

# MOYENS D'INTÉGRER LES OPINIONS ET LES CHOIX DES ÉLÈVES DANS L'ENSEIGNEMENT ET L'APPRENTISSAGE



En donnant aux élèves la parole et le choix, nous leur donnons les moyens de prendre des décisions, jouer un rôle plus actif dans leur propre apprentissage, et défendre leurs intérêts en lien avec l'apprentissage. En encourageant les élèves à partager leurs intérêts et leurs perspectives, les expériences d'apprentissage deviennent d'autant plus authentiques et pertinentes. Cette ressource présente 10 idées faciles à mettre en œuvre pour activer la voix et le choix des élèves à travers une variété de contextes d'apprentissage.

Moyens d'intégrer les Opinions et Les Choix des Élèves dans L'enseignement et L'apprentissage  
ISBN: 978-1-927818-83-1

©2022 Éducation physique et santé Canada. Tous droits réservés. Aucune partie de cette ressource ne doit être reproduite, mémorisée dans un système de fichiers, ou transmise sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, notamment la reproduction électronique ou mécanique, y compris la photocopie, sans obtenir la permission écrite préalable d'EPS Canada.

## Dans vos efforts de donner plus de poids aux opinions et aux choix des élèves dans le contexte des cours d'éducation physique et à la santé :

- Commencez par quelques choix structurés et introduisez au fil du temps plus d'autonomie de choix pour les élèves
- Enseignez aux élèves comment faire des choix qui correspondent et qui répondront à leurs besoins, et offrez des rétroactions quant à l'efficacité des choix des élèves
- Veillez à ce que les choix prévoient un niveau de défi optimal et un apprentissage de qualité, pour satisfaire aux besoins de tous les élèves
- Offrez des choix différents aux élèves dans la même classe
- Utilisez les possibilités de choix pour les élèves aux fins de :
  - Activer les élèves
  - Autonomiser les élèves et les encourager à jouer un rôle de premier plan dans la gestion de leur parcours d'étudiant et de leur contexte d'apprentissage
  - Encourager le développement des compétences ainsi que le renforcement des liens
- Utilisez une variété de méthodes de rétroaction pour vous renseigner sur les réactions des élèves aux choix qui sont offerts, et pour engager les élèves à définir les choix qu'ils veulent avoir en classe.

### 10 idées pour intégrer les opinions et les choix des élèves

1. Choix d'activités d'échauffement
2. Choix d'équipements
3. Jours de choix
4. Choix de niveau de défi
5. Choix de type de compétition
6. Choix de but pédagogique
7. Choix de possibilités de leadership
8. Choix de définition d'objectifs
9. Choix d'évaluation
10. Choix de vestiaires/vêtements





# 1. Choix d'activités d'échauffement

Considérez la possibilité de délimiter les activités d'échauffement en fonction d'une période de temps, plutôt qu'un nombre particulier de tours de piste/de répétitions. Cela permet aux élèves d'adopter un rythme et une intensité qui leur conviennent, et en même temps leur éviter le sentiment d'être jugés par leurs camarades de classe (par exemple, si on est le dernier à compléter cinq tours de piste).

- Lors de faire des tours de piste pour s'échauffer, les élèves ont la possibilité de choisir le type de mouvement, en visant tous un même objectif global, par exemple : faire augmenter la fréquence cardiaque et le rythme respiratoire. Les élèves peuvent donc marcher rapidement, courir lentement, courir rapidement, sautiller, se déplacer de côté, danser, etc. pour une période de temps prédéfinie.
- Introduisez 3-4 variantes d'un exercice d'échauffement, recouvrant différents niveaux de difficulté. C'est aux élèves de choisir la variante qu'ils veulent faire. Par exemple, avec les pompes :
  - Baisser lentement le corps vers le sol à partir d'une planche en appui sur les orteils
  - Une pompe complète à partir d'une position agenouillée
  - Baisser le corps vers le sol à partir d'une planche en appui sur les orteils, puis faire une pompe à partir d'une position agenouillée
  - Une pompe complète en position de planche en appui sur les orteils
  - Une pompe de style « Spiderman » (rapprocher la cuisse et le coude lors de faire une pompe)
- Affichez une image fixe/montrez une image vidéo présentant les éléments d'un échauffement efficace (par exemple : l'affiche [Let's Warm Up](#) (en anglais seulement). Les élèves choisissent deux activités dans chaque colonne/section pour leur échauffement, ou [Darebee](#) (en anglais seulement), auquel cas, les élèves peuvent choisir une affiche d'échauffements).
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (comme par exemple un tableau magnétique) quant à l'efficacité de leurs choix pour s'échauffer et pour préparer le corps à la participation à l'activité physique.
- Invitez les élèves à se renseigner sur les meilleures pratiques en matière d'échauffement dans le cadre d'un sport spécifique ou une activité physique qu'ils aiment faire, et demandez-leur de partager leurs idées avec la classe.





