

# 1. MOTRICITÉ



# 1. Motricité



## Tableau synthèse de 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.*

Lettres		Domaines	Sous-domaines	Indicateurs d'attitudes
<b>Connaissances</b>	<b>A</b>	Motricité fondamentale	1. Habiletés motrices fondamentales	L'élève doit : 1.1 Se montrer intéressé à participer à diverses formes d'activité physique. 1.2 Éprouver du plaisir à vivre diverses expériences motrices. 1.3 Comprendre que le développement des habiletés nécessite temps, persévérance et pratique. 1.4 Apprécier la valeur esthétique et athlétique du mouvement. 1.5 Apprécier et respecter la diversité dans le contexte de l'activité physique. 1.6 Apprécier et respecter le milieu naturel tout en pratiquant diverses formes d'activité physique.
	<b>B</b>	Développement moteur	1. Processus de développement des habiletés 2. Principes mécaniques du mouvement humain 3. Concepts relatifs à la motricité	
	<b>C</b>	Motricité spécifique	1. Règles 2. Terminologie 3. Stratégies propres aux sports ou aux jeux 4. Esprit d'équipe et franc-jeu	
<b>Habiletés</b>	<b>A</b>	Développement des habiletés motrices fondamentales	1. Locomotion 2. Manipulation 3. Équilibre	
	<b>B</b>	Application des habiletés motrices à des sports et des jeux	1. Activités individuelles et à deux 2. Activités collectives 3. Habiletés d'officiel	
	<b>C</b>	Application des habiletés motrices à des formes d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel	1. Formes d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel	
	<b>D</b>	Application des habiletés motrices à des activités gymniques et rythmiques	1. Activités rythmiques 2. Activités gymniques	

# 1. Motricité



Tableau synoptique du résultat d'apprentissage général n° 1 — Motricité

		<i>Sous-domaines</i>										S1	S2
		M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2	
<i>Connaissances</i>	<i>Domaine A</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine B</i>	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine C</i>	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine D</i>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<i>Habiletés</i>	<i>Domaine A</i>	M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2	
	<i>Domaine B</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine C</i>	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine D</i>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine A</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine B</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine C</i>	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine D</i>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine A</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine B</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine C</i>	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	☞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<i>Domaine D</i>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

☼ éveil    ☐ acquisition ou développement    ☞ maintien



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.A.1 *L'élève doit être apte à :*

**Observer et nommer les habiletés motrices fondamentales employées par d'autres élèves** (c.-à-d. courir, galoper, sauter à cloche-pied, sauter à pieds joints, sautiller, faire rouler, lancer, attraper, donner un coup de pied, frapper, faire rebondir, garder l'équilibre).

## Suggestions pour l'enseignement

### Liste de contrôle « Tu peux... »

- Donner aux élèves, groupés par deux, une liste de toutes les habiletés de locomotion, de manipulation et d'équilibre. Mettre à leur disposition du matériel de toutes sortes. L'un des élèves fait les activités tandis que son partenaire coche la liste de contrôle. Ils changent ensuite de place l'un avec l'autre.



Voir l'annexe 1.

### Devine si tu peux

- Les élèves devineront les habiletés motrices à pratiquer. Demander l'aide d'un volontaire. Le professeur chuchote une habileté à son oreille. L'élève accomplit la tâche. Les autres élèves devinent l'habileté. Voir H.1.2.A.1, H.1.2.A.2 et H.1.2.A.3.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Devine si tu peux

L'enseignant observe si les élèves savent nommer les habiletés motrices fondamentales que d'autres emploient.

Nom : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

	Habilités de locomotion					Habilités de manipulation					Habilités d'équilibre			
	Courir	Sauter à pieds joints	Sauter à cloche-pied	Galoper	Sautiller	Faire rouler	Lancer par-dessus l'épaule	Lancer par-dessus l'épaule	Frapper	Donner un coup de pied	Attraper	Faire rebondir	Équilibre statique	Équilibre dynamique
Autoévaluation														
Coévaluation														
Évaluation de l'enseignant														

# 1. Motricité

## Remarques pour l'enseignant

Souligner l'importance des consignes de sécurité pour utiliser le matériel (balles, matériel pour frapper, équipement pour grimper ou faire de l'équilibre).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.1 *L'élève doit être apte à :*

**Faire le lien entre l'acquisition des habiletés et les attitudes personnelles qui sont nécessaires à tout apprentissage** (c.-à-d. la volonté de faire un effort, le degré de réussite escompté et le désir d'apprendre).

## Suggestions pour l'enseignement

### Pour s'améliorer, il faut s'entraîner

- Demander aux élèves de réfléchir à leur pratique des habiletés qui font partie des activités suggérées au RAS C.1.2.A.1.
- Faire un « cercle de la parole » avec les élèves. Leur raconter ou leur lire une histoire (ou demander à des élèves d'en raconter une) ou un poème, qui illustre comment un bon entraînement permet d'améliorer sa performance (voir *Le succès à la portée de tous les apprenants*, p. 7.5).
- Questions en vue d'une discussion :
  - De quelle façon la capacité d'apprendre est-elle influencée par la volonté de faire un effort?
  - De quelle façon la capacité d'apprendre est-elle influencée par le degré de participation?
  - De quelle façon le fait d'être doué pour quelque chose influence-t-il le désir d'apprendre?

Note :

Rassembler des bandes dessinées qui montrent des attitudes positives envers la participation et la pratique.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Pour s'améliorer, il faut s'entraîner

- Après avoir pratiqué les habiletés suggérées, les élèves répondent aux questions de la situation suivante :  
Imagine que tu sautes à la corde et que tu as de la difficulté. Est-ce que :
  - tu lances ta corde à sauter?
  - tu t'assois et pleures?
  - tu souris et continues à faire un effort?

## RESSOURCES SUGGÉRÉES

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Le succès à la portée de tous les apprenants*, Winnipeg, 1997, (371.9/M278s).



# 1. Motricité



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.2 *L'élève doit être apte à :*

**Reconnaître diverses manières de garder l'équilibre statique et dynamique** (c.-à-d. élargir sa base en écartant les appuis, baisser le centre de gravité en fléchissant les genoux, tenir la tête droite) **dans les activités physiques** (p. ex. marcher sur une poutre basse, changer de direction en se déplaçant).

## Suggestions pour l'enseignement

### La traversée du canyon

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 205.

### La gamme des équilibres

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 192.

### Le Balki Bop

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 187.

### Le déséquilibre

- Les élèves se mettent par deux, l'un en face de l'autre, en se tenant la main droite et, après l'avoir serrée trois fois, ils essaient de se déséquilibrer en tirant. Faire faire cette activité dans différentes positions, avec les pieds joints, les pieds écartés de la largeur des épaules, un pied devant, un pied derrière, sur un seul pied, les genoux droits, les genoux fléchis.

Note :

Se servir des questions suivantes pour discuter des activités auxquelles elles s'appliquent (s'il y a lieu) :

- Est-il plus facile de garder son équilibre avec les pieds écartés ou les pieds joints? pourquoi?
- Est-il plus facile de garder son équilibre avec les genoux fléchis ou droits? pourquoi?

### Équilibres

- Faire explorer diverses manières de garder l'équilibre. Voir C.1.M.B.3b.

