

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

**Détecter, analyser et corriger ses erreurs dans la réalisation de tâches faisant appel aux habiletés motrices fondamentales** (c.-à-d. les habiletés de locomotion, de manipulation et d'équilibre).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux et activités préparatoires

- Proposer aux élèves de participer à divers jeux et activités mettant en pratique les habiletés de locomotion, de manipulation et d'équilibre. Par exemple,
  - habiletés de locomotion : danse en ligne, programme d'aérobie, saut à la corde, patinage ou ski de fond;
  - habiletés de manipulation : jeux préparatoires, gymnastique rythmique ou jonglerie;
  - habiletés d'équilibre : gymnastique ou patinage.
- Inviter les élèves à s'autoévaluer à la suite d'une activité donnée. S'assurer que les élèves font une évaluation préliminaire, l'activité elle-même, puis une autre évaluation.

Liens curriculaires :

Voir les RAS H.1.5.A.1, H.1.5.A.2 et H.1.5.A.3.

Voir Sc. nat. (5<sup>e</sup>) : Les forces et les machines simples.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Jeux et activités préparatoires

- Montrer des pas de danse en ligne aux élèves. Puis, les inviter à s'évaluer, à prendre le temps de s'exercer, puis à s'évaluer de nouveau.

Échelle :

Rarement	Avec de l'aide	Parfois	Souvent	Régulièrement
1 Initiation	2 Initiation – Formation	3 Formation	4 Formation – Étape finale	5 Étape finale

Critères d'évaluation	1	2	3	4	5
Capacité à détecter ses erreurs.	1	2	3	4	5
Capacité à analyser ses erreurs.	1	2	3	4	5
Capacité à corriger ses erreurs.	1	2	3	4	5



## Remarques pour l'enseignant

Présenter la notion de *motricité*, l'expliquer, l'employer et l'inculquer pendant l'année.

Les résultats d'apprentissage spécifiques et le document de mise en œuvre de 5<sup>e</sup> année servent à transmettre à tous les élèves les connaissances, les habiletés et les attitudes qui feront d'eux des personnes actives physiquement et capables de prendre des décisions susceptibles d'améliorer leur qualité de vie.

Les résultats d'apprentissage liés aux connaissances sont souvent intimement liés aux habiletés visées. Les activités d'apprentissage sont donc parfois interchangeables ou complémentaires.

Il est important d'inciter les élèves à adopter une attitude positive grâce à un environnement d'apprentissage agréable, stable sur le plan émotif, significatif pour chacun et stimulant.

Les *indicateurs d'attitudes* de chacun des résultats d'apprentissage généraux (RAG) définissent les attitudes que l'on souhaite inculquer et sont fournis pour guider les enseignants dans leur évaluation quotidienne.

La liste de ces indicateurs est fournie dans :

- les tableaux synthèses au début de chaque section;
- l'affiche qui accompagne le présent document.

Le programme annuel préparé par l'enseignant devrait comprendre des activités faisant appel à diverses habiletés motrices de base.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



ÉDUCATION, FORMATION PROFESSIONNELLE ET JEUNESSE MANITOBA. *Sciences de la nature, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2002. (DREF P.D. 372.35 P964 5e)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine 2 : danse traditionnelle canadienne-française*, [cédéroms], Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998. (DREF CD-ROM 793.31971 E59 02)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine II : danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998. (DREF M.-M. 793. 31971 E59 02/c)

JOHNSON-HIMBEAULT, Gisèle, et autres. *Swing la bottine : introduction à la danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface (Manitoba), Ensemble folklorique de la Rivière-Rouge, 2000. (DREF M.-M. 793.31971 E59 01d)

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



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.1 *L'élève sera apte à :*

**Cerner les facteurs personnels de développement moteur sur lesquels on peut exercer un certain contrôle** (c.-à-d. temps, effort, intérêt, attitudes et bonnes habitudes).

## Suggestions pour l'enseignement

### La pensée en mouvement

- Présenter aux élèves les facteurs personnels de développement moteur suivants : le temps, l'effort, l'intérêt, l'attitude et les bonnes habitudes, puis leur expliquer ce qu'on veut dire par « facteurs sur lesquels on peut exercer un certain contrôle ».
- Inviter les élèves à réfléchir sur ce qu'ils savent déjà au sujet de ces cinq facteurs en les invitant à remplir les deux premières colonnes d'un tableau « SVA Plus » (voir *Le succès à la portée de tous les apprenants*, p. 6.20).
- Former des équipes de trois ou quatre élèves et distribuer à chaque équipe une affiche des cinq facteurs personnels de développement moteur.
- Demander aux équipes de fixer leur affiche sur un des murs du gymnase. Puis leur donner les instructions suivantes :
  - *Quand la musique commence, vous courez autour du gymnase.*
  - *Lorsqu'elle s'arrête, vous retournez à votre affiche et vous écrivez le plus d'idées possible sur la façon de contrôler le premier facteur personnel de développement moteur.*
  - *Lorsque la musique recommence, vous courez à nouveau autour du gymnase. Lorsqu'elle s'arrête, vous retournez à votre affiche et vous écrivez vos idées au sujet du deuxième facteur.*
- Continuer le jeu jusqu'à ce que les élèves aient discuté de tous les facteurs. Pour qu'ils récupèrent après l'activité, demander aux élèves de marcher d'une affiche à l'autre pour y lire les réponses des autres groupes.
- Inviter les élèves à réfléchir sur ce qu'ils peuvent faire pour améliorer leur motricité et les inviter à remplir la troisième colonne de leur tableau « SVA Plus ».

Liens curriculaires :

Voir les RAS H.1.5.A.1, H.1.5.A.2 et H.1.5.A.3.

Voir FL1 : RAS CO2 et CO6; FL2 : RAS PO4 et PO5.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : La pensée en mouvement

- Demander aux élèves de nommer les cinq facteurs personnels de développement moteur que l'on peut influencer, et noter s'ils peuvent le faire ou non.



## Remarques pour l'enseignant

Aborder ce résultat d'apprentissage avec délicatesse, en tenant compte du fait que les élèves peuvent éprouver de la gêne en ce qui concerne leurs habiletés. Il est toutefois important que les élèves apprennent à faire preuve d'acceptation et de tolérance, tant envers eux-mêmes que les autres.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les programmes destinés aux élèves ayant des besoins spéciaux, consulter les ouvrages de la collection *Intégration en mouvement*.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *La vie active par l'éducation physique : Multiplier les possibilités offertes aux élèves ayant un handicap*, Gloucester (Ontario), ACSPEL, 1994, Collection « Intégration en mouvement ». (DREF 796.07 V656)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Français langue première, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1997. (DREF P.D. 448 FL1 P964 5e)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Français langue seconde – immersion, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1998. (DREF P.D. 448 FL2 P964 5e)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Le succès à la portée de tous les apprenants*, Winnipeg, Division des programmes scolaires, 1997. (DREF 371.9 M278s)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.2 L'élève sera apte à :

**Énoncer les principes de biomécanique applicables au contrôle du mouvement lors des activités nécessitant de l'équilibre** (c.-à-d. abaissement du centre de gravité, élargissement de la base d'appui et maintien du centre de gravité au milieu des appuis).

## Suggestions pour l'enseignement

### Déséquilibre

- Former des équipes de deux. Inviter les élèves à se placer debout face à leur coéquipier, chacun de son côté d'une ligne sur le plancher. Leur demander de se croiser les bras puis de tenir les mains de leur coéquipier. Au signal, inviter chaque élève à tenter de tirer son coéquipier de son côté de la ligne. Demander aux élèves de faire cet exercice trois fois en respectant les consignes suivantes :
  - *La première fois, vous devez garder les pieds joints.*
  - *La deuxième fois, vous pouvez écarter les pieds, mais sans fléchir les genoux.*
  - *La troisième fois, vous pouvez écarter les pieds et fléchir les genoux.*
- Demander aux élèves de parler de ce qu'ils ont ressenti après chaque tentative et de dire quand ils se sentaient le plus stable.
- Présenter les principes de biomécanique applicables au contrôle du mouvement (voir l'annexe 1) :
  - abaissement du centre de gravité (lorsqu'on plie les genoux);
  - élargissement de la base d'appui (lorsqu'on écarte les jambes);
  - maintien du centre de gravité au milieu des appuis (lorsqu'on déplace son poids).
- Demander aux élèves de discuter, avec leur partenaire, des résultats de leurs trois tentatives, puis de consigner dans un tableau les principes de biomécanique qui expliquent leurs résultats.



Voir l'annexe 1 : Principes de biomécanique – Feuille de renseignements.