## 2. Choix d'équipements

Considérez les types d'équipements qui correspondent le mieux aux besoins et aux capacités des apprenants individuels.

- Lors d'apprendre une habileté particulière (par exemple, une passe classique en dessus) d'un sport particulier (par exemple, le football) les élèves peuvent choisir entre une variété de ballons et de balles (à savoir, un ballon réglementaire, un ballon de format junior ou mini).
  - Conseil : avant de passer à l'activité d'apprentissage, utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (par exemple, l'exercice des quatre coins) quant au type de ballon qu'ils veulent utiliser pour la mise en pratique.
- Lors de développer l'endurance cardiovasculaire, offrez aux élèves un choix quant au type d'équipement qu'ils utilisent (par exemple, corde à sauter, vélo stationnaire, ballon de basketball ou de soccer) pour bouger à un niveau d'intensité modérée ou vigoureuse pour la période de temps indiquée.
- Commencez chaque cours par un défi de 5 minutes de 'développement des habiletés'. L'enseignant(e) (en collaboration avec les élèves) identifie une habileté. Les élèves choisissent alors l'équipement qu'ils veulent utiliser pour pratiquer cette habileté.

### Exemples :

- Habileté - volleyer  
Équipement - ballon de volleyball, mini ballon de volleyball, balles Aki, ballon de soccer
- Habileté - jongler  
Équipement - foulards, sacs de fèves, balles de tennis, bâtons
- Habileté - sauter à la corde  
Équipement - corde à sauter pour une personne, longue corde à sauter, corde fixée sur un bâton pour des sauts « hélicoptère », bandes élastiques

- Définissez l'objectif du jeu ou du défi (à savoir : envoyer un objet sur une cible en un minimum de tentatives) et les équipements disponibles (par exemple : raquettes et balles de tennis, ballon de volleyball, discs, ballon de soccer, foxtail). La règle de base est que chaque pièce d'équipement peut s'utiliser une seule fois. Les élèves choisissent l'ordre selon lequel ils utilisent les différents équipements, en fonction de leurs aptitudes et compétences, en vue de réussir le défi (exemple : [Dude Perfect All Sports Golf Battle](#))

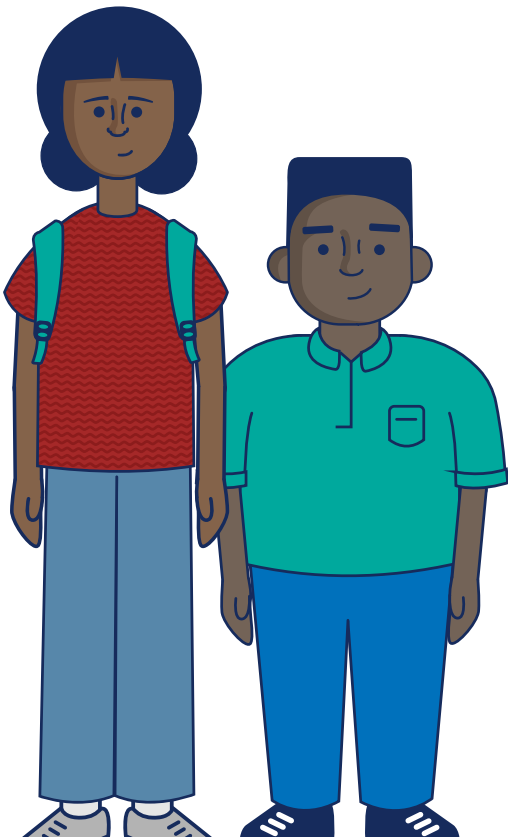




### 3. Jours de choix

Considérez la possibilité d'offrir des Jours de choix chaque semaine, chaque mois, ou à tous les deux mois.

- Aux 'vendredis libre choix' c'est aux élèves de choisir le type d'activité de mouvement auquel ils veulent participer. Commencez par proposer un choix de 2-3 activités (à savoir : double-balle, basketball, séance d'entraînement par intervalles à haute intensité) et progressez vers des activités proposées par les élèves. Pour chaque activité, il faut définir un espace sûr et suffisamment grand pour garantir que la participation se fera en toute sécurité, compte tenu du nombre d'élèves participants et du nombre et des types d'équipements requis.
- Programmez des cours de « sujets d'actualité en santé » durant lesquels les élèves sont invités à choisir un sujet d'actualité au thème de la santé, ou un enjeu qui touche la communauté, pour se renseigner sur la question, et tenir des débats ou des conversations.
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas, une boîte à suggestions est idéale) et définir les sujets qui seront abordés.
- Conjointement avec un(e) autre/d'autres enseignant(e)(s) et membres de la communauté, mettez en place un programme de différentes options d'activité physique, ouvertes à tous les élèves dans l'école, durant une période spécifique de la journée scolaire. Les élèves peuvent s'y inscrire en avance et indiquer leur choix d'activité physique.
- Créez un tableau de choix, une carte de bingo ou de tic-tac-toe pour présenter les différentes activités qui contribuent à un seul et même objectif pédagogique. Permettez aux élèves de choisir l'activité qui correspond le mieux aux besoins de chacun en tant qu'apprenant.