Variante :

Garder l'équilibre sur une poutre basse. Faire des statues (équilibre statique), puis changer de direction et se déplacer (équilibre dynamique). Voir SN : 2-3-02.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Le déséquilibre

Suite à l'activité, l'enseignant demande aux élèves s'ils sont d'accord avec les affirmations suivantes :

- la meilleure position d'équilibre, c'est d'avoir les pieds joints
- la meilleure position d'équilibre, c'est d'avoir les pieds écartés de la largeur des épaules
- la meilleure position d'équilibre, c'est d'avoir un pied devant l'autre

L'enseignant note les élèves qui sont capables de reconnaître diverses manières de garder l'équilibre statique et dynamique.





## Remarques pour l'enseignant

Afin de tenir compte des différentes capacités des élèves, leur faire faire les activités progressivement, en allant de la façon la plus simple à la plus complexe :

- sur le sol, lignes écartées, puis rapprochées
- sur un banc large, puis un banc étroit
- sur une poutre basse, puis une poutre plus haute

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Sciences de la nature 2<sup>e</sup> année : Programme d'études : Document de mise en œuvre*, Winnipeg, 1999, (P.D. 372.35 P964 2e).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.3a L'élève doit être apte à :

**Reconnaître les termes associés aux parcours** (c.-à-d. en ligne droite, en courbe et en zigzag), **aux directions** (c.-à-d. vers le haut, vers le bas, vers la droite, vers la gauche, vers l'avant, vers l'arrière, de côté, dans le sens des aiguilles d'une montre et dans le sens contraire des aiguilles d'une montre) **et aux plans** (c.-à-d. frontal, horizontal, sagittal).

## Suggestions pour l'enseignement

### Le mur des mots de direction

- Demander aux élèves de faire une liste de mots désignant des parcours, des directions et des plans. Incrire ces mots sur des fiches que l'enseignant accroche au mur lorsque les élèves font le mouvement en question (voir « Word Wall », *Kindergarten to Grade 4 English Language Arts : A Foundation for Implementation* (sera repris sous le titre : *ELA Strategies*), p. 199.)

### En flèche

- Dire aux élèves de dessiner des flèches pour indiquer divers parcours et directions. Afficher les dessins sous les mots correspondants sur le mur.

Variante :

Demander aux élèves de se mettre par deux pour créer, pratiquer et démontrer une séquence de mouvements faisant appel aux parcours et aux directions (voir « Sketch to Stretch », *ELA Strategies*, p. 209).

### Danse folklorique

- Consulter *Jeux panaméricains de 1999*, p. 38 (**Conga**).

### Activités avec parachute

- Le Raspa-chute :
  - donner un numéro aux élèves : 1-2-1-2, etc.
  - faire tenir le parachute : exécuter 8 pas de Bleking (droite-gauche-droite-pause)
  - soulever le parachute (8 fois)
  - baisser le parachute (8 fois)
  - exécuter 8 pas de Bleking
  - soulever le parachute (8 fois)
  - baisser le parachute (8 fois)
  - exécuter 8 pas de Bleking
  - soulever le parachute : les élèves qui ont le numéro 1 vont en dessous (compter 16 battements)
  - soulever le parachute : les élèves qui ont le numéro 2 vont en dessous (compter 16 battements)
  - exécuter 8 pas de Bleking
  - faire un carrousel en se déplaçant dans le sens des aiguilles d'une montre (compter 16 battements)
  - soulever et baisser le parachute : les élèves s'assoient sur le parachute (compter 16 battements). Voir *Habilités de base*, « Danse folklorique », p. 54.
- Routines :
  - Les élèves tiennent le parachute de la main droite et marchent dans le sens des aiguilles d'une montre. Puis ils changent de main pour tenir le parachute et marchent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
  - Faire soulever et baisser le parachute.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

Variantes :

- Changer le moyen de locomotion.
  - Faire un petit, puis un grand cercle.
- Échanger les couleurs : Nommer une des couleurs du parachute. L'élève dont la main est sur cette couleur doit courir autour du parachute.

Variantes :

- Changer le moyen de transport.
- Changer la direction.

## Les plans

- À l'aide de cerceaux et de cordes à sauter, les élèves explorent individuellement dans leur espace personnel les trois plans dans lesquels on peut bouger :
- Frontal : balancer ou faire tourner le cerceau devant soi
  - Horizontal : balancer ou faire tourner le cerceau au-dessus de la tête, ou autour des hanches ou de la cheville
  - Sagittal : balancer ou faire tourner le cerceau de côté
- Consulter la documentation de *Sautons en cœur*, p. 21, pour les mouvements de saut à la corde ci-dessous :
- Frontal : **Le moulin à vent**
  - Sagittal : **Le 8**
  - Horizontal : **L'hélicoptère**

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : En flèche

Faire dessiner et pratiquer une suite de mouvements. L'enseignant observe si l'élève reconnaît les termes associés aux parcours et aux directions :

Nom : _____	oui	non
■ en ligne droite :		
■ en courbe :		
■ en zigzag :		
■ vers le haut :		
■ vers le bas :		
■ vers la droite :		
■ vers la gauche :		
■ vers l'avant :		
■ vers l'arrière :		
■ de côté :		
■ dans le sens des aiguilles d'une montre :		
■ dans le sens contraire des aiguilles d'une montre :		



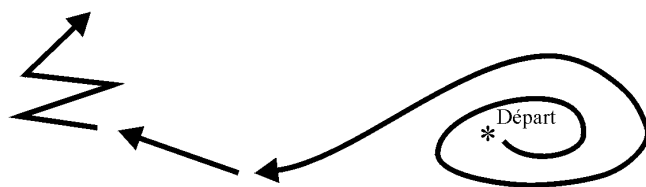
## Suggestions pour l'évaluation (suite)

Demander aux élèves de dessiner sur papier et de réaliser une suite de mouvements incluant des parcours, des directions et des plans.

Nom : \_\_\_\_\_ Année : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Dessine sur papier la suite que tu vas réaliser, en te servant de lignes pour indiquer les parcours, de flèches pour indiquer les directions, d'un \* pour indiquer le point de départ et d'un X pour indiquer le point d'arrivée.

Ex :  X Arrêt



## Remarques pour l'enseignant

Veiller à bien présenter, bien expliquer, bien utiliser et bien illustrer les mots associés aux **parcours**, aux **directions**, aux **hauteurs** et aux **plans** pendant toute l'année lorsque les élèves participent aux activités suggérées.

### Parcours :

- **en ligne droite** – aucune courbe
- **en ligne courbe** – en rond, en suivant une ligne courbe
- **en zigzag** – lignes droites avec des changements brusques de direction (comme un Z)

### Plans :

- **frontal** – division imaginaire entre l'avant et l'arrière du corps
- **horizontal** – division imaginaire entre le haut et le bas du corps
- **sagittal** – division imaginaire entre le côté droit et le côté gauche du corps; les mouvements sont parallèles au côté du corps

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Conseil scolaire de Calgary. *Habilités de base : Danse folklorique*, Gloucester (Ontario), Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et le loisir, 1980, (793.3107/C755d).

Fondation des maladies du cœur du Canada. *Sauter, c'est facile! : Sautons en cœur*, Winnipeg, 1991.

Manitoba Education and Training. *Kindergarten to Grade 4 English Language Arts : A Foundation for Implementation*, Winnipeg, 1998, (P.D. 428 F771 Mat.-4<sup>e</sup>).