Lien curriculaire :

Voir Sc. nat. (5<sup>e</sup>) : Les forces et les machines simples.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Déséquilibre

- Demander aux élèves d'associer les trois positions de l'activité **Déséquilibre** avec les principes de biomécanique appropriés. Noter sur une liste de vérification si les élèves sont capables ou non d'énoncer les principes suivants :
  - L'abaissement du centre de gravité (lorsqu'on plie les genoux);
  - L'élargissement de la base d'appui (lorsqu'on écarte les jambes);
  - Le maintien du centre de gravité au milieu des appuis (lorsqu'on déplace son poids).



## Remarques pour l'enseignant

Voici les principes de biomécanique en rapport avec la stabilité (Ces mêmes renseignements figurent dans l'annexe 1.) :

La force de **gravité** attire les objets vers le sol.

Le **centre de gravité** d'un objet est le point d'équilibre, point imaginaire où semble se concentrer la masse.

La **ligne de gravité** est la ligne imaginaire qui traverse verticalement le centre de gravité et se rend jusqu'au sol.

La **masse** est la résistance qu'oppose un objet à tout changement dans son mouvement linéaire et se quantifie habituellement en kilogrammes. Plus la masse est importante, plus la résistance au mouvement est grande.

### On associe un principe à la stabilité :

Plus le centre de gravité est bas, plus la base d'appui est large, plus la ligne de gravité est près du point d'appui et plus la masse est importante, plus la stabilité est grande.



Voir l'annexe 1 : Principes de biomécanique – Feuille de renseignements.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Programme national de certification des entraîneurs*, [En ligne], [http://www.coach.ca/f/pnce\\_3m/index.htm](http://www.coach.ca/f/pnce_3m/index.htm), (décembre 2002).

CENTRE DES SCIENCES DE L'ONTARIO, Pat CUPPLES et Nicole FERRON. *Le sport et toi*, Saint-Lambert, Héritage, 1989. (DREF 796 S764)

ÉDUCATION, FORMATION PROFESSIONNELLE ET JEUNESSE MANITOBA. *Sciences de la nature, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2002. (DREF P.D. 372.35 P964 5e)

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



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.3a *L'élève sera apte à :*

**Concevoir des suites de mouvements incluant des hauteurs, des parcours et des directions variés** (p. ex. un enchaînement de mouvements de gymnastique au sol).

## Suggestions pour l'enseignement

### Conception d'un enchaînement de mouvements

- Proposer aux élèves de concevoir un enchaînement de mouvements en équipe, composé de différents parcours, hauteurs, formations et directions, distribuer l'annexe 2 à cet effet. Préciser aux élèves que l'enchaînement peut comprendre des mouvements, d'aérobic, de danse, de gymnastique ou de gymnastique rythmique.



Voir l'annexe 2 : Suite de mouvements – Feuille de travail.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Conception d'un enchaînement de mouvements

- Observer les élèves et évaluer à l'aide de l'annexe 2 si l'enchaînement présenté comprend ou non les éléments suivants :
  - Une position de départ;
  - Deux changements de hauteur – haut, moyen, bas;
  - Deux changements de direction – vers l'avant, vers l'arrière, de côté;
  - Deux changements de parcours – ligne droite, zigzag, courbe;
  - Une position finale.



Voir l'annexe 2 : Suite de mouvements – Feuille de travail.

## Remarques pour l'enseignant

Avant de faire cette activité, montrer aux élèves ce qu'on entend par hauteurs, parcours, plans et directions.

Avant de concevoir un enchaînement de mouvements, une variété de mouvements doit avoir été enseignée ou pratiquée.

Les élèves doivent être informés des critères d'évaluation avant de créer leur enchaînement.



## RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995. (DREF 796.44 B533g)

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR DU CANADA. *Sauter, c'est facile! : Sautons en cœur*, Winnipeg, la Fondation, 1991.

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

*Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde »*, série 1 et 2, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave Edwards, Winnipeg, Fondation canadienne des maladies du cœur, 1989 et 1993. 2 vidéocassettes, 24 min et 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.3b *L'élève sera apte à :*

**Comprendre les termes décrivant l'action des muscles et des articulations** (p. ex. flexion, extension et rotation).

## Suggestions pour l'enseignement

### Programme de gymnastique

- Une fois que les élèves ont exécuté le programme de gymnastique conçu pour le RAS H.1.5.D.2, distribuer l'annexe 3. Discuter avec les élèves de la structure et de la fonction des articulations et des muscles du corps humain. Utiliser des affiches ou un squelette pour aider les élèves à comprendre comment le corps bouge. Leur demander de nommer les habiletés qu'ils ont exécutées et qui font appel à la flexion, à l'extension à l'abduction, à l'adduction et à la rotation. Discuter de l'importance d'une flexion et d'une extension complètes dans l'esthétique d'un mouvement. Proposer les exercices de l'annexe 4.



Voir les annexes 3 et 4 : Articulations – Feuille de renseignements et Feuille d'exercices.

### Sculptures vivantes

- Présenter aux élèves le contenu de l'annexe 3. Discuter avec les élèves de la structure et de la fonction des articulations et des muscles du corps humain. Utiliser des affiches ou un squelette pour aider les élèves à comprendre comment le corps bouge. Puis utiliser les cartes de flexion et de rotation des articulations de l'annexe 5 pour cette activité. Demander aux élèves, en équipe de deux, de reproduire la flexion ou la rotation des articulations indiquée sur chaque carte, par exemple, la flexion du genou droit et du coude droit.

Lien curriculaire :

Voir Sc. nat. : (5<sup>e</sup>) : Le maintien d'un corps en bonne santé, RAS 5-1-07.



Voir les annexes 3 et 5 : Articulations – Feuille de renseignements et Flexion et rotation des articulations – Cartes d'activités.

### Jean dit :

- Présenter aux élèves le contenu de l'annexe 3. Discuter avec les élèves de la structure et de la fonction des articulations et des muscles du corps humain. Utiliser des affiches ou un squelette pour aider les élèves à comprendre comment le corps bouge. Puis proposer aux élèves de jouer à « Jean dit » en employant les cartes de l'annexe 5. Choisir quatre lignes parallèles dans le gymnase. Les identifier comme étant les lignes 1, 2, 3 et 4. Inviter les élèves à se placer sur la ligne 1. Suite à une erreur, leur demander de se déplacer vers la ligne 2 et ainsi de suite. L'objectif est d'être parmi les derniers sur la ligne 1.



Voir les annexes 3 et 5 : Articulations – Feuille de renseignements et Flexion et rotation des articulations – Cartes d'activités.



## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Sculptures vivantes

- Inviter les élèves à évaluer la capacité de leur coéquipier à reproduire l'action de l'articulation correctement, à l'aide de l'échelle suivante :

1	Mon coéquipier a de la difficulté à comprendre et à reproduire le mouvement de l'articulation.
2	Mon coéquipier comprend et reproduit le mouvement de l'articulation la plupart du temps.
3	Mon coéquipier comprend et reproduit le mouvement de l'articulation tout le temps.

### Observation : Sculptures vivantes

- Noter si les élèves comprennent ou non ce que sont :
  - la flexion;
  - l'extension;
  - la rotation.

## Remarques pour l'enseignant

### Définitions :

Une **flexion** est définie comme étant une diminution de l'angle entre deux parties du corps.

Une **extension** est l'augmentation de l'angle entre deux parties du corps.

Une **rotation** se produit lorsqu'une partie du corps bouge sur un axe longitudinal.

Une **abduction** se produit lorsqu'on éloigne une partie du corps de la ligne médiane du corps.

Une **adduction** se produit lorsqu'on rapproche une partie du corps de la ligne médiane du corps.

Un **muscle** est un organe doué de la propriété de se contracter et de se décontracter. C'est grâce à leur interaction que le mouvement des articulations est rendu possible.

Une **articulation** est le mode d'union des os entre eux.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



CENTRE DES SCIENCES DE L'ONTARIO, Pat CUPPLES et Nicole FERRON. *Le sport et toi*, Saint-Lambert, Héritage, 1989. (DREF 796 S764)

ÉDUCATION, FORMATION PROFESSIONNELLE ET JEUNESSE MANITOBA. *Sciences de la nature, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2002. (DREF P.D. 372.35 P964 5e)

GUÉRIN, Serge. *Copain des sports : le guide des petits sportifs*, Toulouse, Éditions Milan, 1997. (DREF 796 G932c)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.3c L'élève sera apte à :

**Reconnaître les qualités de l'effort** (p. ex. force, durée et continuité) **dans une suite de mouvements effectuée avec d'autres** (p. ex. des activités inuites faites avec un partenaire).

## Suggestions pour l'enseignement

### Gymnastique

- Une fois que les élèves ont exécuté le programme de gymnastique conçu pour le RAS H.1.5.D.2, les inviter à nommer les qualités de l'effort (force, durée et continuité) dans leur programme et dans celui des autres.

