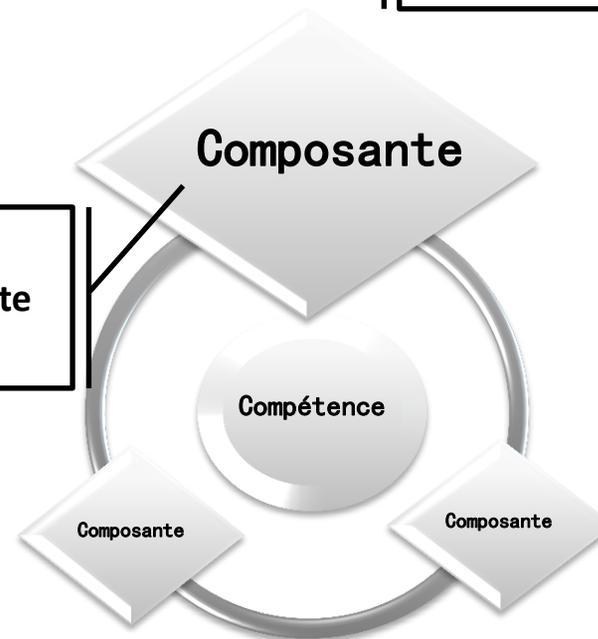
Exemple d'intention pédagogique

L'élève analyse:

Éléments observables chez l'élève

Explicitations

Les explicitations sont les éléments observables de la composante



Glossaire du programme

Compétence : La capacité de mobiliser un ensemble de ressources dans des situations variées afin d’agir efficacement.

Composante : Ce sont différents éléments qui caractérisent la compétence.

Explicitation : Ce sont les éléments qui regroupent la composante.

Élément observable: Ce sont les éléments que l’enseignant peut observer chez un élève en lien avec l’évaluation

Intention pédagogique: L’intention que l’enseignant veut donner à une séquence de cours. Elle est spécifique (3 balles), mais générale (jongler). Exemple: amener les élèves à jongler avec 3 balles.

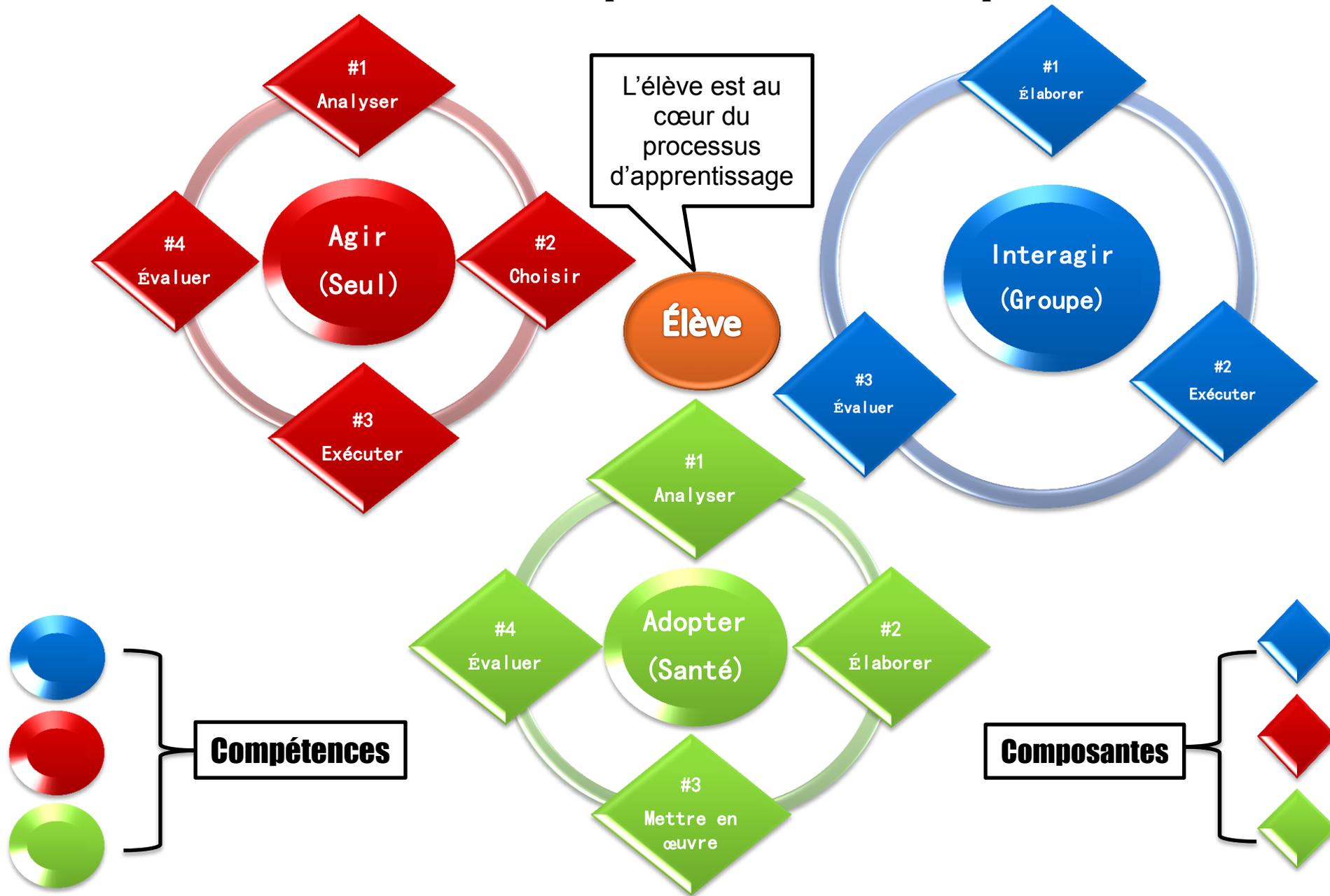
Moyen d’action: Le sport ou l’activité qui est utilisée dans une SAÉ. Exemple: sport collectif, le basketball

Situation apprentissage et d’évaluation (SAÉ): C’est une séquence de cours ayant un objectif commun, l’intention pédagogique.