« Sautons en cœur », vidéo, Fondation des maladies du cœur. Winnipeg, (VIDEO/613.71/F673p). (Service de doublage).

Société des jeux panaméricains. *Jeux panaméricains de 1999 : Guide à l'intention des enseignants en éducation physique*, Winnipeg, 1999, (796.48 J58p).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.3b *L'élève doit être apte à :*

**Reconnaître et utiliser diverses formes du corps dans le mouvement expressif** (p. ex. adopter trois formes du corps dans une suite de mouvements).

## Suggestions pour l'enseignement

### Création de séquences

- Dire aux élèves de passer en revue **Les cartes aux équilibres** (voir *De l'habileté à l'activité*, p. 191) afin de créer des suites de mouvements faisant appel aux formes du corps.

Note :

Voir **Créez une séquence** du RAS H.1.2.A.1.

### Ça se danse!

- Dire aux élèves de se déplacer en écoutant une histoire ou un poème qui évoque différentes formes du corps. Voici quelques suggestions :

- Un œuf sur une feuille (s'enrouler en boule);  
une chenille en sort (long et étroit);  
elle s'enroule dans son cocon (se tordre et se rouler);  
un beau papillon s'en échappe (se détendre);  
il voltige et disparaît.
- Voici un bonhomme de neige (gros et grand);  
il fond au soleil (se plier, se rouler);  
oh! oh! il ne reste qu'une flaque d'eau! (se faire tout petit ou s'étaler);
- Voici une petite graine (s'enrouler);  
un arbre sort et pousse (se dérouler);  
c'est maintenant un gros arbre (s'étirer vers le haut);  
ses branches bougent dans le vent (se balancer, se tordre dans tous les sens);  
oh! oh! soudain, l'arbre tombe et croule! (se laisser tomber).

Note :

Utiliser différents types de musique (p. ex. autochtone).

### Mouvements créatifs improvisés

- Les élèves (seuls, avec un partenaire, ou en petits groupes) créent une suite de mouvements qui tient compte des éléments suivants :

- une suite a un commencement et une fin
- démontrer 2 formes du corps à une hauteur élevée
- démontrer 2 formes du corps à une hauteur peu élevée (bas, moyen)
- suivre le rythme d'un tambour

Note :

Se reporter à C.1.1.B.3b pour revoir les activités **La poursuite de la tortue**, **Les statues de glace**, **Formes** et les **Formes du corps**.



## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Mouvements créatifs

L'enseignant observe et note si la suite des mouvements contient :

- un commencement et une fin
- 2 formes à une hauteur élevée
- 2 formes à une hauteur peu élevée (bas, moyen)
- rythme : transitions en douceur
- continuité : libre, avec contrainte

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.3c *L'élève doit être apte à :*

**Reconnaître les qualités de l'effort** (c.-à-d. durée, force et continuité) **dans ses propres mouvements** (p. ex. bouger en suivant divers rythmes imprimés par un instrument de percussion ou au son de la musique).

## Suggestions pour l'enseignement

### Le mur des mots de l'effort

- Ajouter les mots indiquant les qualités de l'effort au **Mur des mots de direction** du RAS C.1.2.B.3a.  
Note :  
Se reporter au glossaire du *Cadre*, p. 226, pour trouver les définitions des **qualités de l'effort**.

### Les animaux

- Dire aux élèves de se déplacer à la manière de certains animaux (donner des suggestions).  
Variante :  
Voir **Ani-mation** : C.1.1.B.3c
- Questions en vue d'une discussion :
  - Quels animaux se déplacent vite?
  - Quels animaux se déplacent avec le plus de force?
  - Quels animaux se déplacent avec le plus de facilité?

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Les animaux

- Suite au jeu et à une discussion, les élèves remplissent cette feuille :

Nom \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

- Nomme 2 activités où il faut utiliser beaucoup de force :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Nomme 2 activités où il faut utiliser une force légère :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## Suggestions pour l'évaluation (suite)

- Remplir le tableau en utilisant les termes ci-dessous :
  - Vitesse : vite, lent, accélération, décélération
  - Force : fort, léger
  - Continuité : avec contrainte, libre

Animal :	Vitesse	Force	Continuité
le papillon			
la souris			
l'éléphant			

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



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, 2000, (613.7 P964 2000 MaS4).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.B.3d *L'élève doit être apte à :*

**Reconnaître les diverses manières de se déplacer par rapport à un partenaire** (p. ex. mener, suivre, imiter, esquiver) **et par rapport à des objets** (p. ex. parcours d'obstacles ou espaliers).

## Suggestions pour l'enseignement

### Suivez le chef

- Sur l'espalier, les élèves imitent exactement, ou comme dans un miroir, les mouvements de force d'un partenaire (p. ex. redressements, pompes, tractions, relèvements de jambes) (voir RAG de la **Gestion de la condition physique**).

Notes :

- Imiter comme dans un miroir : les élèves se font face et exécutent les mêmes mouvements, comme s'ils se regardaient dans un miroir.
- Copier exactement : les élèves se mettent côte à côte et font les mêmes mouvements en même temps.
- Discuter des caractéristiques d'un bon chef :  
il est sensible aux habiletés de son partenaire;  
il va à la même vitesse que son partenaire.
- Discuter des caractéristiques d'un bon suiveur :  
il regarde et il suit le chef;  
il fait de son mieux pour faire comme le chef;  
il encourage les idées du chef.
- Voir H.2.2.A.1a.

### La queue du tigre (esquiver)

- Les élèves se mettent par deux, l'un étant le poursuivant et l'autre le poursuivi (avec un foulard glissé dans sa ceinture, en arrière). Au signal, le poursuivant essaie d'attraper le foulard de l'autre. L'autre élève l'esquive en changeant rapidement de direction et de parcours. Une fois attrapé, le poursuivi devient poursuivant et le jeu continue. Voir H.3.2.A.1.

### Exploration – mouvement créatif improvisé

- Face à face : Mettre les élèves par 2. Un élève fait (imite) les mêmes gestes que son partenaire.
- Côte à côte : Mettre les élèves par 2. Un élève fait les mêmes gestes (imite) que son partenaire, en se tenant debout à côté de lui (épaule contre épaule).
- Avec équipement : imiter son partenaire en utilisant de l'équipement.
- Bonjour, au revoir : deux partenaires se déplacent ensemble et vont à la rencontre de deux autres élèves. Ils font un échange de partenaire. Avant de se séparer, les deux couples peuvent s'imiter à tour de rôle.

Note :

Changer fréquemment de groupes et de chefs pour cette activité.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Mouvements créatifs improvisés

- Mettre les élèves par deux. Demander aux élèves de créer une séquence en utilisant les concepts de mener, suivre, imiter :
  - exécuter une séquence en musique;
  - utiliser des accessoires et les manipuler pendant la séquence (foulards, draps);
  - utiliser des appareils immobiles pendant la séquence (banc, matelas).

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Mouvements créatifs

L'enseignant note si les élèves peuvent se déplacer de différentes manières :

- mener  oui  non
- suivre  oui  non

## Remarques pour l'enseignant

Souligner les consignes de sécurité relatives aux espaliers et les règles à suivre par souci de sécurité lorsqu'on court. Rappeler en particulier aux élèves de regarder devant eux pour ne pas heurter les autres, les murs ou le matériel. Consulter les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES

Association manitobaine des enseignants et enseignantes en éducation physique.

*Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, 1997.



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.C.1 *L'élève doit être apte à :*

**Énoncer les règles fondamentales régissant divers aspects précis** (p. ex. but du jeu, nombre de joueurs, rôle de chaque joueur, équipement, marquage des points) **de jeux et d'autres activités simples** (p. ex. des activités pratiquées sur un quadrillage) **conçus par lui ou par d'autres.**

## Suggestions pour l'enseignement

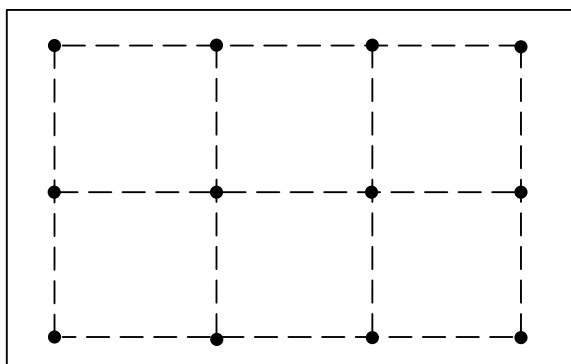
### Activités pratiquées sur un quadrillage

- Organiser diverses activités dans lesquelles les élèves auront à trouver et à observer les aspects suivants :
  - but
  - nombre de joueurs
  - matériel
  - rôle des joueurs
  - détermination des points
- Ensuite, les élèves créent leur propre activité avec un partenaire en se servant de la stratégie « Pense, trouve un partenaire, discute » pour réfléchir aux règles de base (voir *Le succès à la portée de tous les apprenants*, p. 6.13) qui régissent leur activité.
- Voir H.1.3.B.3.  
Notes :
  - Se reporter à C.1.M.C.1 et C.1.1.C.1 pour d'autres suggestions.
  - Diviser le gymnase ou le terrain de jeu en plusieurs petits terrains.

C.1.2.C.2



**Comprendre le vocabulaire du mouvement** (p. ex. sauter à cloche-pied, sautiller, virevolter, faire une feinte, esquiver ou se déplacer dans le sens contraire des aiguilles d'une montre) **pour suivre des instructions concernant des jeux et d'autres activités simples** (p. ex. des parcours d'obstacles).



## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Activités pratiquées sur un quadrillage

L'enseignant pose les questions suivantes et note si les groupes sont capables d'énoncer les règles fondamentales régissant divers aspects précis de jeux ou d'activités simples :

- Quel est le but du jeu ou de l'activité?
- Combien y a-t-il de joueurs?
- Quel matériel utilisez-vous?
- Quel est le rôle des joueurs?
- Quelles sont les dimensions du terrain?
- Quel système de points utilisez-vous?

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Le succès à la portée de tous les apprenants*,  
Winnipeg, 1997, (371.9/M278s).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.C.3 L'élève doit être apte à :

**Reconnaître et décrire des stratégies simples** (p. ex. faire une feinte, esquiver, changer de vitesse, changer de direction et coincer l'adversaire dans les jeux de poursuite) **employées dans les jeux et les autres activités de poursuite.**

## Suggestions pour l'enseignement

### À la rescousse (feinter, esquiver)

- Donner trois ou quatre balles en mousse aux élèves, ainsi qu'un ou deux ballons de football, également en mousse. Au signal, les élèves courent dans l'espace général en essayant d'éviter les balles en mousse. Tous les élèves peuvent aller prendre les balles en mousse pour les lancer sur les autres. Lorsqu'une balle les atteint aux pieds ou aux jambes, les élèves restent assis sur place jusqu'à ce qu'un joueur libre leur lance un des ballons de football. Si le joueur assis attrape le ballon, il peut se lever et recommencer à courir pour libérer les autres.

Note :

Encourager les élèves à se servir des règles du ballon chasseur pour que tout le monde joue franc-jeu :

- ils doivent garder la balle pendant cinq secondes maximum;
- ils ne doivent avoir en main qu'une seule balle;
- ils doivent viser les pieds;
- ils doivent essayer de sauver autant de joueurs que possible de façon à ce que tout le monde reste actif, etc.

### Poursuite-santé (diriger pour coincer)

- Choisir deux ou trois poursuivants qui essaient d'attraper les autres. Les joueurs touchés vont à un centre de conditionnement où ils doivent accomplir une activité de conditionnement avant de retourner au jeu.
- Question en vue d'une discussion :  
De quelle façon les poursuivants peuvent-ils diriger les autres pour pouvoir les coincer plus vite?

### Les abeilles

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 23.
- Voir RAS H.1.2.B.2.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Jeux et activités de poursuite

L'enseignant note sur une liste de contrôle si l'élève est capable de reconnaître et de décrire des stratégies simples employées dans les jeux et les autres activités de poursuite :

- feinter
- esquiver
- changer de vitesse
- changer de direction
- coincer

# 1. Motricité

## Remarques pour l'enseignant

**Esquiver** – changer rapidement de direction, de parcours ou de vitesse afin d'éviter un joueur ou un objet.

**Feinter** – tromper l'autre joueur en faisant semblant d'aller dans une direction alors qu'on va dans une autre (p. ex. en tournant la tête d'un côté et le corps de l'autre).

**Diriger pour coincer** – obliger quelqu'un à aller dans une certaine direction afin de limiter ses mouvements ou ses possibilités de parcours.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.2.C.4 L'élève doit être apte à :

**Donner des exemples de situations particulières au contexte de l'activité physique qui nécessitent le partage, le respect, l'honnêteté et d'autres qualités susceptibles de renforcer positivement les relations sociales** (p. ex. expliquer comment on peut rendre un jeu de poursuite plus agréable en appliquant la règle du « chasseur-juge »).

## Suggestions pour l'enseignement

### La poursuite générale

- Au signal, les élèves doivent courir dans l'espace général en évitant tous les autres élèves. Une fois touché par une autre personne, le joueur doit s'immobiliser en prenant la forme d'un T, jusqu'à ce qu'un autre joueur le libère en passant au-dessous de ses bras étendus. Si deux joueurs se touchent en même temps, ils s'immobilisent tous les deux.

Note :

Rappeler aux élèves la règle du chasseur-juge, c'est-à-dire que celui qui poursuit a toujours raison. Ceci permet d'éviter les disputes et encourage les élèves à jouer franc-jeu, l'hypothèse étant que le poursuivant agit honnêtement et sait s'il a touché une personne ou non.

### À l'hôpital

- Trois élèves ont des virus (les chasseurs). Quand un élève se fait toucher, il tombe malade et se couche sur le dos, les genoux levés. Cinq joueurs (ambulanciers) ont des planches à roulettes et vont récupérer les malades. Ils les conduisent à l'hôpital (zone marquée par des cônes). Le malade donne la main aux ambulanciers pour les remercier. Ils font un exercice (médicament) pour pouvoir retourner au jeu.



### Le nœud humain

- Quatre joueurs se mettent en cercle. Ils lèvent la main droite et serrent la main de quelqu'un, puis ils lèvent la main gauche et serrent la main d'une autre personne. Quand tout le monde tient deux mains, les élèves essaient de défaire le nœud sans se lâcher les mains, en tournant, en pivotant, en passant par-dessous ou par-dessus les bras des autres. Lorsqu'ils ont réussi, ils lèvent les bras, toujours en se tenant les mains, sautent en l'air et crient : « On a réussi! ».