### Danses en ligne

- Proposer aux élèves de concevoir à plusieurs leur propre danse en ligne à l'aide de combinaisons de mouvements apprises dans d'autres danses. Pour des suggestions, voir la section « Danses » dans *Jeux panaméricains de 1999*.

### Saut à la corde

- Proposer aux élèves de concevoir à plusieurs un programme de saut à la corde à l'aide de diverses habiletés motrices apprises.

### Exercices sur bancs

- Organiser une séance d'exercices sur bancs avec tous les élèves, puis les inviter à concevoir en équipe leur propre programme. S'assurer que chaque membre de l'équipe est responsable d'une partie du programme.

### Aérobic

- Proposer aux élèves de concevoir à plusieurs des programmes d'aérobic à l'aide des habiletés motrices apprises. Inviter les élèves à diriger de plus jeunes enfants pendant une séance d'aérobic.

### Hip hop

- Suggérer aux élèves de concevoir à plusieurs leur propre programme hip hop avec chorégraphie et de l'enregistrer sur une vidéocassette. Proposer aux autres équipes de l'essayer.

Note :

S'assurer de suivre les lignes directrices de l'école et de la division scolaire en matière de droits d'auteur (p. ex. obtenir la permission parentale pour que l'élève participe à un enregistrement sur vidéocassette).

### Danses folkloriques

- Inviter les élèves à prendre part à diverses danses folkloriques. Les danses retenues peuvent avoir trait aux Jeux olympiques ou au folklore canadien-français. Voir également le RAS H.1.5.D.1.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Suite de mouvements

- Demander aux élèves d'observer l'enchaînement de mouvements de leurs camarades de classe et leur poser des questions quant aux mouvements qu'ils reconnaissent parmi ceux énumérés ci-dessous.
  - Des mouvements lents;
  - Des mouvements rapides;
  - Des mouvements légers;
  - Des mouvements en force.



## Remarques pour l'enseignant

Voir le glossaire du *Cadre*, p. 226, pour obtenir la définition des qualités de l'effort dans le mouvement (« Concepts relatifs à la motricité »).

Un **enchaînement** est une « phrase gestuelle » qui comprend un début, un milieu et une fin. Fournir aux élèves des exemples d'enchaînements de mouvements pour qu'ils s'exercent, puis leur demander de créer leurs propres enchaînements.

Pour des suggestions de jeux inuits avec un partenaire, voir le site *Web Jeux Inuit*.

Former des groupes de moins de cinq élèves pour un travail d'équipe efficace.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



AFFAIRES INDIENNES ET DU NORD CANADA. *Sports autochtones*, [En ligne], 2000, [http://www.ainc-inac.gc.ca/pr/pub/iprt/kss\\_f.html](http://www.ainc-inac.gc.ca/pr/pub/iprt/kss_f.html), (janvier 2003).

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2000. (DREF 613.7 P964 2000 MaS4)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine II : danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998. (DREF M.-M. 793.31971 E59 02/c)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine 2 : danse traditionnelle canadienne-française*, [cédéroms], Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatif, 1998. (DREF CD-ROM 793.31971 E59 02)

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR DU CANADA. *Sauter, c'est facile! : Sautons en cœur*, Winnipeg, la Fondation, 1991.

JOHNSON-HIMBEAULT, Gisèle et autres. *Swing la bottine : introduction à la danse traditionnelle canadienne-française*, [cédérom], Saint-Boniface (Manitoba), Ensemble folklorique de la Rivière-Rouge, 2000. (DREF M.-M. 793.31971 E59 01d)

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

*Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde »*, série 1 et 2, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave Edwards, Winnipeg, Fondation canadienne des maladies du cœur, 1989 et 1993. 2 vidéocassettes, 24 min. et 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. *Jeux panaméricains de 1999 : guide à l'intention des enseignants en éducation physique*, Winnipeg, la Société, 1999. (DREF 796.48 J58p)

UNIVERSITÉ DE WATERLOO. *Jeux Inuit*, [En ligne], 2001, <http://www.ahs.uwaterloo.ca/~museum/vexhibit/inuit/french/finuit.html>, (janvier 2003).



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.B.3d *L'élève sera apte à :*

**Employer le concept des relations pour décrire le mouvement des objets ou des personnes** (p. ex. passer un ballon devant une personne en courant).

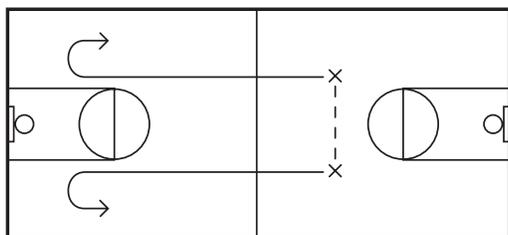
## Suggestions pour l'enseignement

### Receveur étoile

- Inviter des équipes de deux à se lancer un ballon de football. Demander à un des élèves de jouer le quart-arrière tandis que l'autre exécute différents tracés pour attraper le ballon.

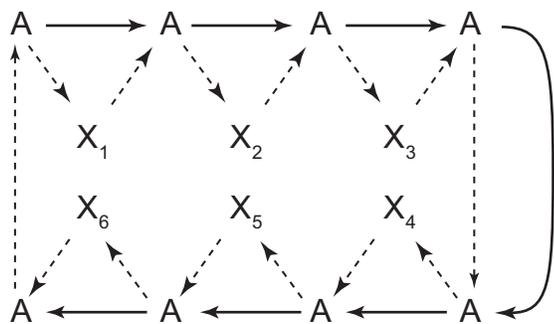
### Passé à deux

- Placer les élèves deux par deux, face à face. Leur demander de se faire des passes en traversant un terrain de basketball à pas glissés et de revenir en courant à l'extérieur du terrain.



### Passé en mouvement

- Inviter les élèves à se déplacer, un à la fois, le long d'un terrain de basketball en faisant des passes à des coéquipiers immobiles, qui sont placés en ligne et à intervalles réguliers, à l'intérieur du terrain.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Jeux de passe sur terrain quadrillé

- Diviser le gymnase en quartiers à l'aide de cônes ou de lignes tracées sur le plancher. Mettre trois élèves par quartier. Inviter chaque élève à occuper un des coins de son espace quadrillé de sorte qu'il reste un coin libre. Demander à l'élève avec le ballon de passer la balle à un de ses coéquipiers qui se déplace vers le coin libre, selon un ordre établi à l'avance.

Variante :

Botter le ballon vers l'élève qui se déplace vers le coin libre.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Receveur étoile

- Noter sur une liste de vérification si l'élève est capable ou non d'employer le concept des relations pour décrire le mouvement des objets ou des personnes.

## Remarques pour l'enseignant

Une fois que les élèves se sont suffisamment exercés à se passer le ballon, poser des questions en vue d'une discussion :

- *Pourquoi est-il important de suivre le ballon des yeux quand il se dirige vers vous?*
- *Pourquoi est-il important de lancer ou de botter un objet plus loin que l'endroit où se trouve la personne qui s'éloigne de vous?*

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



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

GUILLON, Nicolas, et Olivier MORET. *Le football américain*, Toulouse, Éditions Milan, 2000.  
(DREF 796.332 G961f)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.C.1 *L'élève sera apte à :*

**Appliquer les règles propres aux jeux préparatoires** (c.-à-d. des jeux organisés et des jeux conçus par lui) **à titre de participant ou d'officiel.**

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux préparatoires

- Organiser divers jeux préparatoires. Demander aux élèves d'appliquer les règles qui s'y rapportent :
  - en tant que participant;
  - en tant qu'officiel.

### Conception d'un jeu

- Distribuer le plan de l'annexe 6. Proposer aux élèves de concevoir un jeu préparatoire pour le sport de leur choix. Puis les inviter à l'enseigner aux autres, en tenant compte des éléments suivants :
  - Les règles qui s'appliquent aux participants;
  - Les règles qui s'appliquent à l'officiel (p. ex. un arbitre).



Voir l'annexe 6 : Jeu préparatoire – Plan.

### Tournoi

- Organiser un tournoi sportif (voir le RAS H.1.5.B.3). Former cinq équipes. Proposer à quatre de ces équipes de jouer sur deux terrains, tandis que la cinquième veille au bon fonctionnement du jeu en se partageant les rôles d'arbitre, de marqueur et de juges, au besoin.

Variante :

Dans les classes moins nombreuses, former trois équipes et jouer sur un seul terrain.

