



Plan de cours 2026-2027

Éducation physique et à la santé

Secondaire 1 Sport

Joanie Couture

TEMPS D'ENSEIGNEMENT

2 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 dans divers contextes de pratique d'activités physiques
Compétence 2	Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
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

- Ultimate Frisbee
- DBL
- Progression de ballon chasseur
- Piscine
- Entraînement
- Ringuette
- Soccer
- Sports extérieurs
- Kin-ball
- Spikeball
- Balle au rebond
- Intercrosse
- Flagfootball
- Pickleball

ÉVALUATION

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

