

AIDE À LA MISE EN ŒUVRE PAR ANNÉE SCOLAIRE

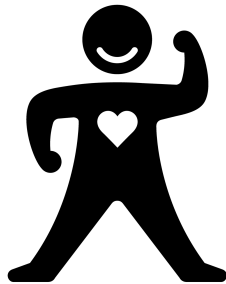
Cette section du guide est organisée par année scolaire (de la maternelle à la 9^e année) et par le nom du cours (Éducation physique 10, Éducation physique 20, Éducation physique 30) au secondaire 2^e cycle. La première page de chaque année scolaire ou cours énumère tous les résultats d'apprentissage spécifiques pour cette année ou ce cours. Dans les pages qui suivent, pour chaque année scolaire ou cours, l'information est répartie en quatre colonnes correspondant chacune à une étape du processus de planification de l'enseignement.

Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs				
<p>Pour illustrer ce qui est dit, on a choisi des résultats spécifiques types pour chaque dimension, dans le cadre de cette section du guide. Ces résultats sont désignés par une lettre et ils sont numérotés pour vous aider à les retrouver dans le programme d'études. Par exemple, « A4-1 » se rapporte au résultat d'apprentissage général A de 4^e année (A4-). Le « 1 » indique qu'il s'agit du premier résultat spécifique de ce résultat d'apprentissage général.</p>	<p>Les exemples explicatifs décrivent la façon dont les élèves peuvent montrer qu'ils ont atteint les résultats spécifiques choisis. Ces exemples représentent des stratégies, activités et idées qui aident les élèves à atteindre les résultats spécifiques du programme d'études. Ce ne sont que des suggestions, et les enseignants devraient les adapter pour répondre aux besoins divers de leurs élèves dans leur propre contexte.</p>				
	<table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Stratégies de mesure, d'évaluation et de communication</th> <th style="text-align: center;">Occasions de mener une vie active</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>Cette section comprend un choix de résultats d'apprentissage spécifiques, de critères, de stratégies et d'activités de mesure, de stratégies d'évaluation et de stratégies de communication. Il est important de se rappeler que les résultats spécifiques utilisés ont été choisis au hasard pour chaque dimension. En planifiant la mesure et l'évaluation de l'apprentissage de l'élève au sein d'une dimension particulière, les enseignants peuvent choisir parmi n'importe quels résultats spécifiques prescrits pour une année ou un cours.</p> </td> <td> <p>Ces énoncés favorisent une réflexion pédagogique et décrivent la façon d'aider les élèves à atteindre le but du programme d'éducation physique, qui est « de permettre aux individus d'acquérir les connaissances, les habiletés et les attitudes nécessaires à la pratique d'une vie saine et active ».</p> </td> </tr> </tbody> </table>	Stratégies de mesure, d'évaluation et de communication	Occasions de mener une vie active	<p>Cette section comprend un choix de résultats d'apprentissage spécifiques, de critères, de stratégies et d'activités de mesure, de stratégies d'évaluation et de stratégies de communication. Il est important de se rappeler que les résultats spécifiques utilisés ont été choisis au hasard pour chaque dimension. En planifiant la mesure et l'évaluation de l'apprentissage de l'élève au sein d'une dimension particulière, les enseignants peuvent choisir parmi n'importe quels résultats spécifiques prescrits pour une année ou un cours.</p>	<p>Ces énoncés favorisent une réflexion pédagogique et décrivent la façon d'aider les élèves à atteindre le but du programme d'éducation physique, qui est « de permettre aux individus d'acquérir les connaissances, les habiletés et les attitudes nécessaires à la pratique d'une vie saine et active ».</p>
Stratégies de mesure, d'évaluation et de communication	Occasions de mener une vie active				
<p>Cette section comprend un choix de résultats d'apprentissage spécifiques, de critères, de stratégies et d'activités de mesure, de stratégies d'évaluation et de stratégies de communication. Il est important de se rappeler que les résultats spécifiques utilisés ont été choisis au hasard pour chaque dimension. En planifiant la mesure et l'évaluation de l'apprentissage de l'élève au sein d'une dimension particulière, les enseignants peuvent choisir parmi n'importe quels résultats spécifiques prescrits pour une année ou un cours.</p>	<p>Ces énoncés favorisent une réflexion pédagogique et décrivent la façon d'aider les élèves à atteindre le but du programme d'éducation physique, qui est « de permettre aux individus d'acquérir les connaissances, les habiletés et les attitudes nécessaires à la pratique d'une vie saine et active ».</p>				