Note :

Dans un tournoi de volleyball, par exemple, il y a deux arbitres, un marqueur et des juges de touche.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Règles propres aux jeux préparatoires

- Suite à un jeu préparatoire, inviter les élèves à évaluer leur capacité à appliquer les règles en tant que participant et en tant qu'officiel, à l'aide de l'échelle d'évaluation suivante :

Échelle d'évaluation		En tant que participant	En tant qu'officiel
1	Je comprends mal les règles de ce jeu.		
2	J'ai compris toutes les règles, mais j'ai eu du mal à les respecter pendant le jeu.		
3	J'ai compris toutes les règles et j'ai été capable de les respecter la plupart du temps.		
4	J'ai compris toutes les règles et j'ai été capable de les respecter pendant tout le jeu.		



## Remarques pour l'enseignant

### Composantes du jeu

Les composantes de tout jeu sont les suivantes :

- Le nom du jeu;
- Le nombre de joueurs (individuel, deux par deux ou en équipes);
- L'aire désignée ou disponible pour le jeu;
- L'équipement disponible ou choisi par les joueurs;
- Le but du jeu;
- Le niveau de difficulté ou de complexité du jeu (p. ex. les combinaisons d'habiletés motrices nécessaires);
- La description du jeu, y compris les règles qui s'y rattachent (avec diagramme si possible);
- Les précautions à prendre en matière de sécurité.

Pour les tournois, utiliser une formule (p. ex. celle des tournois à la ronde) qui permet à tous les élèves d'être tour à tour officiels et participants.

Exemple :

Équipe 1 contre Équipe 2

Équipe 2 contre Équipe 3

Équipe 3 contre Équipe 1

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERGERON, Mireille. *Banque de 150 jeux*, Sarnia (Ontario), Éditions positives, 1998.  
(DREF 796.1 B496b)

IDÉES LOISIRS-GESTION et Valérie HOULE. *100 jeux et grands jeux : volume 1, Amérique du Nord*, Sainte-Foy, Idées loisirs-gestion, 2000. (DREF 790.1 I19an 01)

VAN SNELLENBERG, Joseph, et autres. *Adapter, adopter et améliorer : idées de jeux pour les enfants de la maternelle à la sixième année*, Burnaby (Colombie-Britannique), British Columbia Intramural Recreation Association, 1992. (DREF 796.14 V217a)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.C.2 L'élève sera apte à :

Employer les termes généraux associés aux jeux et aux autres activités préparatoires (p. ex. offensive, défensive, zone de but et deuxième souffle).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux et activités préparatoires

- Inviter les élèves à employer les termes associés à chaque activité ou jeu auquel ils prennent part.

### Conception d'un jeu

- Proposer aux élèves d'enseigner aux autres le jeu qu'ils ont conçu pour le RAS C.1.5.C.1 en utilisant la terminologie juste qui s'y rapporte.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Termes généraux associés aux jeux et aux autres activités préparatoires

- Noter sur une liste de vérification si les élèves savent ou non employer la terminologie correcte des activités et des jeux préparatoires auxquels ils prennent part.

## Remarques pour l'enseignant

Il est important que l'enseignant utilise, de façon cohérente, la terminologie exacte qui se rapporte à l'activité ou au sujet enseignés. Voir le *Cadre*, p. 225-233.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2000. (DREF 613.7 P964 2000 MaS4)

GAUDREULT, Normand. *Il était une fois un sport*, Nepean (Ontario), S & S Learning Materials, The Solski Group, 1997. (DREF 796 G267I )

PICKUP, Ian. *Dictionnaire des sports : anglais-français, français-anglais*, Paris, Ellipses-Marketing, 1995. (DREF 796.03 P597d)

SECRÉTARIAT DES LANGUES OFFICIELLES. *Lexiques sportifs des Jeux panaméricains de 1999*, Winnipeg, Société des Jeux panaméricains, 1999.

*Les sports : cartes-éclair = flashcards : jeu de cartes = card games*, Toronto, Le Français fantastique, 1993. (DREF 796 S764)



# 1. Motricité



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.C.3 L'élève sera apte à :

**Déterminer des stratégies de jeu collectif efficaces au moyen de la résolution de problèmes** (p. ex. établir une stratégie offensive et défensive dans un jeu se jouant en groupe nombreux).

## Suggestions pour l'enseignement

### Espions et chaos

- Former deux équipes. Proposer à l'une d'elle de jouer le rôle des espions qui doivent aller déposer des cartes à trois endroits (pays) différents sur le terrain de jeu. Expliquer aux élèves que chaque carte comporte le nom de l'un des trois pays et qu'elle doit être déposée au bon endroit sur le terrain. Proposer à l'autre équipe de représenter le chaos qui a comme rôle d'empêcher les espions de réussir leur mission. Expliquer aux élèves que si un espion est touché par un joueur de l'équipe du chaos, il doit lui remettre sa carte et aller en chercher une autre. Chronométrer cette activité. Une fois le jeu terminé, inverser les rôles. Le but du jeu consiste à livrer le plus grand nombre de cartes possible aux bons pays. Jouer de préférence sur un grand terrain ou sur un terrain boisé.

Notes :

Prévoir un plus grand nombre de cartes que de joueurs.

Prévoir une ou deux zones aux points d'origine où les espions peuvent prendre leurs cartes et être en sécurité.

- Demander aux équipes de se réunir avant de commencer et à différents moments pendant le jeu pour ébaucher ou modifier un plan offensif ou défensif.

Variantes :

Lorsqu'un espion est touché, il doit remettre sa carte à un membre de l'équipe du chaos et faire une activité déterminée (p. ex. retourner à la ligne de départ à cloche-pied) avant de revenir au jeu.

Lorsqu'un espion est touché, il doit remettre sa carte à un membre de l'équipe du chaos et se rendre en prison (endroit désigné). Un autre espion peut le libérer de la prison en lui touchant la main, pourvu qu'il ne se fasse pas attraper lui-même par un membre de l'équipe adverse.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Espions et chaos

- Poser aux élèves les questions suivantes sur l'efficacité ou l'inefficacité des stratégies à l'offensive et à la défensive et noter sur une liste de vérification s'ils peuvent ou non déterminer des stratégies de jeu collectif efficaces. Les inviter à exprimer leur accord ou leur désaccord en se levant ou en levant la main. Faire suivre chaque réponse d'une discussion.
  - *Est-ce une bonne stratégie d'assigner un joueur défensif à chaque joueur offensif?*
  - *Une défensive de genre « zone » est-elle efficace pour le jeu en question?*
  - *Est-ce une bonne stratégie de se mettre à deux pour tenter de toucher certains joueurs?*
  - *À l'offensive, est-il efficace d'assigner les joueurs à l'avance pour prévoir et couvrir différentes destinations?*
  - *À l'offensive, est-ce une stratégie efficace de créer une diversion en envoyant certains joueurs sans carte?*



## Remarques pour l'enseignant

Les étapes de la résolution de problèmes et le modèle DÉCIDE se trouvent dans le *Cadre*, p. 123. Voir aussi le RAS H.5.5.A.4 et l'introduction du RAG 4 du présent document.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4, programme d'études : cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 2000. (DREF 613.7 P964 2000 MaS4)

VAN SNELLENBERG, Joseph, et autres. *Adapter, adopter et améliorer : idées de jeux pour les enfants de la maternelle à la sixième année*, Burnaby (Colombie-Britannique), British Columbia Intramural Recreation Association, 1992. (DREF 796.14 V217a)



## Résultat d'apprentissage spécifique

C.1.5.C.4 L'élève sera apte à :

**Manifester une bonne compréhension de l'esprit d'équipe et du franc-jeu dans diverses formes d'activité physique** (p. ex. suggérer des modifications des règles pour équilibrer les forces dans le jeu).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux et activités préparatoires

- Discuter avec les élèves de l'importance du franc-jeu dans les jeux et les activités. Poser les questions suivantes après l'activité en demandant aux élèves de lever la main en signe d'accord :
  - *Avez-vous respecté les règles du jeu aujourd'hui?*
  - *Croyez-vous que tout le monde a respecté les règles aujourd'hui?*
  - *Avez-vous respecté les officiels et accepté leurs décisions?*
  - *Avez-vous respecté vos adversaires?*
  - *Avez-vous eu droit à un temps de jeu équitable?*
  - *Avez-vous réussi à vous maîtriser pendant tout le jeu?*

Liens curriculaires :

Voir les RAS C.4.5.A.2b et H.4.5.A.3.