Variante :

Faire la même chose avec des groupes de six, huit ou plus.

Notes :

- Dire aux élèves de faire des mouvements lents et contrôlés pour ne pas se blesser.
- Voir C.4.2.B.1a.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Montre et dis

- Dire aux élèves d'apporter des objets (p. ex. du matériel sportif, des chemises avec l'emblème d'une équipe, des photos, des insignes, des certificats de participation à une activité de loisirs) pour les montrer à la classe. Leur demander de donner des exemples de quelqu'un ayant fait preuve de respect ou de malhonnêteté en participant à une activité physique.
- Faire un jeu de poursuite. Celui qui se fait attraper montre son objet. Lorsque l'enseignant donne un signal sonore, tous les élèves s'arrêtent (avertir les joueurs de ne pas se faire attraper intentionnellement).

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : À l'hôpital

L'enseignant note si l'élève est capable de donner des exemples de partage, de respect, d'honnêteté et d'autres qualités susceptibles de renforcer positivement les relations sociales en posant les questions suivantes :

- Qui a vu des élèves partager pendant le jeu? Peux-tu décrire ce qui s'est passé? Pourquoi est-il bon de partager?
- Pourquoi doit-on respecter nos adversaires?
- L'honnêteté rend-elle le jeu meilleur? Pourquoi?
- Y a-t-il des règlements qui pourraient encourager le partage, le respect et l'honnêteté?

## Remarques pour l'enseignant

Encourager les élèves à installer rapidement le matériel, puis à aller s'asseoir dans un endroit désigné en attendant le signal. Insister sur la nécessité de jouer franc-jeu et d'adopter une attitude positive. Donner des exemples de bon esprit sportif. Encourager les élèves à faire des commentaires sur les comportements courtois qu'ils ont observés chez les autres joueurs. Faire le lien avec le RAS H.1.2.B.3.



Voir l'annexe 10.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Le succès à la portée de tous les apprenants*, Winnipeg, 1997, (371.9/M278s).

Manitoba Movement Skills Committee. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, Winnipeg, 2000 : [[http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement\\_skills/index.html](http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement_skills/index.html), 7 juillet 2001]



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.A.1 *L'élève doit être apte à :*

**Démontrer sa compétence à utiliser des habiletés fondamentales de locomotion** (c.-à-d. courir, sauter à cloche-pied, galoper, sauter à pieds joints, sautiller) **en se déplaçant dans diverses directions** (p. ex. faire des sauts consécutifs à cloche-pied vers l'avant, du pied gauche et du pied droit, ou sauter et se recevoir au sol à pieds joints).

## Suggestions pour l'enseignement

### Suivez les panneaux

- Faire un chemin dans le gymnase avec des cônes. Y accrocher des panneaux sur lesquels figurent les cinq habiletés fondamentales de locomotion. Les élèves doivent lire les panneaux ou regarder l'image et faire les mouvements illustrés en se rendant au prochain cône.



Voir l'annexe 2.

Variantes :

- Demander aux élèves de se mettre par deux comme dans le jeu **Suivez le chef**, au RAS H.1.M.B.1.
- Ajouter des concepts relatifs à la motricité sur les panneaux (p. ex. courir en zigzag, sauter à cloche-pied très vite, galoper lentement en cercle). Voir C.1.M.B.3c et C.1.2.B.3a.

Note :

Bien des activités peuvent avoir lieu en plein air ou dans d'autres endroits de l'école.

### Créez une séquence

- Dire aux élèves de se servir des panneaux de l'activité ci-dessus pour créer leur propre séquence de mouvements faisant appel à un certain nombre d'habiletés motrices. Chaque élève montrera sa séquence à un autre en se servant de la stratégie « Pense, trouve un partenaire, discute » et chaque paire d'élèves enseignera sa séquence à une autre paire (voir *Le succès à la portée de tous les apprenants*, p. 6.13).

Note :

Une séquence est une série de mouvements qui a un début, un milieu et une fin. Donner aux élèves des exemples de séquences de mouvements qui leur permettent de s'entraîner, puis les laisser inventer leurs propres séquences. Les féliciter et leur donner l'occasion de s'observer les uns les autres.

### Les grenouilles

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 24.

### L'orthographe

- Les élèves se mettent par deux pour épeler un certain nombre de mots (p. ex. des mots relatifs à la locomotion, le nom de leur activité préférée, des mots d'une liste de mots à apprendre, des mots d'informatique, comme curseur, disque, retour, etc.). Ils choisissent chacun à leur tour la fiche d'un mot et ils l'épellent en sautant sur la représentation des touches d'ordinateur que l'enseignant aura dessinée sur le sol du gymnase (avec du ruban adhésif) ou sur les surfaces dures (le ciment) dehors (à la craie).



## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Suivez les panneaux

L'enseignant utilise le tableau de résultats, annexe D, p. VII, dans *Évaluation des habiletés motrices fondamentales* pour évaluer l'activité.

## Remarques pour l'enseignant

En raison de la complexité et de l'ampleur des résultats en matière d'habiletés, les expériences d'apprentissage continuent tout au long de l'année. Il est recommandé d'aborder les habiletés de chaque catégorie (locomotion, manipulation et équilibre) séparément.



Voir les annexes 1 à 5.



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.A.2 *L'élève doit être apte à :*

**Exécuter des mouvements fondamentaux de manipulation** (c.-à-d. faire rouler, lancer par-dessous l'épaule, attraper, frapper, faire rebondir, donner un coup de pied) **pour réaliser diverses tâches stimulantes présentant des degrés de difficulté variés** (p. ex. attraper un ballon à partir de diverses distances, frapper une balle avec un instrument à manche court ou botter au sol un ballon qui roule doucement).

## Suggestions pour l'enseignement

### La boule de cristal

- Les élèves sont debout face à leur partenaire, nez à nez. Ils se lancent à tour de rôle un sac de fèves, une balle ou un ballon. À chaque fois que l'objet lancé est attrapé, les deux partenaires reculent chacun d'un pas. Ils s'éloignent ainsi l'un de l'autre jusqu'à ce que l'un d'eux rate son lancer. Lorsque cela se produit, ils recommencent nez à nez.

### La guerre des balles (lancer par-dessus l'épaule)

- Placer un gros ballon géant au centre du gymnase. Diviser la classe en deux équipes et donner à chacune un certain nombre de balles de petite taille. Les équipes s'alignent derrière leur propre ligne et, au signal, elles lancent leurs balles par-dessus l'épaule, en essayant d'envoyer la balle du centre derrière la ligne de l'équipe opposée.

Variante :

Mettre deux balles au milieu. Diviser la classe en quatre équipes, placées le long des 4 côtés d'un carré ou d'un rectangle.

Note :

Insister sur l'importance de viser vers le bas afin de frapper la balle (et non les élèves de l'équipe opposée).



Voir les annexes 3 et 4.

### Bancs d'équipes

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 121.

### Les cages de frappeur

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 156.

### D'une main à l'autre

- Les élèves sont dispersés dans le gymnase et ont chacun un ballon qu'ils dribblent d'une main. Leur demander de se déplacer librement à l'intérieur d'un espace donné pendant que la musique joue. Lorsque la musique cesse, ils changent de main et dribblent leur ballon sur place. Dès que la musique se remet à jouer, ils peuvent se déplacer à nouveau.

