****

**Guide de l’enseignante ou enseignant[[1]](#footnote-1)**

|  |
| --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE ET D’ÉVALUATION** |

|  |
| --- |
| **Éducation physique et à la santé**  **5e année du primaire**  **Compétence : Agir dans divers contextes de pratique d’activités physiques**  **Titre de la SAÉ : Athlétisme** |

**Auteur (s) :** \*Ce travail a été réalisé par des étudiants de 2e année dans le cadre des cours «Planification des interventions en ÉPS» et «Évaluation des apprentissages en ÉPS. Il est donc fort tout-à-fait normal que certaines informations soient à corriger. Certains commentaires ont volontairement été gardés pour que vous puissiez comprendre les exigences fixées.

**SITUATION D’APPRENTISSAGE ET D’ÉVALUATION**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Discipline :** Éducation physique et à la santé | **Titre :** Athlétisme | **Nombre de séances :** 8 séances |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Compétence disciplinaire :** **Agir dans divers contextes de pratique d’activités physiques** | | **Repères culturels :** Les athlètes québécois. |
| **Intention pédagogique :**  Au cours de cette SAÉ, l’élève devra expérimenter différentes actions de locomotion et de manipulation liées à l’athlétisme. L’élève devra classer ces actions selon une charte : facile (+), quelques difficultés (+-) et beaucoup de difficulté (-). Ensuite, l’élève devra faire des choix parmi les actions proposées, en tenant compte de ses forces et de ses faiblesses et en tenant compte des contraintes, et ce, tout en justifiant ses choix. Il aura à pratiquer les actions en appliquant différentes techniques enseignées, afin de s’améliorer en vue de la prestation finale (selon son plan d’action). Durant la prestation finale, l’élève devra exécuter les quatre disciplines de l’athlétisme qu’il aura choisi lors de la tâche complexe liée à la planification, selon les contraintes et ses forces et ses faiblesses. Il devra aussi agir de façon éthique et adopter un comportement sécuritaire, et ce, tout au long de la SAÉ. Finalement, il aura à évaluer sa démarche et sa prestation finale, à l’aide d’une auto-évaluation. Dans celle-ci il devra analyser s’il a bien classé les actions selon ses forces et faiblesses, s’il a appliqué les techniques enseignées, s’il a fait les bons choix, etc. Finalement, il devra évaluer sa prestation finale, dans cette même analyse. | | |
| **Critères d’évaluation1** | **Éléments observables** | |
| Cohérence de la planification | * Sélectionne des actions motrices et d’enchainements en fonction de ses capacités personnelles. * Élabore son plan en Respectant les contraintes de l’activité | |
| Efficacité de l’exécution | * Exécute ses actions motrices de manière fluide * Exécute la technique apprise * Exécute le plan élaboré * Applique les règles de sécurité * Manifeste un comportement éthique | |
| Pertinence du retour réflexif | * Évalue sa démarche * Évalue les résultats * Évalue sa démarche avec justesse | |

|  |
| --- |
| **LES COMPÉTENces transversales :** Au choix de l’enseignant, de l’équipe-cycle ou de l’équipe-école selon les normes et les modalités d’évaluation adoptées.  **1.** Compétences d’ordre intellectuel : Exercer son jugement critique  **2.** Compétence d’ordre méthodologique : Se donner des méthodes de travail efficaces. |

|  |
| --- |
| **Évaluation** |
| L’utilisation par l’enseignant de l’outil d’évaluation repose sur ses observations et sur les traces consignées dans les outils suivants :   * Cahier de l’élève (incluant l’autoévaluation). * Grille d’observation |

|  |
| --- |
| **Résumé des tâches de l’élève (Production attendue)**  Au cours de cette SAÉ, tu devras expérimenter différentes actions de locomotion (course de haies, saut en longueur, saut en hauteur, course d’endurance et le sprint) et de manipulation (lancer du javelot et lancer du poids). Par la suite, tu devras classer les différents moyens d’action (dans ton cahier de l’élève) selon une charte : facile (+), quelques difficultés (+-) et beaucoup de difficultés (-). Ensuite, tu devras faire des choix parmi les actions proposés, en tenant compte de tes forces et de tes faiblesses et en tenant compte des restrictions, et ce, tout en justifiant tes choix (dans ton cahier de l’élève). Tu auras à pratiquer les actions en appliquant les différentes techniques enseignées, afin de t’améliorer en vue de ta prestation finale (selon ton plan d’action). Lors de ta prestation finale, tu devras exécuter les quatre disciplines de l’athlétisme que tu auras choisi, et ce, avec fluidité et avec les techniques apprises durant la SAÉ. Tu devras aussi agir de façon éthique, c’est-à-dire être respectueux envers le matériel et envers tes collègues, adopter un comportement sécuritaire. Finalement, tu auras à évaluer ta démarche et ta prestation finale, à l’aide d’une auto-évaluation. Dans cette analyse tu devras analyser si tu as bien classé les actions selon tes forces, si tu as appliqué les techniques enseignés, si tu as fait les bons choix. Finalement, tu devras évaluer ta prestation finale, dans cette analyse. |
| **Contraintes de la tâche complexe**  (nombre d’actions, temps, espace, niveau, direction, nombre de savoirs à mobiliser, nombre de séances pour réaliser les différentes tâches, etc.) :   1. *Tâche complexe liée à la planification :* L’élève devra faire ses choix en tenant compte de ces contraintes :  * Choisir au total 4 disciplines (moyens d’action). * Choisir au moins une action de manipulation (sur 2). * Sélectionner un maximum de 2 actions qu’il réussit facilement et aux minimum 2 actions où il éprouve quelques difficultés. Il est déconseillé à l’élève de choisir une action où il éprouve beaucoup de difficultés, faute de temps pour s’améliorer.  1. *Tâche complexe liée à l’exécution :*  * Exécuter les actions de sa prestation, selon les techniques apprisses. * Exécuter sa prestation selon ses choix.  1. *Tâche complexe liée à l’évaluation :* Une auto-évaluation sera faite dans le carnet de l’élève, à la fin de la SAÉ, elle portera sur la prestation, mais aussi sur la progression et les améliorations effectuées tout au long de la SAÉ. L’auto-évaluation s’effectue seule. . |

Critères associés aux Cadres d’évaluation conçus à partir de ceux du Programme de formation de l’école québécoise.