### 3. Jours de choix

#### Exemples :

**Objectif pédagogique :**  
améliorer la coordination œil – main

**Instructions :**  
choisis 3 activités ou + pour compléter en classe aujourd'hui pour renforcer tes habiletés et ta confiance

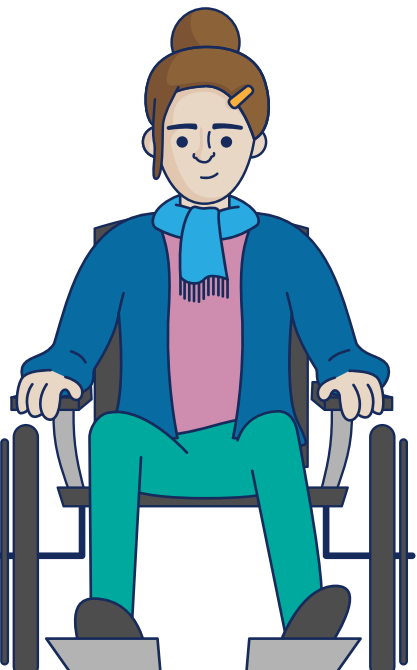
**Activités au tableau de choix :**

1. Jongler 2 ou 3 objets ou plus, en solo ou en duo
2. Défis bâton de hockey + balle
3. Jeu des osselets
4. Lancers d'anneaux
5. Défis raquette + balle
6. Lancer une balle contre le mur, incluant un défi dans l'angle des 2 murs
7. Défis avec une balle de tennis
8. Dribbler à l'araignée
9. Un défi de coordination de ta propre conception

**Objectif pédagogique :**  
renforcer les compétences et la confiance pour les jeux de territoire, notamment avec les instruments à long manche (par exemple, dans les disciplines de hockey en salle, crosse, ringuette, shinny, hockey sur gazon)

**Instructions :**  
choisis une activité à faire aujourd'hui pour renforcer tes compétences et ta confiance

1. Participe à une partie avec tes camarades de classe. La première moitié de la partie utilise un système de défense individuelle, et la deuxième moitié utilise un système de défense de zones.
2. Assume le rôle d'entraîneur en fournissant des stratégies et en faisant le point sur les tactiques déployées par les joueurs.
3. Choisis une habileté complexe qui est nécessaire pour réussir le jeu, et utilise une variété de stratégies (par exemple : rétroactions des pairs, analyse vidéo avec une liste de facteurs clés de la performance, pratiquer l'habileté par des conditions différentes) pour progresser.
4. Participe à une mini-partie avec tes camarades de classe en adaptant les dimensions du terrain de jeu et les règles du jeu pour correspondre à tes besoins d'apprentissage.





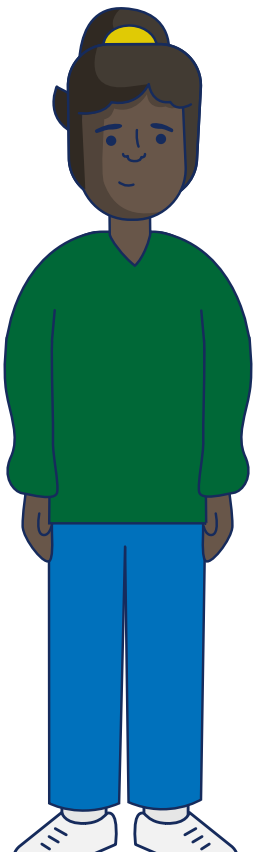
## 4. Choix de niveau de défi

Considérez les moyens d'optimiser le niveau de défi (c'est-à-dire : juste au-delà du niveau d'aptitude actuel, mais pas si difficile que le risque d'échec s'élève trop) pour les élèves individuels et pour les petits groupes d'élèves.

