

VUE D'ENSEMBLE DU  
PROGRAMME D'ÉP-ÉS DE  
12<sup>E</sup> ANNÉE - MODES DE VIE  
ACTIFS ET SAINS

Survol du Cadre

Planification de la mise en œuvre

Résultats d'apprentissage spécifiques

Vue d'ensemble de la mise en œuvre

Planification de l'enseignement

Évaluation et communication des résultats

# VUE D'ENSEMBLE DU PROGRAMME D'ÉP-ÉS DE 12<sup>E</sup> ANNÉE – MODES DE VIE ACTIFS ET SAINS

## *Survol du Cadre*

Le *Cadre d'ÉP-ÉS* a été le point de départ de l'élaboration du programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains. Le présent survol du *Cadre d'ÉP-ÉS* énonce les principales caractéristiques du *Cadre* qui sont mises en évidence en 12<sup>e</sup> année, ainsi que les changements découlant de la politique de mise en œuvre du programme d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années.

### **Caractéristiques principales du *Cadre* appliquées en 12<sup>e</sup> année**

Le programme d'études d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, appuie la vision et le but du programme d'ÉP-ÉS de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, énoncés dans le *Cadre* :

- **Vision** : La vision du programme est de promouvoir des modes de vie actifs physiquement et sains pour tous les élèves.
- **But** : Le but est de fournir aux élèves un programme équilibré d'activités planifiées leur permettant d'acquérir des connaissances et de développer des habiletés et des attitudes propices à l'adoption d'un mode de vie sain intégrant l'activité physique. (p. 3)

Comme l'indique le *Cadre*,

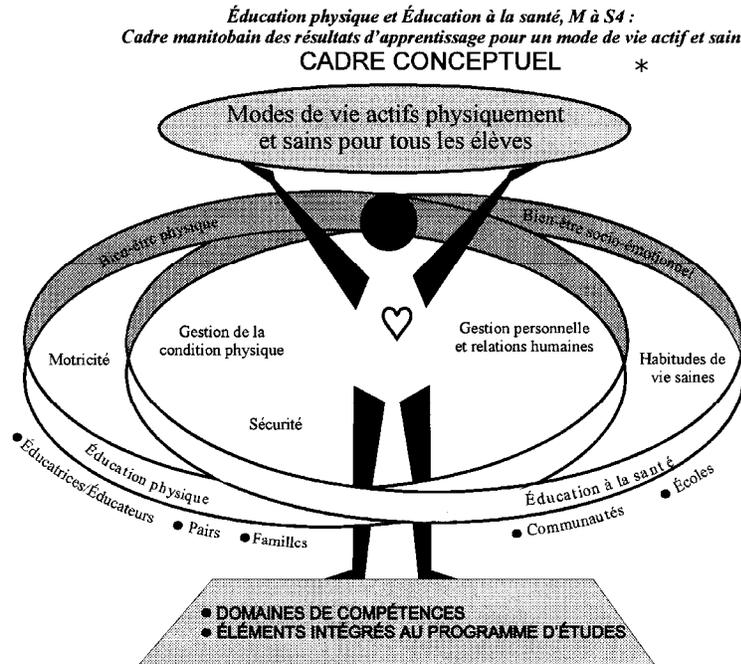
Le Centre for Disease Control and Prevention (1997) et l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie considèrent que les comportements suivants sont largement à l'origine des principaux problèmes de santé actuels :

- le manque d'activité physique;
- les mauvaises habitudes alimentaires;
- la toxicomanie, l'alcoolisme et le tabagisme;
- les comportements sexuels qui favorisent la propagation des maladies transmises sexuellement et les grossesses non désirées;
- les comportements qui entraînent des blessures intentionnelles ou non (p. 4-5).

Le programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, traite aussi de ces cinq grands risques pour la santé des enfants et des jeunes.

## Le cadre conceptuel

Le contenu des deux matières, l'éducation physique (ÉP) et l'éducation à la santé (ÉS), est intégré et structuré en cinq résultats d'apprentissage généraux qui sont interreliés, comme le montre le cadre conceptuel ci-dessous.



\* Source : Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg (Man.); Éducation et Formation professionnelle Manitoba, 2000, p. 24.

Ce diagramme de Venn illustre bon nombre des principales caractéristiques et des principes fondamentaux relatifs à l'ÉP-ÉS. Par exemple, l'ÉP-ÉS s'appuie sur les grands domaines de compétence (c.-à-d. alphabétisation et communication, relations humaines, résolution de problèmes et technologie), ainsi que sur les éléments d'intégration (c.-à-d. intégration des matières, diversité humaine, développement durable, éducation anti-raciste et anti-préjugés, apprentissage fondé sur les ressources, pédagogie différenciée, point de vue autochtone, équité entre les sexes, représentation appropriée des groupes d'âge). Le diagramme montre comment les deux domaines de compétence, ÉP et ÉS, sont liés dans les cinq résultats d'apprentissage généraux. Le programme d'études est centré sur l'élève, chaque élève acquérant les connaissances, les habiletés et les attitudes propices à un mode de vie sain intégrant l'activité physique.

Les cinq résultats d'apprentissage généraux et les indicateurs d'attitudes cités dans le *Cadre* sont repris dans le programme d'ÉP-ÉS à tous les niveaux, depuis la maternelle jusqu'à la 12<sup>e</sup> année. Le tableau ci-dessous présente les descriptions de chaque résultat d'apprentissage général et les indicateurs d'attitudes correspondants.

Résultats d'apprentissage généraux et indicateurs d'attitude Pour Éducation physique et Éducation à la santé, maternelle à 12 <sup>e</sup> année*		
Résultats d'apprentissage généraux		Indicateurs d'attitudes
<p><b>1 Motricité</b></p> <p>L'élève doit posséder des habiletés motrices déterminées, comprendre le développement moteur et connaître des formes d'activité physique propres à divers milieux, à diverses cultures et à diverses expériences d'apprentissage.</p> 	<p>Résultats d'apprentissage spécifiques</p>  	<p>L'élève doit :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 Se montrer intéressé à participer à diverses formes d'activité physique.</li> <li>1.2 Éprouver du plaisir à vivre diverses expériences motrices.</li> <li>1.3 Comprendre que le développement des habiletés nécessite temps, persévérance et pratique.</li> <li>1.4 Apprécier la valeur esthétique et athlétique du mouvement.</li> <li>1.5 Apprécier et respecter la diversité dans le contexte de l'activité physique.</li> <li>1.6 Apprécier et respecter le milieu naturel tout en pratiquant diverses formes d'activité physique.</li> </ol>
<p><b>2 Gestion de la condition physique</b></p> <p>L'élève doit être capable d'élaborer et de suivre un programme personnel de conditionnement physique pour demeurer actif physiquement et maintenir son bien-être la vie durant.</p> 		<ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 Se montrer intéressé à ses qualités physiques et se sentir responsable de leur développement.</li> <li>2.2 Comprendre le rôle de la pratique régulière de l'activité physique dans le développement de la santé et de la bonne forme.</li> <li>2.3 Accepter ses limites physiques personnelles et celles des autres.</li> </ol>
<p><b>3 Sécurité</b></p> <p>L'élève doit être capable de se comporter de manière sécuritaire et responsable en vue de gérer les risques et de prévenir les blessures lors de la pratique d'activités physiques ainsi que dans la vie quotidienne.</p> 		<ol style="list-style-type: none"> <li>3.1 Se montrer soucieux de sa sécurité et de celle des autres.</li> <li>3.2 Faire preuve du sens des responsabilités quand vient le temps de respecter les règles assurant sa sécurité et celle des autres.</li> </ol>
<p><b>4 Gestion personnelle et relations humaines</b></p> <p>L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.</p> 		<ol style="list-style-type: none"> <li>4.1 Manifester une attitude positive à l'égard de l'apprentissage, de sa croissance et de sa santé.</li> <li>4.2 Être sensible aux besoins et aux capacités des autres.</li> <li>4.3 Faire preuve d'un bon sens des responsabilités dans son travail et ses jeux.</li> <li>4.4 Manifester le désir de jouer franc-jeu et de travailler en collaboration avec les autres.</li> <li>4.5 Faire preuve d'une attitude positive à l'égard du changement.</li> <li>4.6 Aimer participer et apprendre.</li> </ol>
<p><b>5 Habitudes de vie saines</b></p> <p>L'élève doit être capable de prendre des décisions éclairées pour maintenir un mode de vie sain, notamment en ce qui concerne les habitudes personnelles liées à la santé, l'activité physique, la nutrition, le tabagisme, l'alcoolisme, la toxicomanie et la sexualité.</p> 		<ol style="list-style-type: none"> <li>5.1 Comprendre l'importance des bienfaits qui résultent des saines habitudes de vie, notamment en ce qui concerne la santé physique.</li> <li>5.2 Comprendre l'importance des décisions quotidiennes dans le maintien d'une bonne santé.</li> <li>5.3 Comprendre qu'il faut être responsable et fidèle pour entretenir de bonnes relations avec les autres.</li> </ol>

\*Source : Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg (Man.); Éducation et Formation professionnelle Manitoba, 2000.

## Tableau sommaire du programme d'études

Dans le *Cadre* de l'ÉP-ÉS, un tableau sommaire (p. 23) indique tous les domaines qui sont traités à certains niveaux ou à tous les niveaux. Au moment d'élaborer les programmes d'études pour la 11<sup>e</sup> et la 12<sup>e</sup> année, on a choisi des domaines clés et préparé des modules afin de développer les résultats d'apprentissage visés pour les élèves de 9<sup>e</sup> et de 10<sup>e</sup> année. Par exemple, le domaine Prévention de l'alcoolisme, de la toxicomanie et du tabagisme a été élaboré plus en détail pour la 12<sup>e</sup> année afin de développer les connaissances, les habiletés et les attitudes apprises les années précédentes.

Pour les élèves de 12<sup>e</sup> année, on a également choisi de nouveaux sujets qui sont liés aux domaines existants. Par exemple, le module D, Développement personnel et social, est lié au domaine Développement social et en est le prolongement. Pour voir les liens qui existent entre les programmes d'études de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années et les domaines ou sujets du tableau sommaire du programme présenté dans le *Cadre*, consulter l'annexe A, Tableau sommaire du programme d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années, Modes de vie actifs et sains, à la fin du présent document. (Les domaines qui apparaissent en majuscules sont développés dans les programmes des deux années ou seulement dans l'un des deux, tel que précisé.)

## **Politique de mise en œuvre d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années**

L'information du *Cadre* qui devait être mise à jour pour les élèves d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années porte sur les domaines suivants :

- les crédits exigés pour obtenir le diplôme;
- le contenu potentiellement délicat;
- la participation des parents, des familles et des communautés;
- les élèves ayant des besoins spéciaux ou des problèmes de santé;
- la sécurité et la responsabilité.
- Ces domaines sont définis plus en détail ci-dessous.

### Crédits exigés pour obtenir le diplôme

Depuis septembre 2008, l'éducation physique/éducation à la santé (ÉP-ÉS) est une matière obligatoire de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année. En 2008-2009, les élèves doivent obtenir au moins 29 crédits, dont trois crédits d'ÉP-ÉS, pour obtenir leur diplôme. Dès le début de l'année scolaire 2009-2010, le nombre de crédits exigés pour l'obtention du diplôme passera à 30, dont au moins quatre crédits d'ÉP-ÉS.

Les résultats des cours pour les élèves de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années seront indiqués par la désignation « complet » ou « incomplet » plutôt qu'en pourcentages. Les étudiants adultes

ne seront pas tenus d'accumuler les crédits d'ÉP-ÉS en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années pour obtenir le diplôme pour étudiants adultes.

Le tableau suivant indique le calendrier de mise en œuvre graduelle des crédits d'ÉP-ÉS.

<b>Calendrier de mise en œuvre graduelle des crédits d'ÉP-ÉS</b>	
<b>Année</b>	<b>Règlement</b>
2008-2009 Année de transition	Les élèves devront avoir au moins 29 crédits, dont trois crédits d'ÉP-ÉS (c.-à-d., 10F, 20F et 40F) pour obtenir leur diplôme.
2009-2010	Les élèves devront avoir au moins 30 crédits, dont quatre crédits d'ÉP-ÉS (c.-à-d., 10F, 20F, 30F et 40F) pour obtenir leur diplôme.

Pour plus d'informations ou des mises à jour concernant les crédits exigés pour l'obtention du diplôme, voir le site Web du Ministère au <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/diplo-secondaire.html>.

## Contenu délicat

Le *Cadre* indique les domaines suivants qui peuvent heurter les susceptibilités de certaines personnes :

- sexualité humaine;
- prévention de l'alcoolisme, de la toxicomanie et du tabagisme;
- sécurité personnelle (c.-à-d., exploitation/agression sexuelle).

Le contenu et les enjeux liés aux résultats d'apprentissage qui traitent de ces sujets peuvent heurter les susceptibilités de certains élèves, de leurs parents, familles et/ou communauté en raison des valeurs propres à la famille, à la religion ou à la culture. Ce contenu délicat doit être traité d'une façon appropriée au contexte scolaire et communautaire local. Les divisions scolaires doivent utiliser un processus de planification (qui intègre la participation parentale) afin de déterminer les détails de la programmation et d'établir une politique et des procédures locales. Avant la mise en œuvre du programme, les enseignants doivent demander à l'administration scolaire les directives et procédures de l'école et de la division scolaire régissant la profondeur et la portée du contenu, le choix des ressources d'apprentissage, les procédures d'évaluation et de communication des résultats, et prévoir des options parentales.

### OPTION PARENTALE

Choix à la disposition des parents en ce qui concerne la participation aux activités d'apprentissage de nature délicate qui se rapportent aux domaines Prévention du tabagisme, de l'alcoolisme et de la toxicomanie, Sexualité et au sous-domaine de la Sécurité personnelle. Les parents ont le droit de faire participer leur enfant à ces activités scolaires d'une façon qui leur convient (à la maison, en recourant à un conseiller professionnel) lorsqu'il y a conflit entre le contenu et les valeurs religieuses ou culturelles de la famille.

Le programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, contient aussi des résultats d'apprentissage spécifiques qui sont considérés délicats et qui devraient être traités avec délicatesse. Les résultats en question abordent des sujets tels que les relations saines et malsaines, la communication interpersonnelle et les droits et responsabilités dans les relations. Les enseignants doivent suivre les directives locales applicables à ce contenu délicat.

