

Planification annuelle 2025-2026 secondaire 5

Éducation physique et à la santé	
Compétences développées par l'élève	
Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques Compétence 1	Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève sélectionne des actions et des enchaînements qui répondent aux contraintes de l'environnement physique. Il exécute les actions motrices et les enchaînements planifiés selon les techniques appropriées. Il démontre son efficacité motrice en tenant compte d'un nombre élevé de contraintes, en assurant une continuité dans ses actions ou ses enchaînements et en ajustant la direction et le rythme d'exécution selon le but visé. Il peut discerner 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.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques Compétence 2	Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève 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. 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.
Adopter un mode de vie sain et actif Compétence 3	Au cours de l'année, l'élève élabore des plans de pratique régulière d'activités physiques et d'amélioration ou de maintien de saines habitudes de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée de 20 à 30 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Il évalue sa démarche, ses plans, ses résultats, l'atteinte de ses objectifs et dégage les apprentissages réalisés.
Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer. Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.	

Matériel pédagogique (volumes, notes, cahiers d'exercices, etc.)	Organisation, approches pédagogiques et exigences particulières
Tout le matériel dont dispose le département d'éducation physique	La tenue sportive (t-shirt, short et pantalon de sport, autre que celui de l'école) est obligatoire ainsi que les souliers de course. Le hoodie, autre que celui de l'école, est accepté lorsque les cours d'éducation physique se déroulent à l'extérieur. Le port des vêtements appropriés à la piscine est requis durant l'année scolaire. Le téléphone cellulaire est strictement interdit en éducation physique.
Devoirs et leçons	Récupération et enrichissement
	Activités du midi tous les jours, selon l'horaire du département d'éducation physique Tournois intra muraux, selon l'horaire du département d'éducation physique. Récupération selon l'horaire de l'enseignant de votre enfant

Planification annuelle des moyens d'action 2025-2026

Étape	Date	Moyens d'action	Compétence	Évaluation
1 (20%)	29 août 2025 Au 7 novembre 2025	A) Entraînement physique B) Musculation C) Sports collectifs (basket-ball, soccer, volley-ball, hand-ball, flag foot-ball, etc...)	Compétence 1,2 et 3	Semaine du 13 et 20 octobre, Évaluation Cross-country (présence obligatoire) Cross-Country, 17 octobre 2025 Benjamin 3 km (élèves nés en 2012-2013-2014) Cadet 3,5 km (élèves nés en 2010 et 2011) Juvénile 4km (élèves nés en 2006-2007-2008-2009)
2 (20%)	10 novembre 2025 Au 30 janvier 2026	A) Piscine et musculation B) Badminton A) Sports collectifs (basket-ball, soccer, volley-ball, hand-ball, flag foot-ball, etc...)	Compétence 1 et 3 Compétence 2 et 3	Semaine du 15 décembre 2025 et la semaine du 26 janvier 2026
3 (60%)	2 février 2026 Au 22 juin 2026	A) Piscine et musculation B) Badminton C) Sports collectifs (basket-ball, soccer, volley-ball, hand-ball, flag foot-ball, etc...) D) Athlétisme	Compétence 1 et 3 Compétence 2 et 3	Semaine 23 février 2026 Semaine du 13 avril 2026 Semaine du 1 ^{er} et 8 juin 2026 Journée Olympique 10 juin 2026 (présence obligatoire)

Étant donné la disponibilité des plateaux, cette planification annuelle est sujet à changement et cela sans préavis.