|  |
| --- |
| **OBJECTIFS D’APPRENTISSAGE (pour chacune des séances de la SAÉ)**  **Séance 1 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable de nommer différentes actions en athlétisme, en plus d’avoir une bonne idée des différentes disciplines de l’athlétisme. Il aura aussi une idée générale de ses forces et ses faiblesses, il pourra donc commencer à classer les actions.  **Séance 2 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable d’exécuter les différents moyens d’action de locomotion (course de haies, le saut en hauteur, le saut en longueur et la course d’endurance), avec la technique appropriée. Il saura aussi les actions pour lesquelles il a plus de difficultés et celles pour lesquelles il a de la facilité. De plus, l’élève devrait avoir une bonne idée des actions de locomotion qu’il aimerait exécuter pour la prestation finale.  **Séance 3 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable d’exécuter les différents moyens d‘action de manipulation (lancer du javelot et lancer du poids) avec la technique appropriée, en plus de l’action de locomotion, c’est-à-dire le sprint. Il saura aussi les actions pour lesquelles il a plus de difficultés et celles pour lesquelles il a de la facilité. De plus, l’élève devrait avoir une bonne idée des actions de manipulation qu’il aimerait exécuter pour la prestation finale.  **Séance 4 :** À la fin de la séance, l’élève aura fait des choix (avec le cahier de l’élève), par rapport à ses forces et ses faiblesses et des contraintes de l’enseignant.  **Séance 5 :** À la fin de la séance, l’élève devrait avoir fait des améliorations par rapport à ses choix.  .  **Séance 6 :** À la fin de la séance, l’élève devrait être prêt ou presque prêt à exécuter les actions choisies pour sa prestation finale.  **Séance 7 :** À la fin de la séance, l’élève devrait maitriser les actions qu’il a choisies pour sa prestation.  **Séance 8 :** À la fin de la séance, l’élève devrait maitriser les actions qu’il a choisies pour sa prestation. |

RÉPARTITION DES APPRENTISSAGES DANS CHACUNE DES SÉANCES

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Apprentissages  Les savoirs essentiels au primaire doivent être tirés de la progression des apprentissages en ÉPS et démontrés une cohérence avec l’intention pédagogique, la production attendue et les contraintes.  Ce que je veux que mes élèves apprennent (connaissances, savoir-faire moteur, stratégies, savoir-être, pratique sécuritaire). Bref, tous les savoirs que vous allez intégrer pendant la SAÉ. | | Séances de la SAÉ | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | 2 | | | 3 | | 4 | | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Connaissances** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **B. les concepts d’espace et de temps** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1.** Déterminer l’espace disponible (ex : espace restreint, surface d’action) |  | | | | x1 | | | x1 | |  |  | |  |  |  |
| **3.** Identifier des points de repère (ex : à l’intérieur d’un cerceau, à l’extérieur du tapis, par rapport au cône, sur la ligne jaune) |  | | | | x1 | | |  | |  |  | |  |  |  |
| **5.** Estimer les distances (ex : près, loin, à cinq pas de) |  | | | | x1 | | | x1 | |  |  | |  |  |  |
| **7.** Reconnaître la vitesse (ex : lent, rapide) |  | | | | x1 | | | x1 | |  |  | |  |  |  |
| **G.** Le vocabulaire lié au matériel utilisé. |  | |  | | | | |  | |  |  | |  |  |  |
| **1.** Nommer les objets (ex : ballon lesté, volant). |  | | | |  | | |  | |  |  | |  | x1 | x1 |
| **Savoir-faire moteur** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **A.** **Les actions de locomotion** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1.** Les déplacements avec ou sans obstacle, **e.** Franchir des obstacles. | |  | | x2 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **4.** Les sauts avec course d’élan, **a**. Exécuter différents sauts avec course d’élan | |  | | x2 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **C. Les actions de manipulation** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **2.** La projection d’objets sans outil, **d**. Lancer ou frapper une variété d’objets utilisés dans des activités spécialisées. | |  | |  | | | x2 | |  | | |  |  |  |  |
| **C. La pratique sécuritaire d’activités physiques** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1**. Expliquer dans ses mots les modalités d’utilisation du matériel en éducation physique (léger et lourd) | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Expliquer l’importance d’utiliser le matériel de façon sécuritaire en fonctions des types d’activités physiques (ex : éviter de se blesser ou de blesser les autres). | |  | |  | | | x3 | |  | | |  |  |  |  |
| **b.** Nommer les règles de sécurité relatives à la disposition du matériel (ex: placer les tapis à distance sécuritaire d’un mur ou à l’aire de travail des autres équipes.) | |  | | x3 | | | x3 | |  | | |  |  |  |  |
| **4.** Reconnaitre les situations potentiellement dangereuses lors d’activités pratiquées seul ou avec d’autres. | | | | | | | | | | | | | | | |
| **a.** Identifier les situations potentiellement dangereuses (ex: lacets détachés, port de bijoux, tapis mal placé, coup de chaleur). | |  | | x3 | | x3 | | | x3 | | | x3 | x3 | x3 | x3 |
| **b.** Identifier les comportements à adopter (ex : attendre son tour, respecter la hauteur maximale permise dans la corde à grimper. | |  | | x3 | | | x3 | | x3 | | | x3 | x3 | x3 | x3 |
| **6.** Reconnaitre les composantes de la pratique de l’activité physique. | | | | | | | | | | | | | | | |
| **b.** Expliquer dans ses mots l’importance de faire un échauffement avant une activité physique (ex : augmenter la température corporelle, préparer ses muscles à une activité plus intense). | | x4 | |  | | |  | |  | | |  |  |  | x4 |
| **c.** Expliquer dans ses mots l’importance de faire un retour au calme après une activité physique (ex : mieux récupérer, faire une transition graduelle vers le repos). | | x4 | |  | | |  | |  | | |  |  |  | x4 |
| **D. La condition physique (ses déterminants)** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1.** La flexibilité | | | | | | | | | | | | | | | |
| **a.** Effectuer des exercices d’étirements musculaires (étirer les muscles des bras, des cuisses) | | x5 | | x5 | | | x5 | | x5 | | | x5 | x5 | x5 | x5 |
| **3.** L’endurance cardiovasculaire | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **a.** Reconnaitre le niveau d’intensité selon le type d’activité physique (ex : marche lente=intensité faible, ski de fond= intensité modérée à élevée). | | x5 | | x5 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **c.** Expliquer dans ses mots l’importance de faire des activités cardiovasculaires (ex : le cœur est un muscle et il est bon de l’entrainer, essoufflement diminué). | | x5 | |  | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **d.** Prendre et calculer sa fréquence cardiaque au poignet (artère radiale) ou au cou (carotide). | | x5 | | x5 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **E. Hygiène corporelle associée à la pratique d’activités physiques** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **2.** Expliquer dans ses mots l’importance de laver ses vêtements après une activité physique. | |  | | x5 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **3.** Expliquer dans ses mots l’importance de se laver après une séance d’activité physique. | |  | | x5 | | |  | |  | | |  |  |  |  |
| **Savoir-être** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **A.** **Les éléments liés à l’éthique** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **3.** Respecter les pairs | | | | | | | | | | | | | | | |
| **a.** Utiliser un langage qui témoigne du respect envers [les pairs de la classe] | | x6 | | x6 | | | x6 | | x6 | | | x6 | x6 | x6 | x6 |
| **g.** Aider [les pairs de la classe] en difficultés | | x6 | | x6 | | | x6 | | x6 | | | x6 | x6 | x6 | x6 |
| **8.** Valoriser le dépassement de soi | | x6 | | x6 | | | x6 | | x6 | | | x6 | x6 | x6 | x6 |
| **11.** Faire preuve d’honnêteté dans son comportement | | x6 | | x6 | | | x6 | | x6 | | | x6 | x6 | x6 | x6 |
| **12.** Faire preuve de dignité et de maitrise de soi. | | x6 | | x6 | | | x6 | | x6 | | | x6 | x6 | x6 | x6 |

