

Résultat d'apprentissage général n° 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
Connaissances	A	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	Développement moteur	1. Processus de développement des habiletés 2. Principes mécaniques du mouvement humain 3. Concepts relatifs à la motricité	
	C	Motricité spécifique	1. Règles 2. Terminologie 3. Stratégies propres aux sports ou aux jeux 4. Esprit d'équipe et franc-jeu	
Habiletés	A	Développement des habiletés motrices fondamentales	1. Locomotion 2. Manipulation 3. Équilibre	
	B	Application des habiletés motrices à des sports et à des jeux	1. Activités individuelles et à deux 2. Activités collectives 3. Habiletés d'officiel	
	C	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	
	D	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>											
		M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2	
<i>Connaissances</i>	<i>Domaine A</i>	1. Habiletés motrices fondamentales	<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>	1. Processus de développement des habiletés	<input type="checkbox"/>									
			2. Principes mécaniques du mouvement humain	<input type="checkbox"/>									
	3. Concepts relatifs à la motricité		<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>	1. Règles	<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"/>
		2. Terminologie	<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"/>
		3. Stratégies propres aux sports ou aux jeux	<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"/>
		4. Esprit d'équipe et franc-jeu	<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"/>
			M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2
			<i>Sous-domaines</i>										
	<i>Habiletés</i>	<i>Domaine A</i>	1. Locomotion	<input type="checkbox"/>									
			2. Manipulation	<input type="checkbox"/>									
3. Équilibre			<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>		1. Activités individuelles et à deux	<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"/>
		2. Activités collectives	<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"/>
		3. Habiletés d'officiel	<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>		1. Formes d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel	<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 D</i>		1. Activités rythmiques	<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"/>
		2. Activités gymniques	<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"/>

éveil acquisition ou développement maintien



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.A.1 L'élève sera apte à :

Reconnaître des caractéristiques d'habiletés motrices déterminées (p. ex. lancer une balle par-dessus l'épaule) **qui sont exécutées dans diverses formes d'activité physique, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton** (p. ex. football et baseball).

Suggestions pour l'enseignement

Caractéristiques communes

- Inviter les élèves à venir classer les sports écrits au tableau (baseball, soccer, football, cricket, basketball, handball, etc.) sous les deux catégories suivantes : jeux et sports collectifs à surface commune, et jeux et sports collectifs au champ et au bâton. (Voir l'annexe 1 pour d'autres exemples de jeux ou de sports collectifs.)
- Définir ces deux grandes catégories.
Jeux collectifs à surface commune : Jeux, comme le soccer, le basketball et le hockey, où les participants circulent sur une surface commune en essayant d'éviter leurs adversaires* et, dans la plupart des cas, de gagner et de conserver la possession d'un ballon ou d'un autre objet pour marquer des points.
Jeux au champ et au bâton : Jeux où les adversaires alternent au bâton et au champ. Les joueurs au bâton tentent de marquer des points en frappant la balle hors de portée des joueurs au champ. Ces derniers essaient d'empêcher leurs adversaires de marquer en attrapant la balle et en l'envoyant au but ou à l'un des buts avant que le frappeur n'y parvienne en courant.
- Faire un remue-méninges avec les élèves pour nommer divers mouvements de base propres aux deux catégories de sport vues plus haut, par exemple, parler de passes et de lancers.
- Inviter les élèves à se pratiquer à exécuter des lancers par-dessus l'épaule. Regrouper les élèves par deux et pendant que l'un lance, inviter le second à remplir la colonne des observations de l'annexe 2. Après quelques minutes, demander aux élèves d'inverser les rôles.
- Faire une mise en commun des observations relevées par les élèves. Présenter la technique idéale, voir le tableau ci-dessous.

Caractéristiques	Observations	Techniques idéales
Direction du regard		<i>vers la cible</i>
Mouvement du bras qui lance		<i>passe de l'arrière à l'avant flexion du coude</i>
Déplacement du poids du corps		<i>de l'arrière à l'avant</i>
Direction du bras et de la main au moment de relâcher l'objet		<i>vers la cible extension complète du bras (rotation du poignet)</i>
Position des pieds par rapport aux bras		<i>avance d'un pas, pied opposé au bras qui lance</i>
Position du corps avant le lancer		<i>placement des pieds</i>

* Dans certains cas, comme le ballon chasseur, il s'agit d'éviter l'objet lancé par les adversaires, plutôt que les adversaires eux-mêmes. En outre, même si la surface de jeu est généralement commune, la circulation des joueurs peut être limitée à certaines zones, selon les circonstances.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

- Inviter les élèves à réfléchir sur ce qu'ils viennent d'apprendre, distribuer les questions de réflexion suivantes à compléter en devoir.
 - *Est-ce que les techniques idéales vues en classe pour le lancer par-dessus l'épaule s'appliquent aussi à d'autres types de lancer? Donnez-en un exemple et expliquez-le.*
 - *Quel pied devez-vous avancer si vous êtes droitiers?*
 - *Pourquoi est-il préférable de relâcher un objet lorsque le bras est en pleine extension?*

Pour aller plus loin...

- Deux à deux, inviter les élèves à pratiquer leur lancer par-dessus l'épaule en tentant d'appliquer les techniques idéales vues en classe.



Voir les annexes 1 et 2 : Catégories de sports et de jeux – Feuille de renseignements, et Lancer par-dessus l'épaule – Feuille de route.

Suggestions pour l'évaluation

Exemples de lancers

- Inviter les élèves à mettre les énoncés qui suivent en ordre chronologique, dans le but de reconstituer les étapes du lancer par-dessus l'épaule.
 - Je fléchis le coude et le place en arrière, à la hauteur de l'épaule et derrière l'oreille. (2)
 - Je tourne les hanches de sorte que l'épaule opposée à la main qui lance soit dans la trajectoire de la cible. (3)
 - Je déplace le poids de mon corps de l'arrière à l'avant. (5)
 - Je fixe mon regard sur la cible. (1)
 - J'avance la jambe opposée au bras qui lance. (4)
 - J'effectue mon lancer et je prolonge le mouvement vers le bas. (6)

Étapes tirées et adaptées de *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*.

Remarques pour l'enseignant

Habiletés fondamentales

Pour connaître ou revoir la description des caractéristiques des habiletés motrices fondamentales, consulter *Éducation physique M-4^e : Évaluation des habiletés motrices fondamentales*.

RESSOURCES SUGGÉRÉES

ASSOCIATION CANADIENNE DE CROSSE. *Manuel d'instruction d'inter-crosse*, Ottawa, Secrétariat d'État du Canada, John Lewis, 1990.

CORBEIL, Jean. *Le ballon sur glace*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1980, 133 p., coll. « Sport ». (DREF 796.96/C789b)

Le cricket, [En ligne], 1998, http://www.cricket.org/link_to_database/ABOUT_CRICKET/EXPLANATION/, (juillet 2003).



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



DESHORS, Michel. *Le football : la technique, la pratique, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1996, 141 p. (DREF 796.334 D456f)

GUILLON, Nicolas, et Olivier MORET. *Le football américain : les règles, la technique, la tactique*, Toulouse, Éditions Milan, 2000, 135 p. (DREF 796.332 G961f)

Hockey sur gazon, Québec, Haut-Commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports, 1977, brochure, coll. « Grand soleil ». (DREF CV)

HOPPER, Tim. *Teaching games centred games using progressive principles of play*, [en ligne], <http://web.uvic.ca/~thopper/articles/Cahperd/principle.htm>, (juin 2003).

LE MERCIER, Frédéric. *Baseball : formes jouées pour l'école élémentaire*, Paris, Éditions Revue E.P.S., 1990, 28 p. (DREF 796.357/L551b)

LEGRAND, Lucien, et Michel RAT. *Mes premiers pas au basket-ball*, Toulouse, Éditions Milan, 1998, 44 p., coll. « Mes premiers pas (Éditions Milan) ». (DREF 796.323 L517m).

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Flag-football : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 71 p. (DREF P.D. 613.7 G946F 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de soccer 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 95 p. (DREF P.D. 613.7 M294s 7e-Sec.4)

MANITOBA MOVEMENT SKILLS COMMITTEE. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, [en ligne], http://home.merlin.mb.ca/~mpeta/movement_skills/page2.html, (juin 2003).

VANCOUVER ULTIMATE LEAGUE. *Where Spirit Lives*, [en ligne], <http://www.vul.bc.ca/>, (juin 2003).



1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.B.1 L'élève sera apte à :

Cerner des facteurs externes qui peuvent influencer le développement moteur (c.-à-d. les coûts, la disponibilité des installations et la possibilité de pratiquer hors du contexte scolaire).

Suggestions pour l'enseignement

Remue-méninges

- Poser la question suivante aux élèves :
 - *Quels facteurs externes pourraient favoriser le développement d'habiletés motrices chez une personne ou lui nuire?*
- Inviter les élèves à noter leurs réponses sur des papillons adhésifs. Puis leur demander de venir les placer sur un babillard ou un tableau à l'avant de la classe. Lire une à une les réponses. Attirer l'attention des élèves sur les facteurs tels que les coûts, la disponibilité et la proximité des installations sportives et la possibilité de pratiquer ce sport à l'extérieur de l'école.
- Aborder une discussion sur les sports populaires dans certains pays. Faire le lien entre les coûts, la disponibilité des installations, le climat, etc. (Voir les **Remarques pour l'enseignant** pour quelques pistes.)
- Distribuer l'annexe 3 et inviter les élèves à évaluer quelques sports dans leur communauté en fonction de critères très précis.

 Voir l'annexe 3 : Facteurs externes de développement moteur – Grille d'évaluation des sports dans ma communauté.

Circuit de remue-méninges

- Former des équipes de quatre et demander à chaque équipe de se rendre à une des stations d'activités décrites ci-dessous.
- À chaque station, le groupe répète pendant trois minutes les mouvements demandés. Ensuite demander au groupe de trouver, de discuter et de noter des facteurs qui pourraient influencer sur la participation à une activité physique semblable hors du contexte scolaire.
- Après trois minutes, demander à chaque équipe d'afficher sa liste et de circuler à la prochaine station.
- Demander aux élèves de marcher d'une affiche à l'autre pendant deux minutes pour y lire les réponses.

Description des stations

Relais nautique : se déplacer sur un parcours en demeurant assis sur deux planches à roulettes.

Mini-golf : faire le tour d'un parcours de quelques trous (tapis) de golf avec un fer droit (putter) et une balle trouée.

Centre de musculation : exécuter dix répétitions de quatre exercices de musculation avec des poids légers.

Mini-tennis : jouer à deux contre deux en se faisant des passes au-dessus d'un filet de badminton abaissé, en utilisant des raquettes de racquetball et des balles en mousse.

Ringuette en gymnase : jouer deux contre deux. Utiliser des cônes pour les buts.

Basketball : jouer deux contre deux à un des paniers.



Suggestions pour l'évaluation

Facteurs externes de développement moteur

- Remplir le tableau vierge de l'annexe 4 et distribuer aux élèves. Noter s'ils sont en mesure ou non de nommer des facteurs externes qui influent sur le développement moteur.



Voir l'annexe 4 : Facteurs externes de développement moteur – Tableau.

Remarques pour l'enseignant

Définition

Développement moteur : processus d'apprentissage et de maîtrise des habiletés motrices et des habiletés liées à diverses formes spécifiques d'activités physiques.

Sports populaires dans certains pays

Le Canada est bien connu pour ses joueurs de hockey, tout comme les pays nordiques et la Russie. Bien sûr, la saison hivernale est longue et il y a des ronds à patiner partout. Il en est de même pour le ski de fond et d'autres sports qui exigent du temps froid.

Le soccer est le sport le plus populaire au monde. Il ne faut qu'un ballon et un terrain vague. D'excellents joueurs proviennent de pays en voie de développement en raison des coûts peu élevés que nécessite la pratique de ce sport.

L'Australie compte de bons nageurs. Il est évident que le fait que les populations puissent nager à l'année longue a une incidence.

Le basketball connaît une popularité remarquable dans les ghettos des grandes villes américaines. Il y a un terrain de basketball dans chaque cour d'école et les jeunes n'ont besoin que d'un ballon.

Bien que les facteurs externes vus dans cette leçon jouent un grand rôle dans le développement moteur d'un athlète, d'autres facteurs prennent parfois le dessus.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3^e programme : pour les 12 à 14 ans : faire des choix et établir des objectifs*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

CANADA. SANTÉ CANADA. *Cahier d'accompagnement du Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, [en ligne], http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/guideap/pdf/handbook_fre.pdf, (juin 2003).

CANADA. SANTÉ CANADA. *Guide d'activité physique canadien pour les jeunes*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide/guides/fr/index.html>, (juin 2003).

MUNOZ DE LA MATA, Nicolás. *Jeux du monde : leur histoire, leurs règles, comment les construire*, Paris, La Nacelle, Zurich, Comité suisse Unicef, 1996, 223 p. (DREF 790.1 M967j)



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.B.2 L'élève sera apte à :

Énoncer des principes de biomécanique (c.-à-d. ceux liés à l'utilisation d'un levier) **applicables aux mouvements consistant à frapper des objets** (p. ex. la diminution du rayon sur lequel s'effectue la rotation réduit la grandeur de la force appliquée, comme lorsqu'un joueur place ses mains plus haut autour d'un bâton de baseball).

