



Équipements	De la neige, un toboggan par équipe de 4 élèves, un témoin par équipe de 4 élèves (par exemple, le carton d'un rouleau d'essuie-tout, des bouts de nouille de piscine, etc.), des cônes
Objectif(s) pédagogique(s)	Participer à une course de relais, exercer les compétences de travail d'équipe, et travailler l'endurance.
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 pour faire le point sur les courses de relais. Encouragez les élèves à s'exercer aux techniques de passer et recevoir le témoin (par exemple, le carton d'un rouleau d'essuie-tout) avec un membre de leur famille.



Description de l'activité

Si vous utilisez une approche d'enseignement inversé, rappelez aux élèves de mettre en application les notions qu'ils auront apprises ou révisées dans la vidéo ou le document. Si vous n'utilisez pas une approche d'enseignement inversé, faites le tour d'horizon des courses de relais dans le contexte de l'athlétisme, incluant les stratégies et techniques pour passer et recevoir le témoin.

Avant de passer à l'activité, demandez aux élèves de travailler ensemble pour tasser la neige dans un terrain afin de créer une piste ovale avec une ligne de départ/d'arrivée. C'est au groupe de définir les dimensions de la piste. Ensuite, divisez la piste en quatre sections égales en posant un cône pour marquer le début de chaque section. Divisez les élèves en groupes de 4 et donnez à chaque groupe un le témoin et un toboggan. Demandez aux groupes de se mettre côte à côte à la ligne de départ/d'arrivée, avec les membres de chaque groupe en file indienne. Le premier membre de chaque groupe s'assoit sur le toboggan, avec le témoin sur les genoux.

Sur votre signal de départ, le premier relayeur de chaque groupe se déplace sur le toboggan, en poussant ou en pagayant, afin de parvenir à la prochaine section, définie par le cône. Une fois parvenus au cône, les relayeurs se mettent debout et complètent le tour de piste en courant, en tenant le témoin dans la main. En s'approchant à la ligne de départ/d'arrivée, ils se préparent à passer le témoin au prochain membre du groupe. Celui-ci prend le témoin et franchit la première section de la piste pour parvenir au toboggan déposé par le premier relayeur, se met sur le toboggan et se rend au prochain cône en poussant ou pagayant, puis quitte le toboggan, se met debout, et court le reste de la distance pour compléter le tour de piste et passer le relais au prochain membre du groupe. L'exercice se poursuit ainsi jusqu'à ce que le dernier relayeur fasse les trois quarts d'un tour de piste pour arriver au toboggan, puis se mette là-dessus pour franchir le dernier segment et arrive à la ligne de départ/d'arrivée.

Mettez les participants au défi et invitez-les à réfléchir à d'autres manières de faire une course de relais, puis essayez-les! Par exemple, les élèves pourraient façonner des obstacles sous forme d'amas de neige (comme des sortes de haies) que les coureurs devront sauter en faisant leur tour de piste.

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.

- Quel a été l'aspect le plus difficile de la course de relais pour toi ou ton équipe?
- Comment pourrait-on adapter la course de relais pour la faire sur la glace ou dans l'eau (en été)?



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
	Réduisez les dimensions de la piste.		Les élèves font la <u>marche athlétique</u> .		Les élèves se prévalent des équipements nécessaires pour compléter l'activité avec succès.		Les élèves se mettent en binômes et montent leur propre parcours à obstacles puis complètent la course ensemble.



Observation des objectifs pédagogiques

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

- Est-ce que l'élève réussit à passer et à recevoir le témoin?
- Est-ce que l'élève réussit à faire un tour de piste sans devenir essoufflé(e)?
- Est-ce que l'élève fait preuve d'une aptitude à travailler en équipe en encourageant et en aidant ses coéquipiers et coéquipières durant l'activité?

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