

2011

Guide pédagogique en éducation physique et à la santé

Document 1

Commission Scolaire Kativik



Table des matières

CHAPITRE 1 (INTRODUCTION)	- 3 -
LES OBJECTIFS DU GUIDE	- 3 -
CONTEXTE D'ENSEIGNEMENT DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ AU NUNAVIK	- 4 -
LE RÔLE DE L'ENSEIGNANT	- 5 -
CHAPITRE 2 (EXPLICATION DU PROGRAMME)	- 7 -
LES COMPÉTENCES ET LEURS COMPOSANTES	- 7 -
LA COMPÉTENCE 3 <i>ADOPTER</i>	- 9 -
LES SAVOIRS ET SAVOIR-FAIRE	- 10 -
CHAPITRE 3 (PLANIFICATION)	- 11 -
SAÉ AU PRIMAIRE	- 11 -
SAÉ AU SECONDAIRE	- 12 -
CHAPITRE 4 (ÉVALUATION)	- 13 -
L'ÉVALUATION	- 13 -
<i>Feuille de calcul</i>	- 16 -
<i>Équivalences des cotes en pourcentages</i>	- 17 -
CHAPITRE 5 (SÉCURITÉ)	- 20 -
L'IMPORTANCE DE LA SÉCURITÉ EN GYMNASE	- 20 -
LES SAVOIRS, SAVOIR-FAIRE, SAVOIR-ÊTRE	- 22 -
SAVOIR-ÊTRE DU PRIMAIRE	- 23 -
SAVOIRS DU SECONDAIRE	- 24 -
SAVOIR-FAIRE DU SECONDAIRE	- 25 -
SAVOIR-ÊTRE DU SECONDAIRE	- 26 -

CHAPITRE 1 (INTRODUCTION)

LES OBJECTIFS DU GUIDE

Le guide pédagogique de l'éducation physique et à la santé a été élaboré dans l'intention d'aider les enseignants qui interviennent auprès des jeunes Inuits des écoles de la Commission scolaire Kativik (CSK). Le but du guide est de soutenir les enseignants dans la planification des apprentissages et de suggérer des pratiques pédagogiques qui aideront les élèves à poursuivre le développement de leurs compétences motrices. Cela ne se fait pas sans prendre en considération la place de l'activité physique à l'école et en dehors de celle-ci. Les ressources sportives accessibles pour les élèves sont limitées et parfois peu diversifiées. Les initiatives pédagogiques doivent amener les élèves à non seulement développer leur motricité, mais aussi à apporter un élément de santé dans leur apprentissage.

CONTEXTE D'ENSEIGNEMENT DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ AU NUNAVIK

L'enseignement de l'éducation physique et à la santé à la CSK diffère de l'enseignement dispensé dans les autres commissions scolaires. Premièrement, les classes à niveau multiples en éducation physique sont très courantes. L'adaptation à ce type de classe représente un défi pour l'enseignant, car il doit adapter ses planifications et la difficulté des exercices en fonction de chacune des tranches d'âges qui se trouvent au sein de son groupe.

Deuxièmement, la langue s'avère un autre défi. Il y a trois langues officielles au Nunavik l'inuktitut, l'anglais et le français. L'organisation scolaire en tient compte. Les élèves reçoivent un enseignement complet en inuktitut de la maternelle à la 2^e année. De la 3^e année du primaire à la dernière année du secondaire, les élèves reçoivent un enseignement en anglais ou français et ils continuent à avoir des cours en inuktitut. L'organisation scolaire au secondaire comprend 2 cycles de 3 années chacune (1.0, 1.1, 1.2 et 2.1, 2.2, 2.3).

Un défi se présente pour les enseignants non inuits dispensant des cours aux élèves de la maternelle à la 2^e année du primaire. La langue représente un défi. L'enseignant qui vient de l'extérieur du Nunavik, doit s'adapter et développer une façon de communiquer avec les élèves et créer un lien avec ces derniers. Pour les classes de la 3^e année, jusqu'au secondaire, les classes d'éducation physique peuvent être jumelées. L'enseignant doit s'adapter afin de communiquer le plus facilement avec les élèves en langue seconde (anglais et anglais ensemble)..

Dans plusieurs classes, le nombre d'élèves est minime, ce qui amène l'enseignant à intervenir à tous les niveaux. L'enseignant doit composer avec différentes maturités physiques au sein d'un même groupe. Aussi, l'enseignant devra s'adapter avec des classes peu nombreuses. Cette réalité se rencontre surtout au secondaire.

Une des particularités des écoles du Nunavik est que la majorité d'entre elles ne disposent pas de vestiaires pour pouvoir changer de vêtements. Une autre particularité : la plupart des élèves n'ont pas de costumes d'éducation physique, ni de souliers adéquats pour l'éducation physique.