|  |
| --- |
| PRÉPARATION |

|  |
| --- |
| **Durée**: 3 séances. |

|  |
| --- |
| **Matériel :** Musique, 1 chronomètre, 40 cônes, carnet de l’élève x nb d’élèves, carton de la production attendue, 4 petits matelas, 1 barre horizontale, 5 poids lourds, 5 haies, 5 javelots, 1 règle, musique. |
| **SÉANCE 1**  **Séance 1 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable de nommer différentes actions en athlétisme, en plus d’avoir une bonne idée des différentes disciplines de l’athlétisme. Il aura aussi une idée générale de ses forces et ses faiblesses, il pourra donc commencer à classer les actions.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  *Description :* Puisqu’il s’agit de la première SAÉ de l’année scolaire, l’enseignant pose des questions plus générales.   * Qu’est-ce que la compétence agir ? * Avez-vous déjà pratiqué des disciplines de l’athlétisme ? * Nommez-moi des disciplines d’athlétisme que vous avez vu les années précédentes. * Connaissez-vous d’autres disciplines de l’athlétisme mis à part celles que vous avez vues à l’école ? * Connaissez-vous des athlètes québécois et des athlètes qui font des sports d’athlétisme ?   - *Matériel :* aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).   * Distribution et explication du carnet de l’élève. (nécessaire pour la tâche d’entrainement systématique et la tâche initiale à des fins diagnostique. * Explication de l’échauffement et du test 1 * Questionnement sur la raison de faire un échauffement (C.6.a et b.), il y aura le même questionnement à la séance 8, afin de voir si les élèves ont intégré cette notion. [[2]](#footnote-2)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.    **Tâche 2 : Échauffement** (3 minutes)  - *Description*: Il s’agira tout simplement de faire 3 tours de gymnase, afin de se préparer au test 1.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves courent tous ensemble (en même temps).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 3 : Tâche initiale à des fins diagnostique : test 1** (10 minutes)  - *Description*: Il s’agira d’une course d’endurance. Cela permettra de premièrement de faire l’échauffement et deuxièmement de de faire découvrir la discipline de la course d’endurance.  - *Matériel :* Musique, chronomètre, cônes, carnet de l’élève x nb d’élèves.  - *Organisation :* Les élèves courent tous en même temps, à l’entour du gymnase (à l’extérieur des cônes). L’enseignant a préalablement calculé le nombre de tours nécessaire pour faire 800 m. L’enseignant dit le résultat des temps à chaque élève a la fin pour que celui-ci puisse l’inscrire dans son carnet de l’élève.   * Il y a prise de la fréquence cardiaque (D.3.d), les élèves doivent reconnaitre le niveau d’intensité qu’il on fait durant le test 1 (D.3.a) et l’enseignant les questionnera à savoir l’importance de faire des activités cardiovasculaires comme ils viennent de faire, et ce fréquemment (D.3.d.) + reconnaître la vitesse (B.7).   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Vérifier les apprentissages que les élèves possèdent (apprentissages vus dans les SAÉ antérieures) et guider l’enseignant dans le choix des apprentissages de la SAÉ (selon le niveau d’habileté, par exemple).  **Tâche 4 : Tâche initiale à des fins diagnostiques** (18 minutes/3 minutes par station)  *- Description :* Il y a 6 stations, soit une station pour chaque discipline (saut en longueur, saut en hauteur, course de haies, lancer du javelot, lancer du poids et le sprint). Les élèves doivent inscrire leur résultat pour chaque discipline dans leur cahier de l’élève. Lors de cette tâche, l’enseignant prend des notes, afin de déceler les forces et les faiblesses des élèves.  *- Matériel :* Musique, 1 chronomètre, 40 cônes, carnet de l’élève x nb d’élèves, carton de la production attendue, 4 petits matelas, 1 barre horizontale, 5 poids lourds, 5 haies, 5 javelots, 1 règle, musique.  *- Organisation :* Les élèves seront divisés en 6 équipes, soit environ 4-5 élèves par station. Ceux-ci seront en plus placés en pairage (ou 3 si la classe est impair), afin qu’un des deux élèves note les résultats de son partenaire, calcule le temps, etc.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Vérifier les apprentissages que les élèves possèdent (apprentissages vus dans les SAÉ antérieures) et guider l’enseignant dans le choix des apprentissages de la SAÉ (selon le niveau d’habileté, par exemple).  **Tâche 5 : Explication de la production attendue** (5 minutes)  *- Description :* L’enseignant explique aux élèves ce qu’il sera attendu d’eux lors de cette SAÉ.  *- Matériel :* Carton (où il est inscrit la production attendue)  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :*  Compréhension des éléments observables .  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 6 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  *- Description :* L’enseignant questionne les élèves sur les découvertes qu’ils ont réalisées au cours de la séance.   * Nommez-moi les disciplines que vous avez faites aujourd’hui. * Y a-t-il des disciplines que vous n’aviez jamais pratiquées auparavant ? * Y a-t-il des disciplines que vous préférez et d’autres que vous aimez moins, et pourquoi ?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 7 : Retour au calme** (5 minutes)  *- Description :* L’enseignant dirige la séance d’étirements.  *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.) * Questionner les élèves à savoir l’importance d’effectuer un retour au calme après une activité physique. (C,6.c). La même question leur sera posée à la séance 8, afin de voir s’ils ont intégré cet apprentissage.  |  | | --- | | **Matériel :** 15 chronomètres (1 pour 2 élèves), musique, carton de la production attendue, 15 haies, 2 gros matelas, 8 petits matelas, 2 barres horizontales, 30 cônes. |   **Séance 2- Préparation**  **Séance 2 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable d’exécuter les différents moyens d’action de locomotion (course de haies, le saut en hauteur, le saut en longueur et la course d’endurance), avec la technique appropriée. Il saura aussi les actions pour lesquelles il a plus de difficultés et celles pour lesquelles il a de la facilité. De plus, l’élève devrait avoir une bonne idée des actions de locomotion qu’il aimerait exécuter pour la prestation finale.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (3 minutes)  - *Description*: Il s’agira tout simplement de faire 3 tours de gymnase, afin de se préparer au test 1.  - *Matériel :* aucun  - *Organisation :* Les élèves courent tous ensemble (en même temps).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Tâche initiale à des fins diagnostiques** (6 minutes)  - *Description :* Ils devront effectuer la discipline du sprint (50 m).  *- Matériel :* 15chronomètres (1 pour 2 élèves).  *- Organisation :* Les élèves seront divisés en 2 sous-groupes. Ils seront en pairage. Pendant que l’un effectue la course du sprint, l’autre élève chronomètre le temps.   * Il y a prise de la fréquence cardiaque (D.3.d), les élèves doivent reconnaitre le niveau d’intensité qu’ils ont fait durant le test 1 (D.3.a) + reconnaître la vitesse (B.7).   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Vérifier les apprentissages que les élèves possèdent (apprentissages vus dans les SAÉ antérieures) et guider l’enseignant dans le choix des apprentissages de la SAÉ (selon le niveau d’habileté, par exemple).  **Tâche 3 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :* L’enseignant pose des questions, par rapport à ce que les élèves ont fait lors de la dernière séance (SEA 1).   * Pourquoi doit-on s’étirer ? * Pourquoi doit-on s’échauffer ? * Pourquoi doit-on faire un retour au calme ?   *- Matériel :* aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **Tâche 4 : Rappel de la production attendue** (2 minutes)  *Description :* bref rappel de la production attendue.  *- Matériel :* Carton (où il est inscrit la production attendue)  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Rappel des critères d’évaluation et de réalisation et a dévoilés les apprentissages que les élèves devront réalisés durant la SAÉ.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 5: Tâche d’acquisition de savoir : haies** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant explique les techniques pour faire la course aux haies et fait une démonstration (et/ou montre un vidéo).   * Techniques des haies[[3]](#footnote-3) : * Placer la jambe d’attaque en extension vers l’avant. * 4 appuis entre chaque haie (course) * Franchir les haies.   - *Matériel :* 5 haies.  - *Organisation :* Les élèves sont placés près de la station (des haies) pour qu’ils puissent bien voir. Il n’y a donc pas spécifique.   * L’enseignant explique l’importance de la sécurité pour toutes les cours, ils doivent agir de façon sécuritaire, en athlétisme il peut y avoir des éléments dangereux. (C.) + questionnement à savoir comment on dispose le matériel de façon sécuritaire lorsqu’on pratique une activité (C.1.b) + espace disponible (B.1) + estimer les distances (entre les haies : combien de pas je peux faire entre chaque haie) (B.5)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à expliquer et démontrer une notion (technique).  **Tâche 6: Entrainement systématique : haies** (10 minutes)  **-** *Description :* Les élèves doivent pratiquer et mettre en application les techniques montrées par l’enseignant. La hauteur des haies est basse. Les élèves inscrivent dans leur cahier d’élève la hauteur de haies réussie.  - *Matériel :* 15 haies (3 rangées de 5 haies)  - *Organisation :* Le groupe au complet est divisé en 3 sous-groupes, soit environ 8 élèves par sous-groupes.  - *Sécurité :* Les élèves doivent attendre que l’élève devant eux ait terminé de franchir toutes les haies avant de pouvoir y aller.   * **Progression :** L’enseignant ajuste les hauteurs des haies : 1 rangée la hauteur des haies est basse, 1 rangé la hauteur est moyenne et la dernière rangée la hauteur est haute. L’enseignant laisse aux élèves 8-10 minutes afin qu’il essaie les différentes hauteurs, selon leur capacité. * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C, 4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique) par la pratique à répétition de celui-ci.  **Tâche 7: Tâche d’acquisition de savoir : saut en hauteur** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant explique les techniques du saut en hauteur (ciseaux et dorsal) et les techniques pour le saut en longueur et fait une démonstration (et/ou montre un vidéo).   * Techniques du saut dorsal[[4]](#footnote-4):   -faire une course d’élan en ‘’j’’  -prendre impulsion sur le pied extérieur (par rapport à la fosse)  -propulse le genou libre (qui est fléchi) vers le haut lors de l’impulsion  -projeter les bras vers le haut lors de l’impulsion   * Techniques du saut en ciseaux :   -élever la jambe qui est du côté de la barre.  -Élevé l’autre jambe, lorsque la première est passée.  -Se propulser avec la jambe qui se retrouve du côté opposé à la barre.   * L’enseignant montre aux élèves à estimer des distances (B.5). Pour ce faire, il montre aux élèves que du à leur grandeur et à leur enjambée, il est normal que certains élèves partent plus près et d’autres plus loin pour faire leur pas. Les élèves devront faire le calcul de leur distance. + Identifier les points de repère (B.3) : l’enseignant explique qu’ils doivent courir près des cônes (placés en J) pour leur course. + espace disponible (B.1) : la grosseur du matelas pour atterrir.   - *Matériel :* 1 gros matelas, 4 petits matelas, 1 barre horizontale, 8 cônes  - *Organisation :* Les élèves sont placés près pour qu’ils puissent bien voir pour qu’ils puissent bien voir. Il n’y a donc pas spécifique.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à expliquer et démontrer une notion (technique).  **Tâche 8: Entrainement systématique : saut en hauteur** (15 minutes)  **-** *Description :* Les élèves doivent pratiquer et mettre en application les techniques montrées par l’enseignant. Les élèves inscrivent dans leur cahier d’élève le saut préféré et la hauteur obtenue pour les deux sauts.  - *Matériel :* 2 gros matelas, 8 petits matelas, 2 barres horizontales, 16 cônes.  *- Organisation :* Il y a deux stations.Les élèves sont divisés en deux sous-groupes. Ils doivent pendant 5 minutes pratiquer uniquement le saut en ciseaux, puis pendant une autre 5 minutes le saut dorsal. Pour les 5 minutes restant les élèves sont libres de prendre la méthode qui leur semble plus efficace.   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C, 4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique) par la pratique à répétition de celui-ci.  **Tâche 9: Tâche d’acquisition de savoir : saut en longueur** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant explique les techniques pour faire le saut en longueur et fait une démonstration (et/ou montre un vidéo).   * Technique saut en longueur [[5]](#footnote-5):   - Exécuter une course d’élan en accélération (entre 8 et 12 foulées)  - Exécuter l’impulsion à un pied  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 4 cônes.  - *Organisation :* Les élèves sont placés près de la station pour qu’ils puissent bien voir. Il n’y a donc pas d’organisation spécifique.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à expliquer et démontrer une notion (technique).  **Tâche 10: Entrainement systématique : saut en longueur** (10 minutes)  **-** *Description :* Les élèves doivent pratiquer et mettre en application les techniques montrées par l’enseignant. Les élèves inscrivent dans leur cahier d’élève la longueur des sauts obtenue.  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 8 cônes.  *- Organisation :* Il y a deux stations.Les élèves sont divisés en deux sous-groupes.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique) par la pratique à répétition de celui-ci.  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 11 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant pose des questions sur les apprentissages faits durant la séance.   * Nommez-moi des points techniques du saut en longueur que l’on a vu aujourd’hui. * Nommez-moi des points techniques du saut en hauteur que l’on a vu aujourd’hui. * Y a-t-il une technique au saut en hauteur que vous préférez, que vous trouvez plus facile ou que vous trouvez plus efficace ? Et pourquoi?   - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 12 : Retour au calme (5 minutes)**  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.) * Pendant que les élèves font leurs étirements, l’enseignant profite de ce temps pour questionner les élèves à savoir pourquoi c’est importance de l’hygiène corporelle (E.1 et 2 : laver son linge et se laver avec un exercice physique).   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun   |  | | --- | | **Matériel :** 25 balles lourdes, 25 javelots, ballon de basketball, corde à sauter, carnets d’élèves x nb d’élèves. |   **Séance 3- Préparation**  **Séance 3 :** À la fin de la séance, l’élève sera capable d’exécuter les différents moyens d‘action de manipulation (lancer du javelot et lancer du poids) avec la technique appropriée, en plus de l’action de locomotion, c’est-à-dire le sprint. Il saura aussi les actions pour lesquelles il a plus de difficultés et celles pour lesquelles il a de la facilité. De plus, l’élève devrait avoir une bonne idée des actions de manipulation qu’il aimerait exécuter pour la prestation finale.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Nommez-moi des points techniques du saut en longueur, que l’on a vu lors de la dernière séance. * Quels sont les deux types de saut en hauteur que l’on a vu au dernier cours ? * Nommez-moi des points techniques du saut en hauteur, que l’on a vu lors de la dernière séance. * L’enseignant demande aux élèves pourquoi c’est important d’utiliser le matériel de façon sécuritaire. Et quelles sont les règles de sécurité relatives à la disposition du matériel (C,1.,a, et b)   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 3: Tâche d’acquisition de savoir** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant explique les techniques du lancer du poids et fait une démonstration (et/ou montre un vidéo).   * Technique du lancer du poids [[6]](#footnote-6):   - Effectuer un transfert de poids lors de l’exécution  - Placer le poids au cou : pousser et non lancer le poids  - Projeter le poids vers le haut et l’avant (45º)  - Placement des pieds lors du lancer (les pieds à 45° et talon du pied arrière aligné avec les orteils du pied avant.  *- Matériel :* 1 balle lourde  *- Organisation* : Les élèves sont placés près pour qu’ils puissent bien voir pour qu’ils puissent bien voir. Il n’y a donc pas d’organisation spécifique.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à expliquer et démontrer une notion (technique).  **Tâche 4: Entrainement systématique** (15 minutes)  **-** *Description :* Les élèves doivent pratiquer et mettre en application les techniques montrées par l’enseignant. . Les élèves inscrivent dans leur cahier d’élève a quelle distance ils ont réussi à projeter le poids.  *- Matériel :* 25 balles lourdes  *- Organisation :* Tous les élèves font l’exercice en même temps. S’il n’y a pas suffisamment de balles, les élèves se mettront en équipe.  *- Sécurité :* Les élèves doivent agir de manière sécuritaire.   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique).  **Tâche 5: Tâche d’acquisition de savoir** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant explique les techniques du lancer du javelot et fait une démonstration (et/ou montre un vidéo).   * Technique du lancer du javelot [[7]](#footnote-7) :   - Prise en travers de la main (javelot à plat dans la main)  - Pointe du javelot près de l’oreille parallèle au sol(avant de lancer)  - Extension du corps du bas vers le haut  - Blocage du talon avant  *- Matériel :* 1 javelot  *- Organisation* : Les élèves sont placés près pour qu’ils puissent bien voir pour qu’ils puissent bien voir. Il n’y a donc pas d’organisation spécifique.   * L’enseignant montre aux élèves à estimer des distances (B.5) et l’espace disponible (B.1). Pour ce faire, il montre aux élèves les pas. * Technique des pas au javelot [[8]](#footnote-8)   -Phase cyclique : course (vers l’avant)  -Phase acyclique : course en pas croisé (3 pas environ)  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à expliquer et démontrer une notion (technique).  **Tâche 6: Entrainement systématique** (15 minutes)  **-** *Description :* Les élèves doivent pratiquer et mettre en application les techniques montrées par l’enseignant. . Les élèves inscrivent dans leur cahier d’élève la distance a lequel ils ont réussi à projeter le javelot.  *- Matériel :* 25 javelots  *- Organisation :* Tous les élèves font l’exercice en même temps. S’il n’y a pas suffisamment de javelots, les élèves se mettront en équipe.  *-Sécurité :* Les élèves doivent agir de manière sécuritaire.   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b).   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique).  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 7 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  *Description :* L’enseignant pose des questions sur les apprentissages faits durant la séance.   * Nommez-moi des points techniques du lancer du poids. * Nommez-moi des points techniques du lancer du javelot.   - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 8 : Retour au calme** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui devront gérer l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| **Durée**: 5 séances |

