



Cours : PAL2OG-01 - Multisports 10e

Enseignant : Ann Lemire

PAL2O - Éducation physique et santé 10e			
Titre de l'unité	Notions / Contenus	Tâches sommatives et pondération	Durée
Activité et sports intérieurs (Handball, Lacrosse, DBL)	Approfondir ses habiletés motrices et stratégies de jeu, tout en assurant sa sécurité et la sécurité des autres	Observation technique et au jeu (1)	6 semaines
Activités et sports extérieurs (Randonnée raquette, curling, Ultime, flag/Gaelic football,)	Approfondir ses habiletés motrices et stratégies de jeu, tout en assurant sa sécurité et la sécurité des autres.	Observation technique et au jeu (1)	6 semaines
Participation active**	Participation à une variété d'activités physiques de façon soutenue. Faire preuve d'un comportement responsable afin d'assurer sa sécurité et celle des autres.	Observation et réflexion personnelle (1)	10 semaines
Santé - DLTA	Expliquer les facteurs qui influencent la prise de décisions. L'élève aura les outils pour pouvoir prendre des décisions réfléchies pour le bien-être de sa santé globale.	Projet(1)	2 semaines
Activité et sports Raquette (Ex: Pickleball, Badminton, Squash)	Approfondir ses habiletés motrices et stratégies de jeu, tout en assurant sa sécurité et la sécurité des autres.	Observation technique et au jeu (1)	6 semaines
Participation active** (Conditionnement physique et Jeux d'organisation simple et haltérophilie)	Fixer des objectifs spécifiques à son conditionnement physique ainsi qu'utiliser des stratégies créatives pour avoir du succès lors des jeux d'organisation simples. Participation à une variété d'activités physiques de façon soutenue. Faire preuve d'un comportement responsable afin d'assurer sa sécurité et celle des autres.	Observation et réflexion personnelle (1)	8 semaines
Évaluation finale (examen 30 %) :			

*



L'ordre et la durée des unités peuvent varier en fonction de la disponibilité des ressources et/ou des besoins des élèves. ** Il est important de noter que la participation sera évalué à tous les cours*

Les évaluations portent sur les 4 compétences suivantes:

Connaissances et Compréhension	20%
Habilité de la pensée	25%
Communication:	15%
Mise en application:	40%