### Vie active

- Voir la section « Loisir », p. 12 et 16 dans *Le défi canadien Vie active pour les 9 à 11 ans* et la section « Loisirs », p. 11-13 dans *Le défi canadien Vie active : pour les 12 à 14 ans*.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Esprit d'équipe et franc-jeu

- Noter sur une liste de vérification si les élèves respectent ou non les idéaux du franc-jeu et font preuve d'esprit d'équipe dans diverses formes d'activité physique.
- Inviter également les élèves à s'autoévaluer à la suite d'une activité physique :

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
J'ai respecté les règles du jeu aujourd'hui.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai respecté les arbitres et j'ai accepté leurs décisions.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai respecté mes adversaires.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai eu droit à un temps de jeu équitable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai donné aux autres une chance de participer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Je me suis maîtrisé(e) pendant tout le jeu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai encouragé mes coéquipiers.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
J'ai gardé une attitude positive dans la victoire ou la défaite.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



## Remarques pour l'enseignant

### Idéaux du franc-jeu :

- Respecter les règles du jeu;
- Respecter les officiels et accepter leurs décisions;
- Respecter son adversaire;
- Donner à tout le monde une chance équitable de prendre part au jeu;
- Se maîtriser pendant tout le jeu.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 2<sup>e</sup> programme : pour les 9 à 11 ans*, Gloucester (Ontario), ACSPEL, 1993. (DREF 372.86 A849d 02)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3<sup>e</sup> programme : pour les 12 à 14 ans*, Gloucester (Ontario), ACSPEL, 1994. (DREF 613.7007 A842d 01)

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.



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.A.1 L'élève sera apte à :

**Se déplacer seul ou avec d'autres, avec ou sans obstacles, en appliquant des principes de biomécanique (p. ex. angle de tir, gravité et absorption) pour accroître autant que possible le contrôle de ses mouvements de locomotion.**

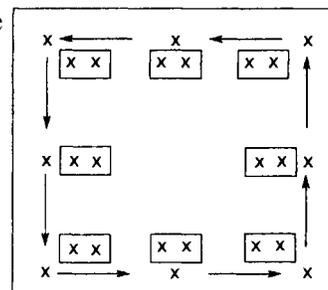
## Suggestions pour l'enseignement

### Programmes de gymnastique

- Proposer aux élèves de mettre leurs habiletés de locomotion en pratique dans un enchaînement de mouvements de gymnastique au sol. S'assurer que les élèves mettent en pratique des habiletés variées relatives :
  - aux directions;
  - aux parcours ;
  - aux hauteurs.

### Tapis musicaux

- Former des équipes de trois ou quatre élèves. Placer des tapis autour d'un terrain de volleyball et inviter chaque équipe à occuper un tapis. Puis donner aux élèves les instructions suivantes :
  - Quand la musique commence, un élève de chaque équipe part faire le tour du terrain en exécutant une habileté motrice donnée (sauter, sauter à cloche-pied, galoper, sauter à pieds joints);
  - Dès qu'il est revenu à son tapis, un autre élève part;
  - Quand la musique s'arrête, l'élève finit son tour en courant.



Note :

Inclure des habiletés de locomotion à reculons et de côté.

### Relais

- Organiser des relais qui font appel :
  - à la course, au galop, au saut à cloche-pied et au sautiller en slalom entre des cônes;
  - au saut ou au saut à cloche-pied avec des obstacles.
- Expliquer aux élèves que les habiletés de locomotion peuvent être exécutées vers l'avant, vers l'arrière et de côté. Les inviter à poursuivre le relais pendant une période de temps déterminée.

Note :

Ne pas mettre l'accent sur la compétition.

### Courses d'obstacles

- Organiser une course d'obstacles dans le gymnase. Expliquer aux élèves qu'ils peuvent courir en slalom entre des cônes, escalader un mur, sauter par-dessus un tapis, marcher sur un banc, sauter dans une marelle faite de cerceaux, sautiller autour d'un cercle et galoper vers la ligne d'arrivée.
- Concevoir des courses d'obstacles selon les ressources disponibles.



## Suggestions pour l'enseignement (suite)

### Sauts à la corde

- Proposer aux élèves de sauter à la corde de différentes manières, par exemple :
  - sur un pied;
  - à pieds joints;
  - avec les pieds écartés;
  - en faisant des ciseaux.

Notes :

Consulter les suggestions de *Sautons en cœur* pour d'autres activités de saut à la corde.

Voir « Les périls de la jungle » et « Sauts d'obstacles », p. 30 et 46 dans *De l'habileté à l'activité*.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Relais

- Observer les habiletés des élèves pendant le relais. Utiliser les critères d'évaluation du document *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*.

Échelle :

Rarement	Avec de l'aide	Parfois	Souvent	Toujours
1 Initiation	2 Initiation – Formation	3 Formation	4 Formation – Étape finale	5 Étape finale

Critères d'évaluation	1	2	3	4	5
Courir en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Courir en slalom entre des cônes, à reculons.	1	2	3	4	5
Galoper en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Galoper en slalom entre des cônes, à reculons.	1	2	3	4	5
Glisser en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Glisser à cloche-pied en slalom entre des cônes, à reculons.	1	2	3	4	5
Sauter à cloche-pied en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Sauter à cloche-pied en slalom entre des cônes, à reculons.	1	2	3	4	5
Faire des chassés croisés en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Sautiller en slalom entre des cônes.	1	2	3	4	5
Sautiller en slalom entre des cônes, à reculons.	1	2	3	4	5

Note :

Employer la grille ci-dessus en modifiant les critères, au besoin, pour évaluer toutes les autres suggestions d'activités.



## Remarques pour l'enseignant

On recommande de présenter les principes de biomécanique relatifs à la stabilité en 5<sup>e</sup> année, les concepts relatifs à l'effort maximal en 6<sup>e</sup> année et les concepts de mouvements linéaires et angulaires en 7<sup>e</sup> et 8<sup>e</sup> années.

Pour de plus amples renseignements sur le sujet, voir le *Programme national de certification des entraîneurs*.

Compte tenu de la portée et de la diversité des résultats d'apprentissage relatifs à la motricité, des activités connexes seront organisées tout au long de l'année. On recommande d'évaluer séparément les habiletés de chaque catégorie :

- Locomotion;
- Manipulation;
- Équilibre.

Voir le RAS C.1.5.B.2 pour les concepts de base relatifs à la stabilité. (Ces renseignements figurent également dans l'annexe 1.)



Voir l'annexe 1 : Principes de biomécanique – Feuille de renseignements.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE DES ENTRAÎNEURS. *Programme national de certification des entraîneurs*, [En ligne], [http://www.coach.ca/f/pnce\\_3m/index.htm](http://www.coach.ca/f/pnce_3m/index.htm), (décembre 2002).

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1995. (DREF P.D. 372.86 D278)

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR DU CANADA. *Sauter, c'est facile! : Sautons en cœur*, Winnipeg, la Fondation, 1991.

MANITOBA MOVEMENT SKILLS COMMITTEE. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, Winnipeg, Movement Skills Committee, 2000. (DREF P.D. 372.86 E92)

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

*Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde »*, série 1 et 2, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave Edwards, Winnipeg, Fondation canadienne des maladies du cœur, 1989 et 1993. 2 vidéocassettes, 24 min et 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)

# 1. Motricité



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.A.2 L'élève sera apte à :

**Exécuter des mouvements de manipulation** (p. ex. dribbler un ballon avec les mains ou les pieds pour en conserver le contrôle) **en appliquant des principes de biomécanique** (p. ex. alignement des parties du corps, application de la force et addition des forces) **pour accroître autant que possible le contrôle, au cours de déplacements effectués seuls ou avec les autres.**

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux préparatoires

- Organiser divers jeux et activités préparatoires pour que les élèves puissent mettre en pratique les habiletés qui exigent une certaine maîtrise (p. ex. dribbler un ballon avec les mains) et les principes de biomécanique (p. ex. aligner des parties du corps).

### Pirates

- Inviter les élèves à dribbler avec les mains. Choisir quatre élèves, leur enlever leur ballon et leur proposer de jouer le rôle des pirates. Donner aux élèves les instructions suivantes :
  - *Les pirates essaient de voler le ballon aux autres. Le contact physique est interdit.*
  - *Si vous aviez le ballon et que vous en perdez la maîtrise, vous devez arrêter de dribbler; ou si le pirate arrive à toucher à votre ballon, c'est le pirate qui prend le ballon et qui commence à dribbler.*
  - *Si vous perdez votre ballon, vous devenez un pirate.*

Variante :

Faire dribbler avec les pieds.

### Quilles

- Organiser des parties de quilles avec cinq ou dix quilles.

Variante :

Voir « Le curling avec sacs de fèves », p. 126, « Ballons Quilles », p. 94, et « Guerre des quilles », p. 172, dans *De l'habileté à l'activité*.

### Bancs d'équipes

- Former deux équipes qui occupent chacune la moitié du gymnase. Installer des bancs au fond du terrain de volleyball, derrière chaque équipe. Proposer à chacune des équipes de commencer avec un élève sur le banc de l'équipe adverse. Inviter les élèves à lancer le ballon de façon à ce que la personne sur le banc de l'équipe adverse l'attrape sans tomber, s'il réussit, inviter cet élève à le rejoindre sur le banc. Expliquer aux élèves que la première équipe à placer tous ses joueurs sur le banc adverse remporte la partie.