- À mesure que les élèves travaillent sur telle ou telle habileté motrice, ils peuvent choisir de relever les différents niveaux de défi affichés dans l'aire d'activité. Par exemple :
 

**Sais-tu appliquer la compétence ...**

  - quand ta fréquence cardiaque est élevée?
  - quand tu dois te déplacer rapidement?
  - quand tu dois changer de direction?
  - quand tu concours contre une autre personne?
  - quand tu dois appliquer une autre compétence immédiatement avant de passer à celle-ci?
- Lors de participer aux activités à faible niveau d'organisation, les élèves peuvent choisir le niveau d'intensité de jeu qui met au défi leurs aptitudes. Par exemple, ils peuvent jouer des parties du jeu de balle le chat et la souris dans lesquelles les deux partenaires se mettent à une distance de quelques mètres l'un de l'autre, et lancent une balle ou un ballon l'un à l'autre. Sur le signal de l'enseignant(e), le/la partenaire qui tient le ballon essaie de toucher son/sa partenaire avec la main, en continuant de porter le ballon. Sur le signal suivant, les binômes reprennent l'activité de lancer le ballon entre les deux. Et ainsi de suite. Les élèves peuvent s'entretenir avec leur partenaire pour déterminer la vitesse des déplacements (marcher rapidement, courir, sprinter) durant la phase de chat et souris.
- Lors de faire une activité de stations d'exercice, donnez un choix de deux activités ou plus pour chaque station. Par exemple, pour développer la souplesse musculaire, on a le choix de 'ceci' – maintiens un accroupissement profond, les deux pieds bien à plat, ou 'cela' – maintiens une position de pont. Dans cet exemple, les deux exercices développent la souplesse et la mobilité de différentes parties du corps. Les choix peuvent également être axés sur les différentes façons de développer la souplesse musculaire d'une seule et même partie du corps (par exemple, la mobilité des hanches peut être ciblée par un étirement des adducteurs en papillon, ou par une fente avant) ou bien proposez une variété de niveaux de difficulté pour le même exercice (par exemple, développer la mobilité des épaules en faisant des rotations en position de table (en se mettant sur les quatre pattes) ou en position de planche).
- Invitez les élèves à suggérer des modifications aux règles pour rendre un jeu plus difficile ou plus agréable (par exemple : moins de personnes sur chaque équipe, une aire de jeu élargie, jouer avec quatre équipes plutôt que deux, ajouter une cage devant le but, jouer avec un objet différent, imposer la règle que chaque participant doit recevoir une passe avant de tirer au but). Incorporez ces modifications à l'activité le lendemain.
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas, une fiche d'enquête) sur les modifications possibles aux règles.







## 5. Choix de type de compétition

Considérez comment et quand la concurrence s'avère utile pour augmenter la motivation et l'engagement des élèves, et pour enrichir l'expérience d'apprentissage.

- Lors de jouer des jeux, les élèves ont l'option de jouer des parties avec d'autres élèves qui souhaitent marquer le pointage, ou avec des élèves qui ne souhaitent pas marquer le pointage (et qui donnent la priorité à la participation).
- Lors de pratiquer une habileté (par exemple, le ski de fond en style classique) les élèves peuvent choisir des exercices qui sont compétitifs (par exemple, des courses chronométrées sur une variété de pistes) ou coopératifs (par exemple, travailler en groupe en vue de s'entraider les uns les autres à maîtriser le mouvement de transférer le poids d'une jambe à l'autre).
- Lors de jouer des mini-parties, proposez une variété de paliers de compétition d'un(e) terrain/zone/court à l'autre (Par exemple, les élèves qui se sentent prêts et qui veulent jouer à un niveau intensif et marquer le pointage restent en court 1; les élèves qui sont prêts à s'exercer physiquement mais qui veulent toujours un encadrement pour apprendre le jeu à mesure qu'ils jouent, ce qui pourrait inclure des possibilités de refaire le service, la passe, ou le tir, se rassemblent en court 4)
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas-ci, un sondage marche très bien) pour vous renseigner sur le niveau de compétition que les élèves préfèrent pour les activités d'apprentissage prochaines.





## 6. Choix de but pédagogique

Réfléchissez aux différentes manières par lesquelles les élèves peuvent réaliser leurs objectifs d'apprentissage, en misant sur leurs intérêts, leur style d'apprentissage, leurs aptitudes, leurs buts individuels, et leurs antécédents.

