



WINNIPEG SCHOOL DIVISION

# Évaluation des habiletés motrices fondamentales

(De la maternelle à la 5e année)



## Table des matières

<b>Remerciements</b> .....	<b>ii</b>
<b>Introduction</b> .....	<b>iii</b>
<b>Collecte des données d'évaluation</b> .....	<b>1</b>
<b>Notation du rendement de l'élève</b> .....	<b>2</b>
<b>Suggestions d'organisation</b> .....	<b>3</b>
<b>Habilités motrices fondamentales</b>	
<b>Courir</b> .....	<b>4-7</b>
<b>Sauter</b> .....	<b>8-11</b>
<b>Sauter à cloche-pied</b> .....	<b>12-14</b>
<b>Galoper</b> .....	<b>15-17</b>
<b>Sautiller</b> .....	<b>18-20</b>
<b>Faire rouler</b> .....	<b>21-24</b>
<b>Faire rebondir un ballon</b> .....	<b>25-27</b>
<b>Attraper</b> .....	<b>28-31</b>
<b>Lancer par-dessous l'épaule</b> .....	<b>32-35</b>
<b>Lancer par-dessus l'épaule</b> .....	<b>36-39</b>
<b>Frapper</b> .....	<b>40-43</b>
<b>Donner un coup de pied</b> .....	<b>44-47</b>
<b>Équilibre statique</b> .....	<b>48-50</b>
<b>Équilibre dynamique</b> .....	<b>51-53</b>
<b>Annexes</b> .....	<b>54-57</b>
<b>Glossaire/Matériel</b> .....	<b>58</b>
<b>Documents de référence</b> .....	<b>59</b>

## Remerciements

La Division scolaire de Winnipeg (DSW) tient à remercier les membres du comité sur les habiletés motrices fondamentales de leurs contributions professionnelles à la création du présent document :

Rodger Lourenzo	Enseignant d'éducation physique	École Victoria Albert School
Leslie Parsons	Enseignant d'éducation physique	Isaac Brock School
Tim Strachan	Enseignant d'éducation physique	Principal Sparling School
Danelle Thomson	Enseignant d'éducation physique	Greenway School
Dave Bard	Conseiller en éducation physique	

Nous remercions tous les spécialistes en éducation physique du primaire de la DSW de leurs commentaires et de leur soutien tout au long du processus.

Nous remercions en particulier les élèves de l'École Victoria Albert School de leur intérêt, de leur détermination et de leur contribution à l'affiche et à la série vidéo.

## Introduction

Les habiletés motrices fondamentales sont les pierres angulaires du savoir-faire physique. Les personnes qui acquièrent les habiletés motrices fondamentales bougent avec aisance et confiance et peuvent se livrer à une large gamme d'activités physiques. L'acquisition de ces habiletés peut donc contribuer à l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

La présente évaluation des habiletés motrices fondamentales a pour objet de déterminer le degré de développement des habiletés de chaque élève. Ceux et celles chez qui les mouvements ne sont pas maîtrisés auront des possibilités stratégiques d'approfondir leur apprentissage.

Les évaluations des habiletés motrices fondamentales sont effectuées aux niveaux scolaires suivants :

- M - 3 Courir, sauter, sauter à cloche-pied, galoper, sautiller et équilibre statique.
- 2 - 5 Faire rouler un ballon, faire rebondir un ballon, attraper, lancer par-dessous l'épaule, lancer par-dessus l'épaule, frapper et donner un coup de pied.
- 4 - 5 Équilibre dynamique.

## Collecte des données d'évaluation

### Introduction

L'évaluation des habiletés motrices fondamentales permet au personnel enseignant de recueillir des données sur le degré de développement des habiletés motrices fondamentales d'une ou d'un élève et d'utiliser ces données pour planifier son enseignement. Par la répétition et les exercices délibérés, les élèves acquerront de l'aisance et de la confiance dans leurs mouvements. Les élèves qui maîtrisent les habiletés motrices fondamentales sont capables de participer à diverses activités physiques dans des contextes multiples et peuvent ainsi mener un mode de vie sain et actif.