Pour obtenir de l'information sur les domaines de décision afin d'aider les écoles et divisions scolaires à établir leurs politiques et procédures, consulter le tableau des domaines de décision pour la planification relevant des écoles et des divisions scolaires à l'annexe G, Outils de planification et formulaires communs, à la fin du présent document.

### Participation des parents, des familles et des communautés

Le *Cadre* préconise « une collaboration étroite des parents, des familles et des communautés avec les spécialistes de l'éducation afin de promouvoir la santé, la sécurité et l'activité physique » (p. 10). La mise en œuvre du programme de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, comprend un modèle de prestation des programmes HORS-classe soumis à l'approbation (signature) des parents avant et après la mise en œuvre. Les formulaires de signature préalable et postérieure doivent être remplis avant que l'élève ne participe au stage d'activité physique, et à la fin du stage.

Le *Document de politiques* indique que :

Les parents-tuteurs, les élèves et les écoles sont encouragés à travailler ensemble pour établir ce qui fonctionnera le mieux dans leurs situations particulières pour aider les jeunes à prendre en main leur propre condition physique. En agissant ainsi, les élèves découvrent des activités intéressantes et encourageantes qui les aident à se donner des modes de vie actifs qui se poursuivent au fil des années... Les organisations récréatives et sportives locales sont aussi encouragées à examiner les moyens par lesquels les écoles et les installations communautaires qui se trouvent à proximité les unes des autres pourraient être utilisées conjointement. (p. 15)

Les rôles et responsabilités des élèves et des parents-tuteurs sont définis dans le *Document de politiques* dans les termes ci-dessous.

## RÔLES ET RESPONSABILITÉS \*

### **Élèves : Rôles et responsabilités**

1. Discuter avec leurs parents-tuteurs et remettre à l'école le Formulaire de signature préalable du parent-tuteur dûment rempli et signé. Ce formulaire exige la signature d'un parent-tuteur si l'élève a moins de 18 ans, ou la signature de l'élève si celui-ci a 18 ans ou plus. Dans certains cas, la signature du parent-tuteur d'un élève qui a 18 ans ou plus pourrait être exigée (p. ex., les élèves ayant des déficiences graves).
2. Indiquer à leur école, avant de commencer les activités et au moment spécifié par l'école, leur intention de participer à des activités qui contribuent à leur stage d'activité physique personnalisé et qui se conforment à la politique et aux mesures de gestion des risques de l'école et de la division scolaire en vue d'obtenir un crédit d'ÉP-ÉS.
3. Participer aux activités physiques HORS-classe dans le cadre de leur plan de conditionnement physique personnalisé en vue d'effectuer leur stage d'activité physique. Inscrire les heures et compléter le processus de signature postérieure (p. ex., un registre des activités physiques) tel qu'établi par l'école et/ou la division scolaire.
4. Remettre à l'école la documentation pertinente dont elle se servira aux fins de l'évaluation (p. ex., le plan de conditionnement physique, le registre des activités, etc.).
5. Assumer, avec les parents-tuteurs, la responsabilité de la sécurité. Les élèves devraient discuter des préoccupations reliées à l'activité physique choisie avec leurs parents-tuteurs et, ensemble, exercer leur discrétion et être conscients des questions liées à la sécurité et du degré de supervision et d'instruction appropriées avant de décider de participer à l'activité physique.

### **Parents-tuteurs : Rôles et responsabilités**

1. Exercer une discrétion, avoir conscience des questions liées à la sécurité et du degré de supervision recommandé et discuter avec l'école et l'élève de toutes les préoccupations au sujet de la nature de l'activité.
2. Assumer la responsabilité de surveiller la sécurité. Avant de choisir des activités physiques, les parents-tuteurs devraient être conscients des questions liées à la sécurité telles que les compétences du personnel, la politique au sujet du registre concernant les mauvais traitements, et l'assurance-responsabilité de l'organisation ou du groupe communautaire.
3. Approuver l'activité HORS-classe en prenant en considération l'état général de la santé de l'élève, les renseignements sur le risque, la sécurité, la politique de la division scolaire, les avantages physiques et éducatifs pour l'élève et les coûts, le cas échéant.
4. Remplir la documentation et remettre les formulaires de signature préalable et postérieure du parent-tuteur pour l'activité choisie et pour documenter l'évaluation qui sera faite par l'école (p. ex., registre de l'activité physique). Les élèves qui ont 18 ans ou plus doivent fournir la documentation aux fins de l'évaluation.

\* Source : Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg (Man.); Éducation et Formation professionnelle Manitoba, 2000, p. 15–16.

Pour d'autres informations sur la participation parentale et les formulaires de consentement à des activités HORS-classe, voir le document *Manuel de la sécurité HORS-classe* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba).

## Élèves ayant des besoins spéciaux et/ou des problèmes médicaux

Les divisions et les districts scolaires ont la responsabilité d'élaborer des lignes directrices et des politiques locales qui sont compatibles avec les politiques provinciales et touchent les élèves ayant des besoins spéciaux ou des problèmes médicaux. Les aménagements particuliers faits pour les élèves ayant des besoins d'apprentissage exceptionnels constituent une composante essentielle de toute approche inclusive axée sur l'apprenant. Tout programme d'éducation physique et d'éducation à la santé risque de nécessiter des changements sous forme de modifications, d'adaptations ou d'aménagements pour faciliter les progrès des apprenants ayant des besoins d'apprentissage exceptionnels.

### ÉLÈVE AYANT DES BESOINS

#### D'APPRENTISSAGE EXCEPTIONNELS

Élève à qui il faut des services et des programmes spécialisés quand l'équipe de l'école le juge nécessaire parce qu'il a des besoins exceptionnels influant sur sa capacité d'atteindre les objectifs d'apprentissage. Ces besoins existent sur divers plans : social, affectif, comportemental, sensoriel, physique, cognitif/intellectuel et l'apprentissage, la communication, les études ou la santé (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba, *Les programmes d'éducation appropriés : normes concernant les services aux élèves*, p. 28).

Comme l'indique le *Cadre* (p. 13-14), les divisions scolaires doivent tenir compte des points suivants quand ils établissent les politiques locales et les lignes directrices pour les élèves ayant des problèmes d'ordre médical et dont la participation à l'ÉP-ÉS est limitée.

- Définir ce qu'est l'absence à court terme et à long terme, en tenant compte des répercussions sur l'horaire (p. ex., cela peut dépendre du nombre de classes d'éducation physique par semaine ou par cycle scolaire).
- Obtenir des parents ou du gardien légal une note justificative pour les blessures et les problèmes médicaux à court terme.
- Obtenir un certificat médical dans le cas où l'élève a un problème médical qui restreint sa capacité à participer aux activités physiques à plus long terme (p. ex., plus de deux semaines).
- Incorporer, au besoin, l'information médicale appropriée au plan de santé de l'enfant.
- Établir des moyens de communication de façon à obtenir plus de renseignements ou de directives en ce qui concerne les politiques ou les mécanismes de soutien disponibles pour les enfants qui ont des problèmes de santé particuliers (p. ex., communiquer avec le coordonnateur des services aux étudiants de la division scolaire).
- Faire des aménagements chaque fois que c'est possible.
- Utiliser tous les renseignements d'ordre médical disponibles pour que la planification des aménagements soit appropriée (p. ex., plan de soin de santé personnel d'un élève).

- Suivre les méthodes habituelles d'évaluation du rendement et d'attribution des notes dans tous les cas où l'élève qui a un problème médical est tenu d'atteindre les résultats d'apprentissage spécifiques, qu'il y ait eu ou non adaptation.

Au niveau secondaire, il est obligatoire d'avoir quatre crédits en éducation physique et en éducation à la santé. Dans les cas où l'élève est incapable de participer aux activités physiques en raison d'un problème médical ou d'une déficience physique temporaire, l'obtention du crédit peut être **reportée** au semestre suivant ou à une année ultérieure, dépendant des horaires et de la disponibilité des cours à certaines heures. Dans certains cas, des **aménagement**s peuvent être faits pour les élèves qui ont des problèmes médicaux. Par exemple, il serait possible d'ajuster les résultats d'apprentissage de l'élève pendant le deuxième semestre de la 12<sup>e</sup> année de façon à faciliter l'acquisition des résultats d'apprentissage d'un élève dont la blessure réduit ses chances d'atteindre certains des résultats liés aux habiletés physiques.

Lorsqu'aucun des choix mentionnés n'est disponible, et que l'élève ne peut obtenir de crédit pour le cours d'ÉP-ÉS, il est nécessaire de **remplacer** le cours par un cours dans une autre matière. Dans un tel cas, la documentation médicale est nécessaire pour expliquer la substitution et justifier les notes du bulletin et l'obtention de crédits.

Pour plus d'informations concernant ces options, veuillez consulter le résumé des choix à la disposition des élèves ayant des besoins spéciaux ou des problèmes médicaux, fourni à l'annexe G, Outils de planification et formulaires communs, à la fin du présent document. Consulter également *Programmes d'éducation appropriés au Manitoba : Normes concernant les services aux élèves* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba), disponible en ligne au [http://www.edu.gov.mb.ca/frpub/enfdiff/pea/pea\\_normes.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/frpub/enfdiff/pea/pea_normes.pdf).

## Sécurité et responsabilité

La sécurité revêt une grande importance lorsqu'il est question de planifier et de mettre en œuvre un programme d'ÉP-ÉS. Ce sont les divisions scolaires et leurs employés qui assument la responsabilité principale de veiller à l'application des règles de sécurité nécessaires pendant les activités liées à ce programme. Voir le document *Manuel de la sécurité HORS-classe* (p. 14-18).

### *Modèle de prestation EN-classe*

Les écoles doivent établir une marche à suivre et des règles sécuritaires pour les activités scolaires qui se passent EN-classe, et les enseignants doivent connaître les pratiques souhaitables en matière de sécurité, qu'il s'agisse d'enseignement, d'apprentissage ou d'évaluation, pour les activités qui se déroulent en classe, dans un gymnase, dans une cour d'école ou ailleurs. Les enseignants qui sont chargés d'offrir aux élèves une vaste gamme d'expériences motrices présentant des difficultés

#### **EN-CLASSE**

EN-classe s'entend de la période d'enseignement dans la classe qui est dirigée par un enseignant en fonction des résultats d'apprentissage prévus dans le programme d'études. Cette période de temps en classe fait partie de l'horaire d'une journée d'enseignement et les élèves sont tenus d'y assister.

dans des contextes où les élèves sont actifs physiquement doivent prévoir les dangers et réduire au minimum les risques inhérents à l'activité physique. Ils doivent posséder des compétences de spécialiste en activité physique. Dans le cas de certains programmes ou formes d'activité physique, comme les activités aquatiques, il est recommandé de suivre une formation menant à l'obtention d'un certificat.

Le *Cadre* indique que :

Les articles 86, 87 et [90] de la *Loi sur les écoles publiques* concernent les exemptions de responsabilité en éducation physique et limitent dans une certaine mesure la responsabilité civile des autorités et du personnel scolaires et les accusations de négligence qui peuvent être portées contre eux.

Néanmoins, il est important que les divisions scolaires comprennent bien qu'elles sont les premières responsables de la sécurité pendant la planification et la réalisation [des activités scolaires].

Dans plusieurs cas de procédures judiciaires résultant de blessures subies par des élèves pendant les cours d'éducation physique, les tribunaux canadiens appelés à se prononcer sur la négligence des enseignants concernés ont clairement indiqué que ceux-ci devraient dépasser la norme du parent « prudent et diligent » et faire plutôt preuve d'un degré de prudence et de diligence digne d'un « professionnel ». (p. 16)

La Cour suprême du Canada a jugé que pour déterminer si un enseignant en éducation physique n'a pas été négligent ou n'a pas omis d'appliquer la norme de diligence nécessaire et appropriée, il fallait tenir compte des critères suivants

1. L'activité pratiquée convient-elle à l'âge ainsi qu'à la condition mentale et physique des élèves?
2. Les élèves ont-ils suivi un enseignement progressif pour les amener à pratiquer l'activité comme il le faut, en évitant les dangers inhérents à celle-ci?
3. L'équipement est-il adéquat et disposé convenablement?
4. L'activité fait-elle l'objet d'une supervision adéquate, compte tenu des dangers qu'elle comporte?

(Myers v. Peel County Board of Education [1981], D.L.R. [3d] 1 [S.C.C.])

Il est à noter, cependant, que cette liste n'est pas tout compris et d'autres considérations peuvent être pertinentes en déterminant la négligence : L'activité est-elle approuvée par l'administration scolaire et l'autorité scolaire, et les élèves ont-ils été informés des risques et des responsabilités (p. ex., procédures de sécurité, attentes en matière de comportement et conséquences) liées à leur participation? (Hanna, Quest Research and Consulting Inc., et Youth Safe Outdoors, *La sécurité en premier*, p. 8)

Les écoles continuent d'utiliser les ressources suivantes pour l'élaboration et la révision de leurs politiques et procédures locales, et pour la collecte d'information sur les équipements, les installations, la supervision, la progression de l'enseignement et la gestion des risques :

- *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines* (MPETA/ Association manitobaine des enseignants et des enseignantes en éducation physique et coll.)
- *Manitoba sans danger pour les jeunes : La ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles* (Hanna, Quest Research and Consulting Inc., et YouthSafe Outdoors).

### **Modèle de prestation HORS-classe**

Pour les fins de la mise en œuvre du modèle de prestation HORS-classe, les activités physiques sont définies dans les deux catégories suivantes parce que les règles et règlements en matière de sécurité sont différents pour chacune (voir le glossaire du document *Manuel de la sécurité HORS-classe*) :

- **Activités scolaires :** Les activités scolaires qui peuvent être choisies pour le volet HORS-classe du programme d'ÉP-ÉS sont organisées par l'école/la division et comprennent des activités qui n'entrent pas dans la journée d'enseignement régulière, p. ex., activités associées à des sports d'équipe, à des programmes intramuros ou à des clubs, et des sorties éducatives. À noter que les règles de sécurité applicables aux activités scolaires pour le volet HORS-classe sont les mêmes que pour le volet EN-classe.
- **Activités non scolaires :** Les activités non scolaires sont des activités menées à domicile, au sein d'organisations communautaires ou de façon indépendante, qui ne sont pas organisées directement par l'école ou la division scolaire, par exemple, les activités sportives, les cours et les loisirs de clubs communautaires, ainsi que l'exercice physique à domicile. À noter que les règles de sécurité régissant les activités non scolaires pour le volet HORS-classe sont différentes de celles du volet EN-classe.