Suggestions pour l'enseignement

Meilleure façon de frapper

- Former des équipes et demander aux élèves de s'exercer à frapper une balle attachée à un poteau stationnaire avec différentes pièces d'équipement de longueurs variées, par exemple des bâtons, des raquettes ou les mains. Puis poser les questions suivantes :
 - *Quelle pièce d'équipement était la plus efficace et pourquoi?*
 - *Quelle pièce d'équipement était la plus facile à utiliser et pourquoi?*
 - *Quelle pièce d'équipement était la plus difficile à utiliser et pourquoi?*

Variante :

Tenir la même pièce d'équipement de diverses façons et voir l'effet de chaque méthode.

Principes de levier

- Revoir avec les élèves les trois types de levier vus en 5^e année en sciences de la nature, distribuer l'annexe 5 à cet effet.
- Discuter de certains principes qui sont observables lors de l'utilisation de leviers dans la pratique des sports.
 - *Plus le bâton est court, plus l'utilisateur a de contrôle.*
 - *Plus le balancement est rapide, plus la force est grande.*
 - *Plus le bâton est long, plus la vitesse à l'extrémité du bâton augmente et permet de frapper un objet plus loin.*
 - *L'utilisation séquentielle correcte des parties du corps permet une vitesse maximale.*
- Revoir avec les élèves les principes de biomécanique vus en 6^e en Éducation physique (voir l'annexe 6) ou les résumer.
- Demander aux élèves d'examiner un objet utilisé pour frapper dans le cadre d'une activité physique pratiquée à la maison (p. ex. une raquette, un bâton de baseball, de golf, de hockey, ou de lacrosse). Distribuer l'annexe 7.

Corrigé de l'exercice :

N^o 1

- a) 2^e
- b) 1^{er}
- c) 1^{er}
- d) 3^e
- e) 2^e
- f) 3^e
- g) 2^e
- h) 3^e
- i) 3^e
- j) 2^e

N^o 2

- a) 1^{er}
- b) 3^e
- c) 2^e

 Voir les annexes 5, 6 et 7 : Les leviers – Feuille de renseignements, Principes de biomécanique – Feuille de renseignements et Cadre de comparaison.



Suggestions pour l'évaluation

Cadre de comparaison

- Demander aux élèves de remettre l'annexe 7 et vérifier s'ils peuvent énoncer des principes de biomécanique en rapport avec le levier.



Voir l'annexe 7 : Principes de biomécanique – Cadre de comparaison.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ALLARD, Paul, et autres. *Analyse du mouvement humain par la biomécanique*, 2^e édition, Paris, Vigot, Mont-Royal, Décarie, 2000, 400 p.

ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Programme national de certification des entraîneurs 3M*, [en ligne], http://www.coach.ca/f/pnce_3m/index.htm, (juin 2003).

HAY, James G., et Bertrand D. BOULFROY. *Biomécanique de techniques sportives*, Paris, Vigot, 1980, 451 p. coll. « Sport et enseignement ». (DREF 612.76/H412b.Fb)

LAMONTAGNE, Mario, *Introduction à la biomécanique*. Ottawa, Département de Kinanthropologie, Université d'Ottawa, 1989, 546 p.



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.B.3a L'élève sera apte à :

Analyser des concepts relatifs à la motricité (c.-à-d. la conscience du corps, l'orientation spatiale, la qualité de l'effort et les relations), **qui s'appliquent dans des jeux ou des sports collectifs à surface commune** (p. ex. une passe dirigée vers un « espace libre ») **et dans des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton** (p. ex. le placement du corps pour attraper un ballon ou un roulant au cricket).

Suggestions pour l'enseignement

Jeux variés

- Revoir avec les élèves ce que veulent dire les termes : conscience du corps, orientation spatiale, qualité de l'effort et relations. (Voir les **Remarques pour l'enseignant** de la page suivante.)
- Faire vivre diverses activités aux élèves dans le but de les familiariser avec les concepts relatifs à la motricité (voir également l'annexe 8).
 - **Conscience du corps** : Demander aux élèves de faire des passes à un partenaire à l'aide de cinq différentes parties du corps. Puis les inviter à discuter de l'efficacité des passes selon la partie du corps utilisée pour faire bouger l'objet.
 - **Orientation spatiale** : Diviser la classe en équipes de trois. Un joueur tente de lancer la balle à un coéquipier tandis qu'un troisième, entre les deux, essaie de l'intercepter. Changer les rôles toutes les 5 minutes jusqu'à ce que chaque élève ait eu la possibilité d'occuper les trois positions. Inviter les élèves à discuter des passes qui se sont bien rendues et des autres qui ont été interceptées en mettant l'accent sur la prise de conscience du placement des joueurs.
 - **Qualité de l'effort** : Former des équipes de deux. En utilisant des ballons de soccer, des ballons en mousse ou des sacs de fèves, inviter les élèves à lancer les objets à un partenaire placé à 1 mètre, à 2 mètres, à 3 mètres, à 4 mètres et à 5 mètres. Demander aux élèves d'expliquer en quoi la qualité de l'effort est différente selon la distance.
 - **Relations** : Demander aux élèves de réfléchir aux relations qui existent lorsqu'un joueur pratique seul (p. ex. botter un ballon dans un champ), pratique avec un partenaire ou joue avec une équipe complète. Faire remarquer que plus il y a d'intervenants, plus les relations sont complexes.



Voir l'annexe 8 : Concepts relatifs à la motricité – Activités sur grille.

Notes :

Voir le RAS C.1.7.C.3 (offensive et défensive).

Voir aussi la colonne des Concepts relatifs à la motricité dans le Tableau des habiletés motrices fondamentales de l'appendice A.

Suggestions pour l'évaluation

Concepts relatifs à la motricité

- Distribuer l'annexe 9. Demander aux élèves de lire les situations fictives et d'indiquer les concepts relatifs à la motricité qui sont en jeu.



Voir l'annexe 9 : Concepts relatifs à la motricité – Jeux collectifs.



Suggestions pour l'évaluation (suite)

Exercice d'appariement

- Inviter les élèves à associer le ou les concepts relatifs à la motricité dans chacun des exemples suivants :

- Lors d'une passe, un joueur crée une cible avec sa main. _____
- Un joueur dirige une passe vers un « espace libre ». _____
- Son coéquipier se dirige vers un espace libre pour recevoir la passe. _____
- Un joueur change de direction pour fuir un adversaire. _____
- Le lanceur se pratique à lancer avec force et avec vitesse. _____
- Un joueur suit attentivement la balle des yeux dans le but de l'intercepter. _____

- A) Conscience du corps
- B) Qualité de l'effort
- C) Relations
- D) Orientation spatiale

Remarques pour l'enseignant

Jouer pour apprécier

Utiliser l'approche Jouer pour apprécier (Catégories de jeux) pour discuter des concepts d'espace, d'effort et des relations, voir l'appendice J.

Définitions

Conscience du corps : connaissance des mouvements propres à diverses parties du corps; y compris les parties du corps, les formes corporelles et les mouvements corporels.

Orientation spatiale : connaissance directe des déplacements de son corps dans l'espace personnel et l'espace général, de l'endroit où il se situe, de sa direction, de sa hauteur, du parcours qu'il effectue, et des plans.

Qualité de l'effort : manière de se déplacer, en tenant compte de facteurs tels que la durée (rapide, lent), la force (fort, léger) et la continuité (libre, avec contrainte).

Relations : liens entre le corps qui est en mouvements et les personnes ou les objets de son environnement; servent à démontrer les interactions entre les individus et les environnement.



Voir l'annexe 10 : Concepts relatifs à la motricité – Espace, force et temps.

RESSOURCES SUGGÉRÉES

HOPPER, Tim. *Teaching games centred games using progressive principles of play*, [en ligne],
<http://web.uvic.ca/~thopper/articles/Cahperd/principle.htm>, (juin 2003).



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.C.1 L'élève sera apte à :

Expliquer l'importance de suivre les règles (c.-à-d. pour assurer la sécurité, le contrôle, le franc-jeu, l'inclusion, le plaisir des joueurs et le divertissement des spectateurs) **des jeux et des sports choisis.**

Suggestions pour l'enseignement

Règles à suivre

- Avant de commencer à pratiquer un nouveau sport en classe, expliquer l'importance de suivre les règles propres à ce sport en abordant des raisons de sécurité, de contrôle, de franc-jeu, d'inclusion, de plaisir et de divertissement. Distribuer le tableau de l'annexe 11 et le remplir avec eux ou remettre aux élèves en devoir.
- Discuter avec les élèves des conséquences liées au non-respect de ces règles pour les participants et les spectateurs. Inviter les élèves à raconter des expériences qu'ils ont vécues dans la pratique de sports ou de jeux où les joueurs n'ont pas suivi les règles.

Exemple d'un tableau qui pourrait avoir été rempli avec la classe ou individuellement.

Règles en rapport avec le baseball	
Sécurité	<i>Fournir l'équipement convenable pour le receveur. Fournir un casque pour le frappeur et assurer une distance convenable entre le lanceur et le frappeur.</i>
Contrôle	<i>Restez à l'intérieur des limites du jeu. Couvrir le terrain qui correspond à sa position.</i>
Franc-jeu	<i>Encourager ses coéquipiers, faire preuve de courtoisie envers les arbitres, souligner les bons jeux exécutés par ses coéquipiers ou ses adversaires.</i>
Inclusion	<i>Dans le contexte scolaire, ajuster, au besoin, la distance du frappeur au but utilisant un T. Permettre aux joueurs de ne pas occuper une position dans laquelle ils ne sont pas à l'aise. Donner à tous l'occasion de frapper avant de faire l'échange frappeurs-champ plutôt que d'observer le règlement des trois retraits. Adapter pour que tous puissent participer selon leur capacité.</i>
Plaisirs des joueurs	<i>Connaître sa position et celles de ses coéquipiers facilite la bonne entente au sein de l'équipe. Se garder en forme en s'amusant. Se lier d'amitié. Se donner des défis à relever en groupe.</i>
Divertissement des spectateurs	<i>Observer et apprécier le jeu des autres participants. Apprécier le calibre du jeu lorsqu'on assiste à un match. Divertir les spectateurs en leur offrant un spectacle, c'est-à-dire un jeu qui mise sur la bonne entente et le respect d'autrui et un jeu qu'ils peuvent suivre étant donné que les règles sont respectées.</i>



Voir l'annexe 11 : Règles à suivre – Tableau.

Pensée en mouvement

- Aborder brièvement avec les élèves l'importance d'avoir des règles dans la pratique de divers sports et jeux.
- Former des équipes de six élèves et préparer six stations. Agrandir le tableau de l'annexe 11 et en faire six copies. Mettre le nom d'un sport ou d'un jeu sur chacune des copies et demander aux équipes de donner des exemples précis ou généraux pour chacun des facteurs. Après quelques minutes, inviter les équipes à aller vers une nouvelle station.
- Faire une mise en commun des réponses obtenues.



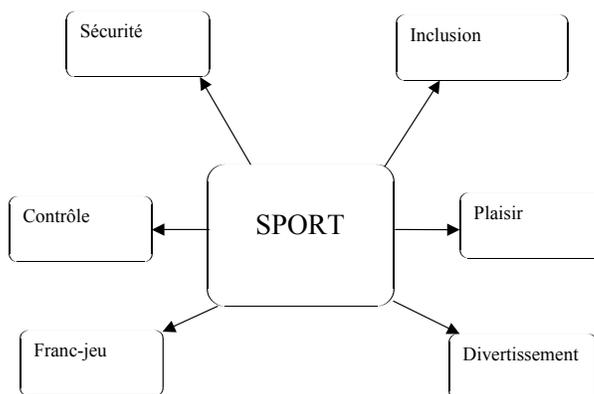
Suggestions pour l'enseignement (suite)

- Discuter avec les élèves des conséquences liées au non-respect de ces règles pour les participants et les spectateurs. Inviter les élèves à raconter des expériences qu'ils ont vécues dans la pratique de sports ou de jeux où les joueurs ou les officiels n'ont pas suivi les règles.

Suggestions pour l'évaluation

Organigramme

- Inviter les élèves à expliquer l'importance des règles du sport ou du jeu qu'ils pratiquent ou aimeraient pratiquer. Suggérer qu'ils présentent leur information sous forme d'organigramme. S'assurer qu'ils abordent les règles en rapport avec la sécurité, le contrôle, l'inclusion, le franc-jeu et le plaisir du participant et des spectateurs.
Exemple d'un organigramme



Remarques pour l'enseignant

Franc-jeu

Les principes de l'esprit sportif (franc-jeu) sont :

1. Respecter les règles;
2. Respecter les officiels et accepter leurs décisions;
3. Respecter l'adversaire;
4. Donner à chacun une chance égale de participer;
5. Garder son sang-froid en tout temps.

Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet du franc-jeu, voir *Le Défi canadien Vie active* et *Esprit sportif*.

Règlements au volleyball

Au cours des années, les règlements de certains sports ont évolué. Demander aux élèves de déterminer les raisons pour les changements. Par exemple, une partie de volleyball consistait jadis à compter 15 points mais consiste couramment à compter 25 points.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Parlons franchement des enfants et du sports : Conseils à l'intention des parents, des entraîneurs et des enseignants*. Édition de l'Homme, 1997.
(CD-ROM L'esprit du sport interactif)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3^e programme : pour les 12 à 14 ans : faire des choix et établir des objectifs*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Esprit sportif chez les jeunes : un guide de référence*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1990, 80 p.

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997.