### Soccer aux quatre coins

- Diviser la classe en quatre équipes. Placer quatre bancs, un dans chaque coin du gymnase. Chaque joueur essaie de marquer le plus de buts possible contre les 3 autres équipes. Utiliser 4 à 8 ballons (en mousse).

Note :

Utiliser des dossards pour distinguer les équipes l'une de l'autre.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Roule ta boule

- Les élèves se promènent deux par deux, au son de la musique. Un des élèves a un petit ballon et il suit son partenaire comme son ombre. Quand la musique s'arrête, les élèves s'arrêtent. Celui qui a le ballon essaie de toucher les pieds de son partenaire en faisant rouler le ballon. Ils changent ensuite de rôles.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Mouvements fondamentaux de manipulation

- Utiliser les indicateurs de performance et les barèmes de *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, p. 16-22.
- Utiliser le tableau de résultats, annexe D, page VII, du même document.

## Remarques pour l'enseignant

Veiller à ce que les activités prévues suivent la progression de la leçon : activités individuelles, puis à deux, en petits groupes, et enfin en gros groupe (voir *De l'habileté à l'activité*).

Les activités devraient porter sur des distances variées. Utiliser des objets de taille et de texture différentes se déplaçant à des vitesses variées.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).

Manitoba Movement Skills Committee. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, Winnipeg, 2000 : [[http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement\\_skills/index.html](http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement_skills/index.html), 7 juillet 2001]



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.A.3 *L'élève doit être apte à :*

**Garder l'équilibre de plusieurs manières** (c.-à-d. en adoptant des formes symétriques et asymétriques ainsi qu'en gardant l'équilibre en appui sur diverses parties du corps) **à des hauteurs et des élévations variées.**

## Suggestions pour l'enseignement

### Fiches ou feuilles de travail sur l'équilibre

- Les élèves travaillent par deux ou en petits groupes pour faire les tâches figurant sur des feuilles de travail ou des fiches. Ces tâches font appel aux éléments suivants :
  - formes symétriques



- formes asymétriques



- équilibres en appui sur diverses parties du corps
- équilibres en appui sur un nombre différent de parties du corps
- Voir *Gymnastique fondamentale*, leçons A4 à A7, A18, B4 à B7, pour trouver des idées de formes et d'équilibres adaptés aux différents niveaux.
- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 181-206.

Notes :

- La moitié de la classe présente; l'autre moitié regarde.
- Voir M : 4.3.2.



Voir l'annexe 5.

### Les bâtisseurs de ponts

- Les élèves doivent explorer toutes les sortes de ponts qu'ils peuvent faire avec leurs corps (p. ex. un pont à quatre piliers vers l'avant, un pont à trois piliers vers l'arrière, un pont à deux piliers sur le côté). Ils présentent leurs ponts au cours d'un « cercle de la parole » (voir *Le succès à la portée de tous les apprenants*, p. 7.5).

### La poursuite des ponts

- Après avoir examiné toutes les sortes de ponts au cours de l'activité **Les bâtisseurs de ponts**, choisir deux ou trois poursuivants qui font immobiliser ceux qu'ils attrapent en forme de pont. Les autres élèves peuvent les libérer en passant prudemment en dessous du pont. Changer de rôles.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Pyramides avec partenaire

- Mettre les élèves par deux pour qu'ils fassent des ponts :
  - tête à tête
  - tête à pieds
  - les mains sur les pieds
  - les pieds sur les épaules
  - pieds à pieds
  - les mains sur les épaules
  - l'un à côté de l'autre
  - Voir SN : 2-3-02.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Fiches ou feuilles de travail sur l'équilibre

Les élèves cochent sur une feuille les habiletés qu'ils sont capables de réaliser et placent la feuille dans leur portfolio.

## Remarques pour l'enseignant

**Symétrique** – dont les deux côtés du corps sont pareils.

**Asymétrique** – dont les deux côtés du corps sont différents.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Le succès à la portée de tous les apprenants*, Winnipeg, 1997, (371.9/M278s).

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Mathématiques, Première et deuxième années : Programme d'études : Document de mise en œuvre*, Winnipeg, 1998, (P.D. 372.7/P964 1<sup>re</sup>-2<sup>e</sup>).

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Sciences de la nature 2<sup>e</sup> année : Programme d'études : Document de mise en œuvre*, Winnipeg, 1999, (P.D. 372.35 P964 2<sup>e</sup>).

RUSSEL, Keith, Gene SCHEMBRI et Tom KINSMAN. *Gymnastique fondamentale*, Toronto, Ruschkin Publishing, 2001.

Université de Waterloo. *Jeux inuits* : [<http://www.ahs.uwaterloo.ca/~museum/vexhibit/inuit/french/finuit.html>, 20 juin 2001]



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.B.1 *L'élève doit être apte à :*

**Créer, avec un partenaire ou un petit groupe, des jeux coopératifs ou peu compétitifs** (p. ex. jouer à la marelle, se lancer une balle ou jouer des jeux de précision simples) **faisant appel aux habiletés motrices** (p. ex. sauter à cloche-pied, faire rouler et lancer par-dessous l'épaule) **et à des concepts relatifs à la motricité** (c.-à-d. conscience du corps, orientation spatiale et relations).

## Suggestions pour l'enseignement

### Création de jeux

- Mettre les élèves par deux. Se servir du **Mur des mots de direction** et des concepts de motricité (voir C.1.2.B.3a) pour créer des jeux faisant appel à des parties du corps et à des habiletés motrices et comprenant des directions, des hauteurs, des parcours, des plans, d'autres personnes, du matériel et tenant compte de l'environnement. Ces jeux doivent être coopératifs ou peu compétitifs (p. ex. jeux de précision simples) et faire appel aux habiletés motrices et aux concepts relatifs à la motricité. Faire ressortir les concepts apparents dans les jeux des élèves (p. ex. dans un jeu où on fait rouler une balle jusqu'à une cible, la hauteur est peu élevée; les élèves avancent la jambe opposée au bras qui balance de l'arrière en l'avant, dans un plan sagittal, pour lancer la balle en suivant un parcours en ligne droite).

### Dominique dit (locomotion)

- Voir C.1.M.B.3b.

### Deux à deux (manipulation)

- Pour le soccer deux à deux, voir les activités pratiquées sur un quadrillage. Voir le schéma pour organiser les quadrillages (C.1.2.C.1).

### Pyramides avec partenaire

- Voir H.1.2.A.3.

### Parcours d'équilibre sur appareils

- Placer une variété d'appareils sur le plancher du gymnase (bancs, échelle, matelas, cônes). Au signal, les élèves se promènent par-dessus, en dessous, autour des appareils. Quand l'enseignant dit « équilibre », l'élève doit faire un équilibre sur l'appareil le plus proche. L'équilibre peut être fait avec un partenaire. Voir SN : 2-3-06 et 2-3-07.





## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Création de jeux

À la suite d'un des jeux créés par les élèves, l'enseignant demande aux élèves de répondre aux questions suivantes en encerclant la bonne réponse :

Noms des membres qui ont créé le jeu : \_\_\_\_\_

- J'ai fait appel aux habiletés motrices :  
 oui  non
- Je me suis déplacé en changeant de direction pendant le jeu :  
 oui  non
- Je me suis déplacé en changeant de hauteur pendant le jeu :  
 oui  non
- J'ai utilisé différents parcours pendant le jeu :  
 oui  non
- J'ai travaillé fort pendant le jeu :  
 oui  non

### Observation : Parcours d'équilibre sur appareils

L'enseignant note sur une grille d'observation si l'élève est capable de faire un équilibre statique et un équilibre dynamique sur une variété d'appareils.

Noms	Peut se tenir en équilibre statique		Peut se tenir en équilibre dynamique	
	avec difficulté	facilement	avec difficulté	facilement

L'enseignant ne devrait évaluer qu'une habileté à la fois à un endroit du parcours.

## Remarques pour l'enseignant

Se reporter aux résultats suivants en matière de connaissances :

- **Orientation spatiale** : parcours et plans, C.1.2.B.3a
- **Directions et hauteurs** : C.1.1.B.3a et C.1.2.B.3a
- **Relations** : avec un partenaire, C.1.2.B.3d

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Sciences de la nature 2<sup>e</sup> année : Programme d'études : Document de mise en œuvre*, Winnipeg, 1999, (P.D. 372.35 P964 2e).



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.B.2 *L'élève doit être apte à :*

**Utiliser des habiletés motrices fondamentales** (p. ex. courir, attraper) **et les concepts relatifs à la motricité dans des jeux collectifs coopératifs ou peu compétitifs** (p. ex. jeu d'esquive ou de poursuite).

## Suggestions pour l'enseignement

### Les abeilles

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 23. Prévoir l'équipement nécessaire : dossards, sacs de fèves, tapis de sol.

### Le jeu des noms

- Voir *De l'habileté à l'activité*, p. 111.

### Les citrouilles empoisonnées

- Les élèves font rouler de 6 à 8 ballons de basketball sur le plancher. N'importe quel élève a le droit de faire rouler un ballon. Si le ballon touche les pieds d'un autre élève, celui-ci doit faire trois sauts en étoile afin de retourner au jeu. Tous les joueurs peuvent être chasseur et chassé en même temps. Un joueur peut faire rouler seulement un ballon à la fois et doit le faire en moins de 5 secondes.

Notes :

- Il faut faire rouler le ballon, pas le faire rebondir.
- Les sauts en étoile aident à améliorer la capacité de sauter, tout en permettant d'éviter les ballons. On peut les remplacer par d'autres tâches pertinentes.



Voir l'annexe 1.

### Ballon-matelas

- Séparer le gymnase en deux avec des cônes. Placer des matelas de chaque côté des cônes. Un capitaine d'équipe se place sur les matelas du côté adverse. Un joueur peut se rendre sur le matelas de l'équipe opposée lorsque le capitaine attrape son ballon. Tous ceux qui sont sur le matelas peuvent attraper un ballon. Les lanceurs peuvent aussi bloquer les ballons lancés par l'autre équipe. L'équipe dont tous les membres se rendent les premiers sur le matelas de l'équipe adverse gagne le jeu.



## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Ballon-matelas

L'élève est capable de lancer par-dessus l'épaule et d'attraper un ballon.

Nom	Lancer	Attraper
	5 indicateurs de performance	5 indicateurs de performance

Consulter les indicateurs de performance dans *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*.

### Appréciation : Habiletés motrices fondamentales

Utiliser le tableau des habiletés motrices fondamentales pour noter la participation des élèves.



Voir l'annexe 1.

Se servir de la légende suivante :

✓	Utilise toujours l'habileté motrice – démontre une maîtrise de l'habileté
–	Utilise parfois l'habileté motrice – amélioration
×	Éprouve de la difficulté à réaliser l'habileté motrice
?	Pas observé

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Éducation Physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, 1995, (P.D. 372.86 D278).

Manitoba Movement Skills Committee. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, Winnipeg, 2000 : [[http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement\\_skills/index.html](http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement_skills/index.html), 7 juillet 2001]



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.B.3 L'élève doit être apte à :

**Organiser et gérer ses jeux lui-même** (p. ex. jeux de corde à sauter, jeux de précision et marelle).

## Suggestions pour l'enseignement

### Le jeu des autres

- Les élèves enseignent à d'autres petits groupes le jeu qu'ils ont créé au cours de l'activité **Création de jeux** (H.1.2.B.1). Faire un remue-méninges ensemble pour établir la liste des caractéristiques d'un groupe bien organisé :
  - Les membres coopèrent dans le calme et en toute équité pour décider de l'activité à faire.
  - Ils déterminent le matériel dont ils ont besoin.
  - Ils rassemblent le matériel avec rapidité et prudence.
  - Ils trouvent rapidement et prudemment un endroit pour jouer.
  - Ils passent en revue les règles et les directives afin que tous les joueurs les connaissent.
  - Ils jouent de façon équitable et avec enthousiasme en faisant les modifications nécessaires selon le degré d'habileté du groupe.

Notes :

- Veiller à ce que le matériel soit distribué de façon prudente et appropriée (voir *Cadre*, p. 16).
- Voir C.1.2.C.4.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Le jeu des autres

L'enseignant observe et note sur une échelle d'appréciation si l'élève est capable d'organiser et de gérer ses jeux lui-même.

Échelle :

1. L'élève a besoin d'aide.
2. L'élève a une maîtrise fonctionnelle.
3. L'élève est compétent.
4. L'élève a une maîtrise supérieure.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



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, 2000, (613.7 P964 2000 MaS4).

## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.C.1 L'élève doit être apte à :



**Démontrer une maîtrise fonctionnelle des habiletés motrices fondamentales** (p. ex. sauter à cloche-pied, sauter à pieds joints et donner un coup de pied) **dans une variété d'activités se pratiquant en plein air ou d'activités spéciales** (p. ex. marelle, corde à sauter, soccer sur neige, rencontre omnisports, journées thématiques)

## Suggestions pour l'enseignement

### La récréation

- Faire participer les élèves aux jeux et activités qu'ils ont l'habitude de faire à la récréation :
  - marelle
  - saut à la corde
  - soccer
  - **Suivez le chef**
  - jeu de poursuite
  - jeu sur la structure

Notes :

- Se reporter au RAS H.1.1.C.1 pour trouver d'autres suggestions d'activités.
- L'enseignant peut se procurer *Sautons en cœur* auprès de la Fondation des maladies du cœur du Manitoba en s'adressant à :  
352 rue Donald,  
bureau 301  
Winnipeg (Man.)  
R3B 2H8  
Tél. : (204) 949-2026



Voir l'annexe 1.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Fondation des maladies du cœur du Canada. *Sauter, c'est facile!* : *Sautons en cœur*, Winnipeg, 1991.

« Sautons en cœur », vidéocassette, Winnipeg, Fondation des maladies du cœur du Manitoba, 1989 et 1993, (VIDEO/613.71/F673p). (Service de doublage).



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.2.D.1 L'élève doit être apte à :

**Effectuer des pas et d'autres mouvements de danse fondamentaux** (p. ex. marcher et frapper des mains, sautiller, faire des pas chassés ou taper du pied), **en appliquant les concepts relatifs à la motricité** (p. ex. conscience du corps et qualité de l'effort) **seul et avec d'autres, dans des activités créatives ou rythmiques de nature simple** (p. ex. mouvement créatif ou activités issues de diverses cultures comme les danses folkloriques et les rondes).