- Lors d'un module portant sur le mieux-être holistique, donnez aux élèves un choix de stations d'activité (par exemple : une séance de méditation guidée, un exercice de relaxation progressive des muscles, une séance de yoga)
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (un inventaire des intérêts ou une échelle d'évaluation) pour vous renseigner sur les types d'activités et de stations de bien-être auxquels les élèves s'intéressent.
- Lors d'apprendre une habileté particulière (par exemple, jongler des objets avec un partenaire), les élèves peuvent choisir la stratégie pédagogique la mieux adaptée à leur style d'apprentissage. Par exemple, l'instruction directe (par l'enseignant(e) ou en ligne/ en vidéo), l'auto-évaluation en vidéo, ou l'apprentissage coopératif dans un groupe de 4-6 élèves.
- Lors d'apprendre les tactiques et les stratégies utilisées dans une catégorie de jeux spécifique (par exemple, cibler les espaces ouverts dans le cadre des jeux au filet/ mur), les élèves ont le choix de trois jeux différents. Tous les jeux dans l'exemple qui suit peuvent se dérouler sur un court de badminton avec un filet :
  - Le takraw, qui utilise une balle takraw ou une autre balle de petite taille, frappée avec le pied
  - Le tennikoit, qui utilise un anneau en caoutchouc ou un palet qui est lancé et attrapé dans la main
  - Le badminton, qui utilise un volant frappé par une raquette
- Tout au long de l'année ou le trimestre, lors de réfléchir aux aspects de la forme physique en relation directe avec la santé et avec les expériences de mouvement progressivement plus sophistiquées, les élèves ont l'option de choisir des activités qui contribueront à la poursuite des objectifs qu'ils ont eux-mêmes définis. Par exemple, les élèves explorent et analysent les effets de la souplesse musculaire en participant aux séances de yoga et aux jeux inuit de coup de pied haut dans l'air; et ils se renseignent sur les mouvements de lancer et de frapper lors de participer aux jeux de frappe et au champ. Un(e) élève qui s'est fixé l'objectif personnel de développer la souplesse musculaire choisit alors les activités les plus susceptibles de développer l'amplitude des mouvements de l'/des articulation(s) ciblée(s).

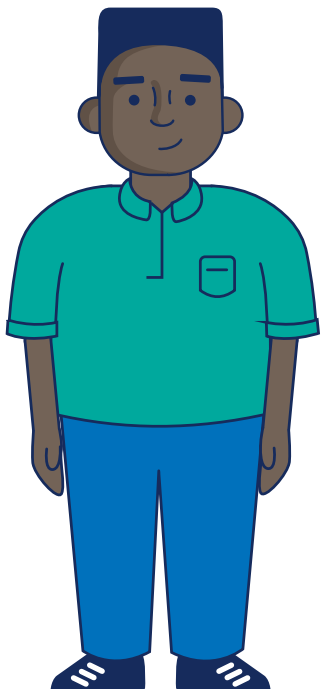




## 7. Choix de possibilités de leadership

Réfléchissez aux types de possibilités de développer les aptitudes de leadership, de confiance en soi, et d'empathie. Mettez les élèves au défi pour répondre aux situations difficiles ou changeantes, pour tisser et renforcer les liens, et pour faire preuve de créativité.

- Prévoyez des 'Jours de partage' tout au long de l'année, où un(e) élève ou un groupe d'élèves démontre une habileté ou une autre activité de mouvement dans laquelle ils ont une certaine expertise/expérience.
- Lors de créer un jeu, un défi de mouvement, ou une pause d'activité physique, les élèves peuvent choisir un public cible (par exemple, les retraités, les élèves en 1ère et 2ème année, les élèves de 6ème année dans une école primaire voisine, les parents) puis enseigner cette activité au public cible.
- Les élèves d'école secondaire peuvent rejoindre des cours d'éducation physique en école primaire selon un horaire désigné (par exemple, une fois par semaine, une fois par mois, deux fois par année) pour encadrer une activité de mouvement (par exemple : créer un parcours d'obstacles ou un jeu pour le groupe dans son ensemble), démontrer les habiletés motrices (par exemple, des exercices de lancer/attraper avec un partenaire), ou faire des activités de mentorat en matière d'aptitudes sociales.
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (exercice de réflexion-discussion-partage) pour vous renseigner sur les acquis des élèves et les compétences qu'ils souhaitent renforcer avant d'assumer le rôle de leadership auprès des élèves plus jeunes.





## 8. Choix de définition d'objectifs

Réfléchissez aux meilleures pratiques pour soutenir les élèves dans la définition d'objectifs spécifiques et l'acquisition des compétences (par exemple, la motivation, la résilience, la conscience de soi, la détermination) requises pour réaliser les objectifs.

