



Commission scolaire
des Hautes-Rivières

Polyvalente Chanoine-Armand-Racicot

ANNÉE 2018-2019



PROGRAMME D'ÉTUDE – PROGRAMME D'ÉDUCATION INTERMÉDIAIRE DE L'IB

Nom des enseignants : Francis Bélanger et Johanne Gervais

Groupe de matières : Éducation physique et à la santé

	Titre de l'unité	Concept clé	Concept(s) connexe(s)	Contexte mondial	Énoncé de recherche	Objectifs spécifiques (critères évalués et les aspects sélectionnés)	Compétences spécifiques aux approches de l'apprentissage	Contenu (MEES et Progression des apprentissages)
1 ^{re} étape	Acrogym	Relations	Choix Équilibre	Expression personnelle et culturelle Piste : Le talent artistique, la création	En relation avec ses coéquipiers, l'élève effectue des choix de mouvements et de figures statiques ou dynamiques en équilibre en utilisant ses expressions personnelles pour créer un enchaînement de mouvement. Chaque équipe d'élèves doit	A – B – C – D (tous les aspects de tous les critères)	Catégorie : Autogestion Groupe : Gestion efficace du temps et des tâches. Attente : Se fixer des buts stimulants et réalistes. Activité : Les élèves inscrivent à chaque cours les mouvements qu'ils ont trouvés pour planifier leur performance. L'enseignant s'assure	<ul style="list-style-type: none">Les élèves reçoivent les informations théoriques pertinentes (sécurité, transition entre figures, etc.) concernant cette forme d'activité.

					créer une performance basée sur le degré de complexité du mouvement et sur la participation de tous les membres de l'équipe qu'elle devra présenter à la classe.		que les élèves prennent des notes à chacune des périodes.	<ul style="list-style-type: none"> Ils reçoivent et pratiquent les mouvements de base. Les élèves exécutent en classe des pyramides et des mouvements choisis par l'enseignant
2^e étape	Musculation	Développement	Perfectionnement Perspective	Innovation scientifique et technique	Pour développer des groupes musculaires, il devra explorer et perfectionner différentes méthodes d'entraînement.	A, B, C et D (tous les aspects de tous les critères)	Catégorie : autogestion Groupe : organisation Sélectionner et utiliser des méthodes et outils de manière efficace et productive	Savoir : Système musculo-squelettique Rôle des muscles stabilisateurs et agonistes (fléchisseurs, extenseurs, rotateurs, abducteurs, adducteurs) Savoir faire : Pratique régulière d'activités physiques Prévention des blessures sportives Savoir être : Persévérance dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif
3^e étape								

2^e année

<p>1^{re} étape</p>	<p>Flagfootball</p>	<p>Relations</p>	<p>Adaptation Perfectionnement Systèmes</p>	<p>Identités et relations Piste d'exploration : les rôles</p>	<p>La relation entre les membres de l'équipe et l'attribution de rôles respectifs est primordiale dans l'adaptation et le perfectionnement de systèmes de jeux offensifs en flagfootball.</p>	<p>A, B, C et D (tous les aspects de tous les critères)</p>	<p>COMPÉTENCES DE DIMENSION SOCIALE : COLLABORATION. Déléguer et partager les responsabilités pour prendre des décisions favorables pour l'équipe. COMPÉTENCES DE PENSÉE : PENSÉE CRÉATIVE. Procéder à des remue-ménages et avoir recours à des schémas visuels (jeux offensifs) pour générer de nouvelles idées et recherches.</p>	<p>INTERAGIR DANS DIVERS CONTEXTES DE PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES : RÈGLES LIÉES AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES : Règles du jeu PRINCIPES DE COMMUNICATION : Émission de messages clairs et adaptés à l'activité (verbaux, sonores, visuels, tactiles, corporels). PRINCIPES DE SYNCHRONISATION : Réception d'un objet (déplacement vers le point de chute de l'objet, rencontre de l'objet projeté). PRINCIPES D'ACTION LORS D'ACTIVITÉS COLLECTIVES : Se déplacer en fonction de l'attaquant, des partenaires et de l'objet.</p>
<p>2^e étape</p>	<p>Séances d'acrogym</p>	<p>Relations</p>	<p>Choix Équilibre</p>	<p>Expression personnelle et culturelle Le talent artistique, la création</p>	<p>En relation avec ses coéquipiers, l'élève effectue des choix de mouvements et de figures statiques ou dynamiques en équilibre en utilisant ses expressions personnelles pour créer un enchaînement de mouvement. Chaque équipe</p>	<p>A, B, C et D (tous les aspects de tous les critères)</p>	<p>Catégorie : Autogestion Groupe : Gestion efficace du temps et des tâches. Attente : Se fixer des buts stimulants et réalistes. Activité : Les élèves inscrivent à chaque cours les mouvements qu'ils ont trouvés pour planifier leur performance.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les élèves reçoivent les informations théoriques pertinentes (sécurité, transition entre figures, etc.) concernant cette forme d'activité. • Ils reçoivent et pratiquent les mouvements de base.