CENTRE CANADIEN POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT (CCES). [En ligne], http://www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template_id=46&lang=f, (juin 2003).

COMMISSION POUR L'ESPRIT SPORTIF. *Esprit sportif chez les jeunes : un guide de référence*, Ministre d'État, Condition physique et Sport amateur, Gouvernement du Canada, 1990.

FONDATION DE L'ESPRIT DU SPORT. [En ligne], http://www.spiritofsport.ca/index_f.cfm?lang=f, (juin 2003).

MANITOBA. ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE. *Le succès à la portée de tous les apprenants : manuel concernant l'enseignement différentiel : ouvrage de référence pour les écoles (maternelle à secondaire 4)*, Winnipeg, 1997, 1 volume en pagination multiple, coll. « Nouvelles directions pour le renouveau de l'éducation ». (DREF 371.9/M278s)

1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.C.2 L'élève sera apte à :

Manifester une bonne compréhension des termes spécifiques à des jeux ou à des sports choisis, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune (p. ex. lacrosse et soccer) et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton (p. ex. baseball et cricket).

Suggestions pour l'enseignement

*** Les suggestions proposées ci-dessous ne devraient pas faire l'objet d'une classe entière. Il s'agit de prendre quelques minutes au début ou à la fin d'une classe pour souligner la terminologie propre au sport ou au jeu pratiqué.

Termino-tag

- Coller quatre affiches vierges sur le mur du gymnase et choisir quatre sports collectifs à surface commune ou au champ et au bâton. Écrire le nom d'un de ces sports sur chaque affiche. Faire un remue-méninges du vocabulaire lié aux sports en question. Inviter les élèves à inscrire les termes sur les affiches correspondantes.
- Former quatre équipes et choisir quatre sports. Assigner un des quatre sports en question à chaque équipe et à chaque « chat ».
- Distribuer des bouts de papier assez grands de différentes couleurs découpés à l'avance à chaque équipe de manière à bien identifier les équipes. Demander à chaque élève (sauf les chats) d'y écrire clairement un des termes de manière à ce que les autres élèves puissent lire le terme. Préciser qu'ils doivent chacun choisir un différent terme. Leur donner du ruban à masquer pour qu'ils collent l'indice dans leur dos.
- Dire aux chats qu'au signal ils doivent courir dans tout le gymnase et essayer de toucher les élèves qui ont une carte de vocabulaire qui correspond à leur sport.
- Dire aux élèves que lorsque l'un d'entre eux a été touché par son chat, il doit aller coller sa carte de vocabulaire sur l'affiche qui correspond à son sport et s'asseoir en périphérie du gymnase.
- Avertir les élèves que le jeu se termine quand tous les chats ont trouvé tous les mots de vocabulaire associés à leur jeu.
- Lorsque le jeu est terminé, demander à quelques élèves de rappeler la signification de son terme au restant de la classe.

Notes :

- Ne choisir que les termes qui posent un défi aux élèves. Par exemple, éviter les termes comme bâton, balle, etc.
- Opter pour les termes comme défensive, jeu forcé, but volé, enceinte du gardien, lancer en foulée, lancer frappé, coup de pied de coin, etc.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

Des mots d'action

- Avant d'entreprendre une nouvelle activité physique ou un nouveau jeu ou sport en classe, écrire au tableau un groupe de termes liés à l'activité en question. Un à un, lire les termes et inviter les élèves à fournir une définition. Corriger ces définitions au besoin, s'attarder davantage sur les termes moins connus. Puis demander aux élèves de prédire l'activité à venir.

Exemple (pour le soccer)

dribbler	invasion	carton jaune
offensive	point de pénalité	
passé		
défensive	avant de pointe	coup de tête
	demi-droite	tir au but

Le mur des mots

- Séparer la classe en trois groupes. Assigner à chaque groupe un jeu ou une activité préparatoire. Demander aux élèves de jouer au jeu en question pendant 10 à 15 minutes, puis de s'arrêter et de noter 20 termes associés à ce jeu. Faire une mise en commun. Inviter chaque groupe à transcrire leurs termes sur des cartes et à les afficher sur un mur ou un babillard réservé à cet effet avec la définition à l'endos.
- Revoir de temps à autres ces mots en début ou à la fin de la classe.

Ton sport préféré

- Demander à chaque élève de préparer une grille de mots croisés ou un exercice d'appariement sur le vocabulaire propre à un sport, à une activité ou à un jeu qu'ils connaissent bien. Les inviter à préparer leur exercice à l'ordinateur accompagné du corrigé. Recueillir les jeux et préparer un cahier pour tous les élèves pour renforcer l'usage de la terminologie correcte en éducation physique.

Le relais des mots

- Regrouper les élèves en équipes. Placer en face de chacune d'elles, à une distance suffisante (pour rendre le relais intéressant), mais pas trop éloignée (ce qui empêcherait le déchiffrement des mots inscrits sur les affiches), une affiche qui représente ou nomme une activité préparatoire ou un jeu déterminé. Distribuer à chaque équipe une série de cartes sur lesquelles sont inscrits des termes qui se rapportent à divers jeux ou activités préparatoires. Au signal, les élèves, chacun à leur tour, courent coller sur l'affiche la carte dont le mot correspond à l'activité qui figure sur l'affiche. Le relais se termine quand toutes les cartes ont été collées. L'équipe gagnante est celle qui finit de placer ses mots au bon endroit la première.
- Revenir sur la signification des termes avec toute la classe.

Note :

Préparer les cartes à l'avance.



Suggestions pour l'évaluation

Qui suis-je?

- Préparer un exercice d'appariement sur le modèle de celui proposé ci-dessous. Employer la copie vierge de l'annexe 12. Noter si les élèves comprennent des termes spécifiques à des jeux ou à des sports choisis.

Vocabulaire	Définitions	Sports
1. Dribbler	a) Joueur chargé de défendre le but.	soccer <input type="checkbox"/> softball <input type="checkbox"/> basketball <input type="checkbox"/> hockey <input type="checkbox"/>
2. Lancer frappé	b) Coup frappé au sol faisant rouler la balle dans le champ intérieur, vers le champ extérieur, permettant au frappeur d'atteindre au moins le premier but.	soccer <input type="checkbox"/> softball <input type="checkbox"/> basketball <input type="checkbox"/> hockey <input type="checkbox"/>
3. Gardien	c) Désigne la zone, délimitée par une ligne, ménagée pour la protection du gardien de buts et celle de l'arbitre dans leurs fonctions respectives.	soccer <input type="checkbox"/> softball <input type="checkbox"/> basketball <input type="checkbox"/> hockey <input type="checkbox"/>
4. Roulant	d) Faire rebondir le ballon sur le plancher tout en courant et en s'esquivant.	soccer <input type="checkbox"/> softball <input type="checkbox"/> basketball <input type="checkbox"/> hockey <input type="checkbox"/>
5. Enceinte (du gardien)	e) Tir effectué par le bâton du joueur qui doit toucher la glace de 3 à 5 cm derrière la rondelle avant de la frapper. Ce genre de lancer nécessite beaucoup de force	soccer <input type="checkbox"/> softball <input type="checkbox"/> basketball <input type="checkbox"/> hockey <input type="checkbox"/>



Voir l'annexe 12 : Terminologie sportive – Exercice d'appariement.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



LE MERCIER, Frédéric. *Baseball : formes jouées pour l'école élémentaire*, Paris, Éditions Revue E.P.S., 1990, 28 p. (DREF 796.357/L551b)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Flag-football : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 71 p. (DREF P.D. 613.7 G946F 7e-Sec.1)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire I*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de soccer 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 95 p. (DREF P.D. 613.7 M294s 7e-Sec.4)
PIERRAT, Jean-Paul, et Llibert TARRAGO. *Le ski de fond : la technique, la tactique, l'entraînement*, Paris, Laffont, 1984, 185 p., coll. « Sports pour tous ». (DREF 796.932/P622s)

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. Secrétariat des langues officielles. *Lexiques sportifs des Jeux panaméricains de 1999*, Winnipeg, 1999.

SPORT CANADA. *Lexique des sports*, [En ligne], 2003, http://www.pch.gc.ca/progs/sc/lex/index_f.cfm, (juillet 2003).



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.C.3 L'élève sera apte à :

Déterminer des stratégies offensives et défensives (p. ex. frapper vers un espace libre ou se déplacer à pas chassés pour bien marquer l'adversaire) **dans diverses activités, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton.**

Suggestions pour l'enseignement

Positions à adopter

- Revoir avec les élèves les concepts relatifs au jeu offensif et défensif ainsi que les grandes lignes de la défensive un contre un et de la défensive de zone. (Voir les **Remarques pour l'enseignant.**)
- Puis diviser la classe en équipes de cinq et délimiter des terrains d'environ 10 m x 10 m. Placer deux équipes par terrain et demander aux équipes de se faire face à l'intérieur des terrains. Donner un ballon à une des deux équipes qui occupent chaque terrain, identifier une cible et demander à l'équipe qui est à la défensive d'assumer les positions nécessaires pour une défensive un contre un. Engager le jeu jusqu'à ce qu'une des équipes ait atteint la cible. Refaire le même exercice et assumer les positions nécessaires pour une défensive de zone. Échanger de rôles.

Défensive un contre un

- Revoir avec les élèves les concepts relatifs au jeu offensif et défensif ainsi que les grandes lignes de la défensive un contre un et de la défensive de zone. (Voir les **Remarques pour l'enseignant.**)
- Puis, demander aux élèves de se placer deux par deux, l'un devant l'autre. Un élève initie un mouvement et l'autre doit le marquer le mieux possible sans le toucher. Le meneur change à toutes les 30 secondes au signal de l'enseignant.

Note :

Les deux élèves doivent demeurer dans un carré délimité par l'enseignant.

Abat simple

- Revoir avec les élèves les concepts relatifs au jeu offensif et défensif ainsi que les grandes lignes de la défensive un contre un et de la défensive de zone. (Voir les **Remarques pour l'enseignant.**)
- Former des équipes de quatre. Inviter chaque équipe à mettre une quille dans un cerceau à chaque extrémité d'un terrain délimité par l'enseignant. Chaque équipe doit protéger sa quille de l'équipe adverse qui tente de lancer un ballon mousse pour l'abattre. Après un bon jeu défensif, une interception ou l'abat de la quille, le ballon revient à l'équipe adverse. Demander aux élèves de commencer le jeu par une défensive de zone et d'observer si cette défensive a changé pendant le jeu.

Note :

La personne qui a le ballon ne doit que pivoter pour lancer le ballon à son coéquipier, c'est-à-dire qu'elle ne peut pas se déplacer avec le ballon.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

Terrains de jeu

- Revoir avec les élèves les concepts relatifs au jeu offensif et défensif ainsi que les grandes lignes de la défensive un contre un et de la défensive de zone. (Voir les **Remarques pour l'enseignant.**)
- Former des équipes de deux. Distribuer des feuilles sur lesquelles figure le plan d'un terrain de sport et des jetons de diverses couleurs. Demander à un des deux élèves de placer cinq joueurs « x » sur la feuille. Inviter l'autre élève à placer cinq joueurs « o » en position de défensive un contre un pour marquer les premiers joueurs. Faire le même exercice pour représenter la défensive de zone. Demander à quelques groupes d'expliquer leurs diagrammes.
- Poser des questions telles que :
 - *Quelles sont les stratégies que les joueurs « x » peuvent utiliser pour garder le ballon en leur possession et avancer vers la cible?*
 - *Qu'est-ce que pourrait faire l'adversaire pour prendre possession du ballon?*
 - *Quels sont les avantages d'une défensive un contre un? ou celle de zone?*

Suggestions pour l'évaluation

Jeux offensifs et défensifs

- Distribuer le plan d'un terrain de jeu que les élèves connaissent bien et créer des situations fictives qui mettent en jeu des stratégies de défensive ou d'offensive. Noter si les élèves sont en mesure de déterminer des stratégies de défensive ou d'offensive. Voir l'exemple de l'annexe 13 et le modifier, au besoin, pour s'assurer que les sports ou jeux ont été vus en classe.

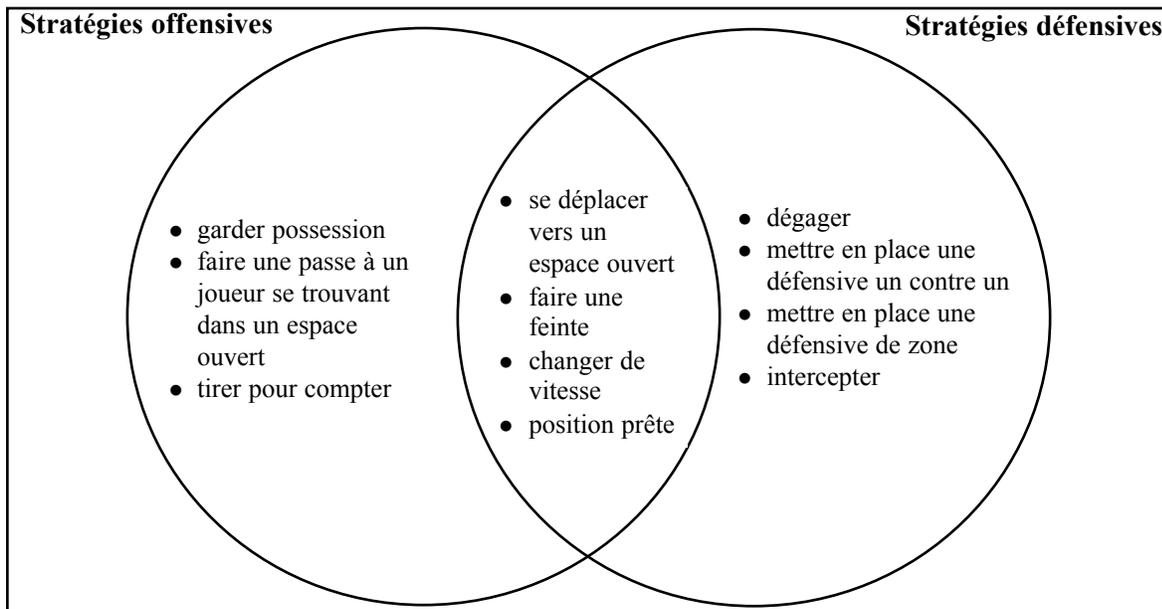


Voir l'annexe 13 : Stratégies offensives et défensives – Feuille d'évaluation.