Il est important d'avoir une bonne gestion de classe en gymnase. Cette gestion empêche les blessures et les comportements non désirés. La routine est la base d'une bonne gestion de classe. Des règles claires et des conséquences adéquates vont prévenir les comportements indésirables et beaucoup de blessures. Les règles doivent être affichées et l'on doit s'assurer qu'elles sont bien comprises par les élèves. On se doit aussi d'être conséquent et constant avec nos règles.

LE RÔLE DE L'ENSEIGNANT

La tâche de l'enseignant se divise en trois temps:

- la planification;
- l'enseignement;
- l'évaluation.

Une ébauche de planification annuelle permet d'avoir une vision globale sur les compétences à enseigner et les moyens d'action à préconiser. Cela suppose également une planification trimestrielle puis une autre à plus court terme.

Dans le cadre de son enseignement, l'intervenant doit se soucier d'offrir un environnement sécuritaire pour optimiser l'apprentissage des élèves. La lecture du chapitre 4 donne de l'information à ce sujet. L'enseignant doit faire adopter des comportements sécuritaires aux élèves dans le gymnase. Il s'avère important de maintenir les mêmes règles de sécurité pendant toutes les activités scolaires et parascolaires ayant lieu au gymnase.

Dans sa gestion de classe, l'enseignant doit créer de bonnes routines. Ces routines permettent aux élèves de savoir comment se comporter en entrant dans le gymnase. Dans le premier mois, les élèves découvriront les comportements attendus par l'enseignant. Cette période est cruciale. La rigueur et la souplesse de l'enseignant qui insiste pour installer une routine similaire en début et en fin de cours porteront ses fruits.

Exemple d'une routine pour le primaire :

IMPORTANT, indiquer les actions à l'aide d'images, facilitera l'assimilation pour les plus jeunes :

1. Je vais m'asseoir sur le cercle au centre;
2. Je commence les exercices d'étirement;
3. Quand j'entends le sifflet, je fais 3 tours de gymnase en courant;
4. Je reviens m'asseoir au cercle.

Exemple de routine pour le secondaire :

Les routines peuvent faire partie de la **C3** à travers des positions de yoga ou des étirements appris préalablement pendant les cours de conditionnement physique :

1. Je vais cocher ma présence sur la feuille;
2. Je commence mon échauffement en courant un nombre de tours demandés;
3. Je fais mes étirements correctement après la course.

Créer un système d'émulation (système de gestion de gymnase avec récompense) pourrait être un bon outil de gestion de classe. Afficher ce système dans le gymnase augmente le niveau d'implication des élèves. Il ne faut pas créer de concurrence entre les groupes. Il est préférable que les élèves apprennent à s'émuler entre eux.

IMPORTANT, ne pas utiliser le système comme moyen de punition, mais uniquement comme système de récompense.

Exemple pour le primaire :

Créer une course aux récompenses. Prendre une affiche de piste de course et indiquer à chaque cours la progression du groupe. À certains endroits sur la piste, permettre l'obtention d'une récompense comme un cours de ballon ou un midi actif. Ne pas oublier d'indiquer clairement les attentes pour que les élèves sachent exactement à quoi s'attendre.

Exemple pour le secondaire :

Créer des midis actifs. Prendre un midi par semaine et permettre l'accès au gymnase aux élèves qui ont eu des comportements positifs en gymnase. Y faire des activités structurées et amusantes pour les élèves.

CHAPITRE 2 (EXPLICATION DU PROGRAMME)

LES COMPÉTENCES ET LEURS COMPOSANTES

Le programme d'éducation physique et à la santé de CSK comprend 3 compétences qui sont interreliées.

C1 Compétence 1 *Agir* dans divers contextes de pratique d'activités physiques

La compétence 1 comprend tous les sports individuels, les sports artistiques (gymnastique rythmique, cirque, etc.), les sports d'extérieur (athlétisme, marche, course, etc.) et toutes les actions uniques (marcher, courir, sauter, lancer, attraper, etc.). Dans le cadre de cette compétence, l'élève est amené à élargir son répertoire d'action motrice.

C2 Compétence 2 *Interagir* dans divers contextes de pratique d'activités physiques

La compétence 2 comprend tous les sports d'équipes (soccer, basketball, volleyball, etc.) ou d'activités en équipe (acrogym, activités de coopération, etc.). L'élève développe des apprentissages de communication et d'esprit d'équipe en travaillant avec ses pairs, tout en augmentant son répertoire d'actions motrices.

C3 Compétence 3 *Adopter* un mode de vie sain et actif

La compétence 3 comprend toutes les habitudes de vie qu'un élève devrait adopter dans ses habitudes de vie quotidienne. Elle comprend entre autres, le conditionnement physique, le yoga, la relaxation, l'entraînement en salle, etc. L'élève y apprend à élaborer un plan et à mettre sur pied un programme d'entraînement.

Les compétences *Agir* et *Interagir* se complètent. Lorsque l'élève interagit pendant une activité individuelle, il fait appel à la compétence *Interagir*. Puis, lorsqu'il exécute des actions motrices pendant une activité d'équipe, il fait appel à la compétence *Agir*. La troisième compétence : *Adopter*, s'appuie sur les deux autres. Les élèves doivent interagir et exécuter des mouvements afin d'obtenir des retombés sur leur santé.