#### **H O R S - C L A S S E**

HORS-classe s'entend de la période passée à l'extérieur de l'école, période dirigée par l'élève et fondée sur les résultats d'apprentissage prévus dans le programme d'études et qui favorisent la participation à des activités physiques. L'option de prestation HORS-classe exige la signature de l'enseignant ainsi que du parent-tuteur.

La période de temps HORS-classe peut inclure des activités physiques qui ont lieu :

- à l'école, sous la surveillance d'un enseignant (p. ex., les activités intra-muros, les sports interscolaires, les séances d'exercices physiques) mais pas durant la période d'enseignement en classe;
- dans la cour de l'école ou à l'extérieur des limites de l'école et sans la surveillance directe d'un enseignant breveté ou d'une autre personne employée par une division scolaire ou dont les services ont été retenus sur une base contractuelle.

Pour les activités non scolaires faisant partie du modèle de prestation HORS-classe, les règles applicables sont différentes de celles des activités scolaires. Pour les activités du modèle HORS-classe qui ne sont pas organisées par l'école, la principale responsabilité

pour la sécurité des jeunes incombe aux élèves, aux parents et aux organisations communautaires qui organisent les activités et fournissent les entraîneurs ou instructeurs.

Les écoles et les divisions scolaires doivent élaborer une politique de gestion des risques relativement au stage d'activité physique HORS-classe, et mettre en place des mesures de gestion des risques ainsi qu'une procédure de signature de l'enseignant et des parents-tuteurs conforme à la politique gouvernementale.

Il appartient aux autorités locales de déterminer quelles activités physiques seront admissibles à leur inclusion au stage d'activité physique HORS-classe par les élèves. Certaines activités à risque élevé qui comportent un danger inhérent peuvent être interdites par l'école ou la division et ne seront pas admissibles à l'obtention de crédits, quelles que soient les circonstances. Selon cette politique, certaines activités (comme le trampoline) qui sont reconnues comme étant associées à un taux de blessure plus élevé en l'absence de supervision devront être supervisées par un instructeur ou entraîneur qualifié pour donner droit à des crédits. D'autres facteurs ou conditions de risques ou circonstances exceptionnelles devront parfois être évalués avant l'approbation.

Un inventaire d'activités physiques (DR 3-SA : Inventaire d'activités physiques) est fourni dans le présent document afin d'aider les écoles ou divisions scolaires à organiser les activités admissibles. Si les élèves choisissent une activité qui n'est pas dans la liste des activités admissibles, cette activité devra être approuvée par l'école/la division scolaire conformément au processus énoncé dans la politique. La division scolaire a le droit d'interdire l'inclusion d'une activité physique à risque élevé dans un plan ou registre d'activité physique.

Pour plus d'informations sur l'élaboration des politiques et procédures locales, des exemples de formulaires de consentement et de déclaration du parent, des listes de vérification sur la sécurité des activités physiques, un glossaire, les critères établis par la Cour suprême du Canada pour déterminer les normes de prudence nécessaires et appropriées dans le contexte de l'éducation physique pour les activités non scolaires, veuillez consulter le document *Manuel de la sécurité HORS-classe*, disponible en ligne au <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/docmin.html>.

## Planification de la mise en œuvre

Le *Document de politiques (Mise en œuvre d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années – Document de politiques)* énonce les principes directeurs (voir page 4) et fournit des renseignements sur le design curriculaire ainsi que le modèle de prestation EN-classe et HORS-classe (voir page 9) que les écoles doivent connaître avant de planifier la mise en œuvre du programme.

### Principes directeurs

Les principes directeurs ci-dessous ont été définis pour le programme d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années à partir des données recueillies au cours de recherches et auprès d'intervenants et de partenaires en éducation. Ils serviront de fondement pour soutenir le développement et la mise en œuvre du programme d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années.

Les principes directeurs énoncés dans le *Document de politiques* comprennent les suivants :

#### PRINCIPES DIRECTEURS \*

- Développer des résultats d'apprentissage qui s'intègrent au *Cadre de l'ÉP-ÉS* de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année pour conserver la vision et l'intégrité de ce document [*Document de politiques*].
- Encourager les jeunes à mieux prendre en main leur condition physique et à participer à des activités physiques adaptées à leurs propres intérêts et aptitudes.
- Faire participer les parents-tuteurs, les écoles et les collectivités de manière à ce qu'ils jouent un rôle de soutien et de complémentarité pour instaurer des valeurs et des attitudes positives.
- Offrir aux écoles la souplesse nécessaire pour déterminer le meilleur modèle de prestation en fonction des ressources locales.
- Offrir de la variété et des choix d'activités aux élèves dans le cadre d'un modèle de prestation EN-classe et HORS-classe.
- Permettre aux écoles ainsi qu'aux élèves et aux parents-tuteurs de déterminer comment les résultats d'apprentissage pour ce programme d'études seront atteints, c'est-à-dire au moyen d'un modèle de prestation dirigé par l'enseignant dans le cadre de l'emploi du temps HORS-classe.
- Assurer la clarté des rôles et des responsabilités des élèves, des parents-tuteurs, des administrateurs scolaires, des enseignants, des divisions scolaires et d'Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba.

\* Source : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba. *Mise en œuvre d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années – Document de politiques*. Winnipeg (Man.), Man. : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba, 2007, p. 4.

Avec l'adoption et la mise en œuvre par les écoles du programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, les élèves se verront offrir, grâce au modèle de prestation flexible, une gamme d'activités physiques variées, tenant compte de facteurs personnels comme l'intérêt, l'accessibilité et la capacité, en fonction des ressources disponibles.

## Lignes directrices pour la mise en œuvre

Au moment de planifier la mise en œuvre du programme, les autorités scolaires doivent suivre les quatre étapes ci-dessous.

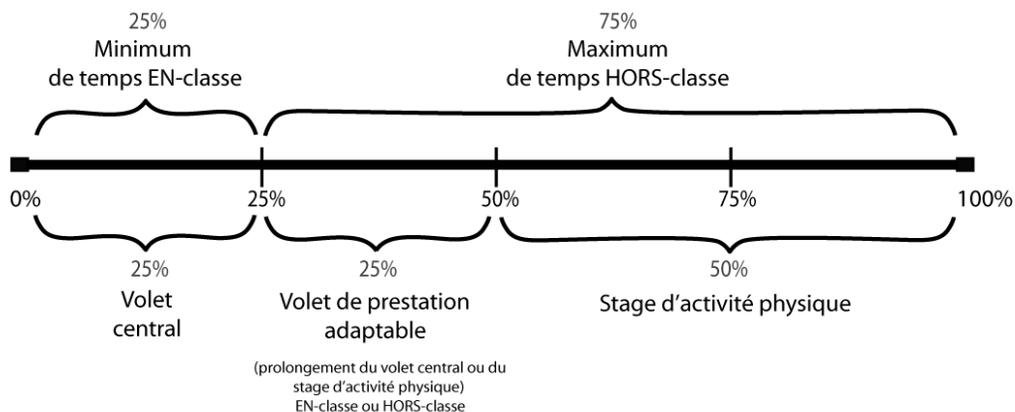
1. Choisir un modèle de mise en œuvre.
2. Élaborer une politique de sécurité pour les activités HORS-classe.
3. Établir une procédure de signature préalable et postérieure.
4. Établir des procédures d'évaluation et de communication des résultats.

La section ci-dessous décrit chaque étape et suggère pour chacune des lignes directrices en vue de répondre aux exigences et aux principes directeurs énoncés dans le *Document de politiques*.

### 1. Choisir un modèle de mise en œuvre

Les écoles mettront en place le programme d'études d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années en suivant le modèle de mise en œuvre suivant.

#### MODÈLE DE MISE EN ŒUVRE\*



\* Source : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba. *Mise en œuvre d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années – Document de politiques*. Winnipeg (Man.), Man. : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba, 2007, p. 10.

Les résultats d'apprentissage du programme d'études sont atteints à l'aide d'un modèle de prestation EN-classe et/ou HORS-classe. Les écoles pourront choisir la proportion de temps EN-classe et HORS-classe pour les cours qu'elles offriront en se fondant sur les priorités et les préférences locales, tout en assurant qu'il y a correspondance avec les exigences minimales liées à ce modèle. Le modèle de prestation doit inclure un volet

EN-classe avec un minimum de 25 % du temps EN-classe. Il doit aussi comprendre un stage d'activité physique (que ce soit EN-classe ou HORS-classe) équivalant à au moins 50 % du temps et jusqu'à un maximum de 75 % du temps d'enseignement.

Le modèle de mise en œuvre comprend trois volets, décrits ci-dessous.

- **Volet central.** Ce volet désigne la proportion minimale de 25 % du temps EN-classe (environ 30 heures), où l'enseignement doit être dirigé par l'enseignant. Ce volet est axé sur le développement personnel, et il vise des résultats d'apprentissage spécifiques organisés en quatre unités d'enseignement appelées modules. Les modules du volet central d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, sont les suivants : module B : Gestion de la condition physique; module C : Nutrition, module D : Développement personnel et social, et module E : Relations saines. Chaque module correspond à un ou plusieurs des cinq résultats d'apprentissage généraux.
- **Stage d'activité physique (SA).** Un minimum de 50 % (c.-à-d., 55 heures) doit être consacré au stage d'activité physique, qui vise des résultats d'apprentissage spécifiques axés sur la sécurité dans la participation à l'activité physique. Ce stage peut s'accomplir au moyen du temps EN-classe ou HORS-classe, ou d'une combinaison des deux modèles. Donc les écoles pourraient choisir d'offrir 100 % de temps EN-classe, ce qui comprendrait un minimum de 50 % de stage d'activité physique lors d'activités en classe ou supervisées par l'école. Le module A, Stage d'activité physique, présente des suggestions et des outils pour le démarrage et la mise en œuvre du plan d'activité physique, qui peuvent être appliqués au modèle de prestation EN-classe ou HORS-classe. Le stage d'activité physique vise principalement à permettre aux élèves de choisir, avec l'aide de l'enseignant, des activités physiques qu'ils préfèrent afin de satisfaire aux éléments de condition physique reliés à la santé pendant une période donnée, l'accent étant placé sur l'endurance cardiorespiratoire.

Les activités physiques acceptables pour le stage d'activité physique, particulièrement dans le cas de la période HORS-classe dirigée par l'élève, doivent :

- comprendre un minimum de 55 heures d'activité physique de modérée à vigoureuse qui contribue à l'endurance cardiorespiratoire (cœur, poumons, appareil circulatoire) plus un ou plusieurs éléments de condition physique reliés à la santé (force musculaire, endurance musculaire et flexibilité);
- être sécuritaires, reposer sur une éthique et s'adapter à l'âge et au développement;
- comporter des mesures de gestion des risques fondées sur les lignes directrices sur la sécurité présentées aux annexes D et E du *Manuel de la sécurité HORS-classe* et exiger une permission parentale particulière;
- exiger que les élèves soumettent un portfolio de condition physique personnelle contenant des éléments tels qu'un plan de condition physique, un registre des activités physiques ou des entrées dans un journal;

- comprendre une procédure de signature préalable et postérieure d'un enseignant et des parents-tuteurs.
- **Volet de prestation adaptable.** Les écoles ont le choix ou la possibilité d'augmenter le temps d'activité physique pour atteindre les résultats d'apprentissage du volet central ou du stage d'activité physique. Le volet de prestation adaptable permet de passer jusqu'à 25 % du temps à explorer les domaines d'intérêt ou de spécialisation choisis par la classe (en augmentant le temps EN-classe) ou par chacun des élèves (en augmentant le temps HORS-classe) en fonction des ressources et des besoins locaux. Il est possible d'augmenter la profondeur et l'étendue de chaque domaine ou module. Les résultats d'apprentissage peuvent être établis par l'enseignant ou l'élève.

Le temps alloué au volet de prestation adaptable peut être réparti de diverses façons, par exemple :

- augmenter le temps de stage d'activité physique EN-classe;
- augmenter le temps de stage d'activité physique HORS-classe;
- augmenter le temps d'un ou de plusieurs modules du volet central pour laisser à l'enseignant plus de temps EN-classe pour approfondir certains éléments;
- augmenter le temps d'un ou de plusieurs modules du volet central pour laisser plus de temps HORS-classe aux élèves pour approfondir certains éléments;
- laisser du temps EN-classe ou HORS-classe aux enseignants ou aux élèves pour approfondir un sujet lié à un ou plusieurs modules du volet central ou du stage d'activité physique, par exemple :
  - Le module A, Stage d'activité physique, pourrait inclure des possibilités d'autres activités de poursuite ou de plein air, de spécialisation en sport ou en danse, et de biomécanique pour améliorer la performance.
  - Le module B, Gestion de la condition physique, pourrait inclure plus de sujets scientifiques sur l'exercice physique comme les systèmes d'énergie, l'entraînement physique et le leadership en condition physique.
  - Le module C, Nutrition, pourrait aborder des thèmes comme la nutrition sportive, les aliments fonctionnels et la malbouffe.
  - Le module D, Développement personnel et social, pourrait inclure des thèmes comme le leadership dans le sport et les loisirs et la formation du caractère.
  - Le module E, Relations saines, pourrait traiter de l'attention aux autres et de la résolution de conflits.

### *Exemples de modèles de prestation*

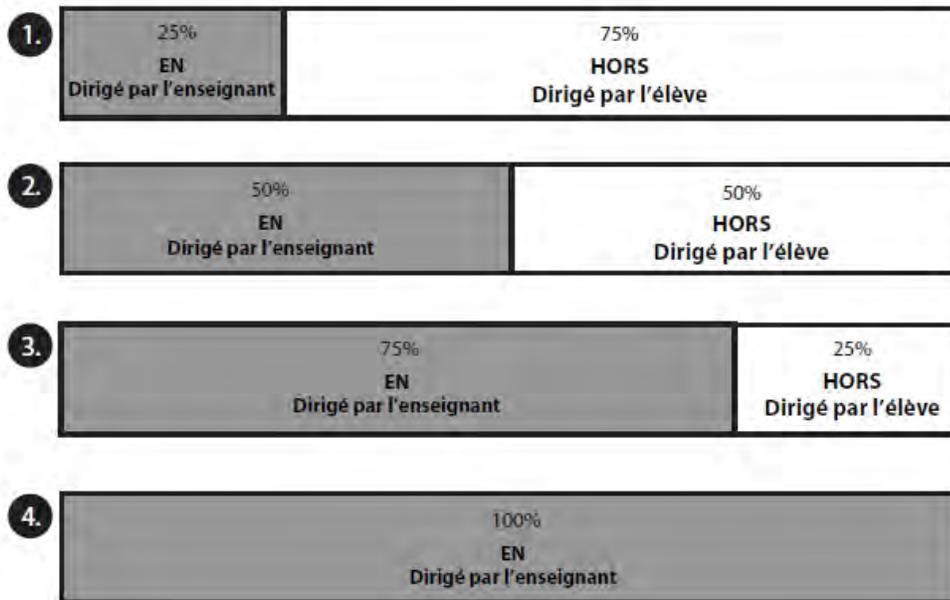
Les écoles choisiront différents modèles de mise en œuvre en se fondant sur les ressources et les besoins locaux. Elles pourront choisir un seul modèle, ou offrir une

combinaison de modèles et offrir aux élèves le choix du modèle qui répond à leurs besoins.