## Suggestions pour l'enseignement

### Exercices d'aérobie fondamentaux

- Les élèves imitent les actions de l'enseignant, en suivant une liste de mots désignant des mouvements aérobie, comme :
  - faire une torsion
  - skier
  - marcher et frapper des mains
  - lever les genoux
  - marcher et donner un coup de pied
  - faire un pas de côté
  - sauter en étoile
  - courir sur place
  - toucher les fesses avec le talon

Variante :

Faire un remue-ménages avec les élèves pour trouver d'autres noms de mouvements (voir « Slim Jims », *ELA Strategies*, p. 116).

Notes :

- Se reporter au glossaire du *Cadre* (p. 226) pour trouver les termes relatifs à la **conscience du corps** et à la **qualité de l'effort**.
- Utiliser des cartes-action pour les mouvements de locomotion (voir H.1.1.D.1).

### Dansons!

- Choisir un morceau musical à 4 temps. Faire 24 pas sautillés. Commencer en sautant sur le pied gauche tout en frappant le sol devant soi du talon droit. Répéter en sautant sur le pied droit. Recommencer avec le pied gauche.
- **La Raspa** : Dans un cercle simple, faire 16 pas glissés dans le sens des aiguilles d'une montre, puis 16 pas glissés dans le sens inverse.

Note :

- pas sautillés : 1, 2, 3.
- pause
- frapper des mains 2 fois
- recommencer cette séquence jusqu'à l'arrêt de la musique
- Voir *Jeux panaméricains de 1999*, section « Danses », p. 20.

### Danses en cercle

- Voir [Ressources suggérées](#).



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Frère Jacques

- Voir H.1.M.D.1.

### Mouvements créatifs improvisés

- Les élèves (seuls, avec un partenaire, ou en petits groupes) vont créer une suite de mouvements en tenant compte des points suivants :
  - une suite a un commencement et une fin
  - 2 types de locomotion différents (marcher, galoper, rouler)
  - 2 mouvements qui ne se rapportent pas à la locomotion : plier, faire tourner, secouer
  - au moins 32 battements sur une musique à 4 temps
- Faire une variété d'exécutions.

Variante :

Après la création des suites de mouvements, demander aux élèves de refaire la même chose avec une nouvelle sélection musicale (musique à 4 temps) et un rythme plus rapide ou plus lent.

Note :

Choisir la musique pour tous les élèves. Faire jouer la musique pendant qu'ils s'entraînent. S'assurer que leurs mouvements suivent le rythme.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Mouvements créatifs improvisés

L'enseignant vérifie et note si la suite de mouvements de danse ou de pas contient :

- un commencement et une fin
- 2 moyens de locomotion
- 2 mouvements de locomotion
- des transitions en douceur
- pas d'interruption dans la continuité

## Remarques pour l'enseignant

Présenter les pas et les enchaînements rythmiques de façon progressive, par exemple :

- en allant des pas simples aux plus complexes
- en les montrant un par un, puis en les combinant
- en les faisant faire aux élèves sans musique, puis avec musique
- en mettant d'abord de la musique lente, puis de la musique rapide



## RESSOURCES SUGGÉRÉES



Conseil scolaire de Calgary. *Habiletés de base : Danse folklorique*, Gloucester (Ontario), Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et le loisir, 1980, (793.3107/C755d).

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, 2000, (613.7 P964 2000 MaS4).

Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *Matériel didactique : Rondes et danses (M-3)*, Winnipeg, 1981, (372.86/R771).

Ensemble folklorique de la Rivière-Rouge. *Swing la bottine I : danse traditionnelle canadienne-française*, multimédia, Saint-Boniface, Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998, (M.-M.793.31971 E59 01c).

Ensemble folklorique de la Rivière-Rouge. *Swing la bottine II : danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface, Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998, (M.-M.793.31971 E59 02/c).

Manitoba Education and Training. *Kindergarten to Grade 4 English Language Arts : A Foundation for Implementation*, Winnipeg, 1998, (P.D. 428 F771 Mat.-4<sup>e</sup>).

ROY, Marie. *Je danse mon enfance : Guide d'activités d'expression corporelle et de jeux en mouvement*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1998, (372.86 R888j).

Société des jeux panaméricains. *Jeux panaméricains de 1999 : Guide à l'intention des enseignants en éducation physique*, Winnipeg, 1999, (796.48 J58p).





# 1. Motricité



## Résultat d'apprentissage spécifique

☐ H.1.2.D.2 L'élève doit être apte à :

**Démontrer une maîtrise fonctionnelle des habiletés motrices fondamentales** (c.-à-d. locomotion, manipulation et équilibre) **et des concepts relatifs à la motricité** (p. ex. conscience du corps et orientation spatiale) **dans des activités gymniques** (p. ex. se tenir en équilibre sur diverses parties du corps, effectuer des balancements et décrire des cercles avec de petits appareils pouvant être tenus dans les mains).

## Suggestions pour l'enseignement

### La poursuite des pirates (locomotion et équilibre)

- Installer un cadre pour grimper ou de gros appareils dans le gymnase (p. ex. cheval sautoir bas, plinth, banc d'équilibre, échelle placée par terre). Choisir de deux à quatre pirates qui poursuivent les autres (ils portent un objet qui permet de les identifier, p. ex. un sac de fèves ou une balle en mousse). Les autres élèves peuvent éviter de se faire attraper en se tenant sur un appareil, sans toucher le sol ou les tapis, pendant cinq secondes. Après cinq secondes, ils doivent marcher jusqu'à un autre appareil. S'ils se font prendre, ils changent de place avec les pirates.

### Les cerceaux (manipulation)

- Faire faire aux élèves un certain nombre d'activités, chacun avec son cerceau, dans son espace personnel :
  - Faites tourner le cerceau autour de votre bras.
  - Pendant que vous le faites tourner, essayez de le passer d'un bras à l'autre.
  - Essayez de faire tourner le cerceau autour de votre cou, de votre main, de votre taille, de vos jambes.
  - Essayez de le faire tourner autour de votre main, puis de l'attraper pour l'arrêter.

Note :

Inviter un danseur de cerceaux autochtone pour faire une démonstration.

### Équilibres de gymnastique (équilibre)

- Demander aux élèves de faire des équilibres de gymnastique, par exemple :
  - sur des tapis :

une planche



en position V



une planche sur un genou



- sur des gros appareils : exercices de suspension (voir H.1.M.D.2).

Notes :

- Se servir de photos, de vidéos, ou de démonstrations faites par l'enseignant ou les élèves comme aide visuelle.
- Utiliser des centres d'activités où un petit groupe d'élèves s'entraîne à faire une variété de mouvements de locomotion en même temps. Maximiser l'espace, l'équipement et le temps actif.



Voir l'annexe 1.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : La poursuite des pirates

Utiliser les barèmes de *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, p. 7-11, et le tableau des résultats, annexe D, p. VII, du même document pour évaluer l'activité.

### Observation : Équilibres de gymnastique

Apparier des images aux noms des équilibres correspondants, puis faire ces équilibres.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES

Manitoba Movement Skills Committee. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*,  
Winnipeg, 2000 : [[http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement\\_skills/index.html](http://www.mbnet.mb.ca/~mpeta/movement_skills/index.html), 7 juillet 2001]