Chacune des compétences repose sur des **composantes** qui la caractérisent.

C1 *Agir* dans divers contextes de pratique d'activités physiques :

Composante 1 : Analyser la situation selon le contexte;

Composante 2 : Exécuter des actions selon l'environnement;

Composante 3 : Évaluer l'efficacité motrice et la démarche en fonction du but.

C2 *Interagir* dans divers contextes de pratique d'activités physiques :

Composante 1 : Coopérer à l'élaboration d'un plan d'action;

Composante 2 : Participer à l'exécution du plan d'action;

Composante 3 : Coopérer à l'évaluation du plan d'action.

C3 *Adopter* un mode de vie sain et actif :

Composante 1 : Analyser l'effet de certaines habitudes sur sa santé;

Composante 2 : Élaborer un plan pour sa santé;

Composante 3 : Mettre en œuvre le plan*;

Composante 4 : Évaluer le plan et les effets sur sa santé*.

*N'entrent pas dans l'évaluation de la compétence

LA COMPÉTENCE 3 *ADOPTER*

La compétence 3 : ***Adopter un mode de vie sain et actif*** se distingue des deux autres, car elle comporte 4 composantes dont seulement 2 font l'objet d'évaluation. De plus, elle est évaluée seulement dans le bilan en fin d'année.

Elle est surtout appliquée à travers les moyens d'action comme le conditionnement physique, l'entraînement physique, les tests de conditionnement physique, la relaxation et le yoga.

Plusieurs organismes de la région offrent des activités du genre : concours, séance d'information dans les écoles, etc. Afin d'accorder plus d'importance au volet santé, l'utilisation de ces concours dans le cadre des cours d'éducation physique et à la santé permettra à l'enseignant de tirer profit de ces informations. Par exemple :

- Drop the pop : activité visant la diminution de la consommation de boisson gazeuse auprès des élèves.
- Quit to win : activité visant l'arrêt tabagique auprès des élèves.
- China wall : activité favorisant la marche comme activité régulière.
- Arctic winter game trials : essai pour les athlètes souhaitant se démarquer pour participer aux Arctic Winter Games

LES SAVOIRS ET SAVOIR-FAIRE

Le programme présente une progression des apprentissages. Cette progression des apprentissages se divise en savoirs et en savoir-faire.

Savoirs

Les savoirs regroupent toutes les connaissances que l'élève a à acquérir.

Savoir-faire

Les savoir-faire sont les actions motrices, les rôles à jouer et les principes d'action que les élèves doivent développer.

La progression de ses apprentissages prend la forme d'un tableau indiquant à quel niveau l'élève se situe soit en cours d'apprentissage, en autonomie ou en réinvestissement. Ces informations sont à titre indicatif seulement afin de donner à l'enseignant des repères sur la progression de ses élèves. Il est de la responsabilité et du jugement professionnel de l'enseignant de répartir ces apprentissages (savoirs et savoir-faire) au fil des années.

CHAPITRE 3 (PLANIFICATION)

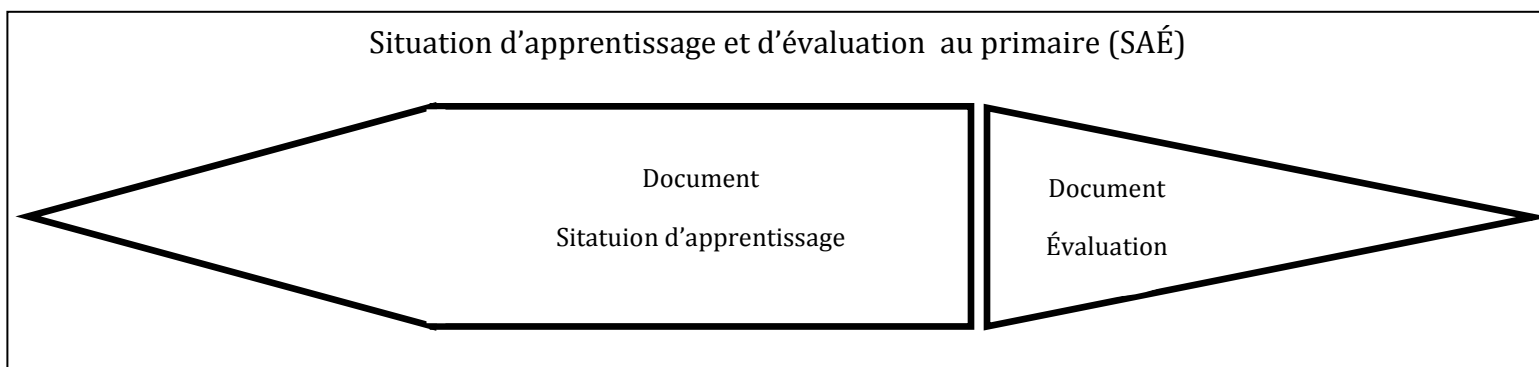
SAÉ AU PRIMAIRE

Une situation d'apprentissage et d'évaluation (SAÉ) au primaire comporte deux parties distinctes :

- SA : Document de situation d'apprentissage
- Évaluation : Document d'évaluation

La durée d'une SAÉ peut généralement varier de quatre à dix périodes. Elle comporte un minimum d'apprentissages que les élèves doivent assimiler afin de leur permettre de devenir compétents dans une activité donnée.

