

À vos marques, prêts, partez...
dans la neige!

Éducation
physique



Activités
en classe



Activités
d'hiver

7-12

Niveau
scolaire

Équipements	Des pelles à neige, des objets pouvant servir d'obstacles (tapis, cerceaux, blocs, cordes, balles, etc.)
Objectif(s) pédagogique(s)	Travailler avec les membres de son groupe en vue de monter un parcours à obstacles dans la neige, incluant plusieurs stations; activer une variété d'habiletés motrices.
Consignes de sécurité pour la COVID-19	Rappelez aux élèves de maintenir une distanciation physique sécuritaire les uns des autres. Si vous utilisez des équipements partagés, nettoyez et désinfectez les équipements avant et après l'activité et au terme de chaque tour.

Stratégie d'enseignement inversé (facultative)

Dans une classe inversée, l'élève étudie, de manière autonome, la partie notionnelle du cours en amont de sa phase dirigée, consacrée pour l'essentiel à des exercices d'application menés par l'enseignant. Les élèves sont invités à maîtriser la découverte, la compréhension, et la rétention des contenus, puis le temps en classe est consacré à la mise en application, l'analyse, la synthèse, ou l'évaluation des contenus.

Avant de passer à la mise en pratique de l'activité durant le temps en classe, créez une vidéo à passer pour les élèves ou un document à distribuer présentant des idées pour monter un parcours à obstacles à la fois difficile et amusant à compléter. Vous pouvez passer des vidéos de courses d'obstacles bien connues comme la [Spartan Race Toronto](#) qui peuvent servir d'inspiration aux élèves dans la création de leurs propres parcours.



Description de l'activité

Si vous utilisez une approche d'enseignement inversé, révisez les notions que les élèves auront apprises ou révisées dans la vidéo ou le document. Si vous n'utilisez pas une approche d'enseignement inversé, Vous pouvez passer des vidéos de courses d'obstacles bien connues comme la [Spartan Race Toronto](#) qui peuvent servir d'inspiration aux élèves dans la création de leurs propres parcours.

Divisez les élèves en 4 groupes (deux groupes représentent le pôle Nord et deux groupes qui représentent le pôle Sud). Attribuez à chaque groupe une section de l'aire de jeu, dans laquelle le groupe va créer son parcours à obstacles. Expliquez aux élèves que chaque équipe va compléter chaque course d'obstacles, et l'objectif est de créer un parcours qui met les participants au défi, mais qui est en même temps agréable (c'est-à-dire, pas impossible) à faire. Les élèves sont encouragés à construire leurs obstacles avec de la neige, et se servir d'une variété d'autres d'articles d'appoint. Les élèves doivent essayer de créer des obstacles qui activent une variété d'habiletés motrices, pour passer par-dessus, par-dessous, à travers, ou autour de l'obstacle.

Pour augmenter le défi, vous pourriez chronométrer les participants. Les élèves peuvent être alors encouragés à comparer leurs chronos entre les différents parcours, ou essayer le même parcours deux ou plusieurs fois en vue d'améliorer leur chrono à chaque nouvel essai.

Compétences d'éducation physique



BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faciliter une variété d'activités physiques dans différents environnements.



RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies qu'ils peuvent appliquer dans une variété de contextes de mouvement, en s'exerçant à la pensée critique, la prise de décisions, et la résolution de problèmes.



RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies favorisant des relations saines et positives avec soi-même, avec autrui et avec l'environnement.



AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la maîtrise du mouvement et qui renforcent la confiance.



Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante du processus d'apprentissage dans un contexte d'éducation physique. Pensez à poser aux élèves les questions de réflexion suivantes, et discutez des réponses avec eux.

- *Lequel des parcours à obstacles a été le plus difficile? Et le plus agréable? Pourquoi?*
- *Si vous aviez la possibilité de refaire cette activité, quels éléments de votre parcours à obstacles est-ce que vous changeriez?*



Considérations sur l'inclusion

Il est possible de modifier une variété de dimensions de l'activité afin de favoriser la participation de tous et de toutes. À l'étape de planification, réfléchissez aux mesures que vous pourriez prendre pour favoriser l'inclusion, et les adaptations qui pourraient être apportées aux activités pour assurer la pleine participation de tous les élèves. Le cadre STEP propose des modifications aux dimensions suivantes de l'activité : site, tâche, équipements, et participants.

S Surface	T Tâche	E Équipement	P Participants
Si l'espace est limité, travailler avec la classe dans son ensemble pour créer un seul parcours à obstacles.	Monter vous-même une variété d'obstacles et inviter les élèves à s'exercer à passer par-dessus, par-dessous, à travers, et autour.	Éliminer les objets que les élèves doivent franchir/sauter dessus, et utiliser des équipements sur lesquels ils peuvent marcher (par exemple, des cercles en polymère).	Les élèves complètent chaque course d'obstacles avec un(e) partenaire.

Observation des objectifs pédagogiques

Voici des exemples de questions à vous poser pour évaluer la réalisation des objectifs pédagogiques :

- Est-ce que l'élève fait preuve d'une aptitude à travailler en équipe en collaborant avec son groupe dans la création de leur parcours?
- Est-ce que l'élève utilise une variété d'habiletés motrices pour compléter chaque course d'obstacles?
- Est-ce que l'élève relève le défi de réussir à franchir tous les obstacles aux différents parcours?

Lien avec l'apprentissage d'EPS à la maison

Les élèves peuvent être invités à faire chez eux l'activité suivante d'apprentissage d'EPS à la maison; cette même activité pourrait être modifiée pour une application en salle de classe, à titre de complément des activités pédagogiques prévues.

[Défi ultime de parcours à obstacles](#)