

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
Moyen d'action : la course <ul style="list-style-type: none"> • Appliquer les techniques de course appropriée selon la durée de l'activité. • Tenir compte de sa condition physique et de son niveau d'habiletés motrices. • Frapper un objet en se déplaçant et en appliquant une technique appropriée. 		Moyens d'action : Volley, Basket, <ul style="list-style-type: none"> • Exécuter des variétés de lancers en appliquant une technique appropriée. • Maniement de plusieurs objets en même temps. (Sur place, en se déplaçant) 	Moyens d'action : la course, handball, futsal <ul style="list-style-type: none"> • Maniement de plusieurs objets en même temps. (Sur place, en se déplaçant) • Courir en appliquant une technique appropriée selon la durée de l'activité.
Types d'évaluations		Types d'évaluations	Types d'évaluations
Moyen d'action : la course <ul style="list-style-type: none"> • Intervalles de course • Test Cooper <input checked="" type="checkbox"/> Production Moyens d'action : <ul style="list-style-type: none"> • Volley-ball et badminton <input checked="" type="checkbox"/> Observation <input checked="" type="checkbox"/> Production		Moyens d'action : Volley, Basket, <ul style="list-style-type: none"> • Lorsque l'élève est en action <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Observation <input checked="" type="checkbox"/> Production 	Moyens d'action : la course <ul style="list-style-type: none"> • Lorsque l'élève est en action <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Observation <input checked="" type="checkbox"/> Production • Test des bips <input checked="" type="checkbox"/> Production

			<input checked="" type="checkbox"/> Observation <input checked="" type="checkbox"/> Rétroaction
Interagir dans des contextes d'activités physiques	Savoirs abordés	Savoirs abordés	Savoirs abordés
	Moyens d'action : Badminton Volleyball <ul style="list-style-type: none"> • Projeter l'objet en fonction de la vitesse et de la direction du déplacement de ses partenaires ou de ses adversaires. • Recevoir l'objet venant d'un partenaire ou d'un adversaire en tenant compte de la vitesse et de la direction de l'objet. 	Moyens d'action: Volley, basket <ul style="list-style-type: none"> • Exécuter des actions motrices ou des tactiques en fonction des contraintes et de la stratégie choisie • Faire progresser l'objet vers le terrain adverse • Exploiter le largueur et la longueur du terrain en variant la direction et la vitesse de l'objet en exécutant diverses projections. 	Moyens d'action: Futsal, Handball <ul style="list-style-type: none"> • Exécuter des actions motrices ou des tactiques en fonction des contraintes et de la stratégie choisie • Faire progresser l'objet vers le terrain adverse
	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

Adopter un mode de vie sain et actif	Savoirs abordés	Savoirs abordés	Savoirs abordés
	<ul style="list-style-type: none"> • Exécuter les actions motrices visant à maintenir ou modifier ses habitudes de vie • Nommer les principales composantes du système musculaires. 	<ul style="list-style-type: none"> • Doser ses efforts lors d'une activité physique d'intensité modérée à élevée d'une durée déterminée • Tenir compte de sa fréquence cardiaque cible lors d'une activité physique. 	<ul style="list-style-type: none"> • Démontrer des efforts constants durant les cours
	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