Les SAÉ pour la compétence *Adopter* sont différentes des deux autres.



SAÉ AU SECONDAIRE

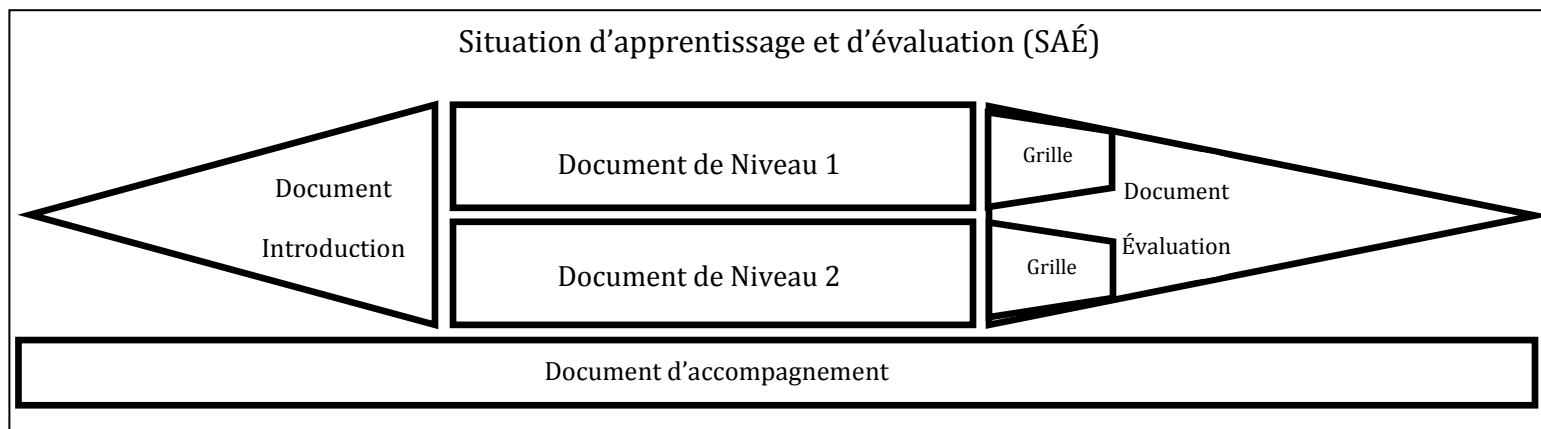
Une situation d'apprentissage et d'évaluation (SAÉ) au secondaire contient trois parties distinctes :

- l'introduction
- le corps de la SAÉ qui comporte deux niveaux de difficulté
- l'évaluation.

La durée d'une SAÉ peut généralement varier de quatre à dix périodes. Elle comporte un minimum d'apprentissages que les élèves doivent assimiler afin de leur permettre de devenir compétents dans une activité donnée. Une SAÉ comprend cinq documents :

- Le document d'introduction
- Le document de niveau 1
- Le document de niveau 2
- Le document d'évaluation contenant :
 - Les grilles d'évaluation et la liste des critères observables pour chacun des niveaux.
- Le document d'accompagnement

Les SAÉ pour la compétence *Adopter* sont différentes des deux autres.



CHAPITRE 4 (ÉVALUATION)

L'ÉVALUATION

L'évaluation se divise en trois parties distinctes. Ces trois parties sont composées de deux blocs (habiletés motrices et plan d'action) suivis d'un bilan. Le bloc 1 comporte l'évaluation des habiletés motrices. Le deuxième bloc vise l'évaluation des plans d'action. Le bilan, quant à lui, évalue l'ensemble des compétences en fin d'année. Un modèle de grille pour le bilan est présenté à la page 21.

L'évaluation des habiletés motrices s'applique aux compétences *Agir* et *Interagir*. Elle comprend les éléments observables à évaluer pour les habiletés motrices du sport ou de l'activité enseignés.

L'évaluation des plans d'action s'applique aux compétences *Agir* et *Interagir*. Elle comprend les éléments observables à évaluer pour les plans d'action du sport ou de l'activité enseignés.

Le bilan, quant à lui, évalue la planification et l'évaluation de la démarche entreprise par l'élève dans le cadre des compétences *Agir* et *Interagir*.

La compétence *Adopter* est évaluée dans le bilan à travers :

- L'élaboration d'un plan;
- La pratique de l'activité en gymnase;
- L'évaluation de la démarche de l'élève.

Le comportement éthique est évalué tout au long de l'année par des observations de l'enseignant, mais le jugement devient applicable en fin d'année.