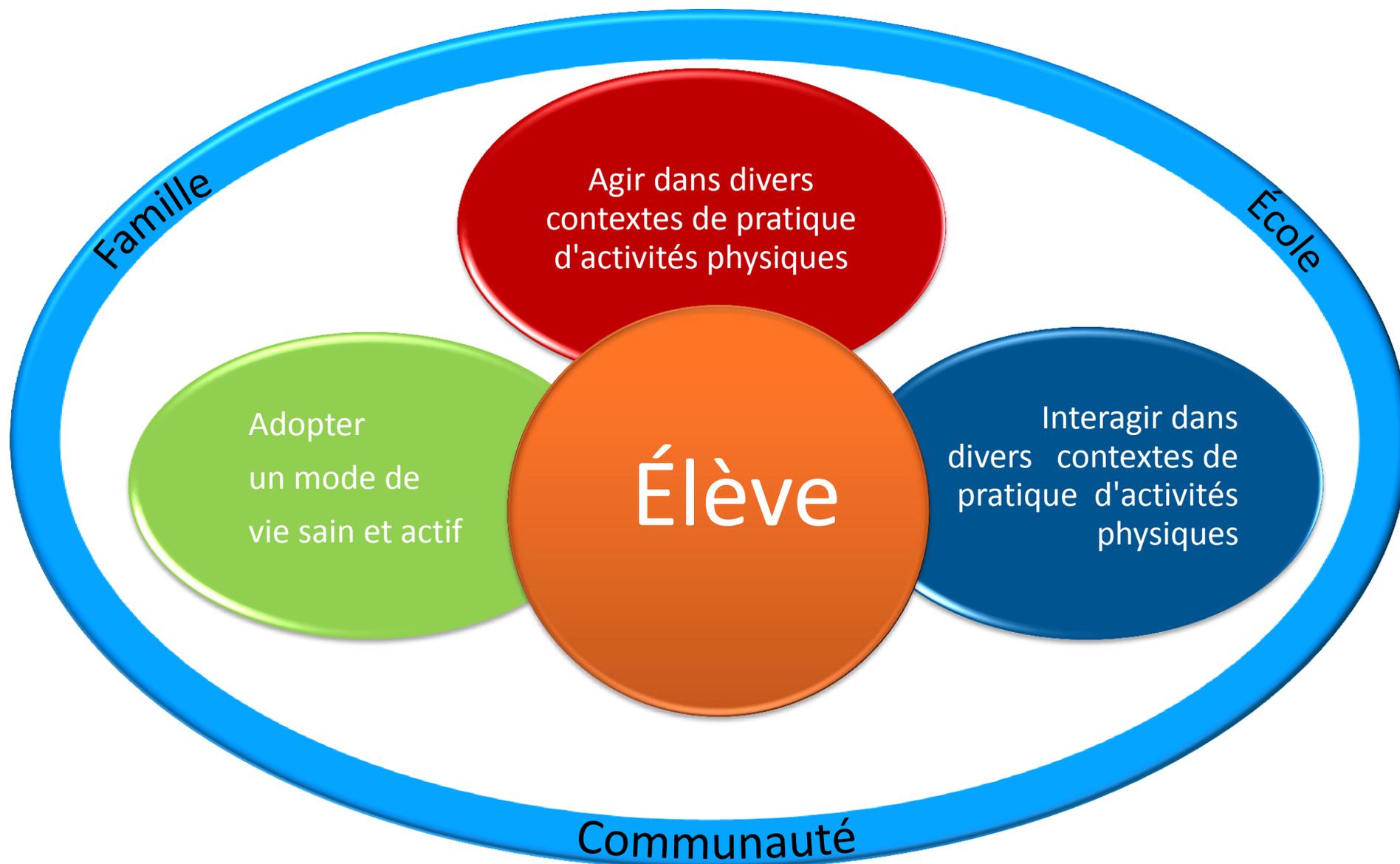
Savoirs essentiels: Ils constituent un répertoire de ressources indispensables au développement et à l’exercice de la compétence. Cela n’exclut pas que l’élève puisse faire appel à d’autres ressources. Néanmoins, la maîtrise de ces savoirs s’avère essentielle au développement et à l’exercice de la compétence.

Source : Programme de formation de l’école québécoise, Éducation physique et à la santé primaire.

Présentation des 3 compétences et de leurs composantes



Interrelation des compétences en éducation physique et à la santé



Compétence 1 Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

Sens de la compétence

Explication

Qui dit *Agir* notamment action, sensation expression, mouvement, coordination, contrôle. L'apport de l'école en la matière est de rendre les élèves plus au fait de l'existence de ces dimensions dans l'appropriation de leur corps et de les amener à les travailler de manière plus systématique et plus réfléchie. Ainsi, ils sont invités à comprendre et à appliquer les principes associés à l'équilibre et à la coordination, à exécuter, dans des contextes variés, des enchaînements d'actions, des actions simultanées et des actions ajustées à différents éléments de l'environnement physique. Ces activités doivent permettre à chacun d'être en relation avec lui-même et avec le monde physique dans lequel il évolue, de se mouvoir avec assurance et d'apprendre à se comporter de façon sécuritaire en toute circonstance.