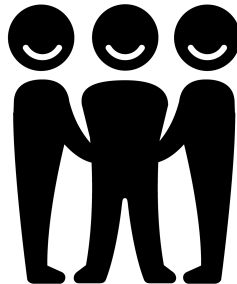
Maternelle



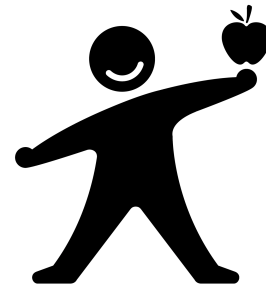
Activités



Bienfaits
pour la santé



Coopération



Dynamisme
soutenu

Résultats d'apprentissage spécifiques – Maternelle



Activités

Résultat d'apprentissage général A : Activités

AM–

Habiletés fondamentales

- 1 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés locomotrices grâce à une variété d'activités
- 2 S/O
- 3 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés non locomotrices grâce à une variété d'activités
- 4 S/O
- 5 vivre des expériences et essayer des façons de recevoir, de retenir et de lancer un objet, en se servant de diverses parties du corps et d'une variété d'équipement sportif, grâce à une variété d'activités
- 6 S/O

Application des habiletés fondamentales

- 7 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales dans divers milieux; ex. : le terrain de jeu
- 8 vivre des expériences reliées au mouvement pour répondre à une variété de stimuli; ex. : la musique
- 9 vivre des expériences de prise de conscience de leur corps lors d'activités de danse
- 10 montrer qu'ils sont conscients de leur corps et de l'espace lors de jeux mettant l'accent sur la prise de conscience de l'espace
- 11 montrer qu'ils comprennent les règles élémentaires et l'esprit sportif
- 12 vivre des expériences de gymnastique éducative; ex. : explorer l'utilisation de diverses parties du corps et de divers types d'effort, d'espaces et de relations
- 13 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales telles que courir, sauter et lancer, dans divers milieux; ex. : dans un champ



Bienfaits pour
la santé

Résultat d'apprentissage général B : Bienfaits pour la santé

BM–

Condition physique fonctionnelle

- 1 reconnaître les habitudes alimentaires appropriées
- 2 reconnaître une amélioration de leurs capacités physiques
- 3 faire des exercices cardiovasculaires

Image corporelle

- 4 reconnaître leurs capacités physiques en participant à des activités physiques
- 5 S/O

Bien-être

- 6 s'engager dans diverses expériences de mouvement dans le but d'en ressentir les effets
- 7 ressentir les changements qui se produisent dans le corps lors d'activités physiques
- 8 comprendre les relations entre l'activité physique et le bien-être affectif; ex. : se sentir bien



Coopération

Résultat d'apprentissage général C : Coopération

CM–

Communication

- 1 découvrir des habiletés en communication traduisant le respect qui se prêtent bien au contexte
- 2 S/O

Esprit sportif

- 3 identifier et respecter les règles de l'étiquette, et manifester un esprit sportif

Leadership

- 4 vivre différents rôles lors de diverses activités physiques

Travail d'équipe

- 5 faire preuve de volonté à jouer en compagnie des autres
- 6 S/O



Résultat d'apprentissage général D : Dynamisme soutenu

DM- Effort

- 1 montrer qu'ils sont prêts à participer régulièrement à de courtes périodes d'activités physiques, assorties d'intervalles de repos fréquents
- 2 participer aux activités physiques, en faisant des efforts

Sécurité

- 3 montrer qu'ils sont prêts à écouter des consignes et des explications simples
- 4 participer à des exercices sécuritaires de réchauffement et de récupération
- 5 s'engager dans des expériences de mouvement dans tous les milieux, tout en agissant de façon sécuritaire et prudente

Établissement d'objectifs/Défi personnel

- 6 participer à une activité de classe qui a un but collectif; ex. : parcourir une distance donnée à un rythme régulier
- 7 faire des choix pour être impliqués dans une variété d'expériences de mouvement

Une vie active dans la communauté

- 8 décrire des terrains de jeux appropriés pour les jeunes enfants
- 9 faire le choix d'être actifs

MATERNELLE – DANSE

Les élèves participent à une grande variété d'expériences de danse pour améliorer le développement des mouvements créatifs, expressifs et rythmiques. Les élèves prennent conscience de leur culture et de celle des autres, et apprennent à les respecter; ils améliorent leurs habiletés de coopération et acquièrent des habiletés transférables à des situations sociales dans la communauté.

Les exemples qui suivent sont choisis parmi les résultats d'apprentissage spécifiques de maternelle.



Activités

Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs
AM-3 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés non locomotrices grâce à une variété d'activités	<ul style="list-style-type: none"> Essayer de mimer diverses formes ou de se tenir en équilibre pour représenter une idée; ex. : des flocons de neige, des bulles. L'activité doit faire appel à des concepts appropriés à l'image, tels que haut/bas, le nombre de parties du corps touchant le sol, la forme du corps (large, étroite, ronde, tordue).
AM-8 vivre des expériences reliées au mouvement pour répondre à une variété de stimuli; ex. : la musique	<ul style="list-style-type: none"> Travailler avec une variété de stimuli (chansons, verbes d'action, rimes, poésie, histoire et musique) comme point de départ pour la danse. Utiliser la chanson « Ainsi font, font, font les petites marionnettes » pour amener les enfants à danser.
AM-9 vivre des expériences de prise de conscience de leur corps lors d'activités de danse	<ul style="list-style-type: none"> Utiliser des contraires, comme haut et bas, et des changements de vitesses; ex. : courir vite puis tourner lentement en s'étirant.