Particularité des habiletés motrices :

Ces dernières sont souvent nombreuses pour certains sports. Au basketball, ce sont : le tir déposé (lay-up), les passes, les tirs aux paniers, les blocs, etc. Il est important d'enseigner le plus d'habiletés motrices possible. Pour l'évaluation, de quatre à six éléments sont choisis par l'enseignant. Au moment de leur évaluation, il pourrait être possible de laisser l'élève choisir les habiletés sur lesquelles il sera évalué.

Particularité des plans d'action :

Il est important d'avoir suffisamment d'éléments provenant des plans d'action dans l'évaluation surtout au deuxième cycle du secondaire.

Bilan :

Le bilan vaut 20% de la note du 3e bulletin.

Ce 20% est réparti de la façon suivante :

- 5 points pour la compétence 1 *Agir*
- 5 points pour la compétence 2 *Interagir*
- 10 points pour la compétence 3 *Adopter*

Grille d'évaluation :

Les grilles d'évaluation pour les habiletés motrices et les plans d'action comprennent les éléments observables à évaluer. La légende de ces grilles est graduée de 1 à 4.

Note : les cotes 2, 3, 4 peuvent être bonifiées d'un +. Cet ajout permet une plus grande précision pour l'évaluation. La cote 2 est le seuil minimal de passation.

Équivalence des cotes en pourcentages :

Chaque cote correspondant à un pourcentage. L'enseignant doit, ensuite, effectuer une moyenne des parties évaluées.

Répartition des pourcentages :

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%

Exemple de bilan

Nom de l'élève: _____ Groupe :

Niveau:

Note finale	/20
-------------	-----

C1 (Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques)	Sélectionne une variété d'action	Évalue sa démarche et ses résultats	Total
Note	/2.5	/2.5	/5
Commentaires			

C2 (Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques)	Élabore en coopération des plans d'action	Évalue la démarche, les plans et les résultats	Total
Note	/2.5	/2.5	/5
Commentaires			

C3 (Adopter une mode de vie sain et actif)	Élabore des plans	Pratique l'activité physique	Évalue sa démarche, ses plans, ses résultats et l'atteinte de ses objectifs	Manifeste un comportement éthique	Total
Note	/2.5	/2.5	/2.5	/2.5	/10
Commentaires					

Légende
2.5 : Exécute la tâche facilement selon les résultats attendus
2 : Exécute la tâche de façon appropriée selon les résultats attendus
1.5 : Exécute la tâche avec difficulté selon les résultats attendus
1 : N'exécute pas la totalité de la tâche exigée

FEUILLE DE CALCUL AU SECONDAIRE

Les résultats des élèves du secondaire doivent être exprimés en **pourcentage** dans le bulletin.

Nom de l'élève: _____

Groupe :

Niveau:

	Étape 1	Étape 2	Étape 3 et Bilan	
C1 <i>Agir</i> dans divers contextes de pratique d'activités physiques	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/> ↓	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/> ↓	<input type="text"/> X .40 = <input type="text"/> +	/5 Total = /45
C2 <i>Interagir</i> dans divers contextes de pratique d'activités physiques	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/> ↓	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/> ↓	<input type="text"/> X .40 = <input type="text"/> +	/5 Total = /45
C3 <i>Adopter</i> un mode de vie sain et actif	↓	↓		Total /10
Note d'étape	= <input type="text"/>	= <input type="text"/>	= <input type="text"/>	

NOTE FINALE

Étape 1	<input type="text"/> X .30 =
Étape 2	<input type="text"/> X .30 =
Étape 3	<input type="text"/> X .40 =
Note finale	= /100

FEUILLE DE CALCUL AU PRIMAIRE ET À LA MATERNELLE

Les résultats des élèves du primaire et de la maternelle doivent être exprimés en **lettre** dans le bulletin.

Nom de l'élève: _____

Groupe :

Niveau:

	Étape 1	Étape 2	Étape 3 et Bilan
C1 Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/>	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/>	<input type="text"/> X .40 = <input type="text"/> + <input type="text"/> /5 Total = /45
C2 Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/>	<input type="text"/> X .50 = <input type="text"/>	<input type="text"/> X .40 = <input type="text"/> + <input type="text"/> /5 Total = /45
C3 Adopter un mode de vie sain et actif			Total /10
Note en %	= <input type="text"/>	= <input type="text"/>	= <input type="text"/>
Note en lettre	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

NOTE FINALE

A = (90-100)

B = (80-89)

C = (70-79)

D = (60-69)

E = (00-59)

Étape 1	<input type="text"/> X .30 =
Étape 2	<input type="text"/> X .30 =
Étape 3	<input type="text"/> X .40 =
Note finale en %	= /100
Note finale lettre	<input type="text"/>

Note : Les lettres dans les zones jaunes sont les lettres apparaissant au bulletin.