|  |
| --- |
| ***RÉALISATION***  **Matériel**: Ballons de basketball, cordes à sauter, 10 poids lourds, 10 javelots, 1 barre horizontale, 1 gros matelas, 4 petits matelas, 1 règle à mesurer, musique, 10 haies, 44 cônes, carnets d’élèves x nb d’élèves, 6 chronomètres, carton de la production attendue. |
| **DÉROULEMENT GÉNÉRAL**  Au début de chaque séance :   * Échauffement libre. Selon, e que l’enseignant est sorti comme matériel.   Durant chaque séance :   * Voir les SEA, car diffère pour plusieurs SEA.   À la fin de chaque séance :   * Retour au calme dirigé par 2 élèves.   **Séance 4**  **Séance 4 :** À la fin de la séance, l’élève aura fait des choix (avec le cahier de l’élève), par rapport à ses forces et ses faiblesses et des contraintes de l’enseignant.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* Panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Nommez-moi des points techniques du lancer du poids, que nous avons vu lors du dernier cours. * Nommez-moi des points techniques du lancer du javelot, que nous avons vu lors du dernier cours. * Quels moyens d’action de tous ceux que l’on a faits depuis le début, vous préférer et pourquoi ? * Quels moyens d’action de tous ceux que l’on a faits depuis le début, vous aimez moins et pourquoi? * Comment peut-on choisir les moyens d’action que nous allons prendre pour la prestation?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation* : Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **Tâche 3 : Rappel de la production attendue** (2 minutes)  *- Description* : L’enseignant fait un rappel de la production attendue, car juste après ils devront faire des choix, ils doivent ainsi savoir et se remémorer ce qu’on attend d’eux, afin de pouvoir faire des choix justes.  - *Matériel :* Carton (où il est inscrit la production attendue)  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Rappel des critères d’évaluation et de réalisation et a dévoilés les apprentissages que les élèves devront réalisés durant la SAÉ.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 4: Tâche complexe liée à la planification.** (7 minutes)  ***-*** *Description :* Maintenant que les élèves connaissent les différentes techniques, connaissent les différents moyens d’action, etc., c’est le temps pour eux de faire des choix, c’est-à-dire choisir les moyens d’action qu’ils veulent prendre pour la prestation, en fonction de leurs forces et faiblesses et des contraintes . Les élèves doivent faire le choisir au total 4 disciplines (moyens d’action), choisir au moins une action de manipulation (sur 2), sélectionner un maximum de 2 actions qu’il réussit facilement et aux minimum 2 actions où il éprouve quelques difficultés. Il est déconseillé à l’élève de choisir une action où il éprouve beaucoup de difficultés, faute de temps pour s’améliorer. Pour ce faire, l’enseignant laisse du temps aux élèves afin qu’ils analysent leurs notes prises durant les tâches d’entrainement systématique (forces, faiblesses, etc).  *- Matériel :* Carnets de l’élève x nb d’élèves.  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* éléments observables de la cohérence de la planification.  **Tâche 5: Entrainement systématique** (28 minutes)  ***-*** *Description :* Maintenant que les élèves ont fait leur choix, c’est le temps pour eux de pratiquer leur technique en vue de la prestation finale.  *- Matériel :* 1 règle à mesurer, 44 cônes, 10 poids (balles lourdes), 1 barre horizontale, 1 gros matelas (épais), 4 petits matelas (minces), Radio, CD de musique, 10 haies, 10 javelots, 6 chronomètres.  *- Organisation :* Les élèves sont libres de faire les ateliers qu’ils ont choisis Ils peuvent se déplacer comme ils le désirent dans le gymnase.   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C, 4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique).  **Tâche 6: Tâche complexe liée à la planification.** (5 minutes)  ***-*** *Description :* L’enseignant dit aux élèves qu’il est possible et normal que ceux-ci doivent faire des modifications par rapport à leurs choix, et que c’est le temps pour le faire.  *- Matériel :* Cahier de l’élève x nb d’élèves.  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Mobilisation de la composante et des savoirs acquis.  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 7 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  ***-*** *Description :* L’enseignant pose des questions sur le déroulement de leur tâche d’entrainement systématique.   * Est-ce qu’il y a eu des changements dans vos préférences de moyens d’action (si on compare a au début du cours) Si oui, pourquoi? * Est-ce que vous avez changé vos choix de moyens d’action au cours de la séance ? * Avez-vous réussi à établir votre plan final ?   - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 8 : Retour au calme (5 minutes)**  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune   |  | | --- | | **Matériel :** Ballons de basketball, cordes à sauter, 10 poids lourds, 10 javelots, 1 barre horizontale, 1 gros matelas, 4 petits matelas, 1 règle à mesurer, musique, 10 haies, 44 cônes, carnets d’élèves x nb d’élèves, 6 chronomètres, carton de la production attendue. |   **Séance 5**  **Séance 5 :** À la fin de la séance, l’élève devrait avoir fait des améliorations par rapport à ses choix.  .  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description*: L’enseignant questionne les élèves sur le dernier cours.   * Selon vous, avez-vous fait de bons choix de moyens d’action?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 3: Entrainement systématique** (40 minutes)  ***-*** *Description :* Maintenant que les élèves ont fait leur choix, c’est le temps pour eux de pratiquer leur technique en vue de la prestation finale.  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 44 cônes, 10 poids (balles lourdes, 1 barre horizontale, 1 gros matelas (épais), 4 petits matelas (minces), Radio, cd de musique, 10 haies, 10 javelots.  *- Organisation :* Les élèves sont libres de faire les ateliers qu’ils ont choisis. Ils peuvent se déplacer comme ils le désirent dans le gymnase.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique).  **Tâche 4: Tâche complexe liée à la planification.** (5 minutes)  ***-*** *Description :* L’enseignant dit aux élèves qu’il est possible et normal que ceux-ci doivent faire des modifications par rapport à leurs choix, et que c’est le temps pour le faire.  *- Matériel :* Cahier de l’élève  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Mobilisation de la composante et des savoirs acquis.  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 5 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Avez-vous réussi à résoudre des problèmes devant une tâche plus difficile. Comment y êtes-vous arrivé ? * Avez-vous appliqué les techniques que l’on a appris ?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 6 : Retour au calme** (5 minutes)  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune   |  | | --- | | **Matériel**: Ballons de basketball, cordes à sauter, 10 poids lourds, 10 javelots, 1 barre horizontale, 1 gros matelas, 4 petits matelas, 1 règle à mesurer, musique, 10 haies, 44 cônes, carnets d’élèves x nb d’élèves, 6 chronomètres, carton de la production attendue. |   **Séance 6**  .  **Séance 6 :** À la fin de la séance, l’élève devrait être prêt ou presque prêt à exécuter les actions choisies pour sa prestation finale.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Lors du cours dernier, est-ce qu’il y avait des tâches que vous n’arrivez pas à effectuer ? Pourquoi selon toi ?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis ~~et introduire les éléments d’apprentissage du cours.~~  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 3: Entrainement systématique** (40 minutes)  ***-*** *Description :* Maintenant que les élèves ont fait leur choix, c’est le temps pour eux de pratiquer leur plan, leur choix d’épreuves et les techniques en vue de la prestation finale.  