Diagramme de Venn

- Lors du retour au calme, inviter les élèves à déterminer les stratégies offensives et défensives utilisées dans les activités pratiquées au cours de la classe à partir d'un diagramme de Venn.

Exemple d'un diagramme de Venn pour le soccer :



Remarques pour l'enseignant

Définitions

Le jeu offensif et le jeu défensif : Le jeu offensif se caractérise par une attaque lorsque l'équipe a possession de l'objet, par exemple un ballon, et cherche à se déplacer pour atteindre la cible. Le jeu défensif, en revanche, se caractérise par des déplacements qui ont pour but d'empêcher l'équipe adverse de se déplacer ou d'atteindre la cible.

Styles de défensive : La défensive un contre un exige que chaque joueur marque le joueur qui lui est assigné. La défensive de zone exige que les joueurs marquent les joueurs adverses qui se trouvent dans la zone qui leur est assignée.

Terminologie juste

S'assurer que les élèves comprennent la signification du vocabulaire relatif aux stratégies offensive et défensive telles que : marquer, marquage, zone, pivot, attaque, dégager, intercepter, faire une feinte, espace ouvert, défenseur, attaquant.

Liens curriculaires

Voir le RAS C.1.7.B.3a (concepts relatifs à la motricité).

Les stratégies de l'offensive et de la défensive doivent tenir compte des concepts liés à la conscience du corps, à l'orientation spatiale, à la qualité de l'effort et aux relations.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



LYCÉES ET COLLÈGES CATALANS. *Le baseball : attaque et défense*, [en ligne],
http://bruno.chauzi.free.fr/conseils_techniques_baseball.htm, (juin 2003).

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de soccer 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 95 p. (DREF P.D. 613.7 M294s 7e-Sec.4)

PATRIMOINE CANADIEN ET SPORT CANADA. *Lexique des sports*, [en ligne], 2003,
http://www.pch.gc.ca/progs/sc/lex/index_f.cfm, (juin 2003).

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. SECRÉTARIAT DES LANGUES OFFICIELLES. *Lexiques sportifs des Jeux panaméricains de 1999*, Winnipeg, 1999.



1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.7.C.4 L'élève sera apte à :

Distinguer les comportements propres au franc-jeu (p. ex. respecter les règles, les officiels et les adversaires) **de ceux qui lui sont contraires** (p. ex. tricher, contester la décision d'un officiel ou jouer de manière déloyale) **dans la pratique des sports et de diverses autres formes d'activité physique.**

Suggestions pour l'enseignement

***Aborder le concept du franc-jeu tout au long de l'année afin de prévenir les comportements antisportifs. Pour revoir les grandes lignes du franc-jeu, consulter les **Remarques pour l'enseignant** de la page suivante.

Jeux de rôle – Voyons donc!

- Former des équipes de deux et demander aux élèves de mettre en scène une situation où le franc-jeu est en cause. Suggérer les situations ci-dessous ou inviter les élèves à présenter des situations dont ils ont été témoins pendant un jeu ou une activité sportive qu'ils pratiquent. Faire un diagramme en T au tableau et noter, après le passage des groupes, si la scène est représentative d'un comportement propre au franc-jeu.
 - Faire du cinglage (frapper ou menacer un joueur avec un bâton au hockey ou à la ringuette);
 - Accepter une décision erronée d'un arbitre;
 - Se mettre en colère quand l'adversaire marque un point;
 - Se mettre en colère contre un coéquipier qui joue mal;
 - Passer le ballon à un coéquipier pour que tous puissent avoir la chance de participer;
 - Refuser de participer à un jeu parce qu'il ne s'agit pas du jeu qu'il aurait préféré;
 - Réagir à un coup qu'on a reçu lors d'un jeu ;
 - Crier contre un arbitre pendant une joute;
 - Féliciter un opposant de son bon jeu lorsqu'il compte un but;
 - Applaudir quand les joueurs de son équipe ou de l'équipe adverse réussit un bon jeu.

Note :

Voir le RAS C.1.7.C.1 (sécurité, contrôle, inclusion et plaisir).

Relais trie et prédis

- Former des groupes de trois ou quatre élèves et leur fournir une variété de cartes qui décrivent des comportements lors d'activités physiques. Pour des suggestions de comportements, voir **Jeux de rôle – Voyons donc!** plus haut.
- Demander aux élèves de participer à un relais au cours duquel un membre de chaque équipe, à tour de rôle, doit courir pour aller classer sous Comportements acceptables ou Comportements inacceptables la carte reçue sur une affiche qui figure en fin de parcours.



Suggestions pour l'évaluation

Jeux de rôle – Voyons donc!

- Proposer aux élèves des scénarios fictifs de conflit qui surgissent pendant la pratique d'activités physiques. Inviter les élèves à trouver des solutions positives aux problèmes ou aux conflits qui s'inspirent des principes du franc-jeu. Noter s'ils sont en mesure de le faire.

Relais trie et prédis

- Noter si les élèves peuvent faire la part des choses en ce qui concerne les comportements acceptables et inacceptables relatifs au franc-jeu.

Toutes les activités

- De temps à autre au cours de l'année, distribuer la grille d'autoévaluation de l'annexe 14 aux élèves et leur proposer de vérifier s'ils sont en mesure de mettre en pratique les principes du franc-jeu.



Voir l'annexe 14 : Franc-jeu et esprit sportif – Grille d'autoévaluation.

Remarques pour l'enseignant

Définition

Franc-jeu : acceptation loyale des règles d'un jeu ou d'un sport caractérisée par les principes suivants :

1. Respect des règles;
2. Respect des officiels et de leurs décisions;
3. Respect de l'adversaire;
4. Chance égale de participer pour chacun;
5. Maintien de son sang-froid en tout temps.

Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet du franc-jeu, voir *Le Défi canadien Vie active* et *Esprit sportif chez les jeunes*.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Parlons franchement des enfants et du sports : Conseils à l'intention des parents, des entraîneurs et des enseignants*. Édition de l'Homme, 1997. (CD-ROM L'esprit du sport interactif)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3^e programme : pour les 12 à 14 ans : faire des choix et établir des objectifs*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Esprit sportif chez les jeunes : un guide de référence*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1990, 80 p.



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



CENTRE CANADIEN POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT (CCES). [En ligne],
http://www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template_id=46&lang=f, (juin 2003).

COMMISSION POUR L'ESPRIT SPORTIF. *Esprit sportif chez les jeunes : un guide de référence*,
Ministre d'État, Condition physique et Sport amateur, Gouvernement du Canada, 1990.

FONDATION DE L'ESPRIT DU SPORT. [En ligne], http://www.spiritofsport.ca/index_f.cfm?lang=f, (juin 2003).

PATRIMOINE CANADIEN ET SPORT CANADA. *Pour une éthique sportive*, [en ligne],
http://www.pch.gc.ca/progs/sc/pubs/london_f.pdf, (juin 2003). [Déclaration adoptée par les ministres fédéral,
provinciaux et territoriaux du sport]

RÉSEAU ÉDUCATION-MÉDIAS. *La violence dans les sports*, [en ligne], 2003, http://www.media-awareness.ca/francais/ressources/educatif/activities/primaire_general/television/violence_sports.cfm, (juin 2003).

[Activités adaptées à plusieurs groupes d'âge en format html et pdf]

1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.A.1 L'élève sera apte à :



Exécuter des extensions ou des variations des mouvements de locomotion (p. ex. sprinter, sauter, sauter sur une surface élastique et effectuer une rotation) **en appliquant des principes de biomécanique** (p. ex. poids du corps, application de la force, amplitude du mouvement, et nombre de segments corporels employés) **pour accroître la vitesse, la hauteur ou la distance.**

Suggestions pour l'enseignement

Activités variées

- Organiser diverses activités qui comprennent des changements de direction, des transferts de poids et des habiletés de locomotion. Amorcer une discussion avec les élèves pour les amener à comprendre de quelle façon le corps et l'effort (vitesse) peuvent influencer sur la distance ou la hauteur atteinte par une personne.

Toujours plus haut! (saut en hauteur)

Organiser une activité de saut en hauteur progressif en n'utilisant que des matelas pour commencer. Installer plusieurs stations de travail.

1. Demander aux élèves de sauter par en arrière à pieds joints et de tomber sur le dos sur un matelas, le menton contre la poitrine. (Mettre l'accent sur cette technique pour prévenir les accidents.)
2. Demander aux élèves d'utiliser leurs bras pour mieux sauter, d'abord en les levant, puis en poussant les omoplates l'une vers l'autre. (Pousser les omoplates l'une vers l'autre permet d'arquer le dos.)
3. Demander aux élèves d'accélérer leur mouvement en relevant les hanches et les pieds, de façon à pouvoir effectuer $\frac{1}{2}$ tour et atterrir sur le dos contre le matelas.
4. Demander aux élèves de prendre un départ décalé, de pousser avec un pied, de lever le genou libre et de tourner leur corps de façon à atterrir sur le dos.
5. Demander aux élèves d'augmenter le nombre de pas, d'atterrir sur le dos en effectuant $\frac{1}{2}$ tour, provoqué par la montée du genou libre.
6. Demander aux élèves de maîtriser une course d'élan adaptée (placement, gestion, précision).

Note :

Dans la mesure du possible, disposer une barre ou un élastique et inviter les élèves à noter les diverses hauteurs atteintes afin qu'ils soient conscients de leur progression.

- Après l'activité, poser des questions de réflexion telles que :
 - *Sur quel axe (levier) faites-vous des rotations?*
 - *Pourquoi est-il utile de lever les bras?*
 - *Pourquoi devez-vous déterminer votre pied d'appel?*
 - *Est-ce que la course d'élan favorise un meilleur saut et pourquoi?*



Suggestions pour l'enseignement (suite)

Toujours plus loin! (saut en longueur)

Organiser une activité de saut en longueur progressif. Installer plusieurs stations de travail.

1. Demander aux élèves, debout les pieds joints, de se balancer du talon à la pointe des pieds et de sauter en avant à partir d'une ligne de départ.
2. Demander aux élèves, debout les pieds joints, de fléchir les genoux et de sauter.
3. Demander aux élèves, debout les pieds joints, de balancer les bras par en avant et de sauter.
4. Demander aux élèves, de découvrir quel est leur pied d'appel et de se pratiquer en effectuant deux pas vers l'avant avant de sauter.
5. Demander aux élèves de ramener les deux jambes ensemble avant l'atterrissage.
6. Demander aux élèves de faire quelques pas de course pour reproduire la course d'élan, d'accélérer progressivement puis de sauter vers l'avant.

Note :

Dans la mesure du possible, inviter les élèves à noter les diverses hauteurs atteintes afin qu'ils soient conscients de leur progression.

- Après l'activité, poser des questions de réflexion telles que :
 - *Quel est l'effet des bras dans le saut en longueur?*
 - *Quelle technique donne les meilleurs résultats : le saut à pieds joints ou le saut où l'athlète a recours à un pied d'appel?*
 - *Comment une course d'élan permet-elle de sauter plus loin?*
 - *Qu'arrive-t-il si vous ne joignez pas vos jambes ensemble avant l'atterrissage?*

Remarques pour l'enseignant

Saut en hauteur

Caractéristiques de comportement fréquents à surveiller chez les élèves en saut en hauteur :

1. Appréhension de la chute, tendance à mettre les bras en arrière durant la chute;
2. Balancement de la tête vers l'arrière lors du saut;
3. Méconnaissance du pied d'appel, piétinement, appel par pieds joints;
4. Appel mal situé, risque de chute hors du matelas;
5. Décélération de la course d'élan.

Saut en longueur

Caractéristique de comportement fréquents à surveiller chez les élèves en saut en longueur :

1. Difficulté à déterminer le pied d'appel;
2. Mouvement des bras vers l'arrière au lieu de l'avant;
3. Appel incomplet, tirant sur un côté;
4. Course en décélération et déséquilibrée;
5. Anticipation du ramené (tête en arrière, retour prématuré du pied d'appel).



Remarques pour l'enseignant (suite)

D'autres activités pouvant développer ce RAS :
Athlétisme : course à relais et sprint (avec départ accroupi);
Saut à la corde;
Sauts d'attaque au volley ball;
Lancer déposé au basketball;
Trampoline en gymnastique sportive.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ALLARD, Paul, et autres. *Analyse du mouvement humain par la biomécanique*, 2^e édition, Paris, Vigot, Mont-Royal, Décarie, 2000, 400 p.

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997.

