

Plan de cours 2024-2025



*Profil Sports*

*Secondaire 3*

*Kevin Bélanger*

**TEMPS D’ENSEIGNEMENT**

*(4 périodes/cycle)*

**MATÉRIEL DE BASE**

* *Costume d’éducation physique*
* *Espadrilles*
* *Vêtements appropriés pour les sorties extérieures*
* *Serviette, savon, shampoing et anti-sudorifique*

**COMPÉTENCES**

|  |  |
| --- | --- |
| **Compétence 1** | **Agir** |
| **Compétence 2** | **Interagir** |
| **Compétence 3** | **Adopter un mode de vie sain et actif** |

**MÉTHODOLOGIE**

* *Cours pratiques en gymnase*
* *Utilisation des plateaux extérieurs*
* *Documents audio-visuels*

**OBJECTIFS GLOBAUX**

* *Participation active au cours*
* *Implication positive*
* *Examen théorique*
* *Rencontrer les exigences*

**SPORTS VUS DANS L’ANNÉE**

* *Aréna (patin, hockey)*
* *Raquette*
* *Boxe*
* *Judo*
* *Cross-Fit*
* *Soccer*
* *DBL*
* *Pili-Polo*
* *Autres*

**ÉVALUATION**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Compétences** | **Pondération** |
| **Étape 1** | 1-2-3 | 20% |
| **Étape 2** | 1-2-3 | 20% |
| **Étape 3** | 1-2-3 | 60% |