Voici des exemples de divers modèles de prestation ou d'échéanciers que certaines écoles ont créés.

- **Programmation par blocs.** Les élèves doivent compléter « x » nombre de blocs ou d'unités pédagogiques indiqués dans le plan de cours de l'école. Ce type de programmation dépend du nombre d'enseignants pouvant prendre en charge des cours d'ÉP-ÉS. Lorsqu'il y a plusieurs enseignants disponibles, l'école peut offrir plus de blocs ou d'unités aux élèves. Quand les élèves ne participent pas à un bloc ou à une unité, ils sont en temps non assigné ou HORS-classe.
- **Cours en boucle.** Consiste à fixer les périodes d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années en même temps, de façon que, la première année, tous les élèves suivent le cours de 11<sup>e</sup> année, et l'année suivante, tous les élèves suivent les cours de 12<sup>e</sup> année.
- **Avenues ou voies facultatives.** Offre différentes options de cours aux élèves en se fondant sur des facteurs comme le pourcentage de temps EN-classe/HORS-classe, le thème ou le sport, le sexe des élèves et ainsi de suite.
- **Approche flexible.** Offre aux élèves et aux enseignants la possibilité de présenter ou suivre le cours de différentes façons ou à différentes périodes de la journée (p. ex., très tôt le matin, après les heures de classe, sous forme de séminaires).
- **Autres**

Le diagramme ci-dessous montre des façons de planifier des avenues ou voies facultatives en fonction du pourcentage de temps EN-classe/HORS-classe.



\* Source : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba. *Mise en œuvre d'Éducation physique et Éducation à la santé en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années – Document de politiques*. Winnipeg (Man.), Man. : Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba, 2007, p. 11.

Le cours d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, pourrait varier d'un enseignant à l'autre selon le modèle de prestation choisi et la façon dont le volet adaptable sera défini. Quel que soit le modèle privilégié, les enseignants doivent élaborer un plan des différents volets (volet central, stage d'activité physique et volet de prestation adaptable).

Les exemples ci-dessous illustrent différentes façons de planifier les volets du cours selon le pourcentage de temps EN-classe et HORS-classe afin de donner aux élèves le choix de la combinaison qui répond le mieux à leurs besoins.

<b>25 %/75 % EN-classe/HORS-classe – Modes de vie actifs et sains</b>			
Composante	Module	% de temps EN-classe	% de temps HORS-classe
Volet central (25 %)	Module B : Gestion de la condition physique	7 %	
	Module C : Nutrition	8 %	
	Module D : Développement personnel et social	5 %	
	Module E : Relations saines	5 %	
Stage d'activité physique (50 %)	Portfolio de condition physique personnelle		50 %
Volet de prestation adaptable (25 %)	Portfolio de condition physique personnelle		25 %
Entretien élève-enseignant	(p. ex., 1 heure par élève)		
<b>50 %/50 % EN-classe/HORS-classe – Modes de vie actifs et sains</b>			
Composante	Module	% de temps EN-classe	% de temps HORS-classe
Volet central (25 %)	Module B : Gestion de la condition physique	7 %	
	Module C : Nutrition	8 %	
	Module D : Développement personnel et social	5 %	
	Module E : Relations saines	5 %	
Stage d'activité physique (50 %)	Portfolio de condition physique personnelle		50 %
Volet de prestation adaptable (25 %)	Options d'activités physiques/de sports	25 %	
	Options en santé		
Entretien élève-enseignant	(p. ex., 1 heure par élève)		

<b>75 %/25 % EN-classe/HORS-classe – Modes de vie sains et actifs</b>			
Composante	Module	% de temps EN-classe	% de temps HORS-classe
Volet central (25 %)	Module B : Gestion de la condition physique	7 %	
	Module C : Nutrition	8 %	
	Module D : Développement personnel et social	5 %	
	Module E : Relations saines	5 %	
Stage d'activité physique (25 %)	Portfolio de condition physique personnelle		25 %
Volet de prestation adaptable (50 %)	Options d'activités physiques/de sports	50 %	
	Options en santé		
Entretien élève-enseignant	(p. ex., 1 heure par élève)		
<b>100 % EN-classe – Modes de vie sains et actifs</b>			
Composante	Module	% de temps EN-classe	% de temps HORS-classe
Volet central (25 %)	Module B : Gestion de la condition physique	7 %	
	Module C : Nutrition	8 %	
	Module D : Développement personnel et social	5 %	
	Module E : Relations saines	5 %	
Stage d'activité physique (50 %)	Options d'activités physiques/de sports	50 %	
Volet de prestation adaptable (25 %)	Options d'activités physiques/de sports	10 %	
	Module élaboré par l'enseignant (p. ex., leadership, science du sport, certificat en RCR (réanimation cardio-respiratoire), projet de recherche en santé)	15 %	

## 2. Élaborer une politique sur la sécurité des activités physiques HORS-classe

Les écoles et les divisions scolaires doivent élaborer une politique de gestion des risques relativement au stage d'activité physique HORS-classe et mettre en œuvre des mesures de gestion des risques et une procédure de signature préalable et postérieure d'un enseignant et des parents-tuteurs conforme à la politique gouvernementale.

Pour obtenir des informations sur l'élaboration d'une politique de sécurité HORS-classe, consulter les lignes directrices et les suggestions fournies dans le document *Manuel de la sécurité HORS classe* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba), disponible en ligne au <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/docmin.html>.

### 3. Établir une procédure de signature préalable et postérieure

Le *Document de politiques* exige la mise en place d'une procédure de signature préalable et postérieure d'un enseignant et des parents-tuteurs pour le modèle de prestation HORS-classe. Lorsque les écoles élaborent leurs politiques et procédures locales, elles doivent tenir compte des éléments suivants :

- Si un parent-tuteur ne veut pas approuver le volet HORS-classe conçu par l'école, cette dernière devrait offrir d'autres possibilités à l'élève pour répondre à l'attente sur le plan du temps, comme des activités supervisées à l'école (p. ex., activités intra-muros, clubs de conditionnement physique). Les besoins spéciaux, les préoccupations en matière de sécurité et les valeurs religieuses et culturelles sont des exemples de circonstances qui peuvent exiger ce type de soutien particulier.
- À la demande du parent-tuteur, une école offrant un modèle de prestation à 100 % EN-classe doit permettre à l'élève d'opter pour un minimum de 25 % de temps HORS-classe dans le cadre d'un stage d'activité physique personnalisé. Les écoles détermineront l'acceptabilité d'un pourcentage plus élevé en se basant sur la politique locale.
- Pour les élèves qui ne peuvent pas obtenir le ou les crédits exigés en raison de circonstances exceptionnelles (p. ex., les limites physiques ou médicales sérieuses non prévues, les valeurs culturelles), l'administrateur scolaire, en discussion avec les parents-tuteurs, peut décider de substituer un maximum de deux crédits, selon la politique de la division scolaire et la politique ministérielle en vigueur. Un rapport à cet effet devra être soumis au Ministère.
- Les activités physiques choisies pour le composant HORS-classe ne peuvent être acceptées quand les activités sont le résultat d'un emploi où l'élève est rémunéré, ou si elles ont été complétées pour un autre cours à crédit (p. ex., cours proposé par l'école, relié à la danse ou à un sport particulier).

#### SIGNATURE PRÉALABLE ET POSTÉRIEURE

La procédure de signature préalable et postérieure s'entend de la procédure de signatures exigées pour l'option dirigée par l'élève avant d'entreprendre le stage d'activité physique et à la fin de ce stage. Cette procédure engage les enseignants, les élèves, les parents-tuteurs et les adultes qui assurent la supervision. Le but du formulaire de signature préalable est d'assurer que l'élève et le parent-tuteur ont choisi l'activité physique qui est sécuritaire et adaptée aux résultats d'apprentissage à atteindre. Le but du formulaire de signature postérieure est de fournir une documentation ou une preuve que l'élève a répondu aux exigences du stage d'activité physique. (*Document de politiques*, p. 6)

#### *Procédure de signature préalable et postérieure pour les activités HORS-classe*

Les écoles et les divisions scolaires doivent s'assurer, au moyen de la procédure de signature, que :

- les choix d'activités physiques HORS-classe de l'élève pour le cours d'ÉP-ÉS ont été acceptés par l'enseignant à partir des critères de réussite et de la politique de la division scolaire, et approuvés par les parents (si l'élève a moins de 18 ans);

- l'élève et les parents (ou seulement l'élève s'il a 18 ans ou plus) ont été informés des lignes directrices sur la sécurité et des stratégies recommandées pour la gestion des risques applicables aux activités physiques choisies par l'élève;
- l'élève et les parents (ou seulement l'élève s'il a 18 ans ou plus) sont conscients de leurs responsabilités à l'égard de la sécurité durant la participation aux activités physiques choisies;
- l'élève a satisfait aux attentes liées au stage d'activité physique.

La procédure de signature comprend deux parties, qui touchent l'élève, les parents et l'enseignant : signature préalable et signature postérieure.

### *Procédure de signature préalable*

- Le but de la signature préalable de l'**élève** est :
  - d'indiquer les activités physiques que l'élève a choisies pour son stage d'activité physique selon la politique de la division;
  - de montrer une sensibilisation aux lignes directrices sur la sécurité et aux stratégies de gestion des risques.
- Le but de la signature préalable des **parents** est :
  - de montrer leur approbation du choix d'activités physiques de l'enfant;
  - de montrer qu'ils assument leur responsabilité quant à la surveillance de la sécurité de l'élève durant sa participation à ces activités.
- Le but de la signature préalable de l'**enseignant** pour les activités non scolaires et/ou les activités scolaires HORS-classe est :
  - de montrer son acceptation du plan de condition physique (c.-à-d., que l'élève satisfait aux critères de réalisation du plan, qu'il traite de facteurs tels que les buts personnels, la fréquence de participation, l'intensité et la durée des activités, ainsi que le type d'activité physique);
  - de reconnaître que l'élève a démontré sa compréhension du processus de gestion des risques et de la planification appropriée relativement à l'activité physique;
  - de s'assurer que l'élève connaît les lignes directrices sur la sécurité et le processus de gestion des risques ainsi que les responsabilités associées afin qu'il en discute avec ses parents pour obtenir leur approbation.

Les étapes ci-dessous peuvent faciliter la procédure de **signature préalable**.

- L'enseignant d'ÉP-ÉS fournit à l'élève les informations nécessaires concernant les exigences liées au stage d'activité physique, le plan personnel d'activité physique et la gestion des risques.

- L'élève choisit, en consultation avec ses parents et l'enseignant d'ÉP-ÉS, des activités physiques acceptables et conformes à la politique de la division.
- L'élève, avec l'aide de l'enseignant, élabore un plan personnel d'activité physique comprenant des lignes directrices sur la sécurité et des stratégies de gestion des risques.
- L'enseignant d'ÉP-ÉS accepte le plan proposé en regard des critères de réussite de cours et de la politique de la division et il le signe.
- L'élève et le parent (ou seulement l'élève s'il a 18 ans ou plus) approuvent le plan d'activité physique personnel et acceptent leurs responsabilités quant à la sécurité en signant le formulaire de consentement/ déclaration.

#### *Procédure de signature postérieure*

- Le but de la procédure de signature postérieure de l'élève et du parent est d'attester que l'élève a répondu aux exigences du stage (c.-à-d., en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années, avoir participé à au moins 55 heures d'activités physiques d'intensité modérée à vigoureuse, sécuritaires, éthiques et compatibles avec l'âge et le niveau de développement de l'élève).

Pour plus de détails et des suggestions sur la procédure de signature préalable et postérieure, consulter les leçons du module A, Stage d'activité physique, et le document *Manuel de la sécurité HORS-classe* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba).

#### **4. Établir des procédures d'évaluation et de communication des résultats**

Les résultats des élèves aux fins des crédits d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années relatifs aux cours suivis seront présentés sous forme d'une désignation « complet » ou « incomplet », et non en pourcentages (*Document de politiques*, p. 14). Les enseignants sont responsables de l'évaluation des élèves et de la communication des résultats aux fins des crédits d'ÉP-ÉS, alors que les écoles ont la responsabilité d'accorder les crédits, tant pour le modèle de prestation EN-classe que HORS-classe. Les élèves doivent atteindre les résultats d'apprentissage établis, quel que soit le modèle de prestation suivi.

Les activités physiques choisies pour la composante HORS-classe ne peuvent être acceptées quand les activités sont le résultat d'un emploi où l'élève est rémunéré, ou si elles ont été complétées pour un autre cours donnant droit à crédit (p. ex., cours proposé par l'école, relié à la danse ou à un sport en particulier).

Comme preuve de leurs progrès et de la réussite des résultats d'apprentissage liés au stage d'activité physique, quel que soit le modèle de prestation utilisé, les élèves doivent soumettre un portfolio de condition physique personnelle, qui contiendra des

éléments comme un plan de condition physique, un registre des activités physiques ou des entrées dans un journal (*Document de politiques*, p. 14). Compte tenu de l'importance de la tâche de l'enseignant pour la gestion et l'évaluation du temps HORS-classe de chaque élève, le temps alloué à l'enseignant doit aussi comprendre une disponibilité pour des entretiens périodiques avec chaque élève tout au long du programme. Les administrateurs devraient allouer du temps au personnel pour qu'il gère et évalue les activités EN-classe et HORS-classe conformément à la politique de la division scolaire (*Document de politiques*, p. 16).

Les écoles doivent actualiser le système existant de communication des résultats afin de tenir compte de la désignation « complet » ou « incomplet ». Elles doivent aussi déterminer les critères de notation du portfolio de condition physique personnelle pour le module du stage d'activité physique ainsi que les critères pour chacun des quatre modules du volet central et des autres modules, s'il y a lieu (c.-à-d. les modules du volet de prestation adaptable).