Contexte de réalisation

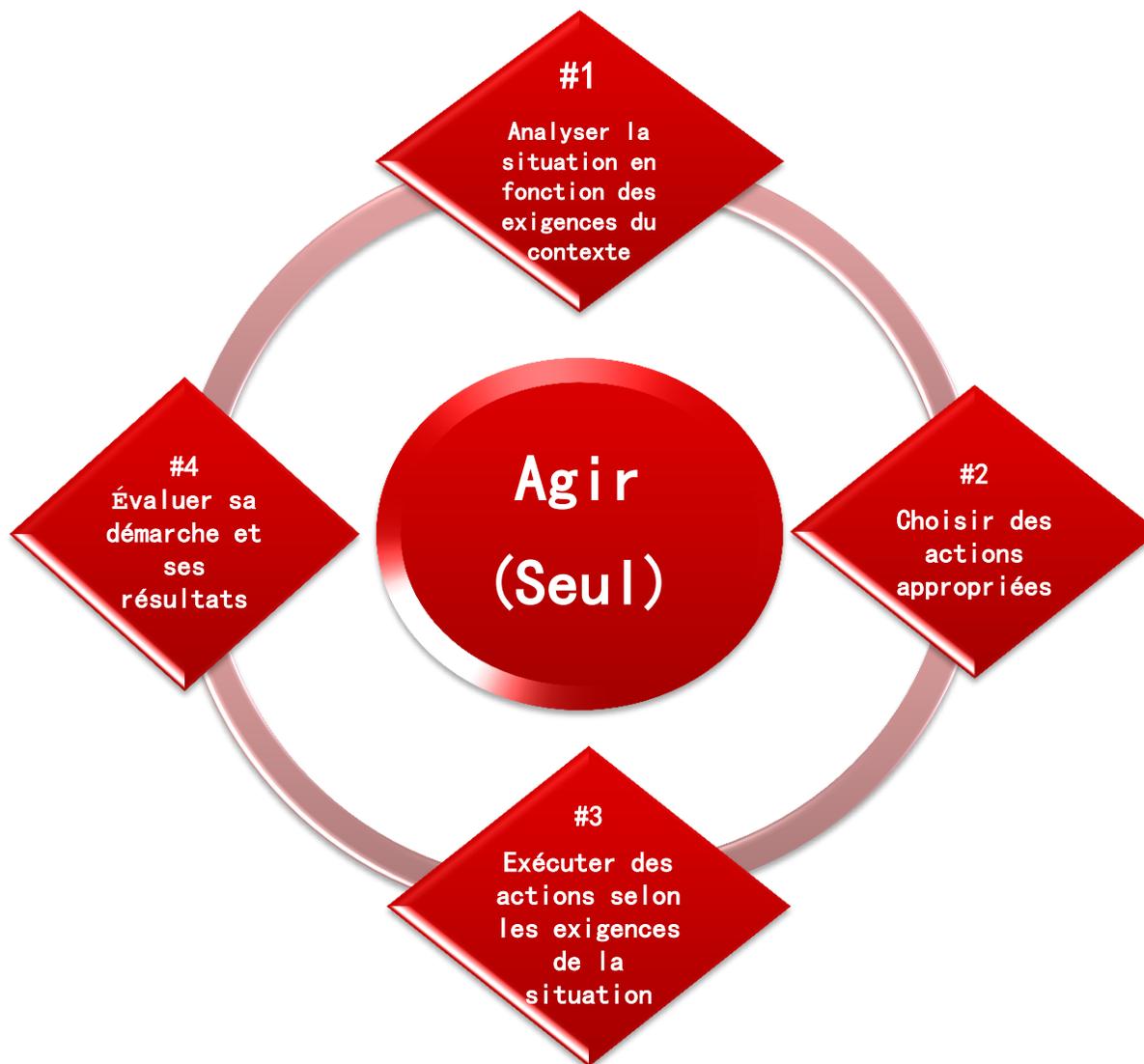
Les situations d'apprentissage sont issues d'une variété de moyens d'action : activités cycliques ou à actions uniques, activités technico-artistiques, activités d'adresse, rythmiques ou expressives. Elles sont présentées selon un ordre croissant de complexité, celle-ci étant déterminée par le choix du type et du nombre d'actions demandées ainsi que par les contraintes associées à l'environnement physique tel que les objets, les outils, les obstacles, les cibles, le type de surface, l'espace utilisée et le temps d'exécution. Elles doivent en outre prendre en compte les éléments qui caractérisent la pratique d'Activités physiques au Québec : les saisons, les conditions climatiques variées et la diversité géographique du territoire.

Cheminement de l'élève

Tout au long du primaire, l'élève est amené à approfondir son analyse qu'il fait des contraintes associées aux situations d'apprentissages proposées. À mesure qu'il progresse dans ses apprentissages, il comprend mieux les principes liés à l'exécution d'actions et il manifeste un contrôle accru de ses actions dans divers contextes de pratique d'activités physiques. Il fait une sélection plus judicieuse d'informations en vue de faire des choix d'actons pertinents et sécuritaires. Il apprend à évaluer, d'une façon de plus en plus structurée, la démarche empruntée et ses résultats et il fait le lien entre ses apprentissages et leur réinvestissement dans les contextes scolaire, familial ou communautaire.

Exemple de la Compétence 1 *Agir* dans divers contextes d'activités

physiques



Exemple 2^e cycle

Agir

Gymnastique (Routine)

La tâche :

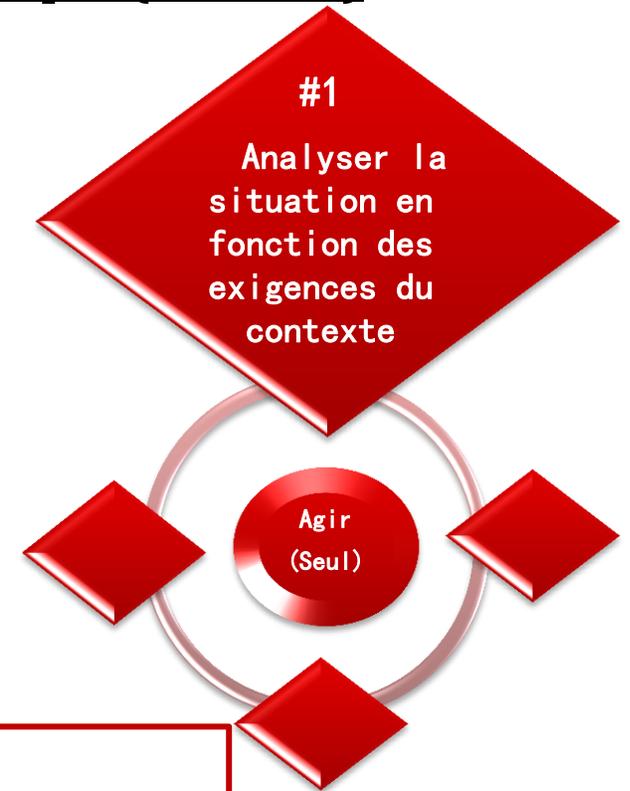
Amener l'élève à effectuer 3 types de rotations enchaînées au sol parmi plusieurs choix

L'élève analyse:

- Quel est mon défi?
- Ai-je déjà effectué une routine auparavant?
- Combien de rotation dois-je exécuter?
- Suis-je capable d'effectuer les rotations difficiles?
- Dois-je les enchaîner?