					d'élèves doit créer une performance basée sur le degré de complexité du mouvement et sur la participation de tous les membres de l'équipe qu'elle devra présenter à la classe.		L'enseignant s'assure que les élèves prennent des notes à chacune des périodes.	<ul style="list-style-type: none"> Les élèves exécutent en classe des pyramides et des mouvements choisis par l'enseignant.
	Natation	Communication	Mouvement Espace Environnement	Identités et relations	L'utilisation de matériel adéquat et la bonne gestion des membres de l'équipe peuvent augmenter les chances de réussite en lien avec le transport d'objet lourd sur l'eau.	A, B, C et D (tous les aspects de tous les critères)	<p>CATÉGORIE : Communication</p> <p>GRUPE : Communication</p> <p>ATTENTE : Faire des déductions et tirer des conclusions.</p> <p>ACTIVITÉ : Trouver la meilleure stratégie en équipe en essayant différentes techniques pendant les cours.</p>	<p>SAVOIRS :</p> <p>PERCEPTIONS KINESTHÉSIQUE :</p> <p>Vitesse des mouvements et des déplacements.</p> <p>SAVOIR-FAIRE :</p> <p>PRINCIPE DE COMMUNICATION :</p> <p>Émission de messages clairs et adaptés à l'activité.</p> <p>SAVOIR-ÊTRE :</p> <p>ESPRIT-SPORTIF :</p> <p>Respect des autres par ses paroles, ses gestes et ses mimiques.</p>

3^e année

1 ^{re} étape	Programme d'entraînement aux tests physiques	Développement	Choix adaptation	Identités et relation	L'élève devra se développer physiquement à travers ses choix d'exercices. L'élève devra apprendre à gérer son temps et autres activités de sa vie d'étudiante. L'élève aura pour but d'améliorer les tests physiques du début de l'année	A : tous les aspects B : tous les aspects C : aspect i et iii D : tous les aspects	Recherche : <u>compétences en matière de culture des médias</u> (trouver et concevoir un plan d'entraînement pour améliorer ses tests physiques. Autogestion: <u>compétences affectives</u> : identifier ses points forts et les faiblesses de son plan et motivation personnelle	Formation en salle de musculation et présentation certain travaux. Les tests seront évalués une deuxième fois selon les mêmes critères pour être comparable à la première prises de résultats
2 ^e étape	Volleyball	Communication	Mouvements Espace	Identités et relations	La prise de décision facilite l'utilisation d'un système commun dans lequel chacun connaît son rôle pour réussir des actions de jeux efficaces.	Critère A : connaissance et compréhension i. Indiquer des connaissances factuelles, conceptuelles relatives au volleyball ii. Identifier des connaissances et résoudre des problèmes familiers critère B : expliquer l'efficacité d'un plan en fonction du résultat Critère C : Application et exécution i. de démontrer et d'appliquer un éventail de compétences et de techniques ; ii. de démontrer et d'appliquer un éventail de stratégies et de	Communication, dimension sociale et Pensée (pensée critique).	SAVOIRS : PERCEPTIONS KINESTHÉSIQUE : Anticipation des phases de jeux et réactions à celles-ci SAVOIR-FAIRE : PRINCIPE DE COMMUNICATION : Émission de messages clairs et adaptés à l'activité. SAVOIR-ÊTRE : ESPRIT-SPORTIF : Respect des autres par ses paroles, ses gestes et ses mimiques

