

Éducation physique et à la santé

Patrice Cotnoir

Niveaux : Secondaire 2 et multi-sports

Adresse courriel : cotnoirp@csrs.qc.ca

C'est avec un très grand plaisir que je retrouve nos jeunes en cours. Le contexte de la première année à Montcalm pour nos secondaires 2 se déroule très bien pour le moment ☺. Voici quelques informations générales et la programmation pour l'année scolaire à venir.

Mon objectif premier est de donner le goût de bouger à nos élèves. Dans la mesure du possible, l'accent est mis sur la participation. J'attends de leur part de se donner dans la mesure de leur capacité individuelle. Je suis toujours à la recherche d'une ambiance de cours amicale et positive.

Étapes par niveaux

Nous fonctionnons avec un système de 4 étapes. Celles-ci toucheront autant de disciplines individuelles (agir) que collectives (interagir). S'ajouteront également des notions sur le thème de la santé en général (adopter un mode de vie sain et actif).

Secondaire 2 :

- Ultimate frisbee.
- Natation : Introduction au milieu aquatique.
- Badminton et basketball.
- Soccer et jeux habiletés.

Les étapes ne sont pas nécessairement dans l'ordre, votre jeune est au courant de quelle activité nous ferons pendant l'année.

Évaluation d'étape

Notre première étape se terminera le 5 novembre. D'ici la fin septembre, les élèves auront l'occasion de consulter la grille contenant les différents critères qui seront utilisés pour l'évaluation de fin d'étape. La première étape étant en sport collectif, ce sont plus particulièrement les paramètres de type "interagir" qui seront observés.

Évaluation de la condition physique

Nos élèves de niveau 3,4 et 5 seront soumis à une évaluation de leur condition physique 2 fois au cours de l'année, à la mi-octobre et au début du mois de mai. Il sera ainsi possible de vérifier où ils en sont à un moment précis et éventuellement, apprécier de quelle façon celle-ci évolue.

Matériel pour les cours

Une tenue vestimentaire adéquate est nécessaire pour participer aux cours. Lorsque nous sommes à l'extérieur, prévoir des vêtements en fonction de la température. Pour la piscine, il est possible de porter une camisole ou un t-shirt en plus du maillot de bain.

Sur ce, je vous souhaite une très belle année au pavillon Montcalm.

Pat