Pour de plus amples renseignements, consulter la section Évaluation et communication des résultats dans la Vue d'ensemble du programme de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, et la discussion sur la planification de l'évaluation à l'annexe D, Lignes directrices pour la planification en Éducation physique et Éducation à la santé. Chaque module du présent document renferme des suggestions précises pour l'enseignement ou l'évaluation.

## Résultats d'apprentissage spécifiques

### Programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains

Les résultats d'apprentissage spécifiques indiqués pour le programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, sont axés sur le développement d'habitudes de vie saines intégrant l'activité physique, et peuvent être atteints dans le cadre d'un modèle de prestation EN-classe ou HORS-classe et évalués par les enseignants. Les résultats d'apprentissage spécifiques du programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année sont organisés en cinq modules, selon les trois volets suivants :

- Le **stage d'activité physique** contient des résultats d'apprentissage spécifiques axés sur la participation à l'activité physique.
- Le **volet central** comprend des résultats d'apprentissage spécifiques (pour chacun des quatre modules) centrés sur la santé et le développement personnel.
- Le **volet de prestation adaptable** comprend des résultats d'apprentissage spécifiques élaborés par l'enseignant et/ou l'élève.

De plus, les résultats d'apprentissage spécifiques correspondent à certains résultats d'apprentissage généraux (RAG), comme on le verra dans les pages suivantes.

### Codes de modules

Les codes ci-dessous sont utilisés pour les modules respectifs :

<b>SA</b>	Stage d'activité physique (module A)
<b>GC</b>	Gestion de la condition physique (module B)
<b>NU</b>	Nutrition (module C)
<b>DP</b>	Développement personnel et social (module D)
<b>RS</b>	Relations saines (Module E)

### Codes des résultats d'apprentissage spécifiques

Un code est utilisé pour identifier chaque résultat d'apprentissage spécifique par année et par module, comme le montre l'exemple suivant :

- 12.SA.1** Les deux premiers chiffres indiquent l'année (12<sup>e</sup> année).  
Les deux lettres désignent le module (stage d'activité physique).  
Le dernier caractère indique le numéro du résultat d'apprentissage spécifique.

## Stage d'activité physique

### Module A : Stage d'activité physique (SA)

<b>RAG 3—Sécurité</b>	<i>L'élève doit être capable de se comporter de manière sécuritaire et responsable en vue de gérer les risques et de prévenir les blessures lors de la pratique d'activités physiques ainsi que dans la vie quotidienne.</i>
-----------------------	--

- 12.SA.1** Faire preuve d'aptitudes à la pensée critique, à la planification et à la prise de décision en rapport avec la conception et la mise en œuvre d'un plan personnel d'activité physique sécuritaire et éthique qui contribue à l'atteinte des éléments de condition physique reliés à la santé.
- 12.SA.2** Faire preuve d'une bonne compréhension du processus de gestion des risques et des responsabilités liées à la participation à l'activité physique.
- 12.SA.3** Démontrer les compétences nécessaires pour accéder à l'information et l'utiliser pour prendre des décisions éclairées en matière de sécurité et de gestion des risques en rapport avec la participation à l'activité physique; *notamment* : niveau d'instruction, niveau de surveillance, installations et environnement, équipement, vêtements et chaussures, considérations personnelles et autres.

<b>RAG 1— Motricité</b>	<i>L'élève doit posséder des habiletés motrices déterminées, comprendre le développement moteur et connaître des formes d'activité physique propres à divers milieux, à diverses cultures et à diverses expériences d'apprentissage.</i>
-------------------------	--

- 12.SA.4** Mettre en pratique les habiletés et concepts de mouvement dans les activités physiques choisies qui répondent aux objectifs d'un plan personnel d'activité physique.

<b>RAG 2—Gestion de la condition physique</b>	<i>L'élève doit être capable d'élaborer et de suivre un programme personnel de conditionnement physique pour demeurer actif physiquement et maintenir son bien-être la vie durant.</i>
---	--

- 12.SA.5** Participer à des activités physiques d'un niveau d'intensité modéré à vigoureux.
- 12.SA.6** Consigner par écrit la fréquence, l'intensité et le type d'activités physiques pratiquées ainsi que le temps consacré à la pratique, tel qu'indiqué dans le plan personnel d'activité physique et en rendre compte aux personnes concernées.
- 12.SA.7** Réfléchir aux réactions physiques et émotionnelles à la participation à l'activité physique, ainsi qu'aux influences qui s'exercent sur cette participation.

## Volet central

### Module B : Gestion de la condition physique (GC)

<b>RAG 4—Gestion personnelle et relations humaines</b>	<i>L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.</i>
--	--

**12.GC.1** Examiner le processus d'établissement d'objectifs comme moyen d'améliorer les comportements en matière de condition physique et/ou de santé.

**12.GC.2** Déterminer, appliquer et réviser les objectifs personnels visant des pratiques et des habitudes de vie saines, y compris la participation à l'activité physique.

<b>RAG 2—Gestion de la condition physique</b>	<i>L'élève doit être capable d'élaborer et de suivre un programme personnel de conditionnement physique pour demeurer actif physiquement et maintenir son bien-être la vie durant.</i>
---	--

**12.GC.3** Examiner les tendances actuelles en matière de santé et de condition physique.

**12.GC.4** Démontrer une compréhension des mythes et des idées fausses concernant la condition physique et la façon dont ces idées sont utilisées dans la publicité.

**12.GC.5** Examiner les méthodes utilisées par les publicitaires pour promouvoir et vendre des produits et des services relatifs à l'exercice, à la forme physique et à la santé.

**12.GC.6** Examiner les influences qui s'exercent sur les décisions que prennent les consommateurs relativement aux produits et services axés sur la condition physique.

**12.GC.7** Analyser les facteurs clés à prendre en considération au moment d'acheter des produits ou des services axés sur la condition physique.

## Module C : Nutrition (NU)

<b>RAG 5— Habitudes de vie saines</b>	<i>L'élève doit être capable de prendre des décisions éclairées pour maintenir un mode de vie sain, notamment en ce qui concerne les habitudes personnelles liées à la santé, l'activité physique, la nutrition, le tabagisme, l'alcoolisme, la toxicomanie et la sexualité.</i>
---	--

- 12.NU.1 Démontrer une compréhension de la différence entre une portion d'aliments et une portion du Guide alimentaire.
- 12.NU.2 Évaluer l'apport alimentaire personnel à l'aide du document *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien*.
- 12.NU.3 Démontrer une compréhension de la relation existant entre l'énergie dépensée au cours d'activités physiques et un poids-santé.
- 12.NU.4 Démontrer la capacité d'estimer ses dépenses d'énergie quotidiennes en analysant sa participation personnelle à l'activité physique.
- 12.NU.5 Expliquer les facteurs qui jouent un rôle dans le bilan énergétique et contribuent au maintien d'un poids-santé.
- 12.NU.6 Examiner la relation existant entre le maintien d'un poids-santé et la consommation de certaines substances alimentaires;  
*notamment* : sucre et matières grasses.
- 12.NU.7 Démontrer des stratégies de prise de décisions concernant les choix d'aliments et d'activités physiques qui contribuent à une bonne santé et au maintien d'un poids-santé.
- 12.NU.8 Examiner les causes et les symptômes des intoxications alimentaires (toxi-infections alimentaires) et démontrer une compréhension des moyens pour réduire au minimum les risques d'intoxication alimentaire.
- 12.NU.9 Démontrer une compréhension des stratégies de publicité et de marketing ainsi que de leur impact sur les achats d'aliments.
- 12.NU.10 Démontrer une compréhension de l'influence que peuvent avoir les mythes et idées fausses concernant l'alimentation et la nutrition sur la participation à des activités physiques quotidiennes, la performance sportive et la santé en général.

## Module D : Développement personnel et social (DP)

<b>RAG 4— Gestion personnelle et relations humaines</b>	<i>L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.</i>
---	--

- 12.DP.1 Démontrer une compréhension des caractéristiques et du développement d'équipes efficaces.
- 12.DP.2 Explorer et identifier les divers rôles et compétences nécessaires chez les membres d'une équipe pour en assurer le succès.
- 12.DP.3 Examiner les caractéristiques des chefs d'équipes efficaces et leur impact sur l'établissement de l'équipe.

## Module E : Relations saines (RS)

<b>RAG 4— Gestion personnelle et relations humaines</b>	<i>L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.</i>
---	--

<b>RAG 5— Habitudes de vie saines</b>	<i>L'élève doit être capable de prendre des décisions éclairées pour maintenir un mode de vie sain, notamment en ce qui concerne les habitudes personnelles liées à la santé, l'activité physique, la nutrition, le tabagisme, l'alcoolisme, la toxicomanie et la sexualité.</i>
---------------------------------------	--

- 12.RS.1 Démontrer une compréhension des caractéristiques des relations saines et de relations malsaines, et discuter des facteurs pouvant influencer sur leur développement.
- 12.RS.2 Démontrer une compréhension des communications efficaces dans une relation et l'impact éventuel de la technologie sur la communication dans une relation.
- 12.RS.3 Examiner les droits et responsabilités des partenaires dans une relation, et explorer en quoi le respect de ces droits et responsabilités peut influencer sur le développement des relations.
- 12.RS.4 Appliquer des stratégies de résolution de problèmes et de prise de décisions afin de reconnaître et de prévenir le développement de relations abusives et/ou de mettre fin à une relation non désirée.
- 12.RS.5 Appliquer des stratégies de résolution de problèmes et de prise de décisions permettant de reconnaître des relations malsaines, et trouver des formes de soutien et des services communautaires pouvant aider à résoudre les problèmes liés aux relations.

## Vue d'ensemble de la mise en œuvre

### **Philosophie pour une programmation efficace d'ÉP-ÉS en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années**

On trouvera ci-dessous les principaux concepts philosophiques à l'appui d'une programmation efficace d'ÉP-ÉS en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années.

- **Participation à l'activité physique tout au long de la vie.** Le but du programme d'études d'ÉP-ÉS en 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années est d'aider les élèves à acquérir les connaissances nécessaires et à développer les habiletés et les attitudes requises pour la planification personnelle d'une participation à l'activité physique pour la vie durant.
- **Prendre en main sa condition physique.** Compte tenu de l'âge et de la maturité des élèves de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années, le but est d'encourager les élèves à mieux prendre en charge leur condition physique et à participer davantage à des activités physiques correspondant à leurs capacités et à leurs intérêts personnels.
- **Prendre des décisions éclairées.** Le fait d'avoir des habitudes de vie saines intégrant l'activité physique contribue à la santé et au bien-être des personnes. Le but de la promotion de modes de vie actifs et sains pour tous les élèves demeure celui d'aider les élèves à comprendre l'importance de prendre des décisions judicieuses et éclairées relativement aux cinq grands domaines de risques pour la santé.
- **Choix et variété.** Un élément clé d'une participation à l'activité physique la vie durant consiste à trouver des activités qui nous plaisent et dans lesquelles nous performons bien. Lorsque les écoles peuvent offrir aux élèves un choix d'activités variées dans le modèle de prestation EN-classe, ou la possibilité de choisir leurs propres activités dans un volet HORS-classe, les élèves sont plus enclins à choisir des activités qu'ils aiment et qui correspondent à leurs intérêts et à leurs capacités.
- **Stratégies d'apprentissage actif et interactif.** Des recherches menées sur le cerveau (Cone *et al.*; Jensen) soutiennent l'approche qui consiste à obtenir l'engagement des élèves dans un apprentissage actif afin d'accroître le taux de persévérance et de rendre l'apprentissage plus pertinent, intéressant et agréable. Dans un environnement d'éducation physique, les stratégies d'apprentissage ou d'enseignement favorisent la participation des élèves grâce à une variété d'activités physiques qui font appel à des formes d'intelligence multiples (p. ex., intelligences corporelle/kinesthésique, visuelle, spatiale). Sur le plan de l'éducation à la santé, les stratégies d'apprentissage ou d'enseignement interactives (remue-ménages, Pense-Trouve un partenaire-Discute, jeux de rôles, etc.) favorisent l'interaction sociale et l'apprentissage coopératif, qui font appel à l'intelligence interpersonnelle.
- **Activités d'apprentissage coopératif et activités d'apprentissage faiblement compétitives.** Les activités d'apprentissage coopératif et les activités d'apprentissage

faiblement compétitives encouragent les interactions sociales positives entre les élèves, favorisent l'inclusion et permettent aux élèves de collaborer à l'atteinte d'un but commun. Les expériences compétitives qui permettent aux élèves de participer à des activités d'un niveau d'habileté égal ou presque égal au leur contribuent à augmenter la confiance en soi et à rendre les jeux et défis plus agréables.

- **Participation des parents, des familles et de la collectivité.** La création de partenariats est essentielle si l'on veut établir un environnement sain et favorable pour les enfants et les jeunes. Les écoles, les parents et toute la collectivité doivent travailler ensemble afin de concrétiser la vision d'un *mode de vie actif physiquement et sain pour tous les élèves*. La famille, l'école et la collectivité ont toutes un rôle déterminant à jouer afin d'offrir aux élèves du secondaire des possibilités de faire de l'activité physique de façon quotidienne ou régulière.
- **Promouvoir le développement durable.** L'ÉP-ÉS aide les élèves à apprendre comment des habitudes de vie saines et intégrant l'activité physique contribuent à la santé et au bien-être des humains, à l'environnement et à l'économie. Il est essentiel que les élèves comprennent les conséquences de leur comportement d'aujourd'hui et l'impact qu'il peut avoir sur leur qualité de vie future.

## Liens entre les résultats d'apprentissage généraux et les modules

Pour maintenir l'intégrité du *Cadre de l'ÉP-ÉS* et la vision du programme d'études, chacun des cinq modules du présent document est relié à un domaine ou sous-domaine d'un ou de plusieurs résultats d'apprentissage généraux (RAG). Les élèves de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année doivent montrer ce qu'ils ont appris par rapport aux résultats d'apprentissage généraux. On trouvera ci-dessous la description de chaque RAG et de la façon dont le programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, est lié à chaque RAG et favorise sa réalisation.