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 44 cônes, 10 poids (balles lourdes, 1 barre horizontale, 1 gros matelas (épais), 4 petits matelas (minces), Radio, cd de musique, 10 haies, 10 javelots.  *- Organisation :* Les élèves sont libres de faire les ateliers qu’ils veulent. Ils peuvent se déplacer comme ils le désirent dans le gymnase.   * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Sers à apprendre un savoir-faire moteur (technique).  **Tâche 4: Tâche complexe liée à la planification.** (5 minutes)  ***-*** *Description :* L’enseignant dit aux élèves que c’est le temps ou jamais d’apporter des modifications, car les évaluations débutent le cours prochain.  *- Matériel :* Cahier de l’élève  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Mobilisation de la composante et des savoirs acquis.  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 5 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  **-** *Description :*   * Êtes-vous efficace dans les disciplines que vous avez choisies ? * Avez-vous rencontré des difficultés ? Si oui, qu’avez-vous mis en place pour les résoudre ?   - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 6 : Retour au calme (5 minutes)**  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune   |  | | --- | | **Matériel**: Ballons de basketball, cordes à sauter, 10 poids lourds, 10 javelots, 2 barres horizontales, 2 gros matelas, 8 petits matelas, 1 règle à mesurer, 10 haies, 50 cônes, carnets d’élèves x nb d’élèves, 6 chronomètres, carton de la production attendue. |   **Séance 7**  **Séance 7 :** À la fin de la séance, l’élève devrait maitriser les actions qu’il a choisies pour sa prestation.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Pouvez-vous me rappeler ce que je vais évaluer aujourd’hui durant votre prestation?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **Tâche 3 : Rappel de la production attendue** (2 minutes)  ***-*** *Description* : L’enseignant fait un rappel de la production attendue, car les élèves devront faire leur prestation au cours de cette séance.  *- Matériel :* Carton (où il est inscrit la production attendue)  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Rappel des critères d’évaluation et de réalisation et a dévoilés les apprentissages que les élèves devront réalisés durant la SAÉ.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 4: Tâche complexe liée à l’exécution** (40 minutes)  ***-*** *Description :* Un à un les élèves viennent voir l’enseignant lorsque celui-ci est prêt à se faire évaluer.  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 50 cônes, 10 poids (balles lourdes, 2 barres horizontales (ou cordes), 2 gros matelas (épais), 4 8 petits matelas (minces), 10 haies, 10 javelots.  *- Organisation :* Les élèves sont libres de faire les ateliers qu’ils ont choisis. Ils peuvent se déplacer comme ils le désirent dans le gymnase. Lorsqu’ils sont prêts, il va voir son enseignant pour lui demander d’ajouter son nom à la liste (ordre) de passation. Il a y cette fois si 1 station de plus à la course en hauteur, c’est pour l’évaluation. Les élèves qui ne se font pas évaluer peuvent continuer de pratiquer même s’il y a des évaluations. Lorsqu’il n’y a pas d’évaluation à la station, les élèves peuvent bien évidemment utiliser tout le matériel.   * Avant la prestation, l’élève doit nommer les objets qu’il utilisera dans sa prestation ( G.1) * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b). * Lorsque les élèves se sont fait évalué, il on 2 choix : ils vont aider leurs camarades, ou ils peuvent jouer librement avec (dans un espace délimité pour ne pas déranger les autres et pour la sécurité) le matériel sorti par l’enseignant, soit cordes à danser, jonglerie, diabolo, bâton du diable).   *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Mobilisation d’une planification et de savoirs  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 5 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  *- Description :*   * Pour ceux qui ont fait leur prestation, est-ce que cela a bien été ? Que ferez-vous la prochaine fois pour que ce soit encore mieux? * Pour ceux qui vont être évalués le cours prochain êtes-vous prêts?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la séance.  **Tâche 9 : Retour au calme (5 minutes)**  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* Aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.)   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune   |  | | --- | | **Matériel :** Ballons de basketball, cordes à sauter, 10 poids lourds, 10 javelots, 2 barres horizontales, 2 gros matelas, 8 petits matelas, 1 règle à mesurer, 10 haies, 50 cônes, carnets d’élèves x nb d’élèves, 6 chronomètres, carton de la production attendue. |   **Séance 8**  **Séance 8 :** À la fin de la séance, l’élève devrait maitriser les actions qu’il a choisies pour sa prestation.  **1ERTEMPS PÉDAGOGIQUE : PRÉPARATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 1 : Échauffement** (5 minutes)  *- Description :* Il s’agit d’un échauffement libre. Dès leur entrée en gymnase les élèves peuvent s’échauffer avec le matériel que l’enseignant (e) a laissé à leur disposition.  *- Matériel :* panier de ballon de basketball, corde à danser.  *- Organisation :* Le gymnase est divisé en deux sections.  *- Sécurité :* Il ne peut y avoir des élèves dans la zone des cordes à danser et vice versa.   * Questionnement sur l’importance de faire un échauffement (C.6 et b.) afin de voir si les élèves ont intégré cette notion.   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucun  **Tâche 2 : Activation des connaissances antérieures** (5 minutes)  ***-*** *Description :*   * Est-ce qu’il y en a qui peuvent me dire ce que j’évalue dans vos prestations aujourd’hui?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* vérifier les savoirs acquis et introduire les éléments d’apprentissage du cours.  **Tâche 3 : Rappel de la production attendue** (2 minutes)  ***-*** *Description* : L’enseignant fait un rappel de la production attendue, car les élèves devront faire leur prestation au cours de cette séance.  *- Matériel :* Carton (où il est inscrit la production attendue)  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Rappel des critères d’évaluation et de réalisation et a dévoilés les apprentissages que les élèves devront réalisés durant la SAÉ.  **2E TEMPS PÉDAGOGIQUE : RÉALISATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 4: Tâche complexe liée à l’exécution.** (25 minutes)  ***-*** *Description :* Un à un les élèves viennent voir l’enseignant lorsque celui-ci est prêt à se faire évaluer.  - *Matériel :* 1 règle à mesurer, 50 cônes, 10 poids (balles lourdes, 2 barres horizontales (ou cordes), 2 gros matelas (épais), 4 8 petits matelas (minces), 10 haies, 10 javelots.  *- Organisation :* Les élèves sont libres de faire les ateliers qu’ils veulent. Ils peuvent se déplacer comme ils le désirent dans le gymnase. Lorsqu’ils sont prêts, il va voir son enseignant pour lui demander d’ajouter son nom à la liste (ordre) de passation.  Il a y cette fois si 1 station de plus à la course en hauteur et aux haies, c’est pour l’évaluation. Les élèves qui ne se font pas évaluer peuvent continuer de pratiquer même s’il y a des évaluations. Lorsqu’il n’y a pas d’évaluation à la station, les élèves peuvent bien évidemment utiliser tout le matériel.   * Avant la prestation, l’élève doit nommer les objets qu’il utilisera dans sa prestation ( G.1) * Reconnaitre les situations dangereuses et identifier les comportements à adopter (C,4, a et b) * Lorsque les élèves se sont fait évalué, il on 3 choix : ils vont aider leurs camarades, il pratique les disciplines de l’athlétisme (peut importe lesquelles) ou ils peuvent jouer librement avec (dans un espace délimité pour le ne pas déranger les autres et pour la sécurité) le matériel sorti par l’enseignant, soit cordes à danser, jonglerie, diabolo, bâton du diable).   *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Mobilisation d’une planification et de savoirs |