Bienfaits pour la santé

BM-3 faire des exercices cardiovasculaires	<ul style="list-style-type: none"> Exécuter des mouvements soudains, répétitifs et rythmés pour se déplacer; ex. : courir, galoper ou sautiller au rythme d'un tambour ou de claves, ou encore d'une musique appropriée.
BM-6 s'engager dans diverses expériences de mouvement dans le but d'en ressentir les effets	<ul style="list-style-type: none"> Manifester spontanément son enthousiasme envers l'exécution de mouvements très rythmés et expressifs en désirant les refaire.



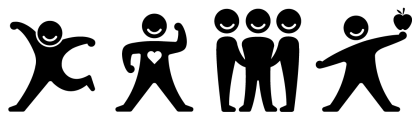
Coopération

CM-4 vivre différents rôles lors de diverses activités physiques	<ul style="list-style-type: none"> Explorer et comprendre des relations simples, comme rencontre et séparation, mener et suivre par deux. Créer des relations avec un groupe dans lesquelles intervient l'immobilité, comme dans une danse en cercle où l'enfant au centre fait différents mouvements.
--	---



Dynamisme soutenu





DM-3 montrer qu'ils sont prêts à écouter des consignes et des explications simples	<ul style="list-style-type: none"> Manifester une réaction à des directives verbales, comme « saute dans un espace », « fige-toi dans ton espace » et « trouve ton partenaire ». Réagir à des indications non verbales, comme des rythmes provenant d'un tambour ou de claves, qui scandent le déplacement; ex. : deux petits coups pour se figer.
--	---

Exemples de stratégies de mesure, d'évaluation et de communication	Occasions de mener une vie active																				
<p>Résultats d'apprentissage spécifiques choisis</p> <p>AM-8 vivre des expériences reliées au mouvement pour répondre à une variété de stimuli; ex. : la musique</p> <p>AM-9 vivre des expériences de prise de conscience de leur corps lors d'activités de danse</p> <p>DM-3 montrer qu'ils sont prêts à écouter des consignes et des explications simples</p> <p>Situation de mouvement</p> <p>Les enfants font des mouvements tout en suivant une pièce musicale.</p> <p>Critères</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilise une variété de mouvements; ex. : sauts, pas glissés, pas marchés. • Répond de façon appropriée à une variété de stimuli; ex. : la musique. • Se consacre à l'activité. • Prête attention aux consignes. <p>Stratégies de mesure et d'évaluation</p> <p><i>Grille de notation et d'évaluation</i></p> <p>Liste de vérification Oui = ✓ Non = x</p> <table border="1" data-bbox="240 989 1019 1329"> <thead> <tr> <th data-bbox="240 989 623 1213"></th> <th data-bbox="623 989 721 1213">Aime participer.</th> <th data-bbox="721 989 818 1213">Participe de bon cœur.</th> <th data-bbox="818 989 915 1213">Participe avec des encouragements.</th> <th data-bbox="915 989 1019 1213">Peu enclin à participer.</th> </tr> <tr> <th data-bbox="240 1213 623 1251">Nom</th> <th data-bbox="623 1213 721 1251">4</th> <th data-bbox="721 1213 818 1251">3</th> <th data-bbox="818 1213 915 1251">2</th> <th data-bbox="915 1213 1019 1251">1</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="240 1251 623 1289"></td> <td data-bbox="623 1251 721 1289"></td> <td data-bbox="721 1251 818 1289"></td> <td data-bbox="818 1251 915 1289"></td> <td data-bbox="915 1251 1019 1289"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="240 1289 623 1329"></td> <td data-bbox="623 1289 721 1329"></td> <td data-bbox="721 1289 818 1329"></td> <td data-bbox="818 1289 915 1329"></td> <td data-bbox="915 1289 1019 1329"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Stratégies de communication</p> <p>Discussion en classe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exposé vécu. Diviser la classe en deux groupes. Le 1^{er} groupe effectue les mouvements, tandis que le 2^e groupe observe. Les spectateurs font des commentaires au sujet des mouvements qu'ils ont aimés ou trouvés intéressants. Ensuite les rôles des deux groupes sont inversés. <p>Commentaires dans le bulletin scolaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'enfant démontre les mouvements appropriés en réponse à une variété de stimuli; ex. : poèmes, musique. 		Aime participer.	Participe de bon cœur.	Participe avec des encouragements.	Peu enclin à participer.	Nom	4	3	2	1											<p>Des jeux chantés, comme « Savez-vous planter des choux », et des danses folkloriques modifiées constituent d'excellents moyens de présenter la danse aux enfants dans un environnement pédagogique. Les enfants connaissent un grand nombre de ces chansons et gestes. L'enseignant et les enfants peuvent modifier ces danses en y ajoutant une composante à exécuter avec un partenaire, différentes sortes d'actions locomotrices et non locomotrices, ainsi qu'une composante de prise de conscience de l'espace. Les enseignants peuvent également souligner l'importance d'utiliser différentes parties du corps en tenant compte de leurs buts fonctionnels et expressifs. Des jeux chantés et des danses folkloriques modifiées tirés de cultures diverses peuvent aussi être inclus en vue de promouvoir une sensibilisation aux cultures. L'utilisation de danses connues et amusantes pour les enfants de la maternelle favorise la création de sentiments de plaisir et de sécurité dans un nouveau milieu, même si celui-ci ne leur est pas familier.</p> <p>L'ABCD de l'éducation physique</p> <div data-bbox="1068 1507 1484 1682" style="text-align: center;">  <p>Activités Bienfaits pour la santé Coopération Dynamisme soutenu</p> </div>
	Aime participer.	Participe de bon cœur.	Participe avec des encouragements.	Peu enclin à participer.																	
Nom	4	3	2	1																	