### RAG 1—Motricité



*L'élève doit posséder des habiletés motrices déterminées, comprendre le développement moteur et connaître des formes d'activité physique propres à divers milieux, à diverses cultures et à diverses expériences d'apprentissage.*

### Liens avec les modules de 12<sup>e</sup> année

Entre la maternelle et la 10<sup>e</sup> année, le programme d'ÉP-ÉS met l'accent sur l'acquisition et l'application des habiletés motrices dans une variété d'activités physiques afin de développer la compétence en activité physique. En 12<sup>e</sup> année, dans le cadre du module A, Stage d'activité physique, les élèves seront appelés à participer ou à se spécialiser dans des activités de leur choix. Ils établiront des objectifs personnels relatifs à leur plan d'activité physique. Ces objectifs personnels peuvent être axés sur des éléments de condition

physique reliés à la santé et/ou reliés aux habiletés, selon les choix d'activités physiques et sportives et les capacités des élèves.

## RAG 2—Gestion de la condition physique



*L'élève doit être capable d'élaborer et de suivre un programme personnel de conditionnement physique pour demeurer actif physiquement et maintenir son bien-être la vie durant.*

### *Liens avec les modules de 12<sup>e</sup> année*

Les résultats d'apprentissage spécifiques abordés dans le module B, Gestion de la condition physique, aident les élèves à développer des habitudes de participation quotidienne et/ou régulière à des activités physiques et à mieux comprendre comment acquérir et maintenir une santé et une condition physique optimales. Les élèves approfondiront le continuum des étapes du changement comportemental (stades de précontemplation, de contemplation, de préparation, d'action et de maintien) au moyen d'autoévaluations et ils utiliseront les résultats pour appliquer le processus du changement dans l'établissement d'objectifs. Le but ultime visé pour chaque élève est de considérer l'activité physique comme un facteur clé de la santé et de prendre en main sa propre condition physique grâce à une participation régulière à l'activité physique. Dans le stage d'activité physique, les élèves de 12<sup>e</sup> année doivent faire au moins 55 heures d'activités physiques modérées à vigoureuses contribuant à leur endurance cardiorespiratoire et à un ou plusieurs autres éléments de condition physique reliés à la santé (force musculaire, endurance musculaire et flexibilité).

Les leçons du module B, Gestion de la condition physique, aideront les élèves à établir des objectifs personnels pour leur santé et leur forme physique en vue du stage d'activité physique. De plus, les thèmes de la consommation, des tendances et des idées fausses relatives à la santé et à la forme physique qui y sont abordés guideront les élèves dans la prise de meilleures décisions touchant l'intégration de l'activité physique dans leur vie. Pour leur stage d'activité physique, les élèves choisiront des activités physiques EN-classe ou HORS-classe qui sont sécuritaires, conformes à l'éthique et appropriées à leur âge et à leur développement, et qui contribueront à la poursuite des objectifs de leur plan d'activité physique. Le modèle de prestation HORS-classe fournit aux élèves davantage d'occasions de se sentir responsables et imputables de leur participation, tout en bénéficiant des conseils et d'un soutien de leur enseignant et de leurs parents.

L'évaluation de la condition physique est facultative dans le programme d'études. Si l'enseignant et/ou les élèves choisissent d'évaluer la condition physique, ils doivent utiliser une approche humaniste qui met l'accent sur l'éducation, la prévention et l'intervention. L'évaluation de la condition physique sert à établir des objectifs personnels et à suivre les progrès individuels plutôt qu'à comparer les résultats des élèves à ceux des autres, comme dans les tests basés sur des normes (évaluation normative).

Pour plus d'informations sur l'évaluation de la condition physique, consulter les *Lignes directrices pour l'évaluation de la condition physique dans les écoles du Manitoba – Une ressource pour Éducation physique et Éducation à la santé* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba), disponible sur le CD-ROM qui accompagne le présent document, et sur le site [http://www.edu.gov.mb.ca/frpub/ped/epes/evaluation/lignes\\_directrices.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/frpub/ped/epes/evaluation/lignes_directrices.pdf).

### RAG 3—Sécurité



*L'élève doit être capable de se comporter de manière sécuritaire et responsable en vue de gérer les risques et de prévenir les blessures lors de la pratique d'activités physiques ainsi que dans la vie quotidienne.*

#### *Liens avec les modules de 12<sup>e</sup> année*

Le RAG 3 est encore mis de l'avant dans le module A, Stage d'activité physique, et dans le module B, Gestion de la condition physique, par rapport à la participation à l'activité physique, et dans les autres modules d'ÉP-ÉS pour la prise de décisions favorisant la sécurité dans la vie quotidienne. L'éducation relative à la sécurité et la gestion des risques sont des éléments essentiels pour aider les élèves à éviter les blessures, à diminuer les risques et à éviter les situations potentiellement dangereuses, que le sujet touche l'éducation physique ou l'éducation à la santé.

Les élèves, les parents, l'école et la communauté ont tous un rôle à jouer dans la gestion des risques au cours des activités non scolaires s'inscrivant dans le modèle de prestation HORS-classe de ce cours. Ce modèle permet aux élèves de choisir des activités physiques correspondant à leurs propres intérêts et capacités, ce qui les rend davantage responsables, ainsi que leurs parents, et mieux informés des comportements sécuritaires et judicieux requis durant ces activités physiques.

Comme toutes les activités physiques comportent un élément de risque, les enseignants, les parents et les élèves doivent s'efforcer en tout temps de réduire au minimum les risques et les dangers. Les élèves et les parents doivent suivre les politiques et procédures locales (p. ex., procédure de signatures) pour les activités physiques scolaires ou non scolaires dans le modèle de prestation HORS-classe.

Les élèves devront connaître les comportements sécuritaires et responsables pour gérer les risques et prévenir les blessures durant la participation à des activités physiques en tenant compte des facteurs de risque ci-dessous :

- niveau de risque de l'activité;
- niveau d'instruction;
- niveau de surveillance;
- installations/environnement;
- équipement;

- vêtements/chaussures;
- facteurs environnementaux;
- considérations personnelles et autres.

Le document *Manuel de la sécurité HORS-classe* fournit des listes de vérification sur la sécurité des activités physiques pour appuyer la mise en œuvre du module A, Stage d'activité physique. Ces listes de vérification ont pour but d'aider à fournir aux élèves, aux enseignants et aux parents les renseignements nécessaires en matière de sécurité. Toutefois, bon nombre de ces listes présentent des stratégies de gestion des risques recommandées en tant que normes minimales pour la participation à des programmes qui sont le plus souvent organisés. Les instructeurs, les entraîneurs ou les responsables de programmes d'activités physiques HORS-classe peuvent aussi imposer des normes de sécurité plus strictes. Ces normes peuvent varier selon la nature de l'activité (p. ex., activités récréatives plutôt que compétitives). Toute variable pertinente peut augmenter ou diminuer les risques encourus, comme l'expérience personnelle de l'élève, son niveau d'habileté et de forme physique, l'intensité de l'activité et le comportement personnel de l'élève durant la participation à l'activité.

Pour plus d'informations concernant la sécurité et les listes de vérification sur la sécurité des activités physiques, consulter le document *Manuel de la sécurité HORS-classe* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba), qui est disponible sur le site au <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/docmin.html>.

#### RAG 4—Gestion personnelle et relations humaines



*L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.*

##### *Liens avec les modules de 12<sup>e</sup> année*

Dans le programme d'études de 12<sup>e</sup> année, le module C, Développement personnel et social, et le module E, Relations saines, sont des prolongements des résultats d'apprentissage relatifs au développement personnel et au développement social.

Les compétences rattachées à la gestion personnelle et aux relations humaines qui sont indiquées dans le *Cadre* sont renforcées dans chaque module :

- habiletés de planification/d'établissement d'objectifs;
- habiletés dans la prise de décisions/résolution de problèmes;
- habiletés interpersonnelles;
- habiletés dans la résolution de conflits;
- habiletés dans la gestion du stress.

Par exemple, les habiletés de planification/d'établissement d'objectifs sont renforcées dans les leçons du module B, Gestion de la condition physique. Les habiletés de prise de décisions/résolution de problèmes continuent d'être mises en évidence dans chaque module.

## RAG 5—Habitudes de vie saines



*L'élève doit être capable de prendre des décisions éclairées pour maintenir un mode de vie sain, notamment en ce qui concerne les habitudes personnelles liées à la santé, l'activité physique, la nutrition, le tabagisme, l'alcoolisme, la toxicomanie et la sexualité.*

### *Liens avec les modules de 12<sup>e</sup> année*

Les domaines de Nutrition, Vie active et Sexualité, définis dans le RAG 5 du *Cadre*, sont repris dans le programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année dans le module C : Nutrition, le module A : Stage d'activité physique, et le module E : Relations saines. On continue d'insister plus particulièrement sur l'accès à des informations exactes et utiles pour appuyer la prise de décisions favorisant la santé (p. ex., une alimentation saine). L'apprentissage des bienfaits et de l'importance d'habitudes de vie saines et actives pour la prévention des maladies chroniques occupe aussi une place importante. Le programme aborde également le thème des relations saines et malsaines, mettant l'accent sur la communication, les droits et responsabilités et les formes de soutien et services communautaires.

## Planification de l'enseignement

### Directives et outils de planification

La section Vue d'ensemble du document *Éducation physique et Éducation à la santé Secondaire 1 et Secondaire 2 : Programme d'études, Document de mise en œuvre pour un mode de vie actif et sain* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba) présente des lignes directrices pour la planification relativement à divers sujets pour les cours d'ÉP-ÉS de 9<sup>e</sup> et de 10<sup>e</sup> années, qui aideront les enseignants d'ÉP-ÉS à planifier les activités dans le cadre du modèle de prestation EN-classe pour les élèves de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années.

Pour pouvoir accéder plus facilement à ces informations dans le contexte du programme d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, les enseignants trouveront à l'annexe D, Lignes directrices pour la planification en Éducation physique et Éducation à la santé, des instructions et des suggestions dans les domaines suivants :

- Partie A : Planification de l'enseignement;
  - Créer un environnement d'apprentissage favorable;
  - Mettre en œuvre les lignes directrices pour les résultats d'apprentissage généraux;
  - Planification pour les élèves ayant des besoins spéciaux;
  - Créer un environnement d'apprentissage sécuritaires favorisant l'enseignement d'un contenu potentiellement délicat;
  - Planification annuelle/semestrielle;
  - Planification d'unités;
  - Planification de leçons;
- Partie B : Planification de l'évaluation;
- Partie C : Planification supplémentaire.

Les enseignants peuvent également consulter l'annexe G, Outils de planification et formulaires communs, à la fin du présent document. On les encourage aussi à utiliser les outils de planification fournis sur le site d'Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba au <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/docmin.html>.

## Stratégies d'apprentissage actif

Bon nombre des stratégies d'enseignement et d'évaluation suggérées dans chaque module du présent programme d'études sont de type actif ou interactif et encouragent les élèves à collaborer avec leurs pairs, leurs parents ou tuteurs, les aînés et d'autres adultes de leur collectivité. L'interaction avec d'autres personnes permet aux élèves de clarifier et d'explorer leurs propres idées, d'approfondir leurs connaissances, d'apprendre des autres, de présenter des arguments dans des discussions et de construire de nouvelles interprétations.

On encourage l'enseignant à utiliser des stratégies d'apprentissage actif et/ou interactif qui facilitent la discussion et la prise de décisions favorables à la santé, et qui s'adaptent à différentes approches d'apprentissage (p. ex., préparation d'affiches ou de brochures, remue-méninges, exercices de réflexion, débats, pièce de théâtre, chansons, vidéoclips, entrevues, études de cas, boîte à questions anonymes). L'usage d'exemples tirés de faits récents traités dans les journaux, les revues, à la télévision, à la radio ou dans les films crée une distance entre le contenu et les élèves et facilite la discussion de certains sujets. En outre, des recherches portant sur le cerveau confirment les avantages de stratégies d'apprentissage physiquement actives puisque l'activité physique accélère la circulation sanguine et l'oxygénation du cerveau.

L'annexe E, Stratégies d'apprentissage actif, présente des exemples de stratégies d'apprentissage physiquement actives, p. ex., Le manège à remue-méninges et Chasse au trésor, et des stratégies d'apprentissage interactif comme la stratégie Jigsaw, Pense-Trouve un partenaire-Discute, et Réfléchis bien-Trouve le lien.

## Évaluation et communication des résultats

Pour l'attribution des crédits d'ÉP-ÉS aux élèves de 11<sup>e</sup> année et de 12<sup>e</sup> années, les résultats des cours seront consignés sous forme d'une désignation « complet » ou « incomplet », et non en pourcentages (*Document de politiques*, p. 14). Par conséquent, les rapports d'évaluation et de communication des résultats auront peut-être un aspect différent, mais les principes sous-jacents et les pratiques exemplaires appliquées demeureront les mêmes.

Les enseignants d'ÉP-ÉS auront besoin d'outils et de stratégies d'évaluation aux multiples facettes pour un certain nombre de raisons. Premièrement, le processus d'évaluation doit mesurer les aspects kinesthésique, affectif et cognitif de l'apprentissage de chaque élève. Deuxièmement, l'évaluation doit tenir compte de tous les élèves dans un environnement d'apprentissage inclusif. Troisièmement, comme le programme d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années permet aux écoles de choisir un modèle de prestation EN-classe et HORS-classe, l'évaluation doit être assez adaptable pour offrir ce choix et la flexibilité nécessaire. Enfin, comme on le mentionnait précédemment, les écoles feront rapport sur les crédits liés au cours au moyen d'une désignation « complet » ou « incomplet », et non en pourcentages.

La présente section sur l'évaluation et la communication des résultats suggère des outils et des stratégies d'évaluation qui aideront les enseignants à déterminer si les élèves font la preuve qu'ils ont satisfait aux attentes relatives aux résultats d'apprentissage spécifiques avant de leur créditer le cours.

Des suggestions d'évaluation de la réussite des résultats d'apprentissage sont également fournies dans d'autres documents du Ministère :

- *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain* (Éducation et Formation professionnelle Manitoba)
- *Lignes directrices pour l'évaluation de la condition physique dans les écoles du Manitoba – Une ressource pour Éducation physique et Éducation à la santé* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba)
- *Repenser l'évaluation en classe en fonction des buts visés : L'évaluation au service de l'apprentissage, L'évaluation en tant qu'apprentissage, L'évaluation de l'apprentissage* (Earl, Katz, et Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba)
- *La communication des apprentissages de l'élève : Lignes directrices pour les écoles* (Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba)

La discussion ci-dessous résume les réflexions sur l'évaluation contenues dans ces documents du point de vue unique de la classe d'ÉP-ÉS moderne, et aborde les sujets suivants :

- Buts de l'évaluation
  - Évaluation *au service de* l'apprentissage;
  - Évaluation *en tant qu'*apprentissage;
  - Évaluation *de* l'apprentissage.
  