ASSOCIATION MONDIALE VIRTUELLE D'ÉPS. *Planetolak : Athlétisme*, [en ligne], <http://www.planetolak.net/index1.html>, (juin 2003).

HAY, James G., et Bertrand D. BOULFROY. *Biomécanique de techniques sportives*, Paris, Vigot, 1980, 451 p. coll. « Sport et enseignement ». (DREF 612.76/H412b.Fb)

LAMONTAGNE, Mario, *Introduction à la biomécanique*. Ottawa, Département de Kinanthropologie, Université d'Ottawa, 1989, 546 p.

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Athlétisme : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 161p. (DREF P.D. 613.7 G946a 7e-Sec1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Gymnastique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 134 p. (DREF P.D. 613.7 G946G 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Volley-ball : éducation physique : 7^e année à secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 77 p. (DREF P.D. 613.7 G946v 7e-Sec.1)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 1, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave EDWARDS en collaboration avec la Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, la Fondation, 1989, 1 vidéocassette de 24 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 2, [enregistrement vidéo], réalisé par la Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, la Fondation, 1993, 1 vidéocassette de 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p 02)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



TIENDREBEOGO IRÈNE. *Technique du saut en hauteur*, [en ligne],
<http://www.geocities.com/itiendrebeogo/pageSautFR.html>, (juin 2003). [Photos progressives du saut en Fosbury]



Résultat d'apprentissage spécifique

❑ H.1.7.A.2 L'élève sera apte à :

Exécuter des mouvements de manipulation (p. ex. faire rebondir, faire rouler, frapper) **en appliquant les principes de biomécanique nécessaires** (p. ex. longueur du levier, amplitude du mouvement, nombre de segments corporels employés, application de la force) **avec le plus de constance possible.**

Suggestions pour l'enseignement

Habiletés maîtrisées

- Au courant de l'année, inviter les élèves à pratiquer diverses habiletés de manipulation dans une variété de sports ou de jeux et à lier la bonne exécution de ces habiletés aux principes de biomécanique en jeu, par exemple, la longueur du levier, l'amplitude du mouvement, le nombre de segments corporels employés et la force appliquée. Mettre l'accent sur la constance dans l'exécution des habiletés.

Le badminton (exemple)

- Inviter les élèves à pratiquer des habiletés de badminton, entre autres, le service, le dégagé, l'amorti, le drive, le lob et le smash. Attirer l'attention des élèves sur le fait qu'une bonne technique repose sur une bonne connaissance des principes de biomécanique. Discuter de la façon de tenir la raquette, de la position des pieds, du mouvement du bras qui tient la raquette, du transfert de poids, du poignet, etc., pour chacune des habiletés étudiées. Mettre l'accent sur la constance dans l'exécution des mouvements.

Exercices préparatoires

- Individuellement : Effectuer le plus possible de frappes sans faire tomber le volant. Varier la hauteur. Pratiquer des services en tentant de viser une cible. Varier la distance de cette cible.
- Deux à deux : Pratiquer les lobs et les smashes, les amortis et les dégagés et d'autres combinaisons. Varier les positions.

Note :

Pour une approche pédagogique du badminton et les règlements propres à ce jeu, voir le site Web de Nancy-Metz dans la liste des **Ressources suggérées**.

- Faire suivre la pratique des habiletés choisies par une discussion portant sur le lien entre une bonne technique et la connaissance des principes de biomécanique. Voici un exemple de questions pour le badminton.
 - *Qu'arrive-t-il quand vous frappez au centre de votre raquette?*
 - *Quel est l'effet de la force dans un lob ou dans un dégagé?*
 - *Quel type de force faut-il utiliser pour un service court?*
 - *Qu'est-ce qui vous permet de frapper un volant de la ligne arrière à la ligne arrière adverse?*
 - *Que devez-vous faire pour assurer une certaine constance dans vos coups?*



Suggestions pour l'évaluation

Grille d'évaluation passe-partout

- Évaluer l'exécution des habiletés choisies et la constance en remplissant la grille d'évaluation de l'annexe 15.



Voir l'annexe 15 : Mouvements de manipulation – Grille d'évaluation (exemple n° 1).

Le dégagé au badminton

- Évaluer la ou les habiletés vues en classe à partir du modèle de grille d'évaluation proposé pour le dégagé au badminton (voir l'annexe 16) ou des modèles utilisés dans d'autres sports (voir les annexes 17 et 18).



Voir les annexes 15, 16, 17 et 18 : Mouvements de manipulation – Grilles d'évaluation.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ACADÉMIE NANCY-METZ. *Basketball : Document de formation FPC*, [en ligne], http://www.ac-nancy-metz.fr/enseign/EPS/enseignants/pedagogie/basket/Nancy1/FPC_Basket.asp, (juillet 2002).

ACADÉMIE NANCY-METZ, *Dossiers sur le badminton*, [en ligne], <http://www.ac-nancy-metz.fr/enseign/EPS/enseignants/pedagogie/Badminton/introbad.asp>, (juillet 2003).

ALLARD, Paul, et autres. *Analyse du mouvement humain par la biomécanique*, 2^e édition, Paris, Vigot, Mont-Royal, Décarie, 2000, 400 p.

ASSOCIATION CANADIENNE DE CROSSE. *Manuel d'instruction d'inter-crosse*, Ottawa, Secrétariat d'État du Canada, John Lewis, 1990.

ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Programme national de certification des entraîneurs 3M*, [en ligne], http://www.coach.ca/f/pnce_3m/index.htm, (juin 2003).

BADIN, Cyril. *Le golf*, Toulouse, Éditions Milan, 1999, 135 p. (DREF 796.352 B136g)

DESHORS, Michel. *Le football : la technique, la pratique, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1996, 141 p. (DREF 796.334 D456f)

GUILLON, Nicolas, et Olivier MORET. *Le football américain : les règles, la technique, la tactique*, Toulouse, Éditions Milan, 2000, 135 p. (DREF 796.332 G961f)

HAY, James G., et Bertrand D. BOULFROY. *Biomécanique de techniques sportives*, Paris, Vigot, 1980, 451 p. coll. « Sport et enseignement ». (DREF 612.76/H412b.Fb)

Hockey sur gazon, Québec, Haut-Commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports, 1977, brochure, coll. « Grand soleil ». (DREF CV)

LAMONTAGNE, Mario, *Introduction à la biomécanique*. Ottawa, Département de Kinanthropologie, Université d'Ottawa, 1989, 546 p.



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



LANGHAMMER, Peter, et Ralph MICHNA. *Le Squash*, Aartselaar, Chantecler, 1990, 95 p., coll. « En forme avec ». (DREF 796.34/L279s)

LYCÉES ET COLLÈGES CATALANS. *Le baseball : attaque et défense*, [en ligne], http://bruno.chauzi.free.fr/conseils_techniques_baseball.htm, (juin 2003).

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Badminton, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 83 p. (P.D. DREF 613.7 G946bd 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Flag-football : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 71 p. (DREF P.D. 613.7 G946F 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de soccer 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 95 p. (DREF P.D. 613.7 M294s 7e-Sec.4)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de tennis 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 84 p. (DREF P.D. 613.7 M294t Sec.1-4)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Volley-ball : éducation physique : 7^e année à secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 77 p. (DREF P.D. 613.7 G946v 7e-Sec.1)

1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.A.3 L'élève sera apte à :

Réaliser des tâches qui font appel à l'équilibre (c.-à-d. statique et dynamique), **en appliquant les principes de biomécanique nécessaires** (c.-à-d. abaissement du centre de gravité, élargissement des appuis et maintien du centre de gravité au-dessus des appuis), **et en recherchant la stabilité et la force, dans des activités de type coopératif** (p. ex. des activités propres à consolider l'esprit d'équipe, des activités de sauvetage et des activités consistant à tirer fort en groupe).

Suggestions pour l'enseignement

C'est une question d'équilibre

- Proposer aux élèves de relever certains défis en équipe qui mettent en jeu l'équilibre statique et dynamique. Revoir la définition de ces termes, au besoin, avec les élèves (voir les **Remarques pour l'enseignant**). Aborder également les principes de biomécanique en rapport avec l'équilibre.

Défi n° 1 : La traversée de la rivière Rouge

- Former des équipes de cinq.
- Donner à chaque équipe cinq pièces d'équipement (p. ex. un bâton de hockey en salle, un sac de sable, une corde à sauter, un disque dur, un ballon dégonflé) et demander aux membres de chaque équipe de se placer à un bout du gymnase.
- Au signal, les équipes doivent traverser collaborativement le gymnase en gardant l'équilibre sur leurs pièces d'équipement (sans toucher au sol).
- Si un membre d'une équipe perd l'équilibre, les autres doivent marcher à reculons sur leur équipement pour le rejoindre, puis essayer de nouveau d'avancer tous ensemble.
- L'équipe qui traverse le gymnase a réussi.

Variantes :

Donner plus de pièces d'équipement aux équipes qui ont de la difficulté à traverser le gymnase.

Lorsqu'un joueur d'une équipe perd l'équilibre, demander à toute l'équipe de recommencer au point de départ.

Note :

Veiller à ce que toutes les équipes aient exactement les mêmes pièces d'équipement pour traverser la rivière Rouge.

Défi n° 2 : Le nœud humain

- Former des équipes de cinq élèves ou plus. Debout dans un cercle, inviter les élèves à tenir la main d'autres élèves (au hasard), mais s'assurer qu'ils ne tiennent pas la main d'un élève à côté d'eux dans le cercle, pas plus qu'ils ne tiennent les deux mains de la même personne. Le défi consiste à se démêler et à former un cercle sans lâcher prise.

Défi n° 3 : Le radeau

- Former des équipes de quatre élèves ou plus. Inviter les équipes à répartir ses membres sur deux matelas à une extrémité du gymnase. Le défi consiste à se déplacer d'un bout à l'autre du gymnase sans toucher au plancher.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

Défi n° 4 : Les pyramides

- Demander aux élèves de créer des pyramides simples à trois personnes. S'assurer que les formations sont sécuritaires.



Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Après avoir tenté de relever les défis d'équipe, demander aux équipes de répondre aux questions suivantes :
 - Êtes-vous parvenus à relever les défis?
 - Qu'est-ce que vous avez bien réussi pendant ces défis?
 - Comment êtes-vous parvenus à garder l'équilibre pendant les défis?
 - Qu'auriez-vous pu faire pour vous faciliter la tâche?
 - Quel a été le degré de coopération des joueurs de votre équipe en qualifiant la coopération de médiocre à fantastique?
 - Parmi les défis à relever, quels sont ceux qui mettaient en jeu l'équilibre statique?
 - Parmi les défis à relever, quels sont ceux qui mettaient en jeu l'équilibre dynamique?
 - Avez-vous utilisé des éléments de force durant les défis? Si oui, en donner des exemples.

Remarques pour l'enseignant

Définitions

Les habiletés fondamentales d'équilibre servent à maintenir et à contrôler la posture et la position du corps au repos (dans le cas de l'équilibre statique) ou en mouvement (dans le cas de l'équilibre dynamique). Elles comprennent les habiletés de gestion du corps nécessaires notamment pour se pencher, fléchir une partie du corps, s'étirer, faire une rotation, se tourner, garder l'équilibre, se recevoir au sol, se balancer ou balancer une partie du corps et sauter sur une surface élastique.

RESSOURCES SUGGÉRÉES

ALLARD, Paul, et autres. *Analyse du mouvement humain par la biomécanique*, 2^e édition, Paris, Vigot, Mont-Royal, Décarie, 2000, 400 p.



ASSOCIATION CANADIENNE DE LOISIRS INTRAMUROS (ACLI). *Programme pour la formation du leadership étudiant*, [en ligne], <http://www.intramurals.ca/programs/sldpf.html>, (juin 2003).



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Programme national de certification des entraîneurs 3M*, [en ligne], http://www.coach.ca/f/pnce_3m/index.htm, (juin 2003).

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997.

CREVIER, Robert, et Dorothee BÉRUBÉ. *Le plaisir de jouer*, 2^e édition, Rivière-du-Loup, Institut du plein-air québécois, 1987, 145 p. (DREF 790.15/C926p)

HAY, James G., et Bertrand D. BOULFROY. *Biomécanique de techniques sportives*, Paris, Vigot, 1980, 451 p. coll. « Sport et enseignement ». (DREF 612.76/H412b.Fb)

LAMONTAGNE, Mario, *Introduction à la biomécanique*. Ottawa, Département de Kinanthropologie, Université d'Ottawa, 1989, 546 p.

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Gymnastique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 134 p. (DREF P.D. 613.7 G946G 7e-Sec.1)

1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.B.1 *L'élève sera apte à :*

Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés motrices déterminées ou spécifiques (p. ex. faire un amorti, sauter en hauteur ou donner un coup de pied) **dans une variété de jeux ou de sports qui se jouent individuellement ou à deux (simple/double)** (p. ex. badminton, athlétisme, « hacky-sack »).