Variante :

Proposer aux élèves de se tenir debout sur un tapis au lieu d'un banc.

Note :

Demander aux élèves de ne pas sauter sur le banc lorsqu'ils essaient d'attraper le ballon.

### Badminton accéléré

- Former trois équipes. Installer trois filets de badminton. Diviser chaque équipe en deux sous-équipes séparées par le filet. Inviter tous les joueurs à s'aligner les uns derrière les autres derrière la ligne de fond. Puis donner aux élèves les instructions suivantes : La première personne de l'équipe s'avance au milieu du terrain, effectue un service puis court vers une ligne de l'autre côté du terrain pour ensuite se rendre à la fin de sa file. La première personne de l'autre côté renvoie le volant, court vers la ligne de l'autre côté du terrain pour ensuite se rendre à la fin de sa file, et ainsi de suite jusqu'à ce que le volant touche le sol. L'équipe qui réalise le plus de coups consécutifs remporte la partie.

Variantes :

Proposer aux élèves de réaliser un nombre de coups déterminé à l'avance.

Chronométrer l'activité pendant un certain temps et voir combien de coups ont été réalisés pendant ce temps.



## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Pirates

- Observer la capacité des élèves à dribbler pendant le jeu. Se servir des critères suivants pour noter les observations sur une échelle d'appréciation :

Échelle :

Rarement	Avec de l'aide	Parfois	Souvent	Toujours
1 Initiation	2 Initiation – Formation	3 Formation	4 Formation – Étape finale	5 Étape finale

Critères d'évaluation	1	2	3	4	5
La main adopte la forme du ballon.	1	2	3	4	5
L'élève est capable d'utiliser la poussée pour faire rebondir le ballon.	1	2	3	4	5
Le corps demeure stable.	1	2	3	4	5
L'élève est capable de contrôler le ballon sans le regarder directement.	1	2	3	4	5
L'élève est capable de contrôler le ballon en se déplaçant.	1	2	3	4	5
Le ballon rebondit à la hauteur de la taille.	1	2	3	4	5

### Appréciation : Mouvements de manipulation (dribbler)

- Inviter les élèves à s'évaluer en rédigeant un compte rendu dans leur journal d'activité physique, avant et après s'être exercés, leur proposer les mêmes critères et la même échelle que ceux de l'évaluation de **Pirates** (voir ci-dessus).

## Remarques pour l'enseignant

Il est important que les enseignants connaissent les principes de biomécanique et les façons de les appliquer à des habiletés motrices précises.

Voir le RAS C.1.5.A.2 pour les concepts de base relatifs à la stabilité. (Ces renseignements figurent également dans l'annexe 1.)

 Voir l'annexe 1 : Principes de biomécanique – Feuille de renseignements.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1995. (DREF P.D. 372.86 D278)

MANITOBA MOVEMENT SKILLS COMMITTEE. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, Winnipeg, Movement Skills Committee, 2000. (DREF P.D. 372.86 E92)



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.A.3 L'élève sera apte à :

**Prendre avec aisance diverses positions du corps qui font appel à l'équilibre statique** (p. ex. groupé, jambes à l'écart, carpé, tendu) **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 employant des appareils variés** (p. ex. tapis, planches d'équilibre, patins et planches à roulettes orientables).

## Suggestions pour l'enseignement

### Affiches musicales

- Repasser les principes de biomécanique avec les élèves. Puis, préparer des affiches qui illustrent diverses positions d'équilibre statique et les placer à différents endroits sur le terrain de volleyball. Proposer aux élèves d'exécuter, lorsque la musique commence, une habileté motrice donnée (p. ex. courir, galoper) en faisant le tour du terrain de volleyball. Leur expliquer qu'ils doivent se rendre, lorsque la musique s'arrête, aux affiches dispersées sur le terrain et prendre la position d'équilibre statique qui y est illustrée.

### Positions d'équilibre statique

- Repasser les principes de biomécanique avec les élèves. À l'aide de tapis, de bancs ou de boîtes, proposer aux élèves de découvrir diverses positions d'équilibre statique. Utiliser des cartes montrant diverses positions du corps qui font appel à l'équilibre statique pour présenter les habiletés à développer, par exemple :
  - le corps groupé;
  - le corps groupé avec un pied vers l'avant, de côté, vers l'arrière;
  - l'écart;
  - les positions inversées.

### Enchaînement de mouvements gymniques

- Voir le RAS H.1.5.D.2.
- Demander aux élèves d'inclure diverses positions d'équilibre statique dans leur enchaînement de mouvements de gymnastique au sol. Inclure des positions inversées.

### Miroir

- Repasser les principes de biomécanique avec les élèves. Puis mettre les élèves par deux, face à face. Inviter un des partenaires à décrire ou à prendre une position d'équilibre statique et proposer à l'autre de prendre la même position.

Variante :

Faire prendre des positions à deux.



Voir les annexes 7 et 8 : Positions d'équilibre statique individuelles – Cartes d'activités et Positions d'équilibre statique à deux – Cartes d'activités.



## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Positions d'équilibre statique

- Inviter les élèves à travailler deux par deux, et à évaluer la performance de leur coéquipier à l'aide de l'échelle suivante :

1	L'élève a eu du mal à exécuter les positions d'équilibre statique.
2	L'élève a exécuté certaines positions d'équilibre statique avec aisance.
3	L'élève a exécuté toutes les positions d'équilibre statique avec aisance.

### Observation : Positions d'équilibre statique

- Noter sur une liste de vérification si les élèves, lorsqu'ils prennent diverses positions du corps faisant appel à l'équilibre statique, appliquent ou non les principes de mécanique nécessaires et emploient des appareils variés.

## Remarques pour l'enseignant

Consulter *De l'habileté à l'activité* et *Gymnastique fondamentale* pour obtenir d'autres descriptions d'activités gymniques.

Il est important que les enseignants connaissent les principes de biomécanique et les façons de les appliquer à des habiletés motrices précises.

Les principes de biomécanique en rapport avec la stabilité sont décrits au RAS C.1.5.B.2. (Ces renseignements figurent également dans l'annexe 1.)



Voir l'annexe 1 : Principes de biomécanique – Feuille de renseignements.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995. (DREF 796.44 B533g)

BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Arts plastiques, M à la 6<sup>e</sup> : programme d'études*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1989. (DREF P.D. 372.5 P964 1989 Mat.-6e)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Arts plastiques, 5<sup>e</sup> à la 8<sup>e</sup>, programme d'études*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1993. (DREF P.D. 372.5 P964 1993 5e-8e)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Éducation physique (M à 4<sup>e</sup>) : De l'habileté à l'activité*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1995. (DREF P.D. 372.86 D278)

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



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.B.1 *L'élève sera apte à :*

**Employer des combinaisons d'habiletés motrices déterminées** (c.-à-d. des extensions ou des variations des habiletés motrices fondamentales) **dans une variété de jeux et d'activités qui se jouent individuellement ou deux contre deux, y compris des activités innovatrices** (p. ex. rallyes).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux préparatoires

- Organiser divers jeux et activités préparatoires qui se jouent individuellement ou deux contre deux en fonction des habiletés motrices visées. Par exemple :
  - Athlétisme – course, sauts et lancers;
  - Jeux et sports avec raquettes (rallyes) – frapper;
  - Quilles – rouler;
  - Ski de fond – marcher et glisser;
  - Jonglerie – lancer et attraper;
  - Gymnastique rythmique (séquences individuelles ou avec un partenaire) – lancer, attraper, rouler et faire rebondir;
  - Course d'orientation – courir;
  - Golf – frapper;
  - Disque volant – lancer et attraper;
  - Patin – glisser et équilibre (statique et dynamique);
  - Patin à roue en ligne – glisser et équilibre (statique et dynamique);
  - Footbag (« hacky-sack ») – coups de pied;
  - Saut à la corde – coups de pied;
  - Gymnastique – équilibre et locomotion;
  - Hockey – frapper;
  - Danse – locomotion.

## Suggestions pour l'évaluation

### Appréciation : Jeux préparatoires

- À la suite d'un des jeux ou d'une des activités, inviter les élèves à modifier l'échelle d'appréciation ci-dessous afin de s'autoévaluer. L'échelle qui suit se rapporte à la jonglerie.

1	Je jongle facilement avec un foulard.
2	Je jongle facilement avec deux foulards.
3	Je jongle facilement avec trois foulards.