- Détermination de la réussite du cours
  - Évaluation du stage d'activité physique;
  - Évaluation du volet central;
  - Évaluation du volet de prestation adaptable.

## **Buts de l'évaluation**

Le document *Repenser l'évaluation en classe en fonction des buts visés* (Earl, Katz et Éducation, Citoyenneté et Jeunesse Manitoba) définit trois buts de l'évaluation : l'évaluation *au service de* l'apprentissage, l'évaluation *en tant qu'*apprentissage et l'évaluation *de* l'apprentissage.

### **Évaluation *au service de* l'apprentissage**

L'évaluation *au service de* l'apprentissage vise à fournir des données aux enseignants pour qu'ils modifient et différencient leurs activités d'enseignement et d'apprentissage. Elle part du principe que les élèves apprennent de façon personnelle mais aussi que bon nombre d'entre eux suivent des stades et des cheminements prévisibles. Elle exige une planification soignée de la part des enseignants de façon qu'ils se servent des données recueillies pour déterminer non seulement ce que les élèves savent mais également s'ils mettent ce savoir en application, comment ils le font et quand. Les enseignants peuvent aussi se servir de ces renseignements pour simplifier et orienter l'enseignement et les ressources, ainsi que pour fournir des commentaires aux élèves afin de les aider à progresser dans leur apprentissage.

Des recherches ont clairement démontré que la réussite des élèves augmente quand l'enseignant fournit davantage de rétroaction descriptive sur le rendement de l'élève (Black et Wiliam). Dans les cours d'ÉP-ÉS de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années, les élèves tireront profit de ces commentaires de l'enseignant fournis au cours d'entretiens, de séances d'encadrement et d'observations en classe.

L'évaluation *au service de* l'apprentissage se fait tout au long du processus d'apprentissage, de façon interactive, lorsque l'enseignant :

- adapte l'enseignement aux résultats d'apprentissage ciblés;
- détermine les besoins d'apprentissage particuliers de certains élèves ou groupes;
- choisit et adapte le matériel et les ressources;

- crée des stratégies d'enseignement différencié et des possibilités d'apprentissage spéciales pour aider certains élèves à progresser dans leur apprentissage;
- fournit une rétroaction et des instructions immédiates aux élèves.

### Évaluation *en tant qu'*apprentissage

L'évaluation *en tant qu'*apprentissage est un processus qui vise à développer et à favoriser la métacognition chez les élèves. Elle met l'accent sur le rôle de l'élève comme agent premier dans l'établissement des liens entre l'évaluation et l'apprentissage. Quand les élèves agissent comme évaluateurs actifs, engagés et critiques, ils donnent un sens aux contenus d'apprentissage, les relient à ce qu'ils connaissent déjà et s'en servent pour apprendre davantage. C'est le processus de régulation métacognitive, qui survient lorsque les élèves veillent eux-mêmes à leur apprentissage et qu'ils se servent des rétroactions ainsi recueillies pour faire des ajustements, des adaptations et même des changements importants à ce qu'ils comprennent.

Black et Wiliam ont montré que la réussite des élèves augmente lorsqu'ils participent davantage à leur propre évaluation. La réflexion, appuyée par des outils comme l'établissement d'objectifs, le retour hebdomadaire sur l'activité physique, et l'autoévaluation ou l'évaluation par les pairs, augmente les chances de réussite des élèves.

Le rôle de l'enseignant dans la promotion du développement de l'autonomie chez les apprenants grâce à l'évaluation *en tant qu'*apprentissage consiste à :

- montrer et enseigner les habiletés en autoévaluation;
- aider les élèves à se fixer des objectifs et suivre leurs progrès en fonction de ces objectifs;
- fournir des modèles et des pratiques exemplaires ainsi que des travaux de qualité illustrant les résultats d'apprentissage prescrits;
- élaborer avec les élèves des critères bien définis concernant les pratiques exemplaires;
- aider les élèves à trouver des mécanismes de rétroaction interne ou d'autoévaluation pour qu'ils confirment et remettent en question leur raisonnement, et pour qu'ils s'habituent à l'ambiguïté et à l'incertitude qui accompagnent inévitablement l'apprentissage de quelque chose de nouveau;
- fournir des occasions régulières et stimulantes de s'exercer pour que les élèves deviennent confiants et compétents en autoévaluation;
- veiller au processus métacognitif des élèves ainsi qu'à leur apprentissage, et fournir des commentaires descriptifs;
- créer une atmosphère où les élèves ne craignent pas de prendre des risques et où ils peuvent facilement compter sur un soutien;
- établir des objectifs réalistes (des objectifs précis, mesurables, atteignables, réalistes et limités dans le temps – voir le module B, leçon 1).

L'augmentation graduelle de la responsabilité des élèves par rapport à l'évaluation fait partie du développement de leur autonomie en tant qu'apprenants pour la vie. Le but visé est de diminuer la dépendance des élèves face aux consignes de l'enseignant durant l'apprentissage et aux notes obtenues comme validation de leurs réalisations. Cet aspect est primordial si l'on veut amener les élèves à prendre leurs responsabilités pour leur propre condition physique et l'élaboration d'un programme d'exercice qui convient à leur mode de vie et au temps disponible.

Le paragraphe ci-dessous présente des suggestions pour accroître le rôle des élèves dans l'évaluation.

- **Encourager les élèves à suggérer des devoirs ou travaux différents pour montrer ce qu'ils ont appris.**
- **Faire participer les élèves à l'établissement de nouvelles rubriques de notation.**  
Une classe qui prépare un exposé oral, par exemple, peut définir une rubrique en suivant plusieurs étapes :
  - faire un remue-méninges sur les qualités d'un exposé efficace;
  - peaufiner les critères après avoir observé un exposé simulé ou sur vidéo;
  - énumérer les critères par ordre de priorité et attribuer des valeurs.

- **Utiliser des outils d'évaluation pour amener les élèves à réfléchir et à s'autoévaluer chaque fois que l'occasion se présente.**

Les outils d'évaluation peuvent inclure les suivants :

- registre/journal d'apprentissage;
- énoncés des objectifs;
- annotations/commentaires personnels sur ses travaux;
- rubriques d'autoévaluation.

(Voir l'annexe F, Exemples d'outils d'évaluation et de listes de vérification.)

- **Rendre l'évaluation transparente « en commençant par la fin ».**

Le modèle « en commençant par la fin » préconisé par Wiggins et McTighe propose trois stades distincts mais interdépendants :

1. Déterminer les résultats escomptés.
2. Déterminer les preuves de réussite acceptables.
3. Planifier les expériences d'apprentissage et d'enseignement.

Il est important de planifier les évaluations avant l'enseignement, et de communiquer aux élèves et aux parents les attentes quant à la réussite du cours au

début de chaque étape pour aider les élèves à comprendre précisément les produits à présenter et les performances à exécuter comme preuves de leur apprentissage. Cette approche incite aussi les parents à fournir un soutien et des encouragements à leur enfant afin d'accroître les probabilités que ces éléments d'évaluation seront complétés et soumis à temps.

## Évaluation *de* l'apprentissage

L'évaluation *de* l'apprentissage est de nature sommative et sert à confirmer ce que les élèves savent et sont en mesure de faire, et parfois, à indiquer comment ils se classent par rapport aux autres élèves. Les enseignants s'efforcent d'utiliser l'évaluation pour fournir des commentaires exacts et fiables sur la prestation des élèves.

L'évaluation *de* l'apprentissage désigne des stratégies visant à confirmer ce que les élèves savent, à démontrer s'ils ont atteint les résultats d'apprentissage du programme d'études ou les objectifs de leur programme personnalisé, ou à confirmer leurs capacités et à prendre des décisions quant aux futurs programmes ou placements des élèves. Elle permet de fournir des preuves de la réussite des élèves aux parents, aux autres éducateurs, aux élèves eux-mêmes et parfois à des groupes extérieurs (p. ex., employeurs, autres établissements d'enseignement). L'évaluation *de* l'apprentissage est l'évaluation qui devient publique et est représentée par des rubriques (énoncés) ou des symboles illustrant ce que les élèves apprennent. Elle contribue souvent à la prise de décisions capitales qui influenceront sur l'avenir des élèves. Il importe donc que la logique sous-jacente et la mesure d'évaluation *de* l'apprentissage soient crédibles et défendables.

Étant donné la nature expérientielle de l'apprentissage en éducation physique, la réflexion personnelle et l'autoévaluation représentent un volet important du processus d'évaluation *de* l'apprentissage. Les élèves doivent comprendre l'importance de surveiller leurs propres progrès à mesure qu'ils tentent d'atteindre, par exemple, les objectifs en matière de condition physique définis dans leur plan d'activité physique. Comme l'évaluation *de* l'apprentissage a souvent des conséquences d'une grande portée sur les élèves, les enseignants doivent faire montre d'exactitude et d'équité dans la communication des résultats, en se fondant sur les preuves les plus récentes obtenues dans divers contextes et applications.

Pour une évaluation efficace *de* l'apprentissage, l'enseignant doit fournir :

- le but visé par une évaluation particulière *de* l'apprentissage à un moment précis;
- des descriptions claires des apprentissages attendus de l'élève;
- les moyens par lesquels les élèves pourront démontrer leur compétence et leurs habiletés;
- une série de mécanismes de rechange permettant d'évaluer les mêmes résultats d'apprentissage;

- des éléments de référence publics et défendables qui formeront la base des jugements;
- des approches transparentes en matière d'interprétation;
- la description du processus d'évaluation;
- des stratégies de recours advenant un désaccord par rapport à la décision.

Avec l'aide de leurs enseignants, les élèves peuvent voir les évaluations de l'apprentissage comme des occasions de démontrer leur réussite, leur compétence et l'étendue et la profondeur de leur apprentissage.

## Détermination de la réussite du cours

La réussite du cours d'ÉP-ÉS chez les élèves de 11<sup>e</sup> et de 12<sup>e</sup> années est évaluée non pas en pourcentage mais au moyen des désignations *complet* et *incomplet*. La désignation *complet* indique que l'élève a atteint les résultats d'apprentissage prescrits et a réussi les expériences d'apprentissage en fonction des critères choisis et des attentes définies par l'enseignant. L'enseignant doit évaluer les crédits d'ÉP-ÉS attribuables et les communiquer en conformité avec la politique élaborée localement.

Les outils d'évaluation comme les portfolios, les observations et les notes anecdotiques de l'enseignant ainsi que les tests de performance et les examens peuvent servir à l'évaluation de ce que les élèves savent et sont capables de faire dans divers contextes. (Des exemples de listes de vérification et de formulaires de suivi pour l'enseignant sont fournis à l'annexe F, Exemples d'outils d'évaluation et de listes de vérification.)

Il existe une foule de méthodes permettant de recueillir, d'interpréter et de communiquer des données sur ce que les élèves savent et sont en mesure de faire, et les enseignants ont à leur disposition bon nombre d'excellentes ressources à cette fin. Bien que certaines méthodes soient associées à l'évaluation durant l'enseignement et l'apprentissage, d'autres sont plutôt rattachées à l'évaluation en fin d'unité ou d'étape, mais on peut utiliser une variété de méthodes pour les trois types d'évaluation : évaluation *au service de* l'apprentissage, évaluation *en tant qu'*apprentissage et évaluation *de* l'apprentissage. L'important, c'est que l'enseignant précise d'abord le but de l'évaluation et choisisse ensuite la méthode qui se prête le mieux à l'atteinte de ce but dans ce contexte particulier.

## Évaluation du Stage d'activité physique

Chaque élève doit participer à un stage d'activité physique, c'est-à-dire que pendant une période donnée, il doit participer à au moins 55 heures d'activité physique d'une intensité modérée à vigoureuse qui contribue à l'endurance cardiorespiratoire, plus un ou plusieurs éléments de la condition physique reliés à la santé (force musculaire, endurance musculaire et flexibilité) (*Document de politiques*, p. 5).

Aux fins de l'évaluation du stage d'activité physique, l'élève doit fournir un portfolio de condition physique personnelle comme preuve de sa réussite du stage d'activité physique. Ce portfolio doit comprendre des éléments comme un plan de condition physique, un registre des activités physiques ou des entrées dans un journal et des réflexions personnelles (*Document de politiques*, p. 14).

Le but du portfolio de condition physique personnelle est de faire la preuve que l'élève a pris en main sa condition physique en préparant un plan personnel d'activité physique et en participant à des activités physiques. La planification doit comporter l'établissement et l'analyse d'objectifs personnels ainsi que des mesures de sécurité et de gestion des risques. Le portfolio de condition physique personnelle doit contenir des preuves visant à démontrer la réussite des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain. La planification vise principalement la participation à l'activité physique, mais elle peut également intégrer d'autres questions reliées à la santé.

Comme preuves de l'apprentissage des élèves, on recommande l'utilisation des éléments suivants dans le portfolio de condition physique personnelle :

1. plan d'activité physique (incluant les objectifs personnels);
2. plan de sécurité et de gestion des risques (incluant des listes de vérification sur la sécurité et un formulaire de sécurité);
3. les formulaires de déclaration et de consentement du parent, et de consentement de l'élève;
4. un registre de l'activité physique (où sont consignées au moins 55 heures d'activités physiques d'intensité modérée à vigoureuse qui sont sécuritaires, conformes aux règles d'éthique et appropriées à l'âge/au niveau de développement);
5. des réflexions sur la condition physique (consignées régulièrement).

Les enseignants doivent évaluer et communiquer les crédits d'ÉP-ÉS à attribuer. Il incombe aussi à l'enseignant de déterminer si les éléments du portfolio de condition physique personnelle sont appropriés en fonction des critères établis localement avant d'en autoriser l'application.

L'enseignant peut également décider de la forme sous laquelle les élèves devront présenter leur portfolio de condition physique personnelle, par exemple :

- lors d'une fête organisée par le ou les enseignants;
- lors d'un exposé organisé par l'élève (sur invitation des participants);
- en format électronique ou multimédia;
- au cours d'un entretien élève-enseignant.

Les résultats d'apprentissage qui doivent être évalués sont liés principalement aux résultats d'apprentissage généraux (RAG) suivants :

- RAG 1 – Motricité
- RAG 2 – Gestion de la condition physique
- RAG 3 – Sécurité

Le tableau ci-dessous suggère des éléments et des critères de réussite du module Stage d'activité physique. Pour chacun des résultats d'apprentissage indiqués, le tableau présente des suggestions de stratégies d'enseignement ou d'apprentissage et des questions - repères pour le développement du critère. À leur tour, ces éléments et critères pourront servir à prouver que l'élève a atteint les résultats d'apprentissage reliés précisément au plan d'activité physique, au plan de sécurité et de gestion des risques, aux formulaires de signatures, au registre d'activité physique et aux réflexions/annotations du portfolio. Les documents de ressource (DR) cités dans le tableau sont fournis à la section Documents de ressources à la fin du présent document.