MATERNELLE – JEUX

Les élèves participent à une variété de jeux pour acquérir des habiletés locomotrices, non locomotrices et de manipulation, des techniques et des stratégies, ainsi que pour devenir conscients de leur corps et de l'espace. La coopération, le respect des autres, l'esprit sportif et l'étiquette font partie intégrante de la pratique de tous les jeux.

Les exemples qui suivent sont choisis parmi les résultats d'apprentissage spécifiques de maternelle.

	Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs
 Activités	<p>AM-5 vivre des expériences et essayer des façons de recevoir, de retenir et de lancer un objet, en se servant de diverses parties du corps et d'une variété d'équipements sportifs, grâce à une variété d'activités</p> <p>AM-10 montrer qu'ils sont conscients de leur corps et de l'espace lors de jeux mettant l'accent sur la prise de conscience de l'espace</p> <p>AM-11 montrer qu'ils comprennent les règles élémentaires et l'esprit sportif</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Garder un ballon en l'air aussi longtemps que possible, en se servant de diverses parties du corps; ex. : les coudes, les pieds, les genoux. • Tout en marchant, changer de direction, de niveau et de parcours en étant en contrôle de ses mouvements. • Faire preuve de respect mutuel en choisissant, chacun à son tour, l'équipement et en le ramenant au bon endroit.
 Bienfaits pour la santé	<p>BM-1 reconnaître les habitudes alimentaires appropriées</p> <p>BM-3 faire des exercices cardiovasculaires</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jouer à « Jean dit », où un meneur récite diverses habitudes alimentaires et où les enfants doivent exécuter une certaine habileté locomotrice s'ils considèrent que l'habitude alimentaire du meneur en est une bonne; ex. : « Saute à cloche-pied vers la porte si tu penses que la salade de fruits est un dessert nutritif. » • Mettre des carrés de tapis à l'envers sur le sol pour en faire des voitures. Poser les mains dessus puis courir pour les faire avancer.
 Coopération	<p>CM-1 découvrir des habiletés en communication traduisant le respect qui se prêtent bien au contexte</p> <p>CM-5 faire preuve de volonté à jouer en compagnie des autres</p>	<ul style="list-style-type: none"> • S'exercer à donner une rétroaction positive en encourageant et en félicitant ses camarades lorsque ceux-ci acquièrent une nouvelle habileté. • Jouer à des jeux de parachute en vue de travailler ensemble pour exécuter diverses actions.
 Dynamisme soutenu	<p>DM-7 faire des choix pour être impliqués dans une variété d'expériences de mouvement</p> <p>DM-9 faire le choix d'être actifs</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir une activité à laquelle participer, ou choisir de l'équipement spécifique. • Être actif durant tout le cours d'éducation physique.

Exemples de stratégies de mesure, d'évaluation et de communication

Occasions de mener une vie active

Résultats d'apprentissage spécifiques choisis

- AM-10 montrer qu'ils sont conscients de leur corps et de l'espace lors de jeux mettant l'accent sur la prise de conscience de l'espace
- BM-3 faire des exercices cardiovasculaires
- CM-5 faire preuve de volonté à jouer en compagnie des autres

Situation de mouvement

Les enfants jouent un jeu de poursuite tel que le jeu de chat perché, en courant le long des lignes tracées sur le sol du gymnase. L'enfant qui est « chat » chasse les autres. Quand un joueur est attrapé, il doit sauter à cloche-pied sur la ligne jusqu'au moment où il est libéré par un autre joueur qui le touche. Les joueurs ne peuvent pas quitter les lignes pour dépasser les autres.

Critères

- Se déplace avec contrôle en suivant la ligne.
- Montre des signes que son cœur bat vite.
- Montre de l'enthousiasme.

Stratégies de mesure et d'évaluation

Grille de notation et d'évaluation :

- Observer et enregistrer si chaque enfant réussit à atteindre les critères.