Suggestions pour l'enseignement

Un et deux

- Inviter les élèves à pratiquer divers jeux ou activités qui se jouent individuellement ou à deux (p. ex. le sepak takraw, le badminton, l'athlétisme, la jonglerie, le footbag, le squash, le racquetball ou autre). En voici deux exemples :

Sepak takraw (exemple)

- *But du jeu* : Le jeu consiste à faire passer une balle au-dessus d'un filet sans qu'elle ne touche le sol, en utilisant toutes les parties du corps, à l'exception des bras et des mains.
- *Jeux préparatoires* : En équipe de deux ou trois, sans filet, inviter les joueurs à se pratiquer à frapper un ballon avec leurs pieds (l'intérieur, l'extérieur ou les orteils), leur corps et leur tête. Puis en équipe de deux, un de chaque côté d'un filet, demander aux joueurs de se renvoyer le ballon pour qu'il passe par-dessus le filet.
- *Jeu* : Former des équipes de trois et disposer une équipe de chaque côté du filet. Déterminer certaines règles de jeu en accentuant la difficulté au fur et à mesure que les élèves maîtrisent les habiletés propres à ce jeu. Par exemple, exiger que le ballon soit frappé à trois reprises par un ou plusieurs joueurs avant d'être envoyé de l'autre côté du filet.

Note :

Pour d'autres renseignements concernant les règlements de ce jeu, voir le site Web de l'Association des Tekrawbates dans la liste des **Ressources suggérées**.

Badminton (exemple)

- Participer à des échanges au badminton pour mettre en application les habiletés acquises au RAS H.1.7.A.2.
Exercices préparatoires : Suite à un bon service, demander aux élèves de retourner le volant dans la zone arrière et de continuer l'échange jusqu'à ce que le volant tombe par terre ou ne rejoigne pas la zone arrière. Suite à un bon service, demander aux élèves de retourner le volant dans la zone arrière et de faire alternance entre la zone arrière et la zone avant. Les inviter à poursuivre l'échange jusqu'à ce que le volant tombe sur le sol ou n'atteigne pas la zone désirée.
Suite à un bon service, demander au receveur de répondre par un dégagé qui permettrait au serveur d'effectuer un smash. Continuer le jeu si le receveur peut retourner le volant, sinon recommencer en donnant le volant à l'adversaire.

Note :

Pour d'autres exercices préparatoires au badminton, voir le site Web de l'Académie Nancy-Metz dans la liste des **Ressources suggérées**.



Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Dresser une liste des habiletés à évaluer selon le sport ou le jeu pratiqué en classe. Pendant une joute, noter les habiletés maîtrisées, voir le modèle de l'annexe 15.

Par exemple, au sepak takraw, évaluer la qualité des frappés, la fréquence, le taux de réussite des frappés au-dessus du filet, etc.

Au badminton, évaluer le service, la longueur des retours du volant, les zones atteintes ainsi que la qualité des dégagés, des amortis et des smashes.



Voir l'annexe 15 : Mouvements de manipulation – Grille d'évaluation (exemple n° 1).

Remarques pour l'enseignant

Se référer à l'appendice B pour d'autres exemples d'activités qui se jouent individuellement ou à deux.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ACADÉMIE NANCY-METZ, *Badminton, exemples de contenus de cours*, [en ligne], 1997, <http://www.ac-nancy-metz.fr/enseign/EPS/enseignants/pedagogie/Badminton/BadCours.asp>, (juillet 2003).

ALBERTA. ALBERTA LEARNING. DIRECTION DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Cours, saute, lance...et vas-y! : Guide d'enseignement : De la maternelle à la 12^e année*, [en ligne], 2001, <http://www.learning.gov.ab.ca/physicaleducationonline/edmonton2001/francais.asp>, (juin 2003).

ALLADAYE, René. *Le tennis*, Toulouse, Éditions Milan, 2001, 46 p., coll. « Carnets du sports ». (DREF 796.342 A416t)

ALLSEN, Philip E., Pete WITBECK et Paul GLADU. *Racquetball*, La Prairie, M. Broquet, 1987, 98 p., coll. « À la découverte des sports ». (DREF 796.343/A442r)

ARNOLD, Peter. *Le livre du skateboard : technique de la planche à roulettes*, Paris, Nathan, 1978, 61 p. (DREF 796.21/A757L)

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE FOOTBAG. [En ligne], <http://quebec.footbag.org/php4/index.php>, (juin 2003).

ASSOCIATION LES TAKRAWBATES, *Les règles du jeu – sepak takraw*, [en ligne], <http://syndicatpotentiel.free.fr/WEB/lesregles.html>, (août 2003).

ASSOCIATION STRASBOURGEOISE LES TAKRAWBATES. *Le sepak takraw*, [en ligne], <http://syndicatpotentiel.free.fr/WEB/>, (juin 2003).

BADIN, Cyril. *Le golf*, Toulouse, Éditions Milan, 1999, 135 p. (DREF 796.352 B136g)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



BELLUARD, Laurent. *L'escalade*, Toulouse, Éditions Milan, 2002, 46 p., « Carnets du sport ».
(DREF 796.522 B449e)

BERGERET, Claude, et Pussy GUETZOYAN. *Le tennis de table en 10 leçons*, Paris, Hachette, 1981, 191 p.,
coll. « En 10 leçons ». (DREF 796.346/B496t)

BLOT, Pierre. *Le karate*, Toulouse, Éditions Milan, 1993, 151 p. (DREF 796.8153 B656k)

BRUCHON, Fabrice. *1001 figures de jonglerie*, [en ligne], 2002,
<http://perso.club-internet.fr/mogador/jongle/accueil.htm>, (juin 2003).

CANADA. AFFAIRES INDIENNES ET DU NORD. *Les sports autochtones : des jeux intemporels*, [en ligne],
1998, http://www.ainc-inac.gc.ca/ks/pdf/sports_f.pdf, (juin 2003).

EDWARDS, Chris, et Chantal BOUVO. *Le roller : le guide des jeunes passionnés*, Paris, Hachette, 1996, 37 p.,
coll. « Le Guide des jeunes passionnés ». (DREF 796.21 E26r).

GUILLON, Nicolas. *Le cyclisme*, Toulouse, Éditions Milan, 1998, 125 p. (DREF 798.2 D331m)

GUIOM. *La jonglerie*, [en ligne], <http://membres.lycos.fr/guiom/jonglerie/initiation.htm>, (juin 2003).

LA TAILLE, Gérard de. *Le judo*, Toulouse, Éditions Milan, 1999, 46 p. coll. « Carnets du sport ».
(DREF 796.8152 L351j)

LA TAILLE, Gérard de. *Les arts martiaux*, Toulouse, Édition Milan, 2001, 46 p., coll. « Carnet du sport ».
(DREF 796.8 L351a)

LA TAILLE, Gérard de, et Laurent RICCIO. *Le karate*, Toulouse, Éditions Milan, 2000, 46 p., coll. « Carnets du
sport ». (DREF 796.8153 L351k)

LHOTE, Olivier. *La boxe éducative*, Toulouse, Éditions Milan, 2001, 46 p., coll. « Carnets du sport ».
(DREF 796.84 L691b)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Badminton, 7^e année à
Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 83 p. (P.D. DREF 613.7 G946bd 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Manuel de tennis 7-12 : matériel
didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 84 p. (DREF P.D. 613.7 M294t Sec.1-4)

PARADE, Jean-Philippe, et Gilbert GÉRARD. *L'escrime*, Toulouse, Éditions Milan, 2000, 46 p., coll. « Carnets
du sport ». (DREF 796.86 P222e)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 2, [enregistrement vidéo], réalisé par la
Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, la Fondation, 1993, 1 vidéocassette de 40 min.
(DREF VIDEO 613.71 F673p 02)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



SAUVÉ, Marcel. *La lutte olympique*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1974, 239 p., coll. « Sport ».
(DREF 796.8122/S262L)

SCHUNK, Carol, et Florence JANSON. *Le jeu de quilles*, Montréal, Holt, Rinehart et Winston, 1972, 104 p.
(DREF 794.6/S393b.Fj)

UNIVERSITÉ DE WATERLOO. *Jeux inuits*, [en ligne],
<http://www.ahs.uwaterloo.ca/~museum/vexhibit/inuit/french/finuit.html>, (juin 2003).



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.B.2 *L'élève sera apte à :*

Réaliser des tâches offensives ou défensives qui font appel à des habiletés motrices déterminées ou spécifiques (p. ex. faire une feinte pour se débarrasser d'un adversaire, marquer, se déplacer en courant pour recevoir une passe ou frapper au baseball) **dans une variété de jeux ou de sports, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton** (p. ex. cricket et softball).

Suggestions pour l'enseignement

Jeux dans un espace délimité

- Former des équipes et utiliser des cônes ou des lignes sur le plancher du gymnase pour délimiter des espaces de jeux appropriés. Utiliser une variété d'équipements tels que des ballons de basketball, de soccer, de rugby, des balles en éponges ou des sacs de sable.
- À deux, demander aux élèves de pratiquer les diverses habiletés suivantes :
 - Debout stationnaire, lancer un objet à un élève en mouvement;
 - Se déplacer et lancer un objet à un élève stationnaire;
 - Se déplacer et lancer un objet à un élève en mouvement;
 - Lancer un objet à un élève stationnaire, puis se déplacer et recevoir une passe en mouvement;
 - Feindre un déplacement dans une direction, puis se déplacer vers la direction opposée et recevoir une passe.

Variante :

Ajouter un troisième et ensuite un quatrième joueur dans chaque espace pour agir à titre de défenseur.

Note :

Inverser les rôles de lanceur et de receveur à chaque tour.

Offensive et défensive

- Demander aux élèves de mettre en application les habiletés d'offensive et de défensive acquises dans des jeux ou des exercices préparatoires à la pratique d'activités ou de sports tels que le rugby sans-contact, le cricket, lacrosse, le baseball, le hockey en salle, le touch-football, le soccer et le basketball.

Courir les buts

- Faire jouer un jeu de softball où toute l'équipe doit parcourir les buts ensemble pendant que l'autre équipe au champ attrape et envoie la balle aux receveurs placés aux trois buts, puis au marbre pour qu'un retrait soit compté avant que les trois coureurs rentrent au but. (Utiliser une balle légère).

La chasse à deux

- Délimiter les limites d'un terrain et demander aux élèves de s'y disperser. Choisir deux « chats », leur donner un ballon léger pour les deux et un dossard chacun. Inviter les « chats » à se passer le ballon tout en essayant de toucher d'autres élèves.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

- Expliquer les règles du jeu :
 - Un chat doit avoir le ballon lorsqu'il touche un autre élève, mais ne peut pas se déplacer lorsqu'il est en possession du ballon; il ne peut que pivoter sur un pied.
 - Un chat qui n'a pas le ballon en sa possession peut se déplacer sur le terrain et se positionner.
 - Un élève qui est touché ou qui sort des limites du terrain devient un chat, enfiler un dossard et aide à attraper les autres.
 - Le jeu se termine lorsqu'il n'y a que deux élèves qui ne sont pas touchés. Ces deux derniers peuvent devenir les prochains chats.
- Lors de cette activité, s'assurer que les élèves se concentrent sur les habiletés suivantes :
 - Se déplacer vers des espaces libres;
 - Rester dans les limites du terrain;
 - Faire une passe à une cible stationnaire;
 - Faire une passe à une cible en mouvement (même si elle doit arrêter sur réception);
 - Pivoter en possession du ballon;
 - Fournir une cible avec la main – appeler la passe;
 - Feindre, éviter, éluder, s'esquiver.

Variantes :

Essayer ce jeu sur différents terrains (p. ex. basketball, volleyball, badminton, tennis).

Donner un deuxième ballon lorsqu'il y a plus de quatre chats.

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Évaluer les habiletés ci-dessous pendant l'un ou l'autre des sports ou des jeux pratiqués en classe. Noter si les élèves peuvent les exécuter.

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
L'élève peut se déplacer vers une cible en mouvement.			
L'élève peut faire une passe à une cible stationnaire.			
L'élève peut se déplacer et effectuer une passe.			
L'élève peut faire une passe, se déplacer et recevoir une passe.			
L'élève peut feindre et recevoir une passe.			
L'élève peut se déplacer vers un espace libre.			



Suggestions pour l'évaluation (suite)

Toutes les activités

- Employer une grille d'évaluation sur le modèle des annexes 15, 16, 17 et 18 pour évaluer des habiletés vues en classe.



Voir les annexes 15, 16, 17 et 18 : Mouvements de manipulation – Grilles d'évaluation.

Remarques pour l'enseignant

Voir l'appendice B pour d'autres exemples de sports collectifs à surface de jeu commune et de sports au champ et au bâton

Utiliser l'approche T.A.C.T.I.C (Jouer pour apprécier) pour discuter des tâches offensives ou défensives, voir l'appendice J.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



HOPPER, Tim. *Teaching games centred games using progressive principles of play*, [en ligne], <http://web.uvic.ca/~thopper/articles/Cahperd/principle.htm>, (juin 2003).

LYCÉES ET COLLÈGES CATALANS. *Le baseball : attaque et défense*, [en ligne], http://bruno.chauzi.free.fr/conseils_techniques_baseball.htm, (juin 2003).

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Basket-ball : guide pédagogique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1992, 125 p. (DREF P.D. 613.7 G946bs 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Flag-football : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 71 p. (DREF P.D. 613.7 G946F 7e-Sec.1)

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7e-Sec.1)

NGUYUN, Marie-anne. *Cricket*, 2003, [en ligne], <http://www.eleves.ens.fr/home/mlnguyen/divers/cricket/>, (août 2003).

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. SECRÉTARIAT DES LANGUES OFFICIELLES. *Lexiques sportifs des Jeux panaméricains de 1999*, Winnipeg, 1999.



1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.B.3 *L'élève sera apte à :*



Collaborer avec d'autres pour planifier, organiser et arbitrer des activités physiques.