EXEMPLE FEUILLE DE CALCUL AU PRIMAIRE ET À LA MATERNELLE

Les résultats des élèves du primaire et de la maternelle doivent être exprimés en **lettre** dans le bulletin.

Nom de l'élève: _____

Groupe :

Niveau:

	Étape 1	Étape 2	Étape 3 et Bilan
C1 <i>Agir</i> dans divers contextes de pratique d'activités physiques	$80 \times .50 = 40$ ↓	$90 \times .50 = 45$ ↓	$99 \times .40 = 39$ + 4/5 Total = 43/45
C2 <i>Interagir</i> dans divers contextes de pratique d'activités physiques	$86 \times .50 = 43$ ↓	$92 \times .50 = 46$ ↓	$96 \times .40 = 38$ + 3/5 Total = 41/45
C3 <i>Adopter</i> un mode de vie sain et actif			Total 7/10
Note en %	= 83	= 91	= 91
Note en lettre	B	A	A

NOTE FINALE

A = (90-100)

B = (80-89)

C = (70-79)

D = (60-69)

E = (00-59)

Étape 1	$83 \times .30 = 25$
Étape 2	$91 \times .30 = 27$
Étape 3	$91 \times .40 = 36$
Note finale en %	= 88/100
Note finale lettre	= B

Note : Les lettres dans les zones jaunes sont les lettres apparaissant au bulletin.

ÉQUIVALENCES DES COTES EN POURCENTAGES (POUR LES GRILLES D'ÉVALUATION)

4+	99%
4	92%
3+	85%
3	78%
2+	71%
2	64%* seuil minimal
1	50%

CHAPITRE 5 (SÉCURITÉ)

L'IMPORTANCE DE LA SÉCURITÉ EN GYMNASSE

Il est important d'offrir un contexte d'apprentissage sécuritaire pour les élèves. L'apprentissage s'effectue plus aisément en l'absence de danger. Certaines activités comportent un niveau de danger plus élevé que d'autres. Lorsqu'un doute surgit, il est important d'arrêter l'activité immédiatement afin d'éviter un accident. Il est du devoir de l'enseignant de préparer le gymnase avant l'arrivée des élèves et de monter un gymnase sans danger. De plus, pendant la présence des élèves, l'enseignant doit demeurer vigilant. Un balayage visuel permet de déceler des endroits ou des gestes pouvant mener à un accident. Par la suite, il est important d'inspecter le matériel et de réparer celui qui est abîmé ou dangereux.

Avant l'arrivée des élèves

Un enseignement sécuritaire nécessite un minimum de préparation avant l'arrivée des élèves. Présenter les règles de sécurité dès les premiers cours et faire en sorte que chacun des élèves ait pris connaissance de ces règles. Les conséquences du non-respect de ces règles doivent être connues et acceptées. Il est important d'avoir des conséquences directes et en lien avec les règles de sécurité. Il faut s'assurer que le gymnase ne contienne pas d'objets ou de saletés pouvant nuire à la sécurité des élèves. Ensuite, s'assurer que l'équipement sportif qui sera utilisé est en bon état d'utilisation. Finalement, faire une liste des règles de sécurité qui seront spécifiques au sport enseigné.

Pendant la présence des élèves

À l'arrivée des élèves, apporter les nouvelles règles de sécurité spécifiques au sport enseigné. Rappeler si nécessaire les règles de sécurité générales du gymnase. Arrêter tout mouvement ou action pouvant être dangereux pour un élève ou ses pairs.

Ne pas oublier de retirer les objets ou l'équipement pouvant être dangereux dans le gymnase. Ne pas laisser trainer de souliers, de vêtements ou du matériel dans le gymnase qui pourrait s'avérer dangereux.

Exiger le port de souliers de sport et de laisser les manteaux à l'extérieur du gymnase. En aucun temps, ne tolérer des comportements dangereux et les initiatives trop risquées de la part des élèves. Cela pourrait engendrer de grosses conséquences. Garder les règles de sécurité générales en application même hors des cours d'éducation physique. Pendant des récréations actives, pendant le parascolaire sportif ou lors d'activité spéciale dans le gymnase, toujours exiger de la part des élèves d'appliquer les mêmes règles de sécurité.

De plus, permettre aux élèves un temps d'échauffement et un retour au calme pendant le cours. L'échauffement pourrait éviter certaines blessures et le retour au calme empêcher les courbatures inutiles.

Après le départ des élèves

Finalement, il faut réparer le matériel qui peut être abîmé ou brisé pendant les cours d'éducation physique et remplacer le matériel usé pouvant être dangereux pour les élèves.

Sécurité en gymnase

C'est à l'intérieur du document INTRODUCTION des SAÉ que les règles de sécurité sont présentées pour chacun des sports. Les règles de sécurité générales devraient être affichées dans le gymnase. Il est important de rappeler le contenu de ces règles aux élèves pendant toute l'année.

Prévoir un signal sonore qui permet aux élèves d'arrêter rapidement l'activité quand ils l'entendent. Il serait préférable d'afficher des images du règlement pour donner des repères visuels aux élèves du primaire. Arrêter immédiatement toute activité lorsqu'un élève adopte un comportement dangereux.