Liste de vérification Oui = ✓ Non = x

Nom	Suit la ligne	Rythme cardiaque (se fatigue facilement/ court sans arrêt)	Enthousiasme

Stratégies de communication

Discussion en classe :

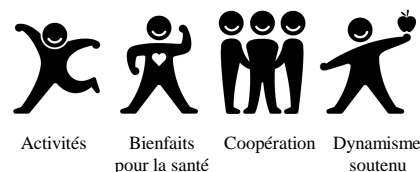
- Combien n'ont pas été attrapés?
- Qu'avez-vous remarqué pendant que vous sautiez à cloche-pied sur la ligne?
- Qu'avez-vous remarqué quand vous vous êtes mis la main sur le cœur?

Commentaires dans le bulletin scolaire :

- L'enfant prend conscience de l'espace lors de jeux qui exigent un effort cardiovasculaire.

Les enfants ne sont pas des adultes miniatures et l'on ne doit donc pas s'attendre à ce qu'ils jouent, quand ils sont jeunes, à des jeux structurés faits pour les adultes. Il faut mettre l'accent sur les jeux qui font intervenir les groupes de grands muscles; ex. : les jeux de poursuite, les activités qui favorisent la prise de conscience du corps. Il faut également tenir compte du fait que l'équipement doit être adapté à l'enfant, et non l'inverse. Les enfants devraient pouvoir choisir parmi du matériel de tailles, formes et poids variés, en vue de favoriser la réussite. Vu la capacité de concentration réduite des enfants, les consignes doivent être courtes et simples. Des jeux qui demandent peu d'organisation ou des petits jeux dans lesquels les enfants ont la possibilité de créer ou d'ajouter des règles, peuvent aussi amener les enfants à vivre des expériences qui conviennent à leur niveau de développement et qui leur procurent le sentiment d'être indépendants tout en étant reliés aux autres.





L'ABCD de l'éducation physique



MATERNELLE – GYMNASTIQUE

Les élèves participent à des exercices de mouvement présentant un défi, qui leur permettent d'acquérir un bon maintien, de la grâce, du rythme, de la coordination, de l'équilibre, de la force, de la flexibilité et un contrôle efficace du mouvement.

Les exemples qui suivent sont choisis parmi les résultats d'apprentissage spécifiques de maternelle.

	Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs
 Activités	<p>AM-3 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés non locomotrices grâce à une variété d'activités</p> <p>AM-12 vivre des expériences de gymnastique éducative; ex. : explorer l'utilisation de diverses parties du corps et de divers types d'effort, d'espaces et de relations</p>	<ul style="list-style-type: none"> Se servir de son corps pour représenter différentes lettres de l'alphabet. Trouver le plus de façons possible de se déplacer en utilisant le niveau bas ou élevé, et cela, en se servant du plancher et de l'équipement léger.
 Bienfaits pour la santé	<p>BM-2 reconnaître une amélioration de leurs capacités physiques</p> <p>BM-7 ressentir les changements qui se produisent dans le corps lors d'activités physiques</p> <p>BM-8 comprendre les relations entre l'activité physique et le bien-être affectif; ex. : se sentir bien</p>	<ul style="list-style-type: none"> Quand vous repassez des habiletés déjà apprises, pensez à la façon dont vous avez exécuté cette habileté la première fois, puis refaites-la aussi bien que possible; ex. : « Rappelez-vous quand vous avez appris à marcher. » Participer à des activités d'étirement et reconnaître les bienfaits que procure la flexibilité. Exécuter des mouvements associés à des activités physiques favorites, et montrer les émotions ressenties durant l'exécution; ex. : l'euphorie en tournoyant, la concentration en gardant l'équilibre.
 Coopération	<p>CM-3 identifier et respecter les règles de l'étiquette, et manifester un esprit sportif</p>	<ul style="list-style-type: none"> Utiliser l'équipement chacun à son tour.
 Dynamisme soutenu	<p>DM-2 participer aux activités physiques, en faisant des efforts</p>	<ul style="list-style-type: none"> Perfectionner les mouvements en vue d'améliorer la performance; ex. : « Fais le moins de bruit possible en atterrissant. »

Exemples de stratégies de mesure, d'évaluation et de communication

Résultats d'apprentissage spécifiques choisis

- AM-3 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés non locomotrices grâce à une variété d'activités
- AM-12 vivre des expériences de gymnastique éducative; ex. : explorer l'utilisation de diverses parties du corps et de divers types d'effort, d'espaces et de relations

Situation de mouvement

Les enfants exécutent des formes et des exercices d'équilibre à divers niveaux sur de petits et de gros appareils.

Critères

- Maintient son équilibre et le contrôle de ses mouvements en se déplaçant dans l'espace.
- Garde un équilibre avec contrôle en comptant jusqu'à 3.
- Varie les formes dans les positions haute et basse, en utilisant différentes parties du corps pour garder l'équilibre.