Suggestions pour l'enseignement

Concevoir un jeu

- Demander aux élèves de travailler en petites équipes pour concevoir un jeu collectif à surface commune ou un jeu collectif au champ et au bâton auquel d'autres personnes peuvent participer. Distribuer une liste de vérification semblable à celle élaborée ci-dessous pour guider les élèves dans leur travail ou le plan de l'annexe 19.
- Profiter des occasions spéciales qui s'offrent au cours de l'année scolaire :
 - Journée d'accueil;
 - Activités du Festival du Voyageur ou autre festival;
 - Journée champêtre;
 - Mini-olympiades;
 - Circuits d'activités intrascolaires.

Liste de vérification	Oui	Non	Commentaires
Nous avons expliqué clairement les règles du jeu.			
Nous avons le matériel nécessaire.			
Nous disposons d'assez d'espace de jeu.			
Nous avons un arbitre qui s'assure du respect des règles.			
Nous avons des entraîneurs choisis parmi notre équipe pour bien diriger le jeu.			
Nous incluons tous les élèves.			

Variante :

Inviter les élèves à planifier un jeu ou une station et à animer les plus jeunes lors d'une journée d'activités physique scolaire.



Voir l'annexe 19 : Concevoir un jeu – Plan.

Remarques pour l'enseignant

Pour des mesures de sécurité lors d'activités physiques, voir *Lignes directrices pour la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*.

Définitions

Jeux collectifs à surface commune : Jeux, comme le soccer, le basketball et le hockey, où les participants circulent sur une surface commune en essayant d'éviter leurs adversaires* et, dans la plupart des cas, de gagner et de conserver la possession d'un ballon ou d'un autre objet pour marquer des points.

Jeux au champ et au bâton : Jeux où les adversaires alternent au bâton et au champ. Les joueurs au bâton tentent de marquer des points en frappant la balle hors de portée des joueurs au champ. Ces derniers essaient d'empêcher leurs adversaires de marquer en attrapant la balle et en l'envoyant au but ou à l'un des buts avant que le frappeur n'y parvienne en courant.

* Dans certains cas, comme le ballon chasseur, il s'agit d'éviter l'objet lancé par les adversaires, plutôt que les adversaires eux-mêmes. En outre, même si la surface de jeu est généralement commune, la circulation des joueurs peut être limitée à certaines zones, selon les circonstances.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE DE LOISIRS INTRAMUROS (ACLI). *Programme pour la formation du leadership étudiant*, [en ligne], <http://www.intramurals.ca/programs/sldpf.html>, (juin 2003).

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997.

CONDITION PHYSIQUE CANADA. *Idées géniales : jeux et activités conçus par les jeunes, pour les jeunes*, Ottawa, Condition physique et Sport amateur, 1990, 134 p. (DREF 796.1/C745i)



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.C.1 L'élève sera apte à :

Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés spécifiques choisies (p. ex. l'entretien et le transport du matériel, l'utilisation d'une carte et d'une boussole, le virage en étoile et le chasse-neige) **et qui sont propres à des activités pratiquées hors du milieu habituel** (p. ex. course d'orientation, ski de randonnée ou randonnée pédestre).

Suggestions pour l'enseignement

Relais d'orientation par les symboles

- Demander aux élèves de s'exercer à lire les symboles sur une carte en participant à un relais en équipe de quatre à six joueurs. Demander aux équipes de se rendre à une extrémité du gymnase ou du terrain de jeu. Donner une carte avec le mot *éperon* au premier élève de chaque équipe. Placer des cartes à symboles, tournées vers le haut, à l'autre extrémité. Chaque carte est dotée d'un symbole sur un côté et du mot correspondant au prochain symbole sur le verso. La première personne de chaque équipe court à l'autre extrémité du jeu et doit trouver le symbole pour le mot *éperon* et tourner la carte. Le mot *route* apparaît. L'élève ramène la carte au groupe et le prochain équipier doit trouver le symbole pour *route*. Ce patron se répète jusqu'à ce que la dernière carte soit retournée. Le dernier mot retourné devrait être le mot *éperon* qui correspond au premier symbole.



Voir les annexes 20 et 21 : Orientation – Symboles pour activité de plein air.

Créer un parcours

- Présenter le vocabulaire lié à l'orientation en plein air. Certaines définitions figurent dans les **Remarques pour l'enseignant**. Expliquer le fonctionnement d'une boussole. Puis demander aux élèves, par équipe de deux, de créer un parcours d'orientation à l'école ou dans le voisinage et de l'inscrire sur du papier quadrillé. Inviter les élèves à échanger leurs cartes avec d'autres équipes et à essayer de compléter le parcours d'une ou de deux autres équipes. S'assurer que les élèves ont inscrit au moins trois symboles sur leurs cartes et qu'il y a au moins quatre balises à trouver.

Notes :

Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquer avec Orienteering Manitoba, à Sport Manitoba.

Faire partir les élèves à des départs décalés et alterner les parcours vers l'avant et vers l'arrière pour s'assurer que les équipes de deux ne se suivent pas.

Excursion de ski de fond

- Lors d'une sortie en ski de fond, demander aux élèves de pratiquer des habiletés spécifiques choisies telles que : le pas alternatif, se relever d'une chute, la descente en chasse-neige, la double poussée et la montée en « V ».

Note :

Pour un lexique des termes liés au ski de fond, voir le lexique officiel des sports olympiques d'hiver de Salt Lake City dans la liste des **Ressources suggérées**.



Suggestions pour l'enseignement (suite)

Excursion de ski alpin

- Organiser une sortie scolaire de ski alpin et mettre l'accent sur les habiletés suivantes :
 - Utilisation judicieuse et sécuritaire de l'équipement et de l'emplacement;
 - Position équilibrée lors de la descente;
 - Maîtrise du chasse-neige;
 - Utilisation correcte des remonte-pentes;
 - Technique pour se relever correctement après une chute;
 - Contrôle de la vitesse;
 - Respect du code de conduite établi.

Note :

Pour un lexique des termes liés au ski alpin, voir le lexique officiel des sports olympiques d'hiver de Salt Lake City dans la liste des **Ressources suggérées**.

Suggestions pour l'évaluation

Relais d'orientation

- Créer un parcours dans un parc des environs et demander aux élèves de suivre le parcours en équipes de deux, à l'aide d'une carte.

Créer un parcours

- Demander aux élèves de remettre leur carte. S'assurer qu'elle comprend des symboles et une légende.

Excursion de ski de fond

- Cocher sur une liste de vérification les habiletés que les élèves réussissent à acquérir. S'inspirer de ce tableau pour le ski alpin.

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
L'élève peut effectuer le pas alternatif.			
L'élève peut se relever d'une chute.			
L'élève peut descendre en chasse-neige.			
L'élève peut effectuer la double poussée.			
L'élève peut effectuer une montée en « V ».			



Remarques pour l'enseignant

Habiletés

Pour chaque activité physique ou sport sélectionné, définir les concepts et les habiletés relativement au niveau de développement des élèves.

Sécurité – Directives générales

Pour des mesures de sécurité lors d'activités physiques, voir p. 39 dans *Lignes directrices pour la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*.

Sécurité – Sortie de ski

Communiquer avec l'administration de la division scolaire et de l'école pour connaître la politique régissant l'organisation d'une sortie hors du milieu habituel tel le ski alpin. S'assurer de mettre en place un plan de gestion du risque qui inclut une séance d'orientation avant la sortie, une discussion traitant de l'utilisation de l'équipement, des vêtements appropriés, des règlements de sécurité et du code de responsabilité.

Sécurité – Courses d'orientation

La sécurité respecter les limites de temps (les écrire sur un carnet de note) ne pas sortir de la zone du parcours et en connaître les limites

Le franc-jeu aider un élève en difficulté laisser les balises en place ne pas crier

La nature ramasser les déchets que l'on rencontre sur le parcours apprendre à reconnaître les arbres, les plantes

Définitions – orientation

Boussole : Instrument qui sert à indiquer le nord magnétique. D'ordinaire la boussole comprend une réglette, une loupe, une flèche de direction, ainsi qu'une aiguille aimantée, un rapporteur d'angle et un cadran.

Parcours : Trajet indiqué sur une carte. En orientation, le point de départ est indiqué par un triangle, les cercles numérotés indiquent dans quel ordre on doit parcourir le trajet et l'arrivée est représentée par deux cercles concentriques.

Poste : Cercle numéroté.

Balise : Objet destiné à guider la suite de la course.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ACADÉMIE DE POITIERS. *Course d'orientation et pratique scolaire*, [en ligne], <http://www.ac-poitiers.fr/eps/apsa/coursor/cogene/>, (juillet 2003).

ARNOLD, Peter. *Le livre du skateboard : technique de la planche à roulettes*, Paris, Nathan, 1978, 61 p. (DREF 796.21/A757L)

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997.

BELLUARD, Laurent. *L'escalade*, Toulouse, Éditions Milan, 2002, 46 p., « Carnets du sport ». (DREF 796.522 B449e)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



BLANCHE, Brigitte. *L'équitation*, Toulouse, Éditions Milan, 2000, 46 p., coll. « Carnets du sport ». (DREF 798.2 B641e)

CORBEIL, Jean. *Le ballon sur glace*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1980, 133 p., coll. « Sport ». (DREF 796.96/C789b)

EDWARDS, Chris, et Chantal BOUVO. *Le roller : le guide des jeunes passionnés*, Paris, Hachette, 1996, 37 p., coll. « Le Guide des jeunes passionnés ». (DREF 796.21 E26r).

FÉDÉRATION INTERNATIONALE D'ORIENTERING. *Liste des symboles internationaux en course d'orientation*, [en ligne], <http://orientalp.chez.tiscali.fr/description-postes-IOF.pdf>, (juillet 2003).

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE D'ORIENTERING. *Bienvenue sur le site officiel d'Orienteering Québec*, [en ligne], 2003, <http://www.orienteringquebec.ca/francais/findex.htm>, (juillet 2003).

GUILLON, Nicolas. *Le cyclisme*, Toulouse, Éditions Milan, 1998, 125 p. (DREF 798.2 D331m)

IGUCHI, Bryan. *Le snowboard : le guide des jeunes passionnés*, Montréal, Libre expression, 1998, 37 p., coll. « Le Guide des jeunes passionnés ». (DREF 796.9 I24s)

INSEP - Publication. *Lexique officiel des sports olympiques d'hiver de Salt Lake City*, [en ligne], <http://www.lexique-jo.org/liste5.cfm> (août 2003).

MCMANNERS, Hugh. *Vélo tout terrain*, Montréal, 1997, 48 p., coll. « Guide de l'aventure en pleine nature ». (DREF 796.63 M167v)

NEYS, Danielle. *Le guide Marabout de ski de fond*, Verviers (Belgique), Marabout, 1981, 241 p., coll. « Marabout service ». (DREF 796.93/N574g)

SOULIER, Pierre Bernard, et Alain MISCHÉL. *Vous et le ski*, Paris, Larousse, 1988, 192 p., coll. « Techniguide ». (DREF 796.93/S723v)



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.D.1 *L'élève sera apte à :*

Créer et exécuter des séquences rythmiques qui font appel à des concepts relatifs à la motricité (c.-à-d. qui engendrent des contrastes dans la direction, l'effort et le choix du meneur) **ainsi qu'à des mouvements et à des positions propres aux activités rythmiques correspondant à sa culture et à ses intérêts** (p. ex. aérobic, danses carrées, danses à la mode, danses écossaises, danses avec cerceau).

Suggestions pour l'enseignement

Circuit de tae bo

- Demander aux élèves d'imiter la séquence de mouvements de tae bo exécutée par l'enseignant.
- Installer des postes d'activités dans le gymnase, chacun correspondant à une habileté à exercer. Demander aux élèves de s'exercer à chaque poste pendant une ou deux minutes.
- Demander aux élèves de créer un programme de tae bo avec musique, le programme comprenant un échauffement et de la récupération.



Voir l'annexe 22 : Séquences rythmiques – Plan de l'enchaînement.

Phrases de mouvements rythmiques

- Former des équipes de trois ou quatre élèves et leur demander de créer quatre séquences de mouvement. Chaque séquence doit comporter quatre mouvements différents sur un compte musical de 32 temps. Pour exprimer la phrase rythmique complète, organiser un enchaînement par lequel chaque équipe démontre ses 32 temps l'un à la suite de l'autre.

Variante :

Après la présentation de chaque équipe, demander à chacune d'elle d'enseigner sa phrase rythmique à une autre équipe.

Bâtons rythmiques

- Distribuer un bâton rythmique à chaque élève. Montrer aux élèves quelques mouvements sur des pulsations de 4 ou de 8. Demander ensuite aux élèves de créer une séquence rythmique sur une musique.

Variante :

Remplacer les bâtons rythmiques par des ballons, des cerceaux ou d'autres objets.

Danses folkloriques

- Demander aux élèves de participer à une variété de danses folkloriques représentatives de diverses cultures ou selon les thèmes couramment étudiés en sciences humaines.



Suggestions pour l'évaluation

Tae bo

- Demander aux élèves de créer un programme de tae bo avec musique, le programme comprenant une période d'échauffement et de récupération. Évaluer le programme à partir de la grille d'évaluation suivante :

Barème d'évaluation			
Phrase rythmique	Résultat		
	1	2	3
Musique	Aucune	Mal synchronisée	Utilisation efficace
Échauffement	Aucun	Trop court	Approprié
Enchaînement	Aucun	Difficile	Naturel
N^{bre} de mouvements	1 à 3	4 à 6	7 ou plus
Récupération	Aucune	Trop courte	Appropriée



Voir aussi l'annexe 22 : Séquences rythmiques : Tae bo.