Exemple d'affiche ayant les règles de sécurité du gymnase :

1. On marche en entrant dans le gymnase
2. On regarde où on va
3. On porte ses souliers
4. On écoute les signaux
5. On écoute les directives

LES SAVOIRS, SAVOIR-FAIRE, SAVOIR-ÊTRE

Sont regroupées dans cette section les notions essentielles relatives à l'esprit sportif et à une pratique sécuritaire d'activités physiques que les élèves doivent connaître ou être en mesure d'appliquer, peu importe l'activité physique choisie ou le contexte de pratique. Ces éléments sont matière à enseigner, mais ne font pas partie de l'évaluation de l'élève.

Une légende commune est utilisée pour toutes les disciplines. Quatre symboles composent cette légende : une flèche, une étoile, un espace bleu et un espace grisé. Ce qui est attendu de l'élève est décrit de la façon suivante :

L'élève apprend à le faire avec l'intervention de l'enseignante ou de l'enseignant	→
L'élève le fait par lui-même à la fin de l'année scolaire	*
L'élève réutilise cette connaissance	

La flèche indique que l'enseignement doit être planifié de manière à ce que l'élève entreprenne l'apprentissage de cette connaissance au cours de l'année scolaire et le poursuivre ou le termine l'année suivante en bénéficiant toujours de l'intervention systématique de la part de l'enseignante ou de l'enseignant.

L'étoile indique que l'enseignement doit être planifié de manière à ce que la majorité des élèves aient terminé l'apprentissage de cette connaissance à la fin de l'année scolaire.

L'espace grisé indique que l'enseignement doit être planifié de manière à ce que cette connaissance soit réutilisée au cours de l'année scolaire.

SAVOIR-ÊTRE DU PRIMAIRE

Les éléments liés à l'éthique	1 ^{er} Cycle		2 ^e Cycle		3 ^e Cycle	
	1 ^{re}	2 ^e	3 ^e	4 ^e	5 ^e	6 ^e
1. Expliquer dans ses mots les règles d'éthique relatives à une situation	→	→	→	→	→	*
2. Nommer quelques valeurs que peut apporter la participation à des jeux et à des sports	→	→	→	→	→	*
3. Respecter les pairs (partenaires et adversaires)						
a. Utiliser un langage qui témoigne du respect envers son partenaire	→	*				
b. Encourager ses partenaires	→	→	→	→	→	*
c. Respecter le point de vue ou l'idée de l'autre	→	→	→	→	→	*
d. Utiliser un langage qui témoigne du respect envers ses adversaires			→	→	→	*
e. Respecter ses adversaires			→	→	→	*
f. Aider ses partenaires en difficulté			→	→	→	*
g. Démontrer une combativité respectueuse de ses adversaires			→	→	→	*
4. Respecter les règlements	→	→	→	→	→	*
5. Respecter l'arbitre						
a. Utiliser un langage qui témoigne du respect envers l'arbitre			→	→	→	*
b. Respecter les décisions de l'arbitre			→	→	→	*
6. Faire preuve d'équité						
a. Donner à chacun la chance de jouer	→	→	→	→	→	*
b. Donner à chacun la possibilité de gagner			→	→	→	*
7. Faire preuve d'une certaine combativité			→	→	→	*
8. Valoriser le dépassement de soi			→	→	→	*
9. Accepter la victoire et la défaite						
a. Accepter la défaite avec dignité			→	→	→	*
b. Respecter l'adversaire dans la victoire			→	→	→	*
10. Apprécier le jeu de ses pairs						
a. Apprécier le jeu de son partenaire	→	*				
b. Apprécier le jeu de ses partenaires et de ses adversaires			→	→	→	*
11. Faire preuve d'honnêteté dans son comportement	→	→	→	→	→	*
12. Faire preuve de dignité et de maîtrise de soi	→	→	→	→	→	*

SAVOIRS DU SECONDAIRE

Pratique sécuritaire d'activités physiques et esprit sportif	1 ^{er} cycle			2 ^e cycle		
	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
A. Les règles liées aux activités physiques						
1. Nommer les principales règles d'éthique dans le sport (ex : se conformer aux règles du jeu, refuser toute forme de violence ou de tricherie)	→	→	*			
2. Nommer les règles de sécurité lors d'une activité pratiquée seule ou avec d'autre (ex : porter des chaussures de sport attachées, enlever ses bijoux)	→	→	*			
3. Nommer les règlements officiels ou les règles de jeu ajustées par l'enseignante ou l'enseignant selon l'activité physique pratiquée (ex : nommer les règles pour le service au badminton en double, nommer une faute au basketball)	→	→	*			