### Attentes et processus

- Il appartient à l'éducateur ou à l'éducatrice physique de la classe d'évaluer les élèves.
- L'enseignante ou l'enseignant remplit la liste de contrôle fournie pour chaque habileté et en garde une copie pour ses dossiers.
- Les preuves de l'apprentissage qu'il ou elle aura réunies serviront à déterminer les points forts et les points faibles des élèves sur le plan moteur et à prévoir les étapes suivantes.
- L'enseignante ou l'enseignant remplit la feuille de collecte des données et y résume les notes des élèves.
- Une fois la feuille de collecte de données remplie, l'enseignante ou l'enseignant en garde une copie et envoie l'original au responsable des évaluations de son école.
- Les données d'évaluation seront réunies et transmises à la Division deux fois par année (avant/après).
- **Le service de recherche et de planification enverra les feuilles de collecte de données au responsable des évaluations de l'école au cours de la dernière semaine de septembre (avant) et de la dernière semaine d'avril (après).**
- Les données d'évaluation établies à l'automne sont recueillies le plus rapidement possible au trimestre d'automne. Les feuilles sont remplies et envoyées au responsable des évaluations de l'école au plus tard le 31 octobre (M-5).
- Les données d'évaluation établies au printemps sont recueillies et envoyées au responsable de l'évaluation de l'école au plus tard le 31 mai (M-5).
- L'enseignante ou l'enseignant responsable des évaluations envoie les feuilles de collecte de données au service de recherche et de planification.

### Établissement des rapports

Tout au long de l'année, le personnel enseignant doit utiliser les critères inscrits sur les listes de contrôle pour recueillir des données sur les habiletés motrices fondamentales et documenter, au fur et à mesure, l'apprentissage. L'information recueillie servira à établir des rapports et sera communiquée à l'élève et à ses parents ou tuteurs. Le personnel enseignant doit utiliser cette information pour planifier son enseignement et élaborer des programmes qui répondent aux besoins des élèves.

## **Notation du rendement des élèves**

Chaque section sur les habiletés motrices fondamentales comprend une tâche d'évaluation pour chaque année et une liste de contrôle des habiletés qui précise les critères de rendement.

### **Étape n° 1 : Liste de contrôle des habiletés**

- Lorsque l'élève effectue la tâche évaluée, l'enseignante ou l'enseignant coche les critères d'habileté observés.
- Une ou un élève obtient une note M (maîtrise) si tous les critères de rendement sont observés.
- Une ou un élève obtient une note D (en développement) si l'un ou l'autre des critères n'est pas encore observé.

Par exemple, en courant, un élève peut savoir entrer en phase de suspension, le genou élevé, et les bras opposés aux jambes, sans que ces derniers forment un angle de 90 degrés. Il serait noté D (en développement) et on lui donnerait des stratégies d'enseignement et des possibilités pour les étapes suivantes.

### **Étape n° 2 : Feuille de collecte des données**

- L'enseignante ou l'enseignant qui procède à l'évaluation transcrit les notes (M ou D) de la liste de contrôle de chaque habileté sur la feuille de collecte des données.
- Pour recevoir un M (maîtrise) dans une catégorie d'habiletés (locomotion, manipulation, équilibre), l'élève doit montrer qu'il maîtrise toutes les habiletés évaluées.
- Si l'élève ne maîtrise pas toutes les habiletés, il reçoit la note D (en développement) dans la catégorie d'habiletés.

### **Notation globale**

- Pour obtenir M (maîtrise) dans la colonne de la note globale, l'élève doit montrer qu'il maîtrise toutes les habiletés évaluées.
- Si l'élève n'obtient pas la note M pour toutes les habiletés, il obtient une note globale de D (en développement).
- Il faut noter que si un élève reçoit une évaluation globale de M à l'