Explicitations

- Tient compte des contraintes de l'environnement physique
- Fait référence à ses expériences antérieures
- Tient compte du but poursuivi
- Tient compte de son niveau d'habileté :
- Tient compte des consignes



Exemple 2^e cycle

Agir

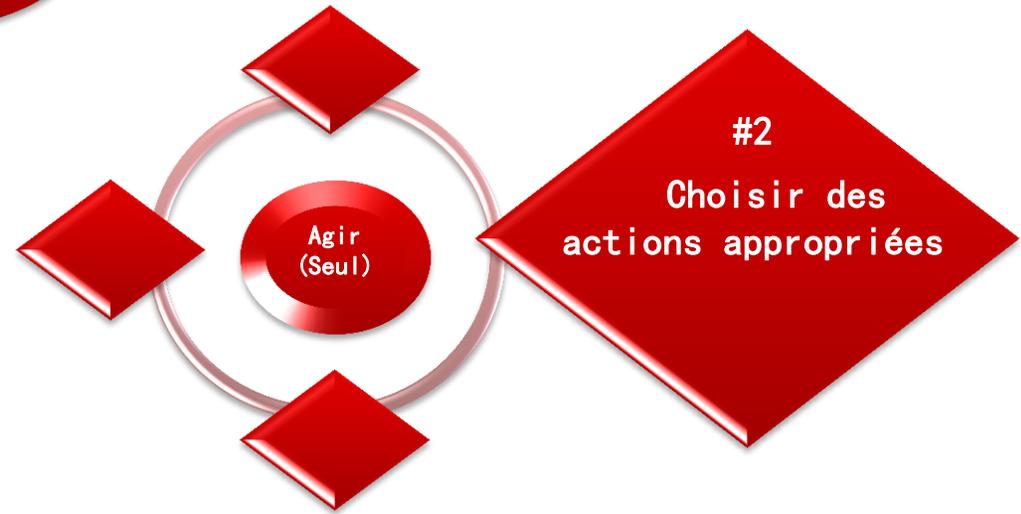
Gymnastique (Routine)

La tâche :

Amener l'élève à effectuer 3 types de rotations enchaînées au sol parmi plusieurs choix

L'élève choisi:

- Je choisis des rotations faciles afin d'être convaincue de bien les exécuter
- Je justifie le choix de mes rotations en fonction:
 - Du but
 - Des contraintes
 - De mes expériences
 - De mon niveau d'habileté



Explicitations

- Identifie des choix possibles et leurs conséquences
- Justifie son choix en relation avec la consigne et :
 - le but visé
 - les contraintes de l'environnement physique
 - ses expériences antérieures
 - son niveau d'habileté

Exemple 2^e cycle

Agir

Gymnastique (Routine)

La tâche :

Amener l'élève à effectuer 3 types de rotations enchaînées au sol parmi plusieurs choix

L'élève Exécute:

- Je coordonne mes mouvements afin d'exécuter mes rotations
- Mes rotations sont synchronisées
- Mes enchaînements sont coordonnés
- Mes enchaînements sont synchronisés
- Ai-je réussi ?

Explicitations

- Coordonne des actions uniques
- Synchronise des actions uniques
- Coordonne des enchaînements d'actions
- Synchronise des enchaînements d'actions
- Atteint le but poursuivi



La tâche :

Amener l'élève à effectuer 3 types de rotations enchaînées au sol parmi plusieurs choix

L'élève évalue:

- Mes rotations étaient-elles fluides?
- J'ai réussi deux rotations, mais j'ai eu de la difficulté avec la 3ème
- Je vais pratiquer cette rotation
- Puis-je utiliser ces rotations dans une autre activité?

#4
Évaluer sa
démarche et ses
résultats

Agir
(Seul)

Explicitations

- Revoit les étapes franchies
- Dégage les réussites et les difficultés
- Cerne les améliorations souhaitables pour cette situation
- Reconnaît les éléments utilisables dans d'autres situations

Compétence 2 Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques

Sens de la compétence

Explication

Pratiquer des activités physiques avec plusieurs élèves sollicite une multitude d'habiletés et de ressources qui dépassent la seule maîtrise de gestes et de stratégies. Si cette dernière est une condition essentielle à toute pratique d'activités physiques à plusieurs, elle ne suffit pas à définir la compétence ici visée. Celle-ci se veut l'occasion pour les élèves de s'engager dans un processus au cours duquel ils devront élaborer une variété de plans d'action leur permettant d'ajuster leurs actions aux autres, de se synchroniser et de communiquer entre eux. C'est aussi l'occasion de travailler en équipe, de manifester des comportements éthiques en rapport avec la victoire et la défaite et de réaliser une tâche commune. Ce sont là autant de situations susceptibles de se produire dans leur vie de tous les jours et qui les amènent à développer des habiletés sociales et un jugement éthique favorisant des relations humaines et harmonieuses.

Contexte de réalisation

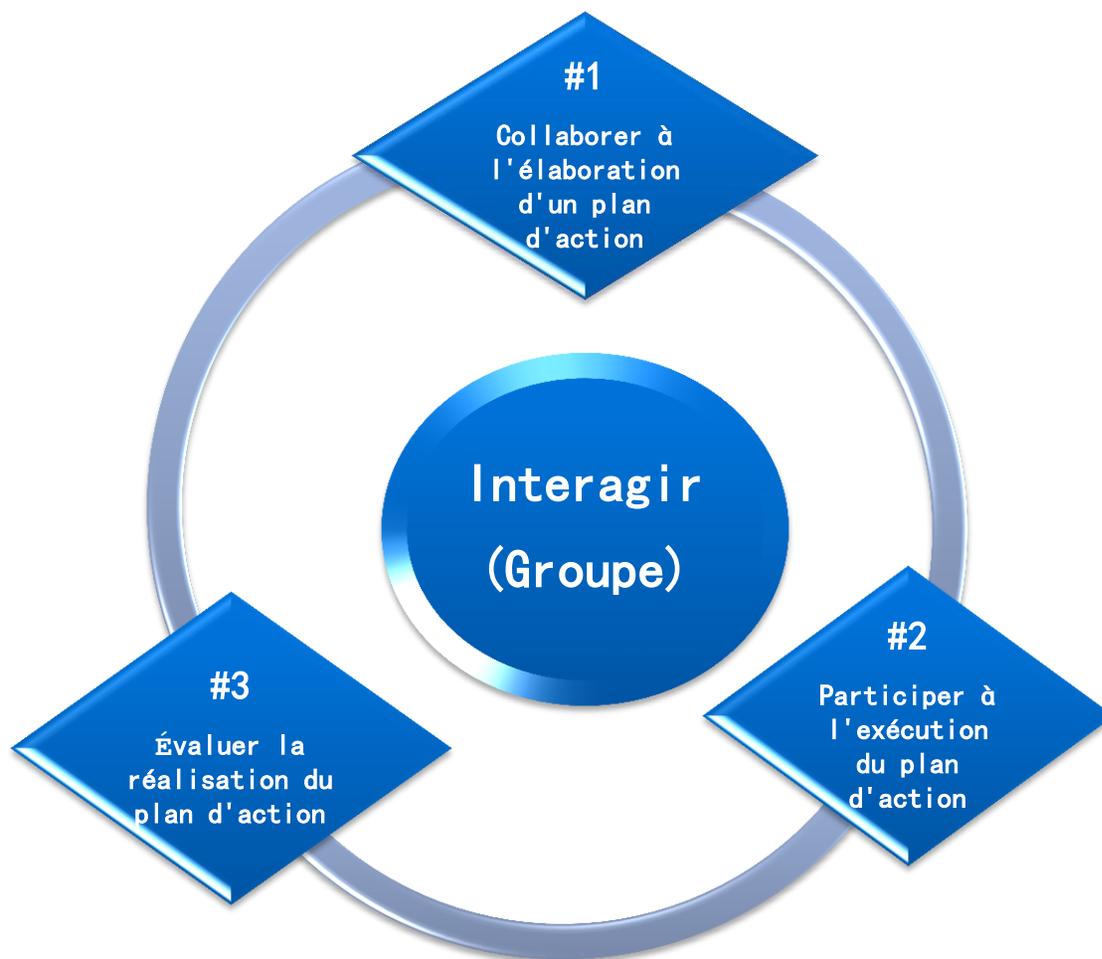
Les situations d'apprentissages sont issues de divers moyens d'action : activités collectives ou coopératives, de combat ou de duel. Elles sont présentées selon un ordre croissant de complexité, celle-ci étant déterminée par le choix des principes d'action à mettre en œuvre, par les contraintes associées à l'environnement physique (objets, outils, cibles, espace utilisé, temps d'exécution, etc.) et par les contraintes liées à l'environnement social (nombre de partenaires, nombre d'opposants, différents rôles à jouer, etc.). Elles doivent en outre prendre en compte les éléments qui caractérisent la pratique d'activités physique au Québec : les saisons, les conditions climatiques variées et la diversité géographique du territoire.