Stratégies de mesure et d'évaluation

Échelle de fréquence

Nom : _____	Toujours	Souvent	Parfois	Rarement ou jamais
Montre des mouvements à des niveaux bas/moyen/haut.	27 sept.	20 sept.		
Garde l'équilibre.		27 sept.	20 sept.	
Variété de formes.			27 sept.	20 sept.
Utilise des parties du corps pour faire des mouvements bas ou hauts.	27 sept.	20 sept.		

Stratégies de communication

Discussion en classe – la moitié de la classe fait les exercices tandis que l'autre observe :

- Démonstration.
- Observation et rapport aux camarades – observation un à un.

Commentaires dans le bulletin scolaire :

- L'enfant peut identifier et exécuter une variété de positions d'équilibre hautes et basses.

Occasions de mener une vie active

Au début du programme de gymnastique éducative, les enfants devraient apprendre les techniques correctes pour sauter, atterrir et rouler. Cela réduit les risques de blessure, tout en permettant aux enfants de mieux prendre conscience de leur corps. Ces habiletés devraient être d'abord enseignées sans qu'on ait recours aux gros appareils. L'utilisation de l'espace et du matériel devrait être maximisée de façon à éviter l'attente en ligne. On doit rappeler aux enfants l'importance de contrôler leurs mouvements pour leur propre sécurité et pour la sécurité des enfants qui se trouvent autour d'eux. Cela diminue la probabilité de blessure, tout en favorisant la compétence dans l'exécution de mouvements lors d'activités futures.

L'ABCD de l'éducation physique



Activités

Bienfaits pour la santé





Coopération

Dynamisme soutenu

MATERNELLE – ACTIVITÉS INDIVIDUELLES

Les élèves participent à des activités de course, de saut et de lancer; des activités de manipulation individuelles; des activités de combat et d'autodéfense; et des activités où ils visent une cible.

Les exemples qui suivent sont choisis parmi les résultats d'apprentissage spécifiques de la maternelle.

	Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs
 Activités	<p>AM-5 vivre des expériences et essayer des façons de recevoir, de retenir et de lancer un objet, en se servant de diverses parties du corps et d'une variété d'équipement sportif, grâce à une variété d'activités</p> <p>AM-13 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales telles que courir, sauter et lancer, dans divers milieux; ex. : dans un champ</p>	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir la capacité de viser et de projeter un objet vers une cible, en participant à une variété d'activités dans lesquelles intervient une cible; ex. : lancer des sacs de fèves à l'intérieur de cerceaux de plusieurs dimensions et à différentes distances, frapper une balle avec un bâton pour la faire rouler jusqu'à une cible. Installer des cibles vers lesquelles faire rouler une balle. Imaginer que la balle est un œuf qui se cassera s'il rebondit, et avancer en faisant de longs pas, près du sol.
 Bienfaits pour la santé	<p>BM-3 faire des exercices cardiovasculaires</p> <p>BM-4 reconnaître leurs capacités physiques en participant à des activités physiques</p> <p>BM-8 comprendre les relations entre l'activité physique et le bien-être affectif; ex. : se sentir bien</p>	<ul style="list-style-type: none"> Faire un parcours d'obstacles qui comprend des éléments tels que des tunnels; ex. : ramper sous un banc; créer des rivières par-dessus lesquelles il faut sauter; ex. : deux cordes à sauter tendues l'une à côté de l'autre; des montagnes à escalader; ex. : un chevalet ou une corde, et des ponts à traverser; ex. : marcher sur une poutre. Essayer de battre son propre record dans des activités comme celles consistant à faire tourner un cerceau autour de ses hanches ou à attraper un anneau qu'on lance soi-même. Utiliser des mots et la mimique appropriée pour décrire ses sentiments après avoir participé à des activités telles qu'un lancer de précision sur une cible.
 Coopération	<p>CM-3 identifier et respecter les règles de l'étiquette, et manifester un esprit sportif</p>	<ul style="list-style-type: none"> S'exercer à inviter les autres à être ses partenaires, et répondre de façon positive aux autres quand ils demandent qu'on soit un partenaire, en acceptant de jouer avec eux.
 Dynamisme soutenu	<p>DM-1 montrer qu'ils sont prêts à participer régulièrement à de courtes périodes d'activités physiques, assorties d'intervalles de repos fréquents</p> <p>DM-4 participer à des exercices sécuritaires de réchauffement et de récupération</p>	<ul style="list-style-type: none"> Quand l'enseignant demande « Que voyez-vous ? », répondre avec les autres enfants « Et vous, que voyez-vous ? ». Quand l'enseignant dit « Des chenilles arpeuteuses qui rampent sur une feuille », mimer l'action jusqu'à ce que l'enseignant repose la question. Prendre part à des exercices de réchauffement et de récupération, en travaillant les articulations et les muscles sur lesquels a porté la leçon.