D'autres détails sur la façon d'appliquer le stage d'activité physique sont indiqués dans le module A, Stage d'activité physique.

<b>Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique</b>		
Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>Module A : Stage d'activité physique (SA)</b>		
<b>12.SA.1</b> Faire preuve d'aptitudes à la pensée critique, à la planification et à la prise de décision en rapport avec la conception et la mise en œuvre d'un plan personnel d'activité physique sécuritaire et éthique qui contribue à l'atteinte des éléments de condition physique reliés à la santé.	DR 1–SA DR 2–SA	Est-ce que l'élève peut élaborer un plan d'activité physique qui satisfait aux exigences du cours tout en l'aidant à atteindre les objectifs personnels fixés par l'élève?
<b>12.SA.2</b> Faire preuve d'une bonne compréhension du processus de gestion des risques et des responsabilités liées à la participation à l'activité physique.	DR 4–SA	Est-ce que l'élève reconnaît sa responsabilité dans la participation à des activités qui sont sécuritaires?
<b>12.SA.3</b> Démontrer les compétences nécessaires pour accéder à l'information et l'utiliser pour prendre des décisions éclairées en matière de sécurité et de gestion des risques en rapport avec la participation à l'activité physique;  <i>notamment</i> : niveau d'instruction, niveau de surveillance, installations et environnement, équipement, vêtements et chaussures, considérations personnelles et autres	DR 4–SA	Est-ce que l'élève peut discuter de divers moyens d'accéder à l'information pertinente concernant sa propre sécurité à l'école et dans son milieu de vie?

(suite)

<b>Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique (suite)</b>		
Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>12.SA.5</b> Participer à des activités physiques d'un niveau d'intensité modéré à vigoureux.	DR 7-SA	Est-ce que l'élève a démontré sa compréhension de ce en quoi consiste une activité physique d'intensité modérée ou vigoureuse?
<b>12.SA.6</b> Consigner par écrit la fréquence, l'intensité et le type d'activités physiques pratiquées ainsi que le temps consacré à la pratique, tel qu'indiqué dans le plan personnel d'activité physique, en rendre compte aux personnes concernées et réfléchir sur sa participation à l'activité physique.	DR 7-SA	Est-ce que l'élève peut consigner et conserver des informations exactes et à jour sur ses progrès dans son plan personnel d'activité physique?
<b>12.SA.7</b> Réfléchir aux réactions physiques et émotionnelles à la participation à l'activité physique, ainsi qu'aux influences qui s'exercent sur cette participation.	DR 7-SA	Est-ce que l'élève peut faire une rédaction et tenir une discussion en détail au sujet de l'impact de l'activité physique sur son bien-être physique et émotionnel?

## Évaluation du Volet central

Les modules du volet central d'ÉP-ÉS de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains, sont les suivants :

- Module B : Gestion de la condition physique
- Module C : Nutrition
- Module D : Développement personnel et social
- Module E : Relations saines
- Les résultats d'apprentissage qui doivent être évalués sont rattachés principalement aux RAG ci-dessous :
  - RAG 2 – Gestion de la condition physique
  - RAG 3 – Sécurité
  - RAG 4 – Gestion personnelle et relations humaines
  - RAG 5 – Habitudes de vie saines

Le tableau ci-dessous indique les résultats d'apprentissage spécifiques et des exemples de stratégies d'enseignement/d'évaluation contenus dans les modules du volet central. Des questions-repères pour l'évaluation sont également incluses en regard de chaque résultat

d'apprentissage. Ces stratégies et questions deviendront les éléments et critères qui peuvent servir à évaluer la réussite de l'élève. Les DR cités dans le tableau sont présentés à la section Documents de ressources à la fin du présent document. L'enseignant peut choisir d'utiliser le portfolio pour évaluer le cours au complet (y compris les modules A à E), ou des outils d'évaluation différents pour les modules B à E. Un exemple de rubrique de portfolio est fourni à l'annexe F : Exemples d'outils d'évaluation et de listes de vérification. Cette rubrique pourrait servir à l'évaluation du portfolio de la condition physique personnelle, du portfolio d'un cours, ou des deux.

<b>Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique</b>		
Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>Module B : Gestion de la condition physique (GC)</b>		
<b>12.GC.1</b> Examiner le processus d'établissement d'objectifs comme moyen d'améliorer les comportements en matière de condition physique et/ou de santé.	DR 1–GC	Est-ce que l'élève peut utiliser le modèle d'établissement d'objectifs pour faire une analyse critique de ses progrès dans son plan d'activité physique?
<b>12.GC.2</b> Déterminer, appliquer et réviser les objectifs personnels visant des pratiques et des habitudes de vie saines, y compris la participation à l'activité physique.	DR 3–GC DR 4–GC	Est-ce que l'élève peut s'en rendre compte si ses objectifs personnels doivent être révisés?
<b>12.GC.3</b> Examiner les tendances actuelles en matière de santé et de condition physique.	Prédictions et analyse relativement aux tendances (Leçon 2)	Est-ce que l'élève peut reconnaître, dans les divers médias ou au cours de ses recherches, les tendances actuelles en matière de santé et de condition physique?
<b>12.GC.4</b> Démontrer une compréhension des mythes et des idées fausses concernant la condition physique et la façon dont ces idées sont utilisées dans la publicité.	DR 5–GC	Est-ce que l'élève peut faire la différence entre les ruses et la désinformation, d'une part, et les faits ou réalités en matière de forme physique, d'autre part?
<b>12.GC.5</b> Examiner les méthodes utilisées par les publicitaires pour promouvoir et vendre des produits et des services relatifs à l'exercice, à la forme physique et à la santé	Analyse d'annonces (Leçon 4)	Est-ce que l'élève peut déceler les ruses ou astuces utilisées par les annonceurs pour convaincre les consommateurs d'acheter les produits liés à la santé ou à la forme physique, ou d'utiliser les équipements de conditionnement physique?

(suite)

### Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique *(suite)*

Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>12.GC.6</b> Examiner les influences qui s'exercent sur les décisions que prennent les consommateurs relativement aux produits et services axés sur la condition physique.	Pense-Trouve un partenaire-Discute	Est-ce que l'élève peut déterminer pourquoi les gens achètent des produits axés sur la condition physique ou la santé quand l'efficacité de bon nombre de ces produits n'a pas été prouvée?
<b>12.GC.7</b> Analyser les facteurs clés à prendre en considération au moment d'acheter des produits ou des services axés sur la condition physique.	Évaluer un centre de conditionnement physique (Leçon 5) Faire une publicité pour un centre de conditionnement physique idéal (Leçon 5)	Est-ce que l'élève peut décrire ce qu'il faut faire ou savoir avant d'acheter un équipement de conditionnement physique ou de s'abonner à un club de santé ou un gymnase?
<b>Module C : Nutrition (NU)</b>		
<b>12.NU.1</b> Démontrer une compréhension de la différence entre une portion d'aliments et une portion du Guide alimentaire.	DR 1–NU Les portions de chaque groupe alimentaire ne sont pas aussi grosses qu'on le croit (Leçon 1)	Est-ce que l'élève peut trouver des stratégies pour faire la différence entre les portions d'aliments consommées et les portions du <i>Guide alimentaire canadien</i> ?
<b>12.NU.2</b> Évaluer l'apport alimentaire personnel à l'aide du document <i>Bien manger avec le Guide alimentaire canadien</i> .	DR 3–NU	Est-ce que l'élève peut faire une analyse critique de son apport alimentaire et suggérer des façons de l'améliorer?
<b>12.NU.3</b> Démontrer une compréhension de la relation existant entre l'énergie dépensée au cours d'activités physiques et un poids-santé.	Dépense énergétique par l'activité physique (Leçon 2)	Est-ce que l'élève peut expliquer la relation entre le niveau d'intensité de l'activité physique et le poids-santé?
<b>12.NU.4</b> Démontrer la capacité d'estimer ses dépenses d'énergie quotidiennes en analysant sa participation personnelle à l'activité physique.	DR 6–NU	Est-ce que l'élève peut utiliser un moniteur de pulsations cardiaques, un podomètre ou d'autres types de technologies et un tableau d'activité approprié pour déterminer sa dépense énergétique quotidienne?

*(suite)*

<b>Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique (suite)</b>		
Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>12.NU.5</b> Expliquer les facteurs qui jouent un rôle dans le bilan énergétique et contribuent au maintien d'un poids-santé.	DR 8–NU	Est-ce que l'élève peut expliquer comment l'apport énergétique et la dépense énergétique influent sur son poids?
<b>12.NU.6</b> Examiner la relation existant entre le maintien d'un poids-santé et la consommation de certaines substances alimentaires (c.-à-d. sucre et matières grasses).	Une sucrée de surprise : Combien de cubes de sucre? (Leçon 3) DR 7–NU	Est-ce que l'élève peut faire la distinction entre les aliments qui l'aident à maintenir un poids-santé et ceux qui l'en empêchent?
<b>12.NU.7</b> Démontrer des stratégies de prise de décisions concernant les choix d'aliments et d'activités physiques qui contribuent à une bonne santé et au maintien d'un poids-santé.	DR 9–NU	Est-ce que l'élève comprend bien la relation entre l'apport alimentaire, les choix d'activités et le poids-santé?
<b>12.NU.8</b> Examiner les causes et les symptômes des intoxications alimentaires (toxi-infections alimentaires) et démontrer une compréhension des moyens pour réduire au minimum les risques d'intoxication alimentaire	Petites bêtes indésirables (Leçon 4) DR 11–NU	Est-ce que l'élève peut trouver des façons de s'assurer que ses aliments sont préparés adéquatement et qu'ils sont bons pour la consommation humaine?
<b>12.NU.9</b> Démontrer une compréhension des stratégies de publicité et de marketing ainsi que de leur impact sur les achats d'aliments.	Stratégies de publicité d'aliments—Entrée de journal, remue-méninges (Leçon 5)	Est-ce que l'élève peut énumérer certaines idées fausses concernant les aliments qui sont considérés « santé »?
<b>12.NU.10</b> Démontrer une compréhension de l'influence que peuvent avoir les mythes et idées fausses concernant l'alimentation et la nutrition sur la participation à des activités physiques quotidiennes, la performance sportive et la santé en général.	DR 13–NU	Est-ce que l'élève peut faire une recherche et produire un compte rendu sur divers mythes et idées fausses concernant les aliments et la nutrition, et leur impact sur le niveau d'activité physique et la santé en général?
<b>Module D : Développement personnel et social (DP)</b>		
<b>12.DP.1</b> Démontrer une compréhension des caractéristiques et du développement d'équipes efficaces.	Pense-Trouve un partenaire-Discute Remue-méninges	Est-ce que l'élève peut décrire les caractéristiques d'une équipe efficace et expliquer comment une équipe efficace se développe?
<b>12.DP.2</b> Explorer et identifier les divers rôles et compétences nécessaires chez les membres d'une équipe pour en assurer le succès.	Prédiction des rôles de membres de l'équipe (Leçon 2)	Est-ce que l'élève peut décrire les rôles que peuvent jouer les membres d'une équipe pour contribuer à son succès?
<b>12.DP.3</b> Examiner les caractéristiques des chefs d'équipes efficaces et leur impact sur l'établissement de l'équipe.	Pense-Trouve un partenaire-Discute DR 2–DP DR 3–DP	Est-ce que l'élève peut expliquer ce qu'est le leadership efficace et son impact sur l'équipe?

(suite)

<b>Éléments suggérés et critères de réussite du stage d'activité physique (suite)</b>		
Résultats d'apprentissage spécifiques	Preuve (exemples du module)	Questions pour orienter l'évaluation
<b>Module E : Relations saines (RS)</b>		
<b>12.RS.1</b> Démontrer une compréhension des caractéristiques des relations saines et de relations malsaines, et discuter des facteurs pouvant influencer sur leur développement.	DR 1–RS	Est-ce que l'élève peut discuter des caractéristiques d'une relation saine et des facteurs qui favorisent une relation saine?
<b>12.RS.2</b> Démontrer une compréhension des communications efficaces dans une relation et l'impact éventuel de la technologie sur la communication dans une relation.	Comment dois-je le dire? (Leçon 1) Qu'il est difficile de rompre (Leçon 3)	Est-ce que l'élève peut discuter de l'utilisation appropriée de la technologie (p. ex., message texte, courriel, Facebook, MySpace, MSN) relativement à une communication efficace dans une relation?
<b>12.RS.3</b> Examiner les droits et responsabilités des partenaires dans une relation, et explorer en quoi le respect de ces droits et responsabilités peut influencer sur le développement des relations.	DR 3–RS	Est-ce que l'élève peut énumérer ses droits et ses responsabilités par rapport à ses relations?
<b>12.RS.4</b> Appliquer des stratégies de résolution de problèmes et de prise de décisions afin de reconnaître et de prévenir le développement de relations abusives et/ou de mettre fin à une relation non désirée.	DR 4–RS Dérapages dans les relations (Leçon 3)	Est-ce que l'élève peut appliquer des stratégies efficaces de résolution de problèmes et de prise de décisions dans des situations comportant des problèmes de relation?
<b>12.RS.5</b> Appliquer des stratégies de résolution de problèmes et de prise de décisions permettant de reconnaître des relations malsaines, et trouver des formes de soutien et des services communautaires pouvant aider à résoudre les problèmes liés aux relations.	Formes de soutien et services communautaires (Leçon 4)	Est-ce que l'élève démontre une compréhension de la façon d'accéder à des formes de soutien et des services communautaires pouvant aider à résoudre une situation de relations malsaines?

## Évaluation du volet de prestation adaptable

Dans les écoles qui offrent le volet de prestation adaptable dans le cadre du programme d'ÉP-ÉS, il incombe à l'enseignant et/ou à l'élève de développer les résultats d'apprentissage ou de s'en inspirer, et d'indiquer par quelle méthode ces résultats d'apprentissage seront évalués.

Pour plus d'informations concernant le volet de prestation adaptable, consulter les Lignes directrices pour la mise en œuvre dans la section Vue d'ensemble du programme de 12<sup>e</sup> année, Modes de vie actifs et sains.