## Remarques pour l'enseignant

Compte tenu de la portée et de la diversité des résultats d'apprentissage, des activités supplémentaires seront organisées tout au long de l'année. S'assurer que les activités d'apprentissage et les résultats escomptés tiennent compte du stade de développement des élèves.

Les activités choisies devraient permettre la mise en pratique de toutes les habiletés motrices visées pendant l'année.

On recommande d'évaluer séparément les habiletés de chaque catégorie :

- Locomotion;
- Manipulation;
- Équilibre.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERGERON, Mireille. *Banque de 150 jeux*, Sarnia (Ontario), Éditions positives, 1998. (DREF 796.1 B496b).

IDÉES LOISIRS-GESTION et Valérie HOULE. *100 jeux et grands jeux : volume 1, Amérique du Nord*, Sainte-Foy, Idées loisirs-gestion, 2000. (DREF 790.1 I19an 01)

SPORT MANITOBA. [En ligne], <http://www.sport.mb.ca/>, (janvier 2003).

VAN SNELLENBERG, Joseph, et autres. *Adapter, adopter et améliorer : idées de jeux pour les enfants de la maternelle à la sixième année*, Burnaby (Colombie-Britannique), British Columbia Intramural Recreation Association, 1992. (DREF 796.14 V217a)



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.B.2 *L'élève sera apte à :*

**Employer des combinaisons d'habiletés motrices déterminées** (p. ex. extensions et variations) **dans une variété de jeux et de sports collectifs, y compris des activités innovatrices** (p. ex. soccer modifié et défis coopératifs).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux préparatoires et activités sportives

- Organiser divers jeux d'équipes et activités sportives modifiés en fonction des habiletés motrices visées, par exemple :
  - Basketball – lancer, attraper et faire rebondir;
  - Volleyball – frapper;
  - Soccer – coups de pieds;
  - Balle molle et baseball – frapper, lancer et attraper;
  - Ultime (« Ultimate ») – lancer et attraper;
  - Hockey en salle ou sur gazon – frapper;
  - Football – lancer, attraper et botter;
  - Gymnastique rythmique (programmes de groupes) – lancer, attraper, rouler et bondir;
  - Cricket – lancer, attraper et frapper;
  - « Sepak Takraw » – coups de pieds.

### Jeux personnalisés

- Proposer aux élèves d'imaginer et de créer un jeu auquel toute la classe peut jouer (par exemple, en modifiant un jeu déjà connu). Distribuer l'annexe 6 à cet effet. Puis encourager la participation optimale de tous les élèves.
- La baudruche : Former deux équipes. Installer un filet de soccer à chaque extrémité du gymnase. Utiliser deux ou trois ballons de baudruche (ou autres ballons légers). Puis donner aux élèves les instructions suivantes :
  - *Un but est marqué lorsque le ballon entre dans le filet opposé.*
  - *Vous pouvez dribbler, frapper ou faire rebondir le ballon.*
  - *Vous n'avez pas le droit de botter ou d'attraper le ballon.*



Voir l'annexe 6 : Jeu préparatoire – Plan.

Liens curriculaires :

Voir FL1 : RAS CO3; FL2 : RAS PO1.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Jeux personnalisés

- Proposer aux élèves de concevoir, en équipes, des jeux auxquels toute la classe pourrait jouer, puis de les enseigner aux autres. Noter sur une liste de vérification si les jeux contiennent des combinaisons d'habiletés motrices déterminées (p. ex. extensions et variations).



## Remarques pour l'enseignant

Compte tenu de la portée et de la diversité des résultats d'apprentissage, des activités supplémentaires seront organisées tout au long de l'année. S'assurer que les activités d'apprentissage et les résultats escomptés tiennent compte du stade de développement des élèves.

Les activités choisies devraient permettre la mise en pratique de toutes les habiletés motrices visées pendant l'année.

On recommande d'évaluer séparément les habiletés de chaque catégorie :

- Locomotion;
- Manipulation;
- Équilibre.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERGERON, Mireille. *Banque de 150 jeux*, Sarnia (Ontario), Éditions positives, 1998. (DREF 796.1 B496b)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Français langue première, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1997. (DREF P.D. 448 FL1 P964 5e)

ÉDUCATION ET FORMATION PROFESSIONNELLE MANITOBA. *Français langue seconde – immersion, 5<sup>e</sup> année, programme d'études : document de mise en œuvre*, Winnipeg, Division du Bureau de l'éducation française, 1998. (DREF P.D. 448 FL2 P964 5e)

IDÉES LOISIRS-GESTION et Valérie HOULE. *100 jeux et grands jeux : volume 1, Amérique du Nord*, Sainte-Foy, Idées loisirs-gestion, 2000. (DREF 790.1 I19an 01)

SPORT MANITOBA. [En ligne], <http://www.sport.mb.ca/>, (janvier 2003).

VAN SNELLENBERG, Joseph, et autres. *Adapter, adopter et améliorer : idées de jeux pour les enfants de la maternelle à la sixième année*, Burnaby (Colombie-Britannique), British Columbia Intramural Recreation Association, 1992. (DREF 796.14/V217a)



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.B.3 *L'élève sera apte à :*

**S'acquitter de fonctions d'officiels simples** (p. ex. arbitre, marqueur officiel, chronométreur officiel ou juge de touche) lors d'activités se déroulant en classe.

## Suggestions pour l'enseignement

### Officiels

- Organiser un tournoi sportif. Former cinq équipes. Inviter quatre de ces équipes à jouer sur deux terrains, tandis que la cinquième veille au bon déroulement du jeu.

Variante :

Dans les classes moins nombreuses, former trois équipes et jouer sur un seul terrain. Proposer à la troisième équipe de s'acquitter des fonctions d'officiel pour le jeu.

- Proposer aux élèves de s'acquitter des fonctions d'officiels pour les activités intrascolaires.

Notes :

Expliquer aux joueurs sur quoi porte l'évaluation des arbitres et des officiels avant le jeu pour qu'ils puissent en tenir compte pendant le jeu.

Revoir avec les arbitres et les officiels les règles relatives au jeu avant que celui-ci ne commence.

S'assurer que tous les élèves connaissent les règles du jeu et les signaux de l'arbitre avant de commencer le tournoi.

Montrer aux élèves comment être marqueur de points et chronométreur.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Officiels

- Inviter les équipes sur le terrain à évaluer les arbitres et les officiels à l'aide de l'annexe 9.

Équipe : \_\_\_\_\_

Nom des officiels : \_\_\_\_\_

	Oui	Non
Les officiels connaissent les règles du jeu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les officiels étaient impartiaux.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les officiels ont traité tous les joueurs avec respect.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Observations :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Voir l'annexe 9 : Fonctions d'officiels – Grille d'observation.



# 1. Motricité

## Remarques pour l'enseignant

Familiariser les élèves avec des façons de se comporter correctement pendant les tournois; leur suggérer, par exemple, d'encourager leurs coéquipiers pendant les jeux et de serrer la main des adversaires en fin de jeu.



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.C.1 L'élève sera apte à :



**Démontrer une maîtrise fonctionnelle des habiletés motrices déterminées** (p. ex. frapper une balle avec la main ou un instrument ou encore garder l'équilibre) **dans des activités se pratiquant en plein air sur le terrain de l'école ou dans des activités spéciales** (p. ex. les quatre carrés, le tee-ball, le patinage, la raquette, les journées omnisports, les mini-olympiques et les jeux issus de cultures diverses).

## Suggestions pour l'enseignement

### Jeux actifs pour la récréation

- Revoir en classe les jeux actifs auxquels les élèves peuvent jouer à la récréation.
  - Ultime (« Ultimate ») – lancer et attraper;
  - Touch-football – lancer, attraper et botter;
  - Ballon captif – frapper;
  - Quatre carrés – frapper;
  - Saut à la corde – locomotion;
  - Balle molle – lancer, attraper et frapper;
  - Soccer – botter.

### Ski de fond

- Organiser des leçons de ski de fond pour permettre aux élèves de développer leurs habiletés de locomotion.

### Festival du Voyageur

- Organiser une activité spéciale à l'occasion du Festival du Voyageur au cours de laquelle les élèves pourraient faire de la raquette, du patin et de la luge, par exemple. Intégrer cette activité à d'autres matières.

### Olympiques

- Organiser des activités sportives et culturelles sur le thème des Jeux olympiques, des Jeux panaméricains ou de la francophonie.

## Remarques pour l'enseignant

Il est important d'aborder les règles de sécurité associées aux sports et aux activités récréatives avec les élèves (voir les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines* de l'Association manitobaine des éducateurs et éducatrices physiques (MPETA/AMEEP). S'assurer que l'activité est conforme aux politiques de gestion des risques de la division scolaire.