4^e année

<p>1^{re} étape</p>	<p align="center">Acrogym et enchainement individuel</p>	<p>Relations</p>	<p>Choix, énergie équilibre</p>	<p>Expression personnelle et culturelle La création</p>	<p>L'élève devra créer une présentation individuelle avec des choix de mouvements énergétiques et d'ordre esthétique en utilisant l'expression personnelle, ses connaissances et compétences antérieures.</p>	<p>Critère A : i. décrire ses connaissances factuelles et conceptuelles relatives pour réaliser la tâche. Critères B : i. d'élaborer le plan visant à présenter le mieux tes compétences en utilisant des mouvements complexes ii. d'analyser et d'évaluer l'efficacité d'un plan Critère C : i. de démontrer et d'appliquer un éventail de compétences et de techniques de manière efficace ; ii. de démontrer et d'appliquer un éventail de stratégies et de concepts de mouvements ; iii. d'analyser et d'appliquer des informations pour exécuter leur activité de manière efficace. Critère D : iii. d'analyser et d'évaluer leur performance.</p>	<p>Catégorie : Autogestion Groupe : Gestion efficace du temps et des tâches. Attente: Mettre au point des plans pour se préparer aux évaluations sommatives (examens et réalisations). Activité : L'élève peut pratiquer son enchainement à chaque cours. Les mouvements qu'il a trouvés pour planifier sa présentation. Il serait préférable de le faire également à la maison.</p>	<p>Les élèves reçoivent les informations en visionnant des vidéos des années antérieures</p>

2^e étape	flagfootball	Relations	Adaptation Perfectionnement Systèmes	Identités et relations Piste d'exploration : les rôles	La relation entre les membres de l'équipe et l'attribution de rôles respectifs est primordiale dans l'adaptation et le perfectionnement de systèmes de jeux offensifs et défensif (zone et man to man) en flagfootball.	A, B, C et D (tous les aspects de tous les critères)	COMPÉTENCES DE DIMENSION SOCIALE : COLLABORATION. Déléguer et partager les responsabilités pour prendre des décisions favorables pour l'équipe. COMPÉTENCES DE PENSÉE : PENSÉE CRÉATIVE. Procéder à des remue-méninges et avoir recours à des schémas visuels (jeux offensifs) pour générer de nouvelles idées et recherches.	INTERAGIR DANS DIVERS CONTEXTES DE PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES : RÈGLES LIÉES AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES : Règles du jeu PRINCIPES DE COMMUNICATION : Émission de messages clairs et adaptés à l'activité (verbaux, sonores, visuels, tactiles, corporels). PRINCIPES DE SYNCHRONISATION : Réception d'un objet (déplacement vers le point de chute de l'objet, rencontre de l'objet projeté). PRINCIPES D'ACTION LORS D'ACTIVITÉS COLLECTIVES : Se déplacer en fonction de l'attaquant, des partenaires et de l'objet.
3^e étape								

5^e année

<p>1^{re} étape</p>	<p>Séance d'aérobic</p>	<p>Relations</p>	<p>Choix, énergie équilibre</p>	<p>Expression personnelle et culturelle La création</p>	<p>L'élève devra créer une présentation individuelle avec des choix de mouvements énergétiques ou stimulants d'ordre personnelle, utiliser ses connaissances et compétences antérieures pour atteindre un objectif visé</p>	<p>Critère A :</p> <ul style="list-style-type: none"> i. décrire ses connaissances factuelles et conceptuelles relatives pour réaliser la tâche. ii appliquer des connaissances relatives à l'éducation physique iii appliquer la terminologie spécifique et transmettre leur compréhension <p>Critères B :</p> <ul style="list-style-type: none"> i. d'élaborer le plan visant à présenter le mieux tes compétences en utilisant des mouvements complexes ii. d'analyser et d'évaluer l'efficacité d'un plan <p>Critère C :</p> <ul style="list-style-type: none"> i. de démontrer et d'appliquer un éventail de compétences et de techniques de manière efficace ; ii. de démontrer et d'appliquer un éventail de stratégies et de concepts de mouvements ; iii. d'analyser et d'appliquer des informations pour exécuter leur activité de manière efficace. <p>Critère D :</p>	<p>Catégorie : Autogestion</p> <p>Groupe : Gestion efficace du temps et des tâches.</p> <p>Attente: Mettre au point des plans pour se préparer aux évaluations sommatives (examens et réalisations).I</p> <p>Activité : L'élève peut pratiquer son enchainement à chaque cours. Les mouvements qu'il a trouvés pour planifier sa présentation. Il serait préférable de le faire également à la maison.</p>	<p>Les élèves reçoivent les informations en visionnant des vidéos et participant a des exemples de seance</p>
------------------------------------	--------------------------------	------------------	---------------------------------	---	---	---	--	---