Cheminement de l'élève

Tout au long du primaire, l'élève apprend à élaborer un plan d'action et à développer des stratégies pour réaliser, dans divers contextes, des actions corporelles en interaction avec ses pairs. À mesure qu'il progresse dans ses apprentissages, il peut tenir compte de contraintes plus nombreuses, associées à des situations de plus en plus complexes et qui exigent un nombre croissant d'interactions. Il développe son sens de la coopération et choisit des stratégies et des modes de communication qui témoignent de son souci de favoriser l'interaction avec ses pairs. Il respecte les règles d'éthique. Enfin, il manifeste une autonomie grandissante dans la prise en charge de sa démarche. Il apprend à évaluer sa démarche et ses résultats d'une façon de plus en plus structurée et il fait le lien entre ses apprentissages et leur réinvestissement dans les contextes scolaire, sportif ou communautaire. Exemple de la Compétence2 *Interagir* dans divers contextes d'activités physiques

Exemple de la Compétence 2 Interagir dans divers contextes d'activités

physiques





La tâche :
Développer une stratégie défensive en situation de jeu

- L'élève collabore au plan:**
- On crée une stratégie d'équipe
 - On justifie notre stratégie
 - On comprend les règles de sécurité et d'éthique

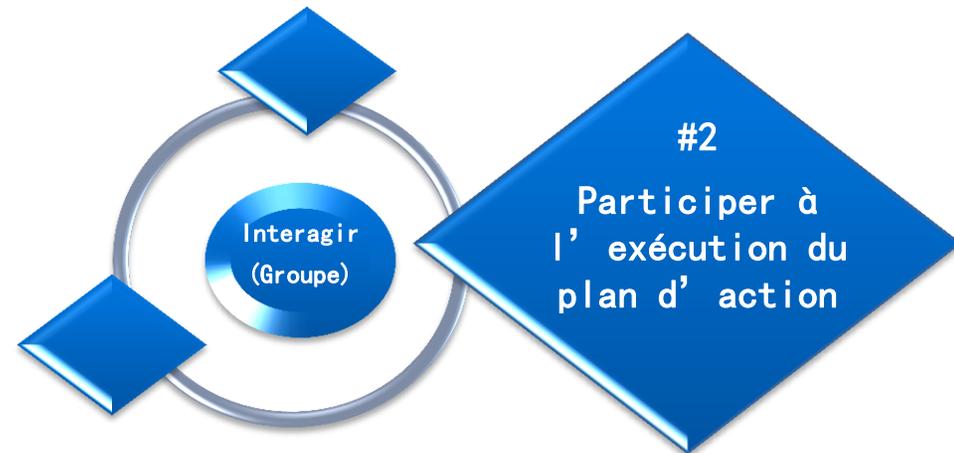


- Explicitations**
- Planifie des stratégies en fonction :
 - des rôles à jouer
 - des contraintes de l'environnement physique
 - des contraintes de l'environnement social
 - du but visé
 - des forces et des faiblesses de ses partenaires
 - des forces et des faiblesses des opposants
 - Justifie le choix des stratégies
 - Explique les règles de sécurité relatives à la tâche
 - Explique les règles d'éthique relatives à la tâche

La tâche :
Développer une stratégie défensive en situation de jeu

L'élève exécute:

- On exécute la stratégie selon le plan
- On communique
- La stratégie a-t-elle fonctionnée? Oui/non?
- On applique les règles de sécurité et d'éthique



Explicitations

- Applique les stratégies élaborées
- Communique son message verbal ou gestuel selon les exigences de la situation
- Ajuste ses actions selon les aspects imprévisibles du jeu
- Applique les règles de sécurité
- Applique les règles d'éthique

La tâche :

Développer une stratégie défensive en situation de jeu

L'élève évalue:

- La stratégie a-t-elle fonctionnée? Oui/non?
- Si oui, est-ce qu'on continue ?
- Si non, que fait-on pour modifier notre stratégie?
- Dans quel autre sport peut-on utiliser cette stratégie?



Explicitations

- Explique les causes de ses réussites et de ses difficultés
- Participe à la recherche de stratégies efficaces
- Ajuste son plan d'action
- Reconnaît les stratégies utilisables dans d'autres situations

Compétence 3 Adopter un mode de vie sain et actif

Sens de la compétence

Explication

La nécessité pour les jeunes de pratiquer régulièrement des activités physiques est reconnue depuis longtemps parmi les facteurs favorisant la santé. Dans l'immédiat, les jeunes ne semblent pas concernés par les problèmes liés à la santé ou par les effets à long terme d'un mode de vie sain et actif. Aussi faut-il les aider à acquérir des ressources qui leur permettront de prendre en charge leur santé et de demeurer actifs toute leur vie. L'adoption d'un mode de vie sain et actif repose sur la prise de conscience des facteurs susceptibles d'affecter ses habitudes de façon positive ou négative et se traduit par l'engagement dans la pratique régulière d'activités physiques, par la capacité d'évaluer les effets de ses actions sur sa santé et de faire les choix qui s'imposent.

