



## Éducation physique et à la santé, 4<sup>e</sup> année

### Compétences développées par l'élève

<b>Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</b>	Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève planifie des actions motrices et des enchaînements selon ses capacités et des contraintes de l'activité. Il exécute les actions motrices et les enchaînements dans l'ordre planifié et selon les techniques enseignées. Il exécute des actions motrices et des actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt). Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche et ses résultats et dégage les apprentissages réalisés.
<b>Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques</b>	Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon les capacités de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu au plan d'action et ajuste au besoin les actions motrices. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche, les plans et les résultats et dégage les apprentissages réalisés.
<b>Adopter un mode de vie sain et actif</b>	L'élève élabore des plans d'une pratique régulière d'activités physiques et des plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'au moins 10 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue les résultats en fonction des activités pratiquées et dégage les effets et les bienfaits sur sa santé et son bien-être.

Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer.

**Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.**

Tout au long de la quatrième année, l'élève devient de plus en plus autonome pour exécuter les tâches demandées.

### Activités et principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 <sup>re</sup> étape (20 %) Du 29 août au 10 novembre		2 <sup>e</sup> étape (20 %) Du 13 novembre au 16 février		3 <sup>e</sup> étape (60 %) Du 19 février au 22 juin		
Nature des apprentissages et évaluations proposées tout au long de l'étape	Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?	Nature des apprentissages et évaluations proposées tout au long de l'étape	Y aura-t-il un résultat inscrit au bulletin?	Nature des apprentissages et évaluations proposées tout au long de l'étape	Épreuves obligatoires MELS / CS	Résultat inscrit au bulletin
Course d'endurance (C3)	Oui	Tchoukball (C2)	Oui	Basketball (C2)	Non	Oui
Course de haies (C1)		DBL (C2)		Handball (C2)		
Agilité/Coordination (C1)	C1+C3	Lancers (javelot/poids) (C1)	C2+C3	Frisbee(C2)		C1+C2+ C3
Initiation Tennis		Hockey cosum (C2)		Course de vitesse (C1)		
Kinball (C2)		Cirque/Gymnastique (C1)		Course à relais (C2)		
Corps humain (C3)		Hygiène corporelle (C3)		Volleyball (C2)		
				Alimentation (C3)		