



Cours : PLF 4M

Enseignant : Annie Girard

Leadership - PLF 4M			
Titre de l'unité	Notions / Contenus	Tâches sommatives et pondération	Durée
Unité 1: Activité pour une vie saine	- expliquer les bienfaits des activités récréatives sportives et non sportives qu'on pratiquera tout au long de la vie dans le contexte d'une vie active et saine, ainsi que les moyens utilisés pour se motiver ou pour motiver les autres - mettre en pratique les habiletés nécessaires pour planifier et coordonner un plan de mise en œuvre d'une activité de vie active et saine	Guide des activités récréatives sportives et non sportives (5) Étude d'intérêt, planification et animation d'une classe d'éducation physique (5)	4-6 semaines
Unité 2: Leadership	- analyser divers styles de leadership - exercer des habiletés en leadership dans des situations variées - décrire le processus de développement de la dynamique de groupe/ communication - démontrer des aptitudes de travail en équipe. - décrire le concept de mentorat	Analyse de différents style de leader - mentorat et communication(5)	3 semaines
Unité 3: Promotion des habitudes saines et prévention des blessures.	- décrire un mentor efficace pour une vie active et saine - utiliser les habiletés de mentorat pour appuyer les autres lors de l'élaboration et de l'exécution de leur plan de vie active et saine, outil qui contribue à leur bien-être. - décrire des habiletés qui permettent d'aider les autres dans des situations d'urgence pendant des activités de vie active et saine;	Planification et mise en oeuvre d'un tournoi et intramuros (5)	2-3 semaines (Durant le semestre)

	- mettre en œuvre un plan d'action pour une vie active et saine - décrire des méthodes de prévention des blessures et de premiers soins nécessaires dans le contexte d'une variété d'activités ayant trait à une vie active et saine		
Unité 4: Communication et dynamique du groupe	- décrire le concept et les facteurs du développement de la dynamique de groupe - décrire des stratégies qui influent la dynamique de groupe et qui améliorent l'efficacité du travail de groupe - communication efficace en équipe et gestion de conflit - décrire les facteurs motivationnels qui permettent de surmonter les obstacles qui pourraient entraver sa participation aux activités physiques récréatives et de vie saine à diverses étapes de la vie.	Test (5)	3 semaines
Unité 5: Activité planifiée et coordonnée	- L'élève planifie, participe et coordonne une activité de vie active et saine qui reflète les besoins et les champs d'intérêt des élèves de son école.	Participation active à toutes les activités animées. (5)	Tout au long du semestre
Évaluation finale (examen 30 %) : - évaluation écrite et pratique (organisation d'une activité)			

* L'ordre et la durée des unités peuvent varier en fonction de la disponibilité des ressources et/ou des besoins des élèves.