## RESSOURCES SUGGÉRÉES



AFFAIRES INDIENNES ET DU NORD CANADA. *Sports autochtones*, [En ligne], 2000, [http://www.ainc-inac.gc.ca/pr/pub/iprt/kss\\_f.html](http://www.ainc-inac.gc.ca/pr/pub/iprt/kss_f.html), (janvier 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.

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

*Jeux olympiques*, [En ligne], 2002, [http://www.olympic.org/fr/index\\_fr.asp](http://www.olympic.org/fr/index_fr.asp), (janvier 2003).

LANDRY, Linda. *Classe de ski : programme d'initiation au ski de fond pour les enfants : participation, jeux et habiletés, conditionnement physique*, Gloucester (Ontario), Ski de fond Canada, 1987. (DREF 796.932 L262c)

MANITOBA MOVEMENT SKILLS COMMITTEE. *Évaluation des habiletés motrices fondamentales*, [En ligne], 2000, [http://home.merlin.mb.ca/~mpeta/movement\\_skills/](http://home.merlin.mb.ca/~mpeta/movement_skills/), (janvier 2003).

POTVIN, Yves. *À vos marques! Pour des olympiades réussies*, Montréal, Beauchemin, 1994. (DREF 372.86 P871a)

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. *Jeux panaméricains de 1999 : Guide à l'intention des enseignants en éducation physique*, Winnipeg, 1999. (DREF 796.48 J58p)

UNIVERSITÉ DE WATERLOO. *Jeux Inuit*, [En ligne], 2001, <http://www.ahs.uwaterloo.ca/~museum/vexhibit/inuit/french/finuit.html>, (janvier 2003).



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.D.1 *L'élève sera apte à :*

**Démontrer une maîtrise fonctionnelle des positions et des mouvements fondamentaux dans les activités rythmiques où il y a des enchaînements répétitifs (p. ex. aérobic, saut à la corde, danse créative ou danse folklorique), et qui illustrent au moins deux traditions ou deux styles différents.**

## Suggestions pour l'enseignement

### Danses en ligne

- Proposer aux élèves de concevoir leur propre danse en ligne à l'aide de combinaisons de positions et de mouvements fondamentaux déjà appris.

### Saut à la corde

- Proposer aux élèves de concevoir un enchaînement de saut à la corde à l'aide des positions et des mouvements fondamentaux déjà appris.

### Exercices sur banc ou sur marche (« step »)

- Organiser une séance d'exercices sur banc ou sur marche avec tous les élèves, puis leur demander de concevoir leur propre programme en petites équipes. S'assurer que chaque élève de l'équipe est chargé d'une partie du programme.

### Aérobic

- Proposer aux élèves de concevoir des programmes d'aérobic à l'aide des habiletés déjà apprises. Inviter les élèves à diriger de plus jeunes enfants pendant une séance d'aérobic.

### Enchaînement hip hop

- Proposer aux élèves de concevoir à plusieurs leur propre vidéocassette hip hop avec chorégraphie.
- Inviter les élèves à faire une démonstration devant la classe.

### Notes :

Vérifier les politiques de la division scolaire en ce qui concerne le droit de filmer les élèves (droits d'auteur, permission parentale).

Faire précéder toutes les activités précitées d'un remue-méninges sur les habiletés qui pourraient faire partie des programmes élaborés par les équipes.

### Danses folkloriques

- Inviter les élèves à prendre part à diverses danses folkloriques. Retenir des danses qui ont trait, par exemple, aux célébrations olympiques, aux Jeux autochtones de l'Amérique du Nord ou au folklore canadien-français.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Chorégraphie

- Proposer aux élèves de préparer un enchaînement chorégraphique et de le présenter. Noter, à l'aide de l'annexe 10, si les élèves ont incorporé les éléments suivants :
  - Une position de départ;



## Suggestions pour l'évaluation (suite)

- Cinq pas rythmiques différents;
- Deux répétitions d'enchaînements;
- Un enchaînement fidèle au rythme;
- Une position finale.



Voir l'annexe 10 : Positions et mouvements fondamentaux – Feuille de travail.

## Remarques pour l'enseignant

Garder à la disposition des élèves des vidéocassettes sur les danses en ligne, les programmes de saut à la corde et d'aérobic, les séances de tae-bo, les danses folkloriques et le hip hop.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995. (DREF 796.44 B533g)

BOURQUE-MOREAU, France. *Je danse mon enfance ...*, Montréal, Fédération des loisirs-danse du Québec, 1980. (DREF 793.319 B775j)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine 2 : danse traditionnelle canadienne-française*, [cédéroms], Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatique, 1998. (DREF CD-ROM 793.31971 E59 02)

ENSEMBLE FOLKLORIQUE DE LA RIVIÈRE-ROUGE. *Swing la bottine II : danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface (Manitoba), Collège universitaire de Saint-Boniface, Centre éducatique, 1998. (DREF M.-M. 793. 31971 E59 02/c)

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR DU CANADA. *Sauter, c'est facile! : Sautons en cœur*, Winnipeg, la Fondation, 1991.

JOHNSON-HIMBEAULT, Gisèle, et Jean Paul CLOUTIER. *Swing la bottine : introduction à la danse traditionnelle canadienne-française*, Saint-Boniface (Manitoba), L'Ensemble folklorique de la Rivière-Rouge, 2000. (DREF M.-M. 793.31971 E59 01d)

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

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

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

*Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde »*, série 1 et 2, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave Edwards, Winnipeg, Fondation canadienne des maladies du cœur, 1989 et 1993. 2 vidéocassettes, 24 min. et 40 min. (DREF VIDEO 613.71 F673p)

SOCIÉTÉ DES JEUX PANAMÉRICAINS. *Jeux panaméricains de 1999 : Guide à l'intention des enseignants en éducation physique*, Winnipeg, la Société, 1999. (DREF 796.48 J58p)



## Résultat d'apprentissage spécifique

H.1.5.D.2 L'élève sera apte à :

**Démontrer une maîtrise fonctionnelle de combinaisons d'au moins deux habiletés motrices déterminées et des concepts relatifs à la motricité** (p. ex. exécuter des suites fluides de mouvements qui comprennent des déplacements, des roulements de ballon au sol, des équilibres et des transferts de poids et qui engendrent des contrastes de direction, de vitesse et de continuité) **dans des enchaînements de mouvements gymniques** (p. ex. gymnastique avec ballon, acrobaties, pyramides ou utilisation créative de petits appareils tenus dans les mains).

## Suggestions pour l'enseignement

### Enchaînements de gymnastique au sol

- Proposer aux élèves de créer des séquences de gymnastique comprenant un nombre prédéterminé d'habiletés déjà apprises. S'assurer que les élèves créent des enchaînements en utilisant les habiletés suivantes :
  - La réception;
  - L'équilibre statique;
  - La pulsion;
  - La rotation;
  - La locomotion.

### Enchaînements d'aérobic

- Proposer aux élèves d'exécuter une série d'habiletés relatives à la force et à l'équilibre dans un programme d'aérobic au sol.

### Enchaînements de gymnastique rythmique

- Proposer aux élèves de concevoir des enchaînements intégrant des cordes à sauter, des cerceaux, des ballons, des rubans et des écharpes et qui comprennent des habiletés déjà apprises. Suggérer aux élèves d'utiliser d'autres équipements sportifs dans leur programme, tels que des ballons de basketball ou du matériel de jonglerie. Voir le RAS C.1.5.B.3a.

## Suggestions pour l'évaluation

### Observation : Enchaînements de mouvements gymniques

- Proposer aux élèves de faire une chorégraphie et de présenter des enchaînements de gymnastique. Noter, à l'aide de la liste de vérification de l'annexe 11, si les élèves maîtrisent la combinaison d'au moins deux habiletés motrices telles que :

Critères d'évaluation	Oui	Non	Commentaires
Une position de départ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Une habileté de réception	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Deux habiletés d'équilibre statique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Un saut avec impulsion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Trois rotations	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Trois différentes habiletés de locomotion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Deux hauteurs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Deux directions	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Une position finale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



## Remarques pour l'enseignant



Voir l'annexe 11 : Enchaînements de gymnastique – Liste de vérification.

Donner la possibilité aux élèves de travailler seul, deux par deux ou en équipes.

Consulter *Gymnastique fondamentale* pour obtenir d'autres descriptions d'activités.

Permettre aux élèves de choisir le type d'enchaînement qu'ils souhaitent exécuter (c.-à-d. gymnique, acrobatique ou rythmique).

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Danse créative : habiletés de base*, Gloucester (Ontario), ACSEPL, 1988. (DREF 792.8 A849d)

BERRA, Monique. *La gymnastique rythmique sportive : la technique, l'entraînement, la compétition*, Toulouse, Éditions Milan, 1995. (DREF 796.44 B533g)

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