SAVOIR-FAIRE DU SECONDAIRE

Pratique sécuritaire d'activités physiques	1 ^{er} cycle			2 ^e cycle		
	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
A. La pratique sécuritaire d'activités physiques						
1. Porter une tenue vestimentaire appropriée/e lors de la pratique d'une activité physique (ex : porter des vêtements adaptés aux conditions climatiques)	→	*				
2. Effectuer un échauffement ou un retour au calme en fonction de l'activité physique pratiquée (ex : effectuer des exercices d'étirement dynamique avant un sprint)	→	→	*			
3. Placer, utiliser et ranger le matériel de façon appropriée (ex : replacer les couvercles sur les ancrages des poteaux)	→	→	*			
4. Manipuler des objets lourds de façon sécuritaire seul ou avec d'autres (ex : fléchir les genoux et les hanches pour lever des poteaux de volleyball, placer la charge le plus près possible du corps)	→	→	*			
5. Choisir un partenaire de même gabarit et de même poids que soi, s'il y a lieu (ex : dans un sport de combat, se jumeler avec un élève de même force)	→	→	*			
6. Appliquer les normes et les règlements des fédérations sportives s'il y a lieu (ex : porter l'équipement protecteur requis)	→	→	*			
7. Utiliser des traitements simples pour prévenir ou soulager des malaises et des blessures résultant de la pratique d'activités physiques (ex : arrêter l'activité, appliquer de la glace sur une entorse, utiliser son bronchodilatateur avant une activité)	→	→	*			
8. Réagir adéquatement devant des situations potentiellement dangereuses (ex : ramasser un objet qui traîne sur la surface de jeu)	→	→	→	*		
9. Effectuer des exercices de façon sécuritaire selon l'activité physique pratiquée (ex : aligner ses segments et fléchir les genoux pour soulever une charge, éviter les hyperextensions)	→	→	→	→	→	*

SAVOIR-ÊTRE DU SECONDAIRE

Pratique sécuritaire d'activités physiques	1 ^{er} cycle			2 ^e cycle		
	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
A. L'esprit sportif						
1. Faire preuve de respect à l'égard de ses partenaires et de ses adversaires dans ses paroles et ses gestes	→	*				
2. Respecter le matériel et l'environnement (ex : ne pas botter le ballon de volleyball, respecter le parcours balisé, rapporter ses déchets après une activité en plein air)	→	*				
3. Établir des règles de coopération avec son ou ses partenaires (ex : écouter les idées de chacun, attribuer un rôle à chacun des participants selon ses forces)	→	→	*			
4. Respecter le rôle de chacun des participants (ex : respecter les décisions de l'arbitre ou du joueur-arbitre, éviter d'empiéter sur l'espace de jeu de son coéquipier au badminton en double)	→	→	*			
5. Gérer des conflits de façon autonome et pacifique (ex : parler à son coéquipier du problème vécu pendant la situation de jeu, s'exprimer au « je »)	→	→	*			
6. Appliquer de façon stricte et avec honnêteté les règles du jeu ou les ajustements déterminés par l'enseignante ou l'enseignant (ex : utiliser le rebond au volleyball, indiquer que la balle est tombée à l'extérieur du court de tennis, respecter le parcours de cross-country)	→	→	→	*		
7. Apprécier les essais réussis et les bonnes performances de ses partenaires et de ses adversaires (ex : signaler les bons coups et les victoires, féliciter l'adversaire s'il gagne)	→	→	→	*		
8. Démontrer de la dignité et une maîtrise de soi peu importe l'activité physique pratiquée (ex : contrôler ses émotions)	→	→	→	*		
9. Se comporter de façon équitable dans ses interactions avec les autres (ex : faire la passe au joueur le mieux placé et non à son ami, appliquer les mêmes règles du jeu pour tout le monde lors de l'arbitrage)	→	→	→	→	*	
10. Démontrer une combativité respectueuse de ses adversaires (ex : ajuster ses actions ou celles de son équipe pour ne pas humilier l'adversaire)	→	→	→	→	→	*
11. Persévérer dans une activité malgré les difficultés et les résultats afin de se dépasser (ex : essayer à nouveau à la suite d'un échec, sortir de sa zone de confort pour repousser ses limites)	→	→	→	→	→	*
B. L'aide et l'entraide	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
1. Apporter son aide et accepter d'être aidé à besoin (ex : aider un autre élève à manipuler du matériel, faire du portage en plein air, accepter les conseils techniques)	→	→	*			
C. L'acceptation des différences	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
1. Démontrer de l'ouverture face à la différence (ex : accepter d'intégrer au sein d'une équipe un élève moins habile, d'une autre ethnie ou de sexe opposé)	→	→	→	*		
D. Le sens des responsabilités	1,0 (7e)	1,1	1,2	2,1	2,2	2,3
1. Agir de manière responsable envers soi-même (ex : admettre sa faute lors d'un bris de matériel, prendre soin de son hygiène corporelle, exécuter la tâche demandée de façon autonome)	→	→	*			
2. Agir de manière responsable envers les autres (ex : respecter ses engagements dans une sortie de plein air en apportant le matériel requis, assurer la sécurité d'un partenaire en acrogyrn)	→	→	→	→	→	*