- Sur la base des rétroactions de l'enseignant(e) ou des pairs, ou en analysant des vidéos de leur propre performance, les élèves peuvent fixer un objectif de court terme pour améliorer la performance au fil des prochains cours. L'objectif peut se rapporter à la performance individuelle ou d'équipe dans une activité, un jeu, ou un sport.
- Après avoir étudié les éléments de la forme physique étroitement liés à la santé (par exemple, l'endurance cardiovasculaire, l'endurance musculaire, la force musculaire, la souplesse) au cours de l'année/du trimestre, les élèves peuvent définir un objectif d'améliorer un aspect de la forme physique lié à la santé qu'ils trouvent particulièrement pertinent, en intégrant des principes de mise en forme (par exemple : surcharge, progression, spécificité, réversibilité, récupération) dans la conception de leur plan d'amélioration.
- Lors d'apprendre un jeu ou un sport spécifique (par exemple, le volleyball), les élèves peuvent choisir la compétence particulière (par exemple : servir, passer, faire une passe d'attaque, bloquer) en vue de formuler et fixer un objectif d'amélioration de la performance. Les élèves qui ont choisi la même compétence (par exemple, servir) peuvent travailler ensemble pour définir les facteurs clés de la performance, analyser les performances, et pratiquer les compétences dans le but de réaliser les objectifs individuels (par exemple : réussir 90% des services flottants durant une partie; faire passer par-dessus le filet 8 services bas sur 10; envoyer des services au-dessus de l'épaule sur une cible définie par l'entraîneur/un coéquipier).
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas-ci, la relation d'histoires personnelles marche bien) pour traduire l'expérience de travailler ensemble en vue de réaliser un objectif de mouvement.
- Après avoir étudié une variété de mouvements et après avoir participé à plusieurs activités visant à développer l'aptitude physique et les compétences y afférant (par exemple, l'agilité, l'équilibre, la coordination, le temps de réaction, la puissance, la vitesse), les élèves peuvent créer un défi de mouvement ciblant un aspect particulier de l'aptitude physique et les compétences y afférant. Les élèves devraient choisir un aspect de performance qu'ils ont bien maîtrisé. Au terme de l'exercice de conception de défi de mouvement, partagez les activités avec la classe (et éventuellement avec des élèves dans une autre classe ou une autre école qui travaillent sur un projet similaire). Parmi les options de défis de mouvement, les élèves peuvent choisir un défi qui contribuera à leur développement personnel, et fixer un objectif d'amélioration de la performance basé sur ce défi. Dans la mesure du possible, les élèves peuvent s'entretenir avec l'auteur du défi de mouvement choisi pour recevoir un encadrement dans la progression vers l'objectif.

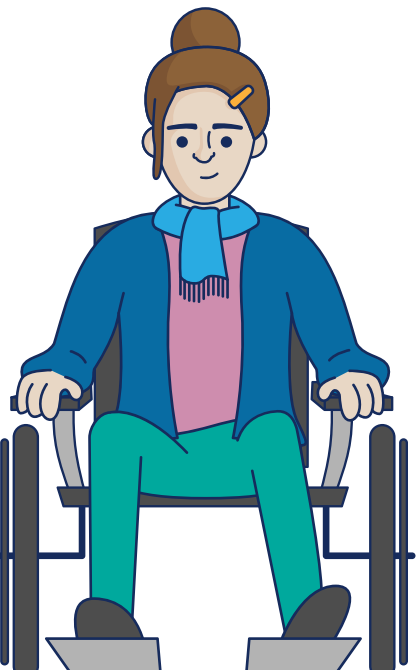




## 9. Choix d'évaluation

Réfléchissez à l'authenticité et à la pertinence des pratiques et critères d'évaluation pour tous les élèves, notamment dans l'optique de la progression de l'apprentissage.

- Proposez une variété de moyens par lesquels les élèves peuvent démontrer leurs connaissances et leurs acquis (par exemple : vidéos, conversations avec l'enseignant(e), analyse de la performance, encadrement par des pairs) en lien avec l'objectif pédagogique.
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas, les conversations enseignant(e)-élève ou les groupes de discussion sont un bon choix) sur le nombre et les types d'options d'évaluation, de manière à activer les élèves dans le processus sans pour autant les submerger dans les détails.
- Lors d'étudier un sport spécifique (par exemple, le cricket) ou un groupe de sports dans une catégorie particulière (par exemple, les jeux de frappe et de champ) les élèves peuvent choisir si leur évaluation porte sur une compétence (par exemple, la qualité des lancers durant une partie) ou sur une tactique (par exemple, travailler ensemble avec les coéquipiers pour couvrir l'espace).
- Plutôt que de prévoir des tests d'aptitude physique et traduire les résultats obtenus en notes exprimées en pourcentage, fixez des critères d'évaluation basés sur le développement et la progression vers des objectifs définis par les élèves et ayant une pertinence personnelle. Les élèves peuvent décrire le point focal de leur objectif pour démontrer leur compréhension du processus. Les critères d'évaluation peuvent inclure :
  - Je suis capable de définir un objectif spécifique et ayant une pertinence personnelle pour améliorer mon aptitude fonctionnelle.
  - Je suis capable de mettre en application 3 principes d'entraînement ou plus pour décrire les moyens de progresser vers la réalisation de mon objectif.
  - Je suis capable d'expliquer les bénéfices à la fois holistiques et personnels associés à l'amélioration de mon aptitude fonctionnelle.
- Collaborez avec les élèves en vue d'élaborer des critères d'évaluation qui prévoient un choix :
  - Définissez trois critères d'évaluation pour une tâche d'apprentissage, dont deux sont obligatoires pour tous les élèves et le troisième est au choix de l'élève individuel.
  - Élaborez un barème d'évaluation incorporant des options ou choix où les élèves proposent le(s) critère(s) à ajouter aux fins de continuer de développer leurs habiletés et repousser leurs limites dans un contexte qui leur est pertinent.