Exemples de stratégies de mesure, d'évaluation et de communication

Résultats d'apprentissage spécifiques choisis

- AM-13 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales telles que courir, sauter et lancer, dans divers milieux; ex. : dans un champ
- DM-1 montrer qu'ils sont prêts à participer régulièrement à de courtes périodes d'activités physiques, assorties d'intervalles de repos fréquents

Situation de mouvement

L'enseignant tient une longue corde lestée qu'il fait tourner pendant que les enfants sautent par-dessus. Il demande aux enfants de montrer différentes habiletés de mouvement; ex. : sauter à cloche-pied ou à pieds joints pendant que la corde tourne.

Critères

- Maintient un niveau d'activité allant de modéré à vigoureux.
- Montre une volonté de se joindre à l'activité.
- Exprime verbalement ce qu'il ressent quand il participe.

Stratégies de mesure et d'évaluation

Remarques anecdotiques

Nom	Date	Peut faire	A besoin d'aide	A besoin d'un défi	Commentaires
Jean	04/08/01	le saut à cloche-pied	le saut à pieds joints		
Maryse	04/08/01	le saut à pieds joints	niveau de condition physique		
Angèle	04/08/01	2 fois le temps		ajouter une 2 ^e corde	

Stratégies de communication

Discussion en classe :

- Comment vous sentez-vous?
- Où est-ce que c'est plus facile de sauter?
- Pourquoi est-ce que j'ai arrêté de faire tourner la corde?
- Qu'est-ce qui se passe quand vous buvez de l'eau?
- Pourquoi est-il important de boire de l'eau?

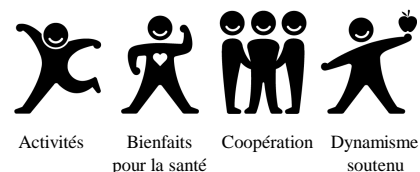
Commentaires dans le bulletin scolaire :

- L'enfant reconnaît ses propres habiletés quand il fait de l'activité physique.

Occasions de mener une vie active

On peut initier les enfants dès leur jeune âge à l'importance du conditionnement physique et de l'alimentation. Vu que les enfants sont encore en pleine croissance, on doit leur présenter une variété d'activités afin d'éviter un surentraînement qui pourrait causer des blessures, de même que l'ennui. Une bonne condition physique peut être atteinte par le biais de jeux qui font appel à diverses façons de bouger; ex. : sauter, courir, sauter à la corde et atterrir. Ces activités devraient comporter un but et un objectif très nets qui ont du sens aux yeux des enfants. Les élèves peuvent déterminer ces buts en groupe ou individuellement. Les enseignants peuvent également présenter la façon dont certains aliments nous procurent l'énergie nécessaire à la réalisation de ces activités. Il faut encourager les enfants à continuer d'être actifs en dehors de la classe, sur une base régulière, soit individuellement, soit avec un partenaire (ex. : frère ou sœur, ami, parent ou tuteur) et à toujours se rappeler l'importance des bonnes habitudes alimentaires.





L'ABCD de l'éducation physique




MATERNELLE – ACTIVITÉS RÉALISÉES DANS UN MILIEU DIFFÉRENT

Les élèves participent à une gamme d'activités variées réalisées dans un milieu différent (ex. : activités aquatiques et de plein air). Les activités seront choisies en fonction du climat, des ressources et des installations disponibles dans l'école ou dans la communauté.

Les exemples qui suivent sont choisis parmi les résultats d'apprentissage spécifiques de maternelle.

	Résultats d'apprentissage spécifiques	Exemples explicatifs
 Activités	<p>AM-1 vivre des expériences mettant l'accent sur le mouvement et développer des habiletés locomotrices grâce à une variété d'activités</p> <p>AM-7 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales dans divers milieux; ex. : le terrain de jeu</p>	<ul style="list-style-type: none"> Créer des parcours en jouant au jeu d'imitation dans la neige, en ayant recours à des arrangements locomoteurs tels que courir, galoper et sauter. Se servir des éléments d'une structure de terrain de jeu qui permettent de prendre plus conscience de son corps lorsqu'on réalise des actions comme grimper, se tenir en équilibre, se suspendre, se balancer; ex. : se tenir en équilibre en ayant deux parties du corps qui touchent la poutre ou le pont, de façon que le reste du corps soit aussi immobile que possible.
 Bienfaits pour la santé	<p>BM-3 faire des exercices cardiovasculaires</p> <p>BM-7 ressentir les changements qui se produisent dans le corps lors d'activités physiques</p>	<ul style="list-style-type: none"> Faire une promenade de 15 à 20 minutes en marchant d'un bon pas. Remarquer les changements qui suivent une activité physique effectuée avec vigueur; ex. : augmentation du rythme cardiaque ou respiration forte et joues rouges.
 Coopération	<p>CM-5 faire preuve de volonté à jouer en compagnie des autres</p>	<ul style="list-style-type: none"> Partager l'équipement et attendre son tour durant une activité.
 Dynamisme soutenu	<p>DM-5 s'engager dans des expériences de mouvement dans tous les milieux, tout en agissant de façon sécuritaire et prudente</p> <p>DM-8 décrire des terrains de jeux appropriés pour les jeunes enfants</p>	<ul style="list-style-type: none"> Porter les vêtements appropriés pour faire l'activité, en tenant compte d'éléments comme la température et le lieu. Décrire les dispositifs de sécurité dans les piscines, les patinoires et les parcs.