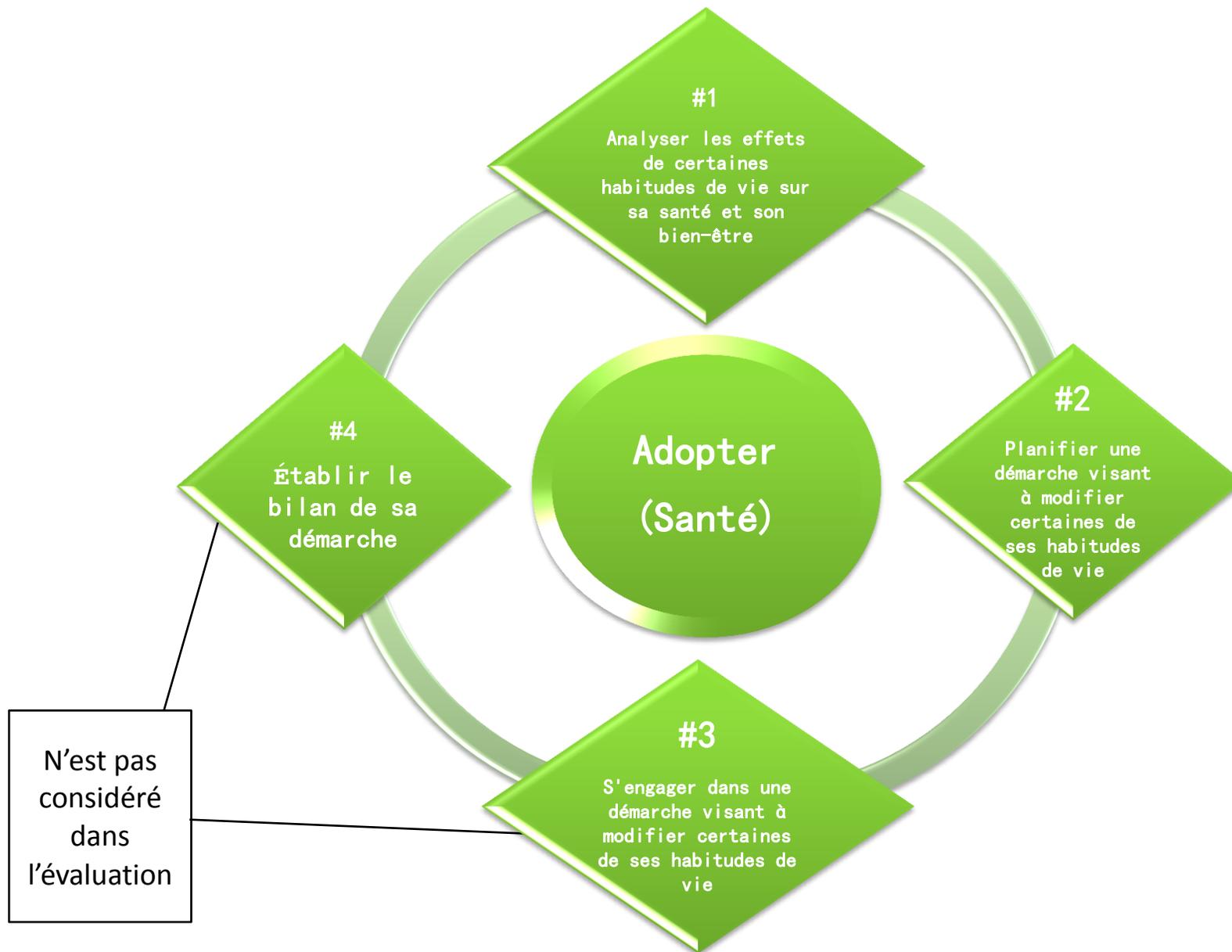
Contexte de réalisation

Le développement de cette compétence se fait par l'expérimentation d'activités physiques en milieu scolaire, familial ou communautaire et par des discussions. Les situations d'apprentissages proposées dans le cadre du cours d'éducation physique et à la santé s'appuient sur les contextes de réalisation des deux premières compétences *Agir* et *Interagir*, sans pour autant exclure des situations faisant référence à ce qui se passe à l'extérieur de l'école. Le titulaire de la classe et les membres de l'équipe-école sont également conviés à apporter leur concours à la démarche de l'élève. Celui-ci doit en effet poursuivre, dans les autres disciplines et à l'intérieur d'activités complémentaires, l'analyse critique qu'il a amorcée dans le cours d'éducation physique et à la santé qui ne traite que des seuls savoirs spécifiques à la discipline.

Cheminement de l'élève

Tout au long du primaire, l'élève est amené à s'approprier graduellement une démarche visant l'adoption ou la modification d'habitudes de vie liées à la santé et à son bien-être : hygiène corporelle, relaxation, comportement sécuritaire, etc. À la fin du primaire, il a acquis ou consolidé certaines habitudes et intégré la pratique régulière d'activités physiques. Plus l'élève chemine, plus il est outillé pour exploiter et réinvestir dans d'autres contextes les apprentissages réalisés à l'école et pour pratiquer différentes activités physiques de façon autonome et sécuritaire.

Exemple de la Compétence 3 Adopter un mode de vie sain et actif



Exemple 2e

cycle

Adopter

La condition physique (Posture)

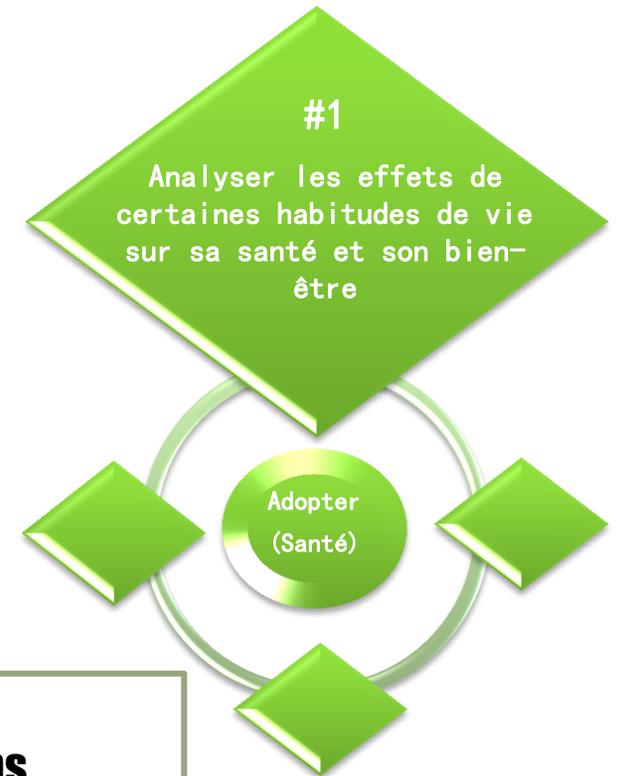
La tâche : Adopter une bonne posture

L'élève analyse:

- J'assimile l'information concernant les habitudes de vie
- J'explique la notion de posture
- J'accumule de l'information sur les bonnes postures
- Je reconnais les postures nuisibles à ma santé
- Je transmets mes résultats

Explicitations

- Démontre une attitude positive au regard d'information sur les habitudes de vie, la santé et le bien-être
- Explique la notion d'habitude de vie, de santé et de bien-être
- Explique les besoins et le fonctionnement de son corps
- Compile des faits observables sur ses habitudes de vie
- Reconnait, parmi ses habitudes de vie, celles qui sont favorables ou nuisibles à sa santé et à son bien-être
- Communique les résultats de son analyse



Exemple 2e

cycle

Adopter

La condition physique (Posture)

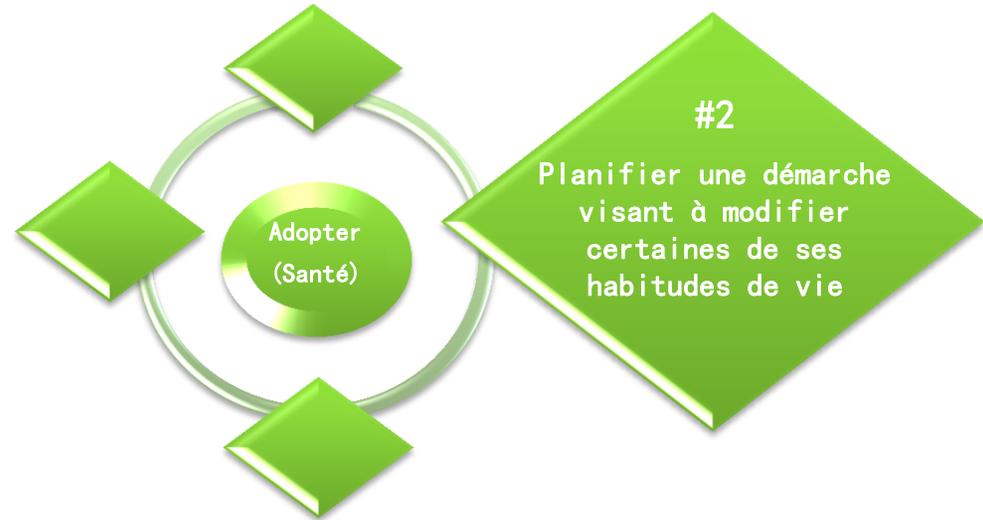
La tâche :
Adopter une bonne posture

L'élève planifie:

- Je démontre de l'intérêt pour améliorer ma posture
- Je sélectionne une activité qui améliore ma posture (yoga)
- Je planifie mes pratiques de façon régulière en yoga
- Je planifie mes pratiques pour améliorer ma posture

Explicitations

- Démontre un désir d'améliorer sa condition physique par l'adoption de bonnes habitudes
- Sélectionne une activité physique
- Planifie des pratiques régulières
- Planifie ses pratiques afin d'améliorer sa condition physique



Évaluation

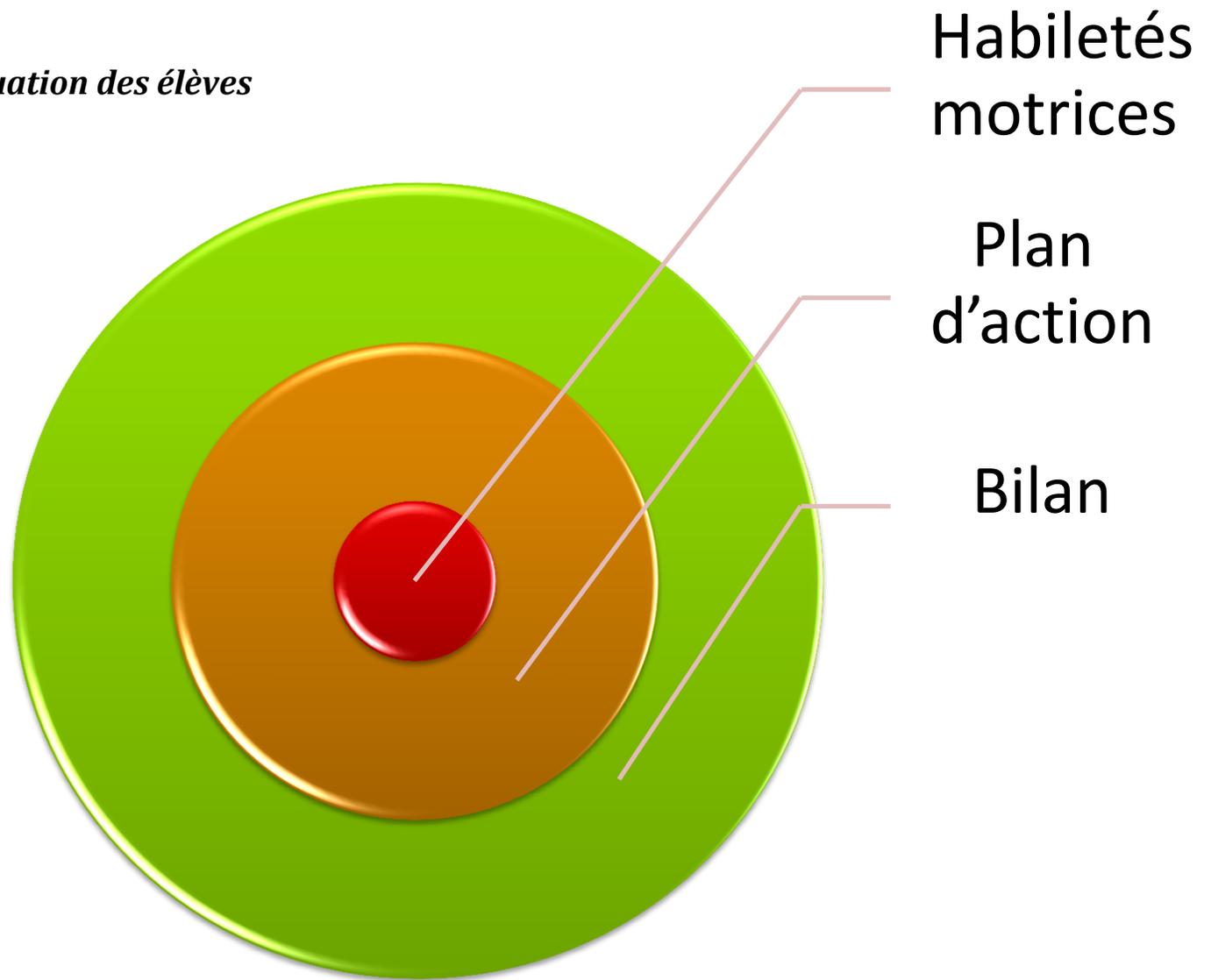
L'évaluation s'effectue en 3 niveaux; les habiletés motrices, les plans d'action et le bilan. Il y a une progression des apprentissages et d'évaluation qui s'effectue à chacun des niveaux. Chacun des niveaux est inclusif au précédent. Les compétences 1 et 2 doivent être évaluées avec un pourcentage égal pendant les 3 étapes alors que la compétence 3 est évaluée à la 3e étape seulement. Les habiletés motrices et les plans d'action sont évalués à toutes les étapes. Le bilan consiste à l'évaluation entière de la compétence. Le bilan s'effectue seulement à la 3e étape et l'évaluation se base sur l'ensemble des traces recueillies pendant toute l'année.