Phrases de mouvements rythmiques

- Noter sur une liste de vérification si les élèves ont été en mesure d'inclure tous les éléments requis dans leur phrase rythmique. Voir l'exemple de tableau ci-dessous.

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
L'élève exécute 4 différentes séquences.			
L'élève exécute 4 différents mouvements par séquence.			
L'élève exécute 32 temps par séquence.			
L'élève intègre un contraste de direction.			
L'élève intègre un contraste en effort.			
L'élève peut mener ou suivre la phrase rythmique.			

Bâtons rythmiques

- Évaluer les séquences des élèves selon les critères tels que le nombre de mouvements, la synchronisation, les niveaux variés, les pulsations (4 ou 8).

Remarques pour l'enseignant

Circuit de tae bo

Il est important d'adopter une bonne technique si l'on veut réduire les risques de blessures.

Exemples de mouvements et de combinaisons de mouvements de tae bo : boxe simulée, saut à la corde, crochets, esquive rotative, uppercuts, coup de pied, accroupi - coup de pied, jab - saut étoile - jab.

Bâtons rythmiques

Choisir la musique afin d'assurer la bonne pulsation. Rejouer la musique plusieurs fois durant le cours pour donner aux élèves amplement de temps pour pratiquer leurs séquences.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE FOOTBAG. [En ligne], <http://quebec.footbag.org/php4/index.php>, (juin 2003).

BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995, 151 p., coll. « Découverte et passion ». (DREF 796.44 B533g)

BRUCHON, Fabrice. *1001 figures de jonglerie*, [en ligne], 2002, <http://perso.club-internet.fr/mogador/jongle/accueil.htm>, (juin 2003).

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine 2 : danse traditionnelle canadienne française*, conception et choréographies de Gisèle Johnson-Himbeault, [CD-ROM], Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998, 1 disque compact et 1 livre. (CD-ROM 793.31971 E59 02)

GUIOM. *La jonglerie*, [en ligne], <http://membres.lycos.fr/guikom/jonglerie/initiation.htm>, (juin 2003).

LA TAILLE, Gérard de. *Les arts martiaux*, Toulouse, Édition Milan, 2001, 46 p., coll. « Carnet du sport ». (DREF 796.8 L351a)

LHOTE, Olivier. *La boxe éducative*, Toulouse, Éditions Milan, 2001, 46 p., coll. « Carnets du sport ». (DREF 796.84 L691b)

MIDOL, Nancy, et Hélène PISSARD. *La danse jazz : « de la tradition à la modernité »*, Paris, Amphora, 1984, 141 p., coll. « Sport et connaissance ». (DREF 793.32/M629d)

PIERS, Serge. *Danse jazz pour tous*, Paris, Éditions Revue E. P. S., 1988, 28 p. (DREF 793.3/P624d)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 1, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave EDWARDS en collaboration avec la Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, la Fondation, 1989, 1 vidéocassette de 24 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 2, [enregistrement vidéo], réalisé par la Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, la Fondation, 1993, 1 vidéocassette de 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p 02)

1. Motricité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.7.D.2 *L'élève sera apte à :*

Créer et exécuter avec d'autres des suites de mouvements qui font appel aux concepts relatifs à la motricité (p. ex. mener ou suivre) ainsi qu'à des habiletés spécifiques choisies, au moyen de petits ou de gros appareils (p. ex. gymnastique rythmique, gymnastique artistique, gymnastique éducative ou acrobaties).

Suggestions pour l'enseignement

Phrases de mouvements rythmiques

- Former des groupes de trois ou de quatre élèves et leur demander de créer quatre séquences de mouvement. Chaque séquence doit comporter quatre mouvements différents sur un compte musical de 32 temps. Suggérer aux élèves d'utiliser de petits appareils tels que des ballons, des rubans, des cordes, des cerceaux, des foulards à jongler ou des tambourins. Pour exprimer la phrase rythmique complète, organiser un enchaînement par lequel chaque groupe démontre ses 32 temps à tour de rôle.

Variante :

Après la présentation de chaque groupe, demander à un groupe d'enseigner sa phrase rythmique à un autre groupe.

Enchaînement de gymnastique rythmique

- Demander aux élèves, en groupes de deux ou plus, de concevoir un enchaînement intégrant des cordes à sauter, des cerceaux, des ballons, des rubans et des écharpes, ainsi qu'une liste d'habiletés. Inviter les élèves à utiliser d'autres équipements sportifs dans leur programme, tels que des ballons de basketball, du matériel de jonglerie, etc. Leur demander ensuite présenter leur séquence aux autres groupes.

Exemple avec un ballon de basketball :

- 4 temps : faire une rotation autour de la taille vers la droite;
- 4 temps : faire une rotation autour de la taille vers la gauche;
- 4 temps : faire une rotation autour de la jambe droite;
- 4 temps : faire une rotation autour de la jambe gauche;
- répéter du début.

Variante :

Ajouter des habiletés telles que faire bondir le ballon entre les rotations, faire une passe, attraper et lancer.

Jonglerie

- Demander aux élèves de créer, seul ou en groupe de deux ou trois, une routine de jonglerie avec des foulards à jongler, des quilles ou des balles et de la présenter à la classe.



Suggestions pour l'évaluation

Phrases de mouvements rythmiques

- Pendant les phrases de mouvements rythmiques, observer et noter si les critères suivants sont présents :

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
Le groupe exécute 4 différentes séquences.			
Le groupe utilise de petits appareils dans leurs séquences.			
Le groupe exécute 4 différents mouvements par séquence.			
Le groupe exécute 32 temps par séquence.			
Le groupe intègre les concepts relatifs à la motricité (variété et contraste relatif à l'orientation spatiale, conscience du corps, qualités de l'effort et relations).			

Toutes les activités

- Demander aux élèves de choisir des critères d'évaluation, de les inscrire dans le tableau ci-dessous et d'évaluer leurs pairs en utilisant le schéma suivant.

	1 Rarement	2 Régulièrement	3 Toujours
L'élève a rencontré les critères de conception de l'exercice.			
L'élève a exécuté la routine avec confiance.			
Commentaires :			

Note :

Pour plus de renseignements sur la gymnastique rythmique et la façon de l'évaluer, voir le site Web de la Fédération de gymnastique du Québec la section discipline.



Remarques pour l'enseignant

Donner la possibilité aux élèves de travailler seuls, deux par deux ou en groupes.

Permettre aux élèves d'exécuter leur enchaînement accompagné de musique.

Pour des renseignements relatifs aux notions de motricité, voir l'appendice A.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE FOOTBAG. [En ligne], <http://quebec.footbag.org/php4/index.php>, (juin 2003).

BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995, 151 p., coll. « Découverte et passion ». (DREF 796.44 B533g)

BRIDOUX, Albert. *La gymnastique sportive : son enseignement en milieu scolaire*, Paris, Amphora, 1991, 239 p., coll. « Sport et connaissance ». (DREF 796.407/B852g)

BRUCHON, Fabrice. *1001 figures de jonglerie*, [En ligne], 2002, <http://perso.club-internet.fr/mogador/jongle/accueil.htm>, (juin 2003).

FÉDÉRATION DE GYMNASTIQUE DU QUÉBEC. [En ligne], 2002, <http://www.gymnastique.qc.ca/>, (juin 2003).

GUIOM. *La jonglerie*, [en ligne], <http://membres.lycos.fr/guiom/jonglerie/initiation.htm>, (juin 2003).

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Gymnastique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 134 p. (DREF P.D. 613.7 G946G 7e-Sec.1)

THOMAS, L., et autres. *Gymnastique sportive « de l'école aux associations »*, Paris, Éditions Revue E.P.S, 1989, 223 p. (DREF 796.4407/T458g)

1. Motricité





Résultats d'apprentissage spécifiques



Connaissances

- ❑ C.1.7.A.1 Reconnaître des caractéristiques d'habiletés motrices déterminées (p. ex. lancer une balle par-dessus l'épaule) qui sont exécutées dans diverses formes d'activité physique, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton (p. ex. football et baseball).
- ❑ C.1.7.B.1 Cerner des facteurs externes qui peuvent influencer le développement moteur (c.-à-d. les coûts, la disponibilité des installations et la possibilité de pratiquer hors du contexte scolaire).
- ❑ C.1.7.B.2 Énoncer des principes de biomécanique (c.-à-d. ceux liés à l'utilisation d'un levier) applicables aux mouvements consistant à frapper des objets (p. ex. la diminution du rayon sur lequel s'effectue la rotation réduit la grandeur de la force appliquée, comme lorsqu'un joueur place ses mains plus haut autour d'un bâton de baseball).
- ❑ C.1.7.B.3a Analyser des concepts relatifs à la motricité (c.-à-d. la conscience du corps, l'orientation spatiale, la qualité de l'effort et les relations), qui s'appliquent dans des jeux ou des sports collectifs à surface commune (p. ex. une passe dirigée vers un « espace libre ») et dans des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton (p. ex. le placement du corps pour attraper un ballon ou un roulant au cricket).
- ❑ C.1.7.C.1 Expliquer l'importance de suivre les règles (c.-à-d. pour assurer la sécurité, le contrôle, le franc-jeu, l'inclusion, le plaisir des joueurs et le divertissement des spectateurs) des jeux et des sports choisis.
- ❑ C.1.7.C.2 Manifester une bonne compréhension des termes spécifiques à des jeux ou à des sports choisis, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune (p. ex. lacrosse et soccer) et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton (p. ex. baseball et cricket).
- ❑ C.1.7.C.3 Déterminer des stratégies offensives et défensives (p. ex. frapper vers un espace libre ou se déplacer à pas chassés pour bien marquer l'adversaire) dans diverses activités, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton.
- ❑ C.1.7.C.4 Distinguer les comportements propres au franc-jeu (p. ex. respecter les règles, les officiels et les adversaires) de ceux qui lui sont contraires (p. ex. tricher, contester la décision d'un officiel ou jouer de manière déloyale) dans la pratique des sports et de diverses autres formes d'activité physique.

Habiletés

- ➡ H.1.7.A.1 Exécuter des extensions ou des variations de mouvements de locomotion (p. ex. sprinter, sauter, sauter sur une surface élastique et effectuer une rotation) en appliquant des principes de biomécanique (p. ex. poids du corps, application de la force, amplitude du mouvement, et nombre de segments corporels employés) pour accroître la vitesse, la hauteur ou la distance.

Habiletés (suite)

- ❑ H.1.7.A.2 Exécuter des mouvements de manipulation (p. ex. faire rebondir, faire rouler, frapper) en appliquant les principes de biomécanique nécessaires (p. ex. longueur du levier, amplitude du mouvement, nombre de segments corporels employés, application de la force) avec le plus de constance possible.
- ❑ H.1.7.A.3 Réaliser des tâches qui font appel à l'équilibre (c.-à-d. statique et dynamique), en appliquant les principes de biomécanique nécessaires (c.-à-d. abaissement du centre de gravité, élargissement des appuis et maintien du centre de gravité au-dessus des appuis), et en recherchant la stabilité et la force, dans des activités de type coopératif (p. ex. des activités propres à consolider l'esprit d'équipe, des activités de sauvetage et des activités consistant à tirer fort en groupe).
- ❑ H.1.7.B.1 Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés motrices déterminées ou spécifiques (p. ex. faire un amorti, sauter en hauteur ou donner un coup de pied) dans une variété de jeux ou de sports qui se jouent individuellement ou à deux (simple/double) (p. ex. badminton, athlétisme, « hacky-sack »).
- ❑ H.1.7.B.2 Réaliser des tâches offensives ou défensives qui font appel à des habiletés motrices déterminées ou spécifiques (p. ex. faire une feinte pour se débarrasser d'un adversaire, marquer, se déplacer en courant pour recevoir une passe ou frapper au baseball) dans une variété de jeux ou de sports, notamment des jeux ou des sports collectifs à surface commune et des jeux ou des sports collectifs au champ et au bâton (p. ex. cricket et softball).
- ➡ H.1.7.B.3 Collaborer avec d'autres pour planifier, organiser et arbitrer des activités physiques.
- ❑ H.1.7.C.1 Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés spécifiques choisies (p. ex. l'entretien et le transport du matériel, l'utilisation d'une carte et d'une boussole, le virage en étoile et le chasse-neige) et qui sont propres à des activités pratiquées hors du milieu habituel (p. ex. course d'orientation, ski de randonnée ou randonnée pédestre).
- ❑ H.1.7.D.1 Créer et exécuter des séquences rythmiques qui font appel à des concepts relatifs à la motricité (c.-à-d. qui engendrent des contrastes dans la direction, l'effort et le choix du meneur) ainsi qu'à des mouvements et à des positions propres aux activités rythmiques correspondant à sa culture et à ses intérêts (p. ex. aérobie, danses carrées, danses à la mode, danses écossaises, danses avec cerceau).
- ❑ H.1.7.D.2 Créer et exécuter avec d'autres des suites de mouvements qui font appel aux concepts relatifs à la motricité (p. ex. mener ou suivre) ainsi qu'à des habiletés spécifiques choisies, au moyen de petits ou de gros appareils (p. ex. gymnastique rythmique, gymnastique artistique, gymnastique éducative ou acrobaties).

Indicateurs d'attitudes

- 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.

