

Compétences	Étape 1 29 août 2023 au 10 novembre 2023	Étape 2 11 novembre 2023 au 15 février 2024	Étape 3 16 février 2024 au 21 juin 2024
Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques	Savoirs abordés	Savoirs abordés	Savoirs abordés
	Moyens d'action : la course, le badminton et le volley-ball <ul style="list-style-type: none"> • Appliquer les techniques de course appropriées selon la durée de l'activité. • Tenir compte de sa condition physique et de son niveau d'habiletés motrices. • Exécuter une variété de frappes en appliquant une technique appropriée. 	Moyen d'action : musculation <ul style="list-style-type: none"> • Connaître les principaux groupes musculaires • Suivre un programme d'entraînement en ajustant la charge en fonction de sa capacité physique. • Courir en appliquant une technique appropriée selon la durée de l'activité 	Moyen d'action : la course <ul style="list-style-type: none"> • Appliquer les techniques de course appropriées selon la durée de l'activité.
	Types d'évaluations	Types d'évaluations	Types d'évaluations
	Moyens d'action : la course, le badminton et le volley-ball <ul style="list-style-type: none"> • Intervalles de course • Respect du plan d'action <input checked="" type="checkbox"/> Observation Test Cooper	Moyen d'action : musculation <ul style="list-style-type: none"> • Observations et rétroaction pendant leur programme d'entraînement <input checked="" type="checkbox"/> Production	Moyen d'action : la course <ul style="list-style-type: none"> • Observations et rétroaction pendant leur programme d'entraînement • Test des « Bips » <input checked="" type="checkbox"/> Production

Éducation physique secondaire 2 Normes et modalités

	<input checked="" type="checkbox"/> Production <ul style="list-style-type: none"> • Évaluation volley-ball et badminton <input checked="" type="checkbox"/> Observation			
Interagir dans des contextes d'activités physiques		Savoirs abordés	Savoirs abordés	
	Moyens d'action : badminton <ul style="list-style-type: none"> • Se placer ou se déplacer en fonction de ses coéquipiers lors d'activités de coopération • Attaquer l'équipe adverse 	Moyens d'action : Basket, Handball <ul style="list-style-type: none"> • Se placer ou se déplacer en fonction de ses coéquipiers lors d'activités de coopération 	Moyens d'action : Basket, Futsal, Handball, mini-volley Marquage, démarquage, défense	
	Types d'évaluations	Types d'évaluations	Types d'évaluations	
	<input checked="" type="checkbox"/> Observation <input checked="" type="checkbox"/> Production	<input checked="" type="checkbox"/> Observations avec l'aide de grilles d'évaluation	<input checked="" type="checkbox"/> Observations avec l'aide de grilles d'évaluation	
Adopter un mode de vie sain et actif		Savoirs abordés	Savoirs abordés	
		<ul style="list-style-type: none"> • Exécuter les actions motrices visant à maintenir ou modifier ses habitudes de vi 	<ul style="list-style-type: none"> • Démontrer des efforts constants durant les cours 	<ul style="list-style-type: none"> • Doser ses efforts lors d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée déterminée
	Types d'évaluations	Types d'évaluations	Types d'évaluations	
	<input checked="" type="checkbox"/> Production <input checked="" type="checkbox"/> Observation	<input checked="" type="checkbox"/> Production <input checked="" type="checkbox"/> Observation	<input checked="" type="checkbox"/> Production <input checked="" type="checkbox"/> Observation	