



# PLANIFICATION ANNUELLE 2024-2025

Nom : Steven Boulet

Matière : Éducation physique et à la santé – **Plein air**

Niveau : Secondaire 3 et 5

<b>DISCIPLINE</b>	<b>PLEIN AIR</b>	<b>CODE DE COURS</b>	Plein-air 301, 302, 303
Enseignant: Steven Boulet			

**APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE**

Le programme de plein air a pour but de développer l'autonomie et la débrouillardise des jeunes dans divers contextes de sports de plein air et dans divers environnements extérieurs dont les éléments peuvent jouer un rôle important. Pour ce faire, l'élève y apprendra une multitude de techniques et de connaissances liés au disciplines enseignées. Les aspects de la pratique sécuritaire et de la préparation à l'activité joueront aussi un rôle de premier plan tout au long du programme.

ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)	ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)	ÉTAPE 3 ( 6 février au 22 juin)
<p><b>Arbre en arbre</b> -Consignes de sécurité -Pratique sécuritaire</p> <p><b>Tir à l'arc</b> -Techniques et sécurité</p> <p><b>Orientation</b> -Lecture de carte -Lecture de boussole</p>	<p><b>Jeux de poursuite en forêt</b> -Stratégies offensive set défensives</p> <p><b>Survie en forêt</b> -Abris sans matériel -Comment allumer un feu peu importe les conditions météorologiques -respect de la nature</p>	<p><b>Raquette et mini expédition</b> -multi utilisation de la raquette -préparation à l'expédition (Vêtements, nourriture, équipement)</p> <p><b>Ski hok</b> -Techniques -Pratique sécuritaire</p> <p><b>Randonnée</b> -Matériel requis / Sécurité</p> <p><b>Canot</b> -Techniques et travail d'équipe - Initiation à la préparation théorique d'une expédition de canot-camping</p>

**Cadre d'évaluation des apprentissages :**  
L'évaluation des apprentissages en plein air s'effectue en continu, tout au long de l'année scolaire. L'évaluation portera sur l'acquisition des **connaissances**, des **techniques** et des **notions de pratique sécuritaires** propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci.

ÉTAPE 1 (20%)	ÉTAPE 2 (20%)	ÉTAPE 3 (60%)
Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations

<b>NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :</b>	
L'évaluation en plein air se fera par la réalisation de défis, de présentations d'équipes ou par des travaux de réflexions. Elle se fera aussi de manière continue, tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettront à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.	
<b>ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :</b>	
OUI <input type="checkbox"/>	NON <input checked="" type="checkbox"/>
COMPÉTENCE ÉVALUÉE :	DATE DE PASSATION :
PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :	
<b>MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :</b>	
- Feuilles éducatifs fournies par l'enseignant	
<b>APPROCHES PÉDAGOGIQUES :</b>	
L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation où il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercice du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment <b>développer divers plans d'actions démontrant ses apprentissages</b> , comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.	
<b>1- Compétences développées par l'élève et évaluées</b>	
<b>Connaissances</b>	<p><b>Arbre en arbre</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Savoir nommer, mettre et utiliser adéquatement le matériel de sécurité</li> <li>- Connaître les différentes manœuvres à effectuer lors du parcours d'arbre en arbre</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Tir à l'arc</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'importance de la posture, les muscles sollicités</li> <li>- Contrôle du souffle</li> <li>- Technique de tir</li> <li>- Tous les éléments de sécurité</li> </ul> <p><b>Orientation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lecture de carte</li> <li>- Lecture de boussole</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Jeux de poursuites en forêt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stratégies offensives</li> <li>- Stratégies défensives</li> </ul> <p><b>Survie en forêt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Créer un abri avec seuls les éléments de la nature</li> <li>- Construction d'un abri hivernal</li> <li>- Allumer un feu en plein air (toutes conditions météorologiques)</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Raquette et mini expédition de quelques heures</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Multi utilisation de la raquette</li> <li>- Préparation à l'expédition (vêtements, nourriture et équipements)</li> </ul> <p><b>Ski hok</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniques de montée, descente, virage et de freinage</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Randonnée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Matériel technique idéalement requis</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul>