Note pour chaque étape

Bulletin	Habiletés motrices	Plan d'action	Bilan
Étape 1	C1 25% C2 25% = 50%	C1 25% C2 25% = 50%	0
Étape 2	C1 25% C2 25% = 50%	C1 25% C2 25% = 50%	0
Étape 3	C1 20% C2 20% = 40%	C1 20% C2 20% = 40%	C1 5% C2 5% C3 10% = 20%

Note finale: **/100%**

Processus d'évaluation des élèves





Habilités motrices

L'évaluation des habiletés motrices s'effectue à l'aide d'une grille d'observation fournie à l'enseignant. Elle représente 50% de l'évaluation à la première et à la deuxième étape alors qu'elle représente 40% à la 3^{ème} étape. Les habiletés motrices incluent tous les mouvements techniques associés au moyen d'action utilisé. Les compétences 1 et 2 permettent d'évaluer les habiletés motrices.

Exemple :

Compétence 1 (Agir) Gymnastique (Routine)

Habilité motrice :

- Coordination de mon corps : réussir 3 rotations au sol
- Exécuter des rotations adéquatement

Compétence 2 (Interagir) Activité de coopération-opposition (Kin-Ball)

Habilité motrice :

- Frappe du ballon
- Réception du ballon
- Passe du ballon



Plan d'action

L'évaluation des plans d'action s'effectue à l'aide d'une grille d'observation fournie à l'enseignant. Elle représente 50% de l'évaluation à la première et à la deuxième étape alors qu'elle représente 40% à la 3^{ème} étape. Les plans d'action incluent les routines, les stratégies, etc. associées au moyen d'action utilisée. Les compétences 1 et 2 permettent d'évaluer les plans d'action.

Exemple :

Compétence 1 (Agir) Gymnastique (Routine)

Plan d'action:

- Créer une routine au sol avec 3 rotations différentes
- Utiliser une variété de rotations

Compétence 2 (Interagir) Activités de coopération-opposition (Kin-Ball)

Plan d'action:

- Créer une stratégie d'équipe
- Créer un plan d'attaque
- Créer une stratégie individuelle

Bilan

L'évaluation pour effectuer le bilan se construit à l'aide d'une grille d'observation fournie à l'enseignant qui se base sur les traces laissées tout au long de l'année scolaire. Le bilan représente 20% de l'évaluation à la 3^{ème} étape. Le bilan doit être effectué pour chacune des 3 compétences. La compétence 3 est évaluée seulement dans le bilan.

Exemple :

Compétence 1 (Agir) Gymnastique (Routine)

Bilan:

- Sélectionne une variété d'action
 - L'élève crée un plan cohérent en gymnastique
- Évalue sa démarche et ses résultats
 - L'élève effectue un retour sur sa performance et sa démarche

Compétence 2 (Interagir) Activité de coopération-opposition (Kin-Ball)

Bilan:

- Élabore en coopération des plans d'action
 - L'élève crée un plan cohérent avec ses coéquipiers
- Évalue la démarche, les plans et les résultats
 - L'élève effectue un retour sur le plan avec ses coéquipiers

Compétence 3 (Adopter) La condition physique (Posture)

Bilan:

- Élabore des plans
 - L'élève crée pour améliorer sa posture
- Pratique l'activité physique
 - L'élève applique les bonnes postures
- Évalue la démarche, ses plans, ses résultats et l'atteinte de ses objectifs
 - L'élève effectue un retour sur son plan et sa démarche
- Manifeste un comportement éthique
 - L'élève adopte un comportement éthique*

*L'évaluation du comportement éthique doit se baser sur toute l'année pendant les cours d'éducation physique



Les savoirs essentiels

Les savoirs essentiels regroupent l'ensemble des connaissances que l'élève doit acquérir. Ces connaissances sont réparties en trois sections correspondant aux trois compétences du programme d'éducation physique et à la santé.

Les enseignantes et enseignants d'éducation physique et à la santé sont appelés à mettre en place une variété de situations d'apprentissage pour amener les élèves à acquérir progressivement un répertoire de connaissances utiles et nécessaires à l'exercice des trois compétences visées par le programme. En effet, pour être en mesure d'*Agir* dans divers contextes de pratique d'activités physiques, les élèves doivent acquérir les connaissances et un certain savoir-faire moteur qui leur permettront de choisir et d'exécuter adéquatement des enchaînements et des combinaisons d'actions motrices. De même, pour *Interagir* dans divers contextes de pratique d'activité physique, il leur faut développer un répertoire de connaissances, de stratégies de savoir-faire moteur et de savoir-être nécessaires à l'élaboration d'un plan d'action et à sa mise en œuvre avec un ou plusieurs partenaires. Enfin, pour développer leur compétence à *Adopter* un mode de vie sain et actif, les élèves ont besoin d'acquérir des connaissances sur les habitudes de vie favorables à la santé, sur les effets de la sédentarité de même que sur la structure et le fonctionnement du corps humain.