|  |
| --- |
| **Matériel :** Carnets de l’élève x nb d’élèves. |
| **Fin de la séance 8 (SYNTHÈSE DES APPRENTISSAGES)**  **3E TEMPS PÉDAGOGIQUE : INTÉGRATION DES APPRENTISSAGES DE LA SEA**  **Tâche 5 : Tâche complexe liée à l’évaluation** (10 minutes)  ***-*** *Description :* Les élèves doivent remplir dans leur cahier de l’élève la section et les questions à cette fonction.  *- Matériel :* Carnets de l’élève  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Reconnaissance des compétences  *- Object de l’évaluation :* Ajustement, développement de la pensée réflexive en vue d’une future tâche.  **Tâche 6 : Retour sur les apprentissages faits** (5 minutes)  *- Description :*   * Qu'est-ce qui a bien fonctionné dans votre prestation ? Et pourquoi? * Qu'est-ce qui a moins bien fonctionné dans votre prestation ? Et pourquoi ? * Si vous pouviez refaire votre prestation que feriez-vous de mieux? * Y a-t-il des choses que vous auriez pu faire afin d’obtenir un meilleur résultat? * Qu’avez-vous appris durant cette SAÉ ?   *- Matériel :* Aucun  *- Organisation :* Les élèves sont placés dans leurs rangs habituels (5 rangs et 5 élèves).  *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Voir si les élèves ont atteint l’objectif de la séance et vérifier le niveau de compréhension des élèves envers les éléments vus durant la SAÉ.  **Tâche 7 : Retour au calme (5 minutes)**  **-** *Description :* L’enseignant choisit deux élèves qui géreront l’échauffement.  - *Matériel :* aucun  - *Organisation :* Les élèves sont placés en cercle dans le centre du gymnase.   * Effectuer des exercices d’étirements musculaires (D.1.b.) * Questionner les élèves à savoir l’importance d’effectuer un retour au calme après une activité physique. (C,6.c). La même question leur sera posée à la séance 10, afin de voir s’ils ont intégré cet apprentissage.   *- Fonction de l’évaluation :* Aide à l’apprentissage  *- Object de l’évaluation :* Aucune |

|  |
| --- |
| INTÉGRATION |

|  |
| --- |
| **Durée**: 20 minutes |

**RÉFÉRENCES**

**1. Livres et publications :**

LESSARD, Nancy, SANT, Marie-Line et TAVARES-LEMAY , Victoria, *Situation d’apprentissage et d’évaluation*, Commission scolaire des Affluents, 2007, 15 pages.

**2. Ressources électroniques :**

ClubVainqueurs, *Vidéo: Lancer du poids -Entraînement et technique en athlétisme, Comment lancer ?,* [En ligne], <http://www.youtube.com/watch?v=38rvAHBa1Zk>, (page consultée le 10 décembre 2013).

Fournel, Jean-Francois, *Gestes de l'athlétisme - le lancer du javelot, [en ligne],* <http://www.youtube.com/watch?v=RV9ubDKteDg> (page consultée le 14 décembre 2013)

**Grille d’évaluation de l’enseignant**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Compétence : Agir dans divers contexte d’activité physique | DATE : |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Légende :**  **+ Réussi (applique)**  **+- Plus ou moins réussi**  **x Non réussi**  O **Avec de l’aide**  **NE : Non évalué**  **Noms des Élèves** | **Résultat en pourcentage** | **Critères d’évaluation** | | | | | | | | | | |
| **Cohérence de la planification** | | **Efficacité de l’exécution** | | | | | | **Pertinence du retour réflexif** | | |
|  | **Éléments observables** (indiquez, dans la colonne visée, la cote concernée ou tout autre signe distinctif pour expliquer votre résultat) | | | | | | | | |  |
| Sélectionne des actions motrices et d’enchainements en fonction de ses capacités personnelles. | Respecte les contraintes de l’activité | | Exécute ses actions motrices de manière fluide | Exécute la technique apprise | Exécute le plan élaboré | Applique les règles de sécurité | Manifeste un comportement éthique | Évalue sa démarche | Évalue les résultats | Évalue sa démarche avec justesse |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |

Cahier de l’élève

L’athlétisme



Nom et Prénom : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **J’expérimente les disciplines de l’athlétisme.** | | | | | | |
| **Type d’action** | **Les disciplines** | | **Facile** | **Quelques difficultés** | **Beaucoup de difficulté** | **Distance ou temps** |
| Coche dans la case appropriée | | |  |
| **Locomotion** | 1. Course de haies | Hauteur 1 |  |  |  |  |
| Hauteur 2 |  |  |  |  |
|  |  | Hauteur 3 |  |  |  |  |
|  | 2. Le saut en hauteur | Ciseaux |  |  |  |  |
| Dorsal |  |  |  |  |
| 3. Le saut en longueur | |  |  |  |  |
| 4. La course | |  |  |  |  |
| 5. Le sprint | |  |  |  |  |
| **Manipulation** | 6. Lancer du poids | |  |  |  |  |
| 7. Lancer du javelot | |  |  |  |  |



**Les contraintes pour ta prestation**

|  |
| --- |
| **1.** Minimum une action de manipulation |
| **2.** Maximum de 2 actions que je réussis facilement |
| **3.** Minimum 2 actions où j’éprouve quelques des difficultés |

**Mes choix**

Inscrire le numéro ou le nom de la discipline avec la hauteur ou la technique si nécessaire.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

**Justification**

Explique brièvement la ou les raisons de tes choix :\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| **Ma liste de vérification pour le choix des disciplines en athlétisme.**    Fais un crochet dans le cercle lorsque tu as réalisé l’énoncé |
| * J’ai choisi au total 4 disciplines de l’athlétisme |
| * J’ai choisi au moins une action de manipulation |
| * J’ai sélectionné un maximum de 2 actions que je réussis facilement |
| * J’ai sélectionné au minimum 2 actions où j’éprouve des difficultés. |

**Mon retour** **réflexif**

|  |  |
| --- | --- |
| Questions | Donne-toi une note sur 5, en cochant dans la casse qui représente le mieux la situation. |
| **1.** As-tu fait tes choix selon tes forces et tes faiblesses lors de la planification ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Pas du tout | **2**  un peu | **3**  plus ou moins | **4**  Oui | **5**  Oui et de façon remarquable et sans aide | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **2.** As-tu respecté les contraintes lors de la planification ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Pas du tout | **2**  un peu | **3**  plus ou moins | **4**  Oui | **5**  Oui et de façon remarquable et sans aide | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **3.** As-tu été sécuritaire tout au long de la SAÉ ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Jamais | **2**  Parfois | **3**  Souvent | **4**  La majorité du temps | **5**  En tout temps | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **4.** As-tu fait preuve d’éthique tout au long de la SAÉ ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Jamais | **2**  Parfois | **3**  Souvent | **4**  La majorité du temps | **5**  En tout temps | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **5.** As-tu effectué ta prestation de manière fluide (sans arrêt) ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Pas du tout | **2**  un peu | **3**  plus ou moins | **4**  Oui | **5**  Oui et de façon remarquable et sans aide | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **6.** As-tu respecté les techniques apprises ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Pas du tout | **2**  un peu | **3**  plus ou moins | **4**  Oui | **5**  Oui et de façon remarquable | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **7.** As-tu suivi ton plan lors de ta prestation ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Pas du tout | **2**  un peu | **3**  plus ou moins | **4**  Oui | **5**  Oui et de façon remarquable et sans aide | |  |  |  |  |  |   Justifie : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **8.** Quelles seraient les améliorations ou les modifications que tu pourrais apporter à ta planification afin qu’elle soit meilleure ? | Explique : **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **9.** Comment as-tu trouvé ta prestation finale ? | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1**  Mauvaise | **2**  Correct | **3**  Bonne | **4**  Très bonne | **5**  Excellente | |  |  |  |  |  |   Explique : **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |

1. Ce canevas de SAÉ a été repris et modifié à partir de celui créé par le MELS. [↑](#footnote-ref-1)
2. Les phrases soulignées en vert signifient que j’ai intégré un ou des apprentissages de la répartition des apprentissages dans chacune des séances (tableau). [↑](#footnote-ref-2)
3. Nancy LESSARD, Marie-Line SANT et Victoria TAVARES-LEMAY, *Situation d’apprentissage et d’évaluation*, Commission scolaire des Affluents, 2007, p. 11 [↑](#footnote-ref-3)
4. *Ibid,* p. 11 [↑](#footnote-ref-4)
5. Ibid, p. 11 [↑](#footnote-ref-5)
6. *Ibid* p. 12 [↑](#footnote-ref-6)
7. *Ibid* , p. 11 [↑](#footnote-ref-7)
8. Jean-Francois Fournel, *Gestes de l'athlétisme - le lancer du javelot , [en ligne],* <http://www.youtube.com/watch?v=RV9ubDKteDg> (page consultée le 14 décembre 2013) [↑](#footnote-ref-8)