	<p><b>Canot</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Différentes parties du canot et de la pagaie</li> <li>-Mise à l'eau et sortie de l'eau</li> <li>-Positionnement dans le canot</li> <li>-Rôle de chacun</li> <li>-Propulsion, coup d'arrêt, coup en J, en C, appel et écart</li> <li>-Notions liées à la pratique sécuritaire</li> <li>-Initiation préparatoire à un expédition de canot-camping</li> </ul>

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

L'élève se doit d'avoir une attitude positive envers le cours et être préparé à vivre une période à l'extérieur, peu importe les conditions météorologiques. L'élève doit toujours avoir ses vêtements adéquats par exemple : imperméable en cas de pluie.

Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

### MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupérations lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

### RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à intégrer les activités de plein air aux habitudes de vie.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*

<b>DISCIPLINE</b>	<b>PLEIN AIR</b>	<b>CODE DE COURS</b>	Plein-air 501, 502
Enseignant: Steven Boulet			

<b>APPRENTISSAGES : DESCRIPTION DES PRINCIPAUX ENJEUX DE L'ANNÉE</b>		
<p>Le programme de plein air a pour but de développer l'autonomie et la débrouillardise des jeunes dans divers contextes de sports de plein air et dans divers environnements extérieurs dont les éléments peuvent jouer un rôle important. Pour ce faire, l'élève y apprendra une multitude de techniques et de connaissances liées aux disciplines enseignées. Les aspects de la pratique sécuritaire et de la préparation à l'activité joueront aussi un rôle de premier plan tout au long du programme.</p>		
<b>ÉTAPE 1 (26 août au 4 novembre)</b>	<b>ÉTAPE 2 (14 novembre au 3 février)</b>	<b>ÉTAPE 3 ( 6 février au 22 juin)</b>
<p><b>Arbre en arbre</b> -Consignes de sécurité -Pratique sécuritaire</p> <p><b>Tir à l'arc</b> -Techniques et sécurité</p> <p><b>Orientation</b> -Lecture de carte -Lecture de boussole -Création d'une course</p>	<p><b>Jeux de poursuite en forêt</b> -Stratégies offensives set défensives</p> <p><b>Survie en forêt</b> -Abris sans matériel -Comment allumer un feu peu importe les conditions météorologiques -respect de la nature</p>	<p><b>Raquette et mini expédition</b> -multi utilisation de la raquette -préparation à l'expédition (Vêtements, nourriture, équipement)</p> <p><b>Ski hok</b> -Techniques -Pratique sécuritaire</p> <p><b>Randonnée</b> -Matériel requis / Sécurité</p> <p><b>Canot</b> -Techniques et travail d'équipe - Initiation à la préparation théorique d'une expédition de canot-camping</p>
<p><b>Cadre d'évaluation des apprentissages :</b> L'évaluation des apprentissages en plein air s'effectue en continu, tout au long de l'année scolaire. L'évaluation portera sur l'acquisition des <b>connaissances</b>, des <b>techniques</b> et des <b>notions de pratique sécuritaires</b> propres à une discipline et la compréhension, l'application ainsi que la mobilisation de celles-ci.</p>		
<b>ÉTAPE 1 (20%)</b>	<b>ÉTAPE 2 (20%)</b>	<b>ÉTAPE 3 (60%)</b>
Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations	Évaluations des compétences dans des situations d'apprentissages et d'évaluations

<b>NATURE DE L'ÉVALUATION EN COURS D'APPRENTISSAGE :</b>	
L'évaluation en plein air se fera par la réalisation de défis, de présentations d'équipes ou par des travaux de réflexions. Elle se fera aussi de manière continue, tout au long de l'année. Lors de chaque tâche, travail ou éducatif, l'enseignant observera la progression des élèves et consignera leurs niveaux d'atteintes de compétences à l'aide de grilles d'observations. C'est l'ensemble de ces évaluations qui permettront à l'enseignant de porter un jugement professionnel sur l'atteinte des compétences disciplinaires à la fin de l'étape ou de l'année.	
<b>ÉPREUVE MEQ DE FIN D'ANNÉE :</b> OUI <input type="checkbox"/> NON <input checked="" type="checkbox"/>	
COMPÉTENCE ÉVALUÉE : PONDÉRATION DANS LE RÉSULTAT FINAL :	DATE DE PASSATION :
<b>MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE (volume, notes, cahier d'exercices) :</b> -	
<b>APPROCHES PÉDAGOGIQUES :</b> L'élève vivra diverses situations d'apprentissages et d'évaluation ou il se trouvera au centre de ses apprentissages. Plusieurs approches pédagogiques y seront vécues, allant de l'exercisation du geste technique à l'intégration de tous les concepts techniques et stratégiques dans une situation de partie. En fin de situation d'apprentissage, l'élève devra notamment <b>développer divers plans d'action démontrant ses apprentissages</b> , comprenant phase de planification, une phase d'exécution et une phase de retour réflexif.	
<b>2- Compétences développées par l'élève et évaluées</b>	
<b>Connaissances</b>	<p><b>Arbre en arbre</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Savoir nommer, mettre et utiliser adéquatement le matériel de sécurité</li> <li>- Connaître les différentes manœuvres à effectuer lors du parcours d'arbre en arbre</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Tir à l'arc</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'importance de la posture, les muscles sollicités</li> <li>- Contrôle du souffle</li> <li>- Technique de tir</li> <li>- Tous les éléments de sécurités</li> </ul> <p><b>Orientation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lecture de carte</li> <li>- Lecture de boussole</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Jeux de poursuite en forêt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stratégies offensives</li> <li>- Stratégies défensives</li> </ul> <p><b>Survie en forêt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Créer un abri avec seuls les éléments de la nature</li> <li>- Construction d'un abri hivernal</li> <li>- Allumer un feu en plein air (toutes conditions météorologiques)</li> <li>- Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Raquette et mini expédition de quelques heures</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Multi utilisation de la raquette</li> <li>-Préparation à l'expédition (vêtements, nourriture et équipements)</li> </ul> <p><b>Ski hok</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Techniques de montée, descente, virage et de freinage</li> <li>-Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul> <p><b>Randonnée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Matériel technique idéalement requis</li> <li>-Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul>

	<p><b>Canot</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Différentes parties du canot et de la pagaie</li> <li>-Mise à l'eau et sortie de l'eau</li> <li>-Rôle de chacun</li> <li>-Propulsion, coup d'arrêt, coup en J, en C, appel et écart,</li> <li>-Récupération d'un canot en T</li> <li>-Technique efficace de portage</li> <li>-Préparation à une expédition (théorie)</li> <li>-Notions liées à la pratique sécuritaire</li> </ul>

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### ATTENTES DE L'ENSEIGNANT :

L'élève se doit d'avoir une attitude positive envers le cours et être préparé à vivre une période à l'extérieur, peu importe les conditions météorologiques.

Afin de maximiser ses apprentissages et de vivre des réussites, l'élève devra s'investir autant au niveau de l'engagement moteur, que de l'engagement cognitif. Pour favoriser le développement de tous, l'élève se doit aussi d'adopter une attitude respectueuse et inclusive par rapport à ses pairs.

### MESURES D'APPUI :

Possibilité de récupérations lors des heures du dîner (contacter l'enseignant au besoin).

### RÔLE DES PARENTS

- *Montrer une attitude positive à l'égard de la matière*
- *S'investir dans une démarche familiale visant à intégrer les activités de plein air aux habitudes de vie.*
- *Discuter avec votre enfant de ses apprentissages réalisés et assurer un suivi au regard des travaux à réaliser.*
- *Vérifier les notes (cotes) sur le Pluriportail pour voir l'évolution des résultats de votre enfant et également, pour suivre les différentes informations partagées.*
- *Communiquer avec l'enseignant(e) au besoin.*