## 9. Choix d'évaluation

Exemple : stratégies et tactiques d'équipe aux jeux au filet/au mur :

### Niveau 1 :

Nous avons de la difficulté à jouer le jeu. Notre niveau d'aptitude actuel ne nous permet pas de maintenir des échanges. Nous ne bougeons pas beaucoup quand nous ne sommes pas en possession de l'objet. Ce n'est pas (encore) une activité que nous trouvons agréable!

### Niveau 2 :

Nous réussissons certaines (2 ou +) tactiques offensives et défensives, mais pas de manière constante, et pas toujours au moment opportun.

### Niveau 3 :

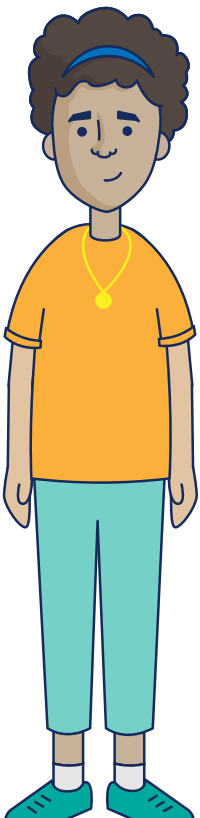
Nous exécutons régulièrement la plupart (5 et plus) des tactiques offensives et défensives, et nous sommes en mesure de proposer de nouvelles tactiques pouvant améliorer la performance de notre équipe.

### Niveau 4 :

Nous sommes capables de nous réorienter et continuer à jouer quand il y a un changement de joueurs et/ou de règles.

### Niveau 5 :

Critères proposés et négociés par les élèves en vue d'approfondir les connaissances et repousser les limites individuelles.

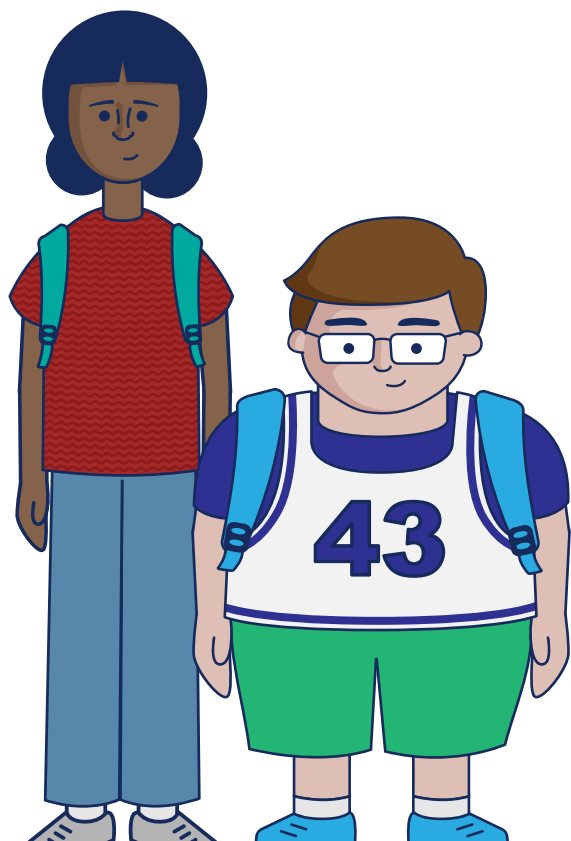




## 10. Choix de vestiaire/de vêtements

Réfléchissez aux raisons pourquoi les élèves sont obligés de changer de vêtements pour participer aux cours d'éducation physique, et considérez des adaptations créatives pour mettre tous les élèves plus à l'aise.

- Désignez une variété d'espaces (par exemple: vestiaires, cabinets de toilettes, toilettes individuelles ou unisexes) dans lesquels les élèves peuvent changer de vêtements.
  - Conseil : utilisez une stratégie pour recueillir les rétroactions des élèves (en ce cas, un journal personnel/document de réflexion marcherait bien) sur l'efficacité des vestiaires traditionnels et alternatifs pour encourager un sentiment de sécurité.
- Offrez aux élèves la possibilité de ne pas changer de vêtements pour participer aux cours d'EP. Discutez avec la classe les incontournables pour une participation sécuritaire aux activités de mouvement (à savoir : des chaussures convenables, des vêtements qui sont sans ceintures ou chaînes), les raisons pourquoi ces exigences sont en place, et comment y parvenir sans le besoin de changer dans les vestiaires.
- Collaborez avec les élèves aux fins de concevoir les espaces pour changer de vêtements (par exemple, l'aménagement d'intérieur, les meubles, les images et textes affichés au mur, les règles et les attentes) qui sont inclusifs, positifs, et sûrs pour tous les élèves.





# Élaborer un contrat social pour la classe :

## Étapes

### 1<sup>ère</sup> étape :

Définissez le support/le moyen (par exemple : papier pour affiche et marqueurs, technologies - [Padlet](#), [Pear Deck](#)) qui s'emploiera pour transcrire/enregistrer les pensées et idées des élèves.

### 2<sup>ème</sup> étape :

Amorcez la discussion en posant 3-4 questions qui amèneront les élèves à s'exprimer sur les éléments qu'ils apprécient et valorisent dans leurs expériences d'apprentissage en classe. Divisez les élèves en petits groupes pour discuter les questions, et demandez-leur de cerner les thèmes communs qui ressortent. Cet exercice fera la lumière sur les thèmes qui sous-tendent les valeurs de l'apprenant et de l'apprentissage.

Pour les classes d'éducation physique et d'éducation à la santé, les questions pourraient inclure :

- Qu'est-ce qui te pousse à participer activement à ce cours?
- De quoi avez-vous besoin les uns des autres pour apprécier et réussir votre expérience dans ce cours?
- De quoi as-tu besoin de l'enseignant(e) pour te permettre de réaliser un état optimal de bien-être physique, mental, émotionnel, et spirituel dans ce cours?
- Dans ce cours, comment se manifeste le soutien mutuel?
- Comment est-ce que tu désires que je te traite?
- Comment, à ton avis, est-ce que les camarades de classe devraient se traiter les uns les autres?
- Comment, à ton avis, est-ce que je désire être traité(e)?
- Quelles seraient les manifestations de l'inclusion et de la pleine participation de toutes et de tous dans notre contexte d'apprentissage?

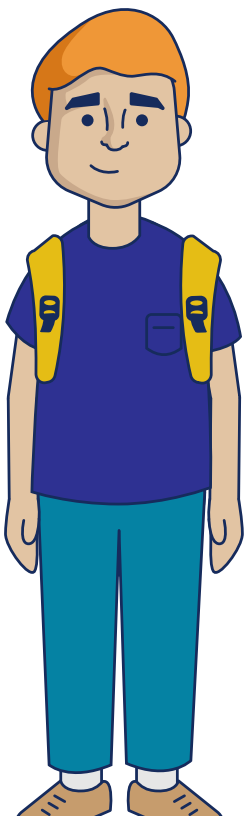
### 3<sup>ème</sup> étape :

Avec la classe dans son ensemble, demandez à chaque groupe de faire le point sur les thèmes communs qu'il a notés.

### 4<sup>ème</sup> étape :

Demandez aux élèves de cerner les valeurs/thèmes communs présentés par les différents groupes, et en faire la synthèse pour établir les valeurs pour accompagner la classe.

- Encouragez un vocabulaire positif, axé sur les points forts, soulignant ce qu'on va et veut faire et non pas ce qu'on ne va pas ou ne veut pas faire.





# Élaborer un contrat social pour la classe :

## Étapes

### 5<sup>ème</sup> étape :

Sur la base de ces valeurs communes, invitez les élèves à élaborer des règles qui sont acceptables à tous les membres de la classe. Pour faciliter la discussion, l'enseignant(e) peut poser des questions telles que :

- Quelles sont des règles qui sont incontournables, à votre avis?
- Quelles règles pensez-vous que je (l'enseignant(e)) vais identifier comme absolument nécessaires?
- Qui devrait être chargé de veiller au respect des règles?
- Si nous cherchons à former une communauté compatissante et coopérative, comment faire pour nous appuyer mutuellement même si une règle est violée?

### 6<sup>ème</sup> étape :

Pour amener les élèves à définir les conséquences de la violation des règles du contrat, l'enseignant(e) peut poser des questions telles que :

- Comment réagir quand une règle est violée?
- Si c'est une règle ... quelles seraient les conséquences appropriées pour une violation?
- Est-ce que les conséquences devraient être différentes pour la violation de différentes règles?
- Qui devrait être chargé de définir et appliquer les conséquences?

### 7<sup>ème</sup> étape :

Rassemblez les réponses et faites la synthèse pour élaborer une ébauche de contrat social pour la classe.

### 8<sup>ème</sup> étape :

Quand vous aurez achevé la version finale du contrat social, concrétisez l'engagement en invitant les élèves à y apposer leurs signatures, puis affichez ou distribuez une version papier du document.

### 9<sup>ème</sup> étape :

Reportez-vous régulièrement au contrat social tout au long de l'année. Par exemple :

- Avant de jouer des jeux ou de faire des activités en groupe
- Après les périodes de vacances ou une pause dans l'apprentissage
- Quand le contexte d'apprentissage change (quand on quitte le gymnase ou la salle de classe et passe à l'extérieur ou quand on visite une installation communautaire)
- Avant d'aborder une tâche d'apprentissage qui va poser un défi aux élèves
- Quand une révision est de mise.

À la recherche d'autres ressources portant sur l'apprentissage centré sur l'élève? Rendez-vous au site [eps-canada.ca](http://eps-canada.ca).