Exemples de stratégies de mesure, d'évaluation et de communication	Occasions de mener une vie active																								
<p>Résultats d'apprentissage spécifiques choisis</p> <p>AM-7 vivre des expériences qui font appel aux habiletés fondamentales dans divers milieux; ex. : le terrain de jeu</p> <p>CM-5 faire preuve de volonté à jouer en compagnie des autres</p> <p>DM-5 s'engager dans des expériences de mouvement dans tous les milieux, tout en agissant de façon sécuritaire et prudente</p> <p>DM-8 décrire des terrains de jeux appropriés pour les jeunes enfants</p> <p>Situation de mouvement</p> <p>Utilisation de l'équipement du terrain de jeu</p> <p>Critères</p> <ul style="list-style-type: none"> • Joue côte à côte avec les autres. • Varie la vitesse et le niveau dans ses mouvements. • Bouge de façon sécuritaire sur l'équipement ou autour. • Définit ou montre un endroit sécuritaire pour jouer. <p>Stratégies de mesure et d'évaluation</p> <p>(La liste de vérification pourrait être utilisée pour plusieurs expériences.)</p> <p>Liste de vérification Oui = ✓ Non = x</p> <table border="1" data-bbox="207 997 1000 1297"> <thead> <tr> <th data-bbox="207 997 548 1150">Nom</th> <th data-bbox="548 997 623 1150">Change de vitesse.</th> <th data-bbox="623 997 698 1150">Change de niveau.</th> <th data-bbox="698 997 773 1150">Joue avec les autres.</th> <th data-bbox="773 997 847 1150">Joue de façon sécuritaire.</th> <th data-bbox="847 997 1000 1150">Peut définir ou montrer un endroit sécuritaire pour jouer.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="207 1150 548 1199"></td> <td data-bbox="548 1150 623 1199"></td> <td data-bbox="623 1150 698 1199"></td> <td data-bbox="698 1150 773 1199"></td> <td data-bbox="773 1150 847 1199"></td> <td data-bbox="847 1150 1000 1199"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="207 1199 548 1247"></td> <td data-bbox="548 1199 623 1247"></td> <td data-bbox="623 1199 698 1247"></td> <td data-bbox="698 1199 773 1247"></td> <td data-bbox="773 1199 847 1247"></td> <td data-bbox="847 1199 1000 1247"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="207 1247 548 1297"></td> <td data-bbox="548 1247 623 1297"></td> <td data-bbox="623 1247 698 1297"></td> <td data-bbox="698 1247 773 1297"></td> <td data-bbox="773 1247 847 1297"></td> <td data-bbox="847 1247 1000 1297"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Stratégies de communication</p> <p>Discussion individuelle et en classe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'enseignant s'adresse à l'individu ou à la classe : « J'aime quand tu/vous... ». <p>Commentaires dans le bulletin scolaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'enfant participe avec les autres de façon sécuritaire en utilisant de l'équipement du terrain de jeu. 	Nom	Change de vitesse.	Change de niveau.	Joue avec les autres.	Joue de façon sécuritaire.	Peut définir ou montrer un endroit sécuritaire pour jouer.																			<p>Les enfants adorent les activités de plein air et celles réalisées à l'extérieur. Elles leur donnent la liberté d'explorer et de comprendre leur environnement, en ayant recours à une variété d'habiletés locomotrices et non locomotrices, ainsi que de manipulation. En plus d'apprendre et de perfectionner ces habiletés de mouvement fondamentales, les enfants devraient apprendre l'importance qu'il y a à respecter leur environnement. Des pratiques sécuritaires de plein air à appliquer en classe et à l'extérieur (ex. : jouer avec un copain, dire à un adulte où on va jouer et ne pas toucher de verre), devraient être présentées et expliquées aux enfants pour qu'ils en saisissent bien l'importance. On peut recourir à des activités comme laisser les enfants concevoir un terrain de jeu sécuritaire à l'aide de matériel léger (ex. : des blocs et des ballons), puis leur faire mettre en pratique leurs habiletés fondamentales en se servant de cet équipement, en vue de s'assurer qu'ils comprennent bien les pratiques sécuritaires lors d'activités faites à l'extérieur et qu'ils vivent des expériences faisant appel à leurs habiletés fondamentales dans un cadre différent.</p> <p>L'ABCD de l'éducation physique</p> <div data-bbox="1079 1564 1485 1732" style="text-align: center;">  <p data-bbox="1079 1680 1485 1732"> Activités Bienfaits pour la santé Coopération Dynamisme soutenu </p> </div>
Nom	Change de vitesse.	Change de niveau.	Joue avec les autres.	Joue de façon sécuritaire.	Peut définir ou montrer un endroit sécuritaire pour jouer.																				