

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ au secondaire

Tableau synthèse du PFEQ, de la progression des apprentissages et du cadre d'évaluation en EPS

Compétences	Critères d'évaluation	Savoirs et Savoir-faire	Types d'activités	Moyens d'action (Suggestions)
C1- AGIR Dans divers contextes de pratique d'activités physiques	1. Cohérence de la planification 2. Efficacité de l'exécution 3. Pertinence du retour réflexif *Maîtrise des connaissances ciblées par la progression des apprentissages	Savoirs : - Système musculosquelettique - Perceptions kinesthésiques - Croissance du corps - Éléments techniques de l'action liés aux activités Savoir-faire : - Principes d'équilibration (statique et dynamique) - Principes de coordination - Principes de synchronisation - Actions de locomotion - Actions de non-locomotion - Actions de manipulation	1. Activités cycliques 2. Activités à action unique 3. Activités d'adresse 4. Activités technico-artistiques	1. Monocycle, athlétisme (courses, haies) bicyclette, canot/kayak, conditionnement physique, cross-country, escalade (traverse ou bloc), randonnée pédestre, musculation, natation, patinage, raquette, ski (de fond, alpin) 2. Athlétisme (lancers et sauts), haltérophilie 3. Arts du cirque, golf, tir (à l'arc, de précision), saut à la corde 4. Acrobatie, gymnastique rythmique, arts martiaux Kata, patinage artistique, plongeon
C2- INTERAGIR Dans divers contextes de pratique d'activités physiques		Savoirs : - Éléments techniques de l'action liés aux activités Savoir-faire : - Principes de communication - Principes de synchronisation - Rôles à jouer - Actions de locomotion - Actions de non-locomotion - Actions de manipulation - Principes d'action lors d'activités de coopération - Principes d'action lors d'activités de combat - Principes d'action lors d'activités de duel - Principes d'action lors d'activités collectives dans un espace distinct - Principes d'action lors d'activités collectives dans un espace commun	6. Collectives en espace commun 7. Collectives en espace distinct 8. Activités de combat 9. Activités de duel 10. Activités de coopération	6. Balle-molle*, ballon-balai, baseball*, basketball, DBL ball, flag-football, handball, hockey, intercrosse, kickball*, kinball*, patate chaude, Poull ball, ringuette, rugby, soccer, tchoukball*, ultimate frisbee, water-polo, soccer 7. Ballon-chasseur, Sepak Takraw, volleyball 8. Taekwondo, aikido, autodéfense, boxe, judo, karaté, lutte 9. Badminton, escrime, peteca, pickel ball, ping-pong, tennis 10. Acrogym, canot (en duo), rabaska, escalade (encordé), jeux coopératifs, kayak (en duo), nage synchronisée, plongeon synchronisé * Certains principes d'action des activités en espace commun ne s'appliquent pas pour cette activité.
C3- ADOPTER Un mode de vie sain et actif		Savoirs : - Structure et le fonctionnement du corps - Déterminants de la condition physique associés à la pratique d'activités physiques - Habitudes de vie saines et actives Savoir-faire : - Pratique régulière d'activités physiques (éléments d'une séance d'activité physique) - Pratique de techniques de relaxation		Pratique sécuritaire d'activités physiques et esprit sportif Savoirs : - Règles liées aux activités physiques Savoir-faire : - Pratique sécuritaire d'activités physiques Savoir-être : - Esprit sportif - Aide et l'entraide - Acceptation des différences - Sens des responsabilités

ATTENTES DE FIN DE CYCLE

C1

Premier cycle :

Au terme du premier cycle du secondaire, l'élève est capable de prendre en compte les caractéristiques du contexte dans lequel il effectue une activité physique afin de faire les choix appropriés pour son exécution. Il combine une diversité d'actions motrices dans chacune des activités suivantes : activités cycliques, à action unique, d'adresse et technico-artistiques. Son efficacité motrice s'est accrue de façon significative parce qu'il applique des principes qui répondent aux contraintes de l'environnement physique et qu'il démontre du contrôle dans l'exécution d'actions motrices. Il fait un bilan de sa prestation pour en dégager les points forts qu'il peut réinvestir et les difficultés qu'il doit corriger selon des principes associés à l'exécution d'actions motrices. Il applique les règles de sécurité et d'éthique qui s'imposent selon le contexte.

Deuxième cycle :

Au terme du deuxième cycle du secondaire, l'élève est capable de privilégier différentes options en considérant les exigences qu'imposent les situations et en tenant compte de leurs conséquences. Il sélectionne des actions et des enchaînements qui répondent aux contraintes de l'environnement physique dans trois types d'activités physiques parmi les suivants : activités cycliques, activités à action unique, activités d'adresse ou activités technico-artistiques. Son efficacité motrice se manifeste par sa capacité à tenir compte d'un nombre élevé de contraintes, à assurer une continuité dans ses actions ou ses enchaînements et à ajuster la direction et le rythme d'exécution selon le but visé. Il peut discerner, de façon autonome, les règles de sécurité qui s'imposent et les appliquer de façon rigoureuse. À l'aide d'informations variées issues de l'analyse de ses réussites et de ses difficultés, il est en mesure de faire un bilan de sa démarche, d'apprécier ses résultats et de déterminer les moyens à prendre pour les améliorer.

C2

Premier cycle :

Au terme du premier cycle du secondaire, l'élève établit, avec ses coéquipiers, des stratégies qui décrivent le rôle de chacun, les actions motrices ou les tactiques selon le contexte. Il tient compte de ses partenaires ou de ses opposants lorsqu'il exécute des actions et des tactiques prévues dans le plan d'action tout en s'ajustant aux situations imprévues. À la suite de sa démarche et de ses résultats, il détermine, avec ses partenaires, les améliorations souhaitables et les éléments à conserver en vue d'un réinvestissement ultérieur. Il applique les règles de sécurité et fait preuve d'esprit sportif.

Deuxième cycle :

Au terme du deuxième cycle du secondaire, l'élève est capable de privilégier différentes options et d'anticiper leurs conséquences dans des contextes de pratique qui comportent un nombre relativement élevé de contraintes liées à l'environnement physique et social. Il est en mesure de concevoir, avec son ou ses partenaires, un plan d'action qui comporte des stratégies conformes aux principes d'action et aux rôles à jouer; il tient compte des exigences relatives à la situation, et ce, dans trois types d'activités parmi les suivants : activités coopératives, activités de duel, activités de combat ou activités collectives. Son efficacité motrice se manifeste par un contrôle accru de ses exécutions et par l'ajustement continu des actions et des tactiques, selon la stratégie planifiée et les aspects imprévisibles de l'activité. Il discerne les règles de sécurité et les applique de façon rigoureuse et fait preuve d'un esprit sportif en tout temps. Selon les réussites qu'il a obtenues et les difficultés auxquelles il a fait face, il est en mesure de faire un bilan de sa prestation et de celle de ses partenaires, et de déterminer les moyens à prendre pour les améliorer.

C3

Premier cycle :

Au terme du premier cycle du secondaire, l'élève fait preuve d'une bonne condition physique (flexibilité, endurance cardiorespiratoire et force-endurance) selon les normes canadiennes correspondant à son groupe d'âge. Il démontre aussi qu'il a intégré de saines habitudes dans sa vie quotidienne. Il est capable d'élaborer un plan, de l'appliquer et d'évaluer sa démarche ainsi que ses résultats. Il est en mesure de déterminer les améliorations souhaitables ou les éléments à conserver.

Deuxième cycle :

Au terme du deuxième cycle du secondaire, l'élève est capable d'attester, à l'aide d'un plan d'action, qu'il utilise divers outils lui permettant d'intégrer ou de maintenir au quotidien au moins trois saines habitudes de vie. Il démontre que sa condition physique (flexibilité, endurance cardiorespiratoire et force-endurance) progresse selon des résultats qui correspondent à son groupe d'âge. Il a intégré une démarche autonome qui vise l'amélioration de ses habitudes de vie en faisant une synthèse des résultats obtenus, des difficultés auxquelles il a fait face et des nouveaux défis qu'il souhaite relever. À partir des informations recueillies, il est en mesure de juger des éléments de son plan qu'il doit conserver ou améliorer et de porter un regard critique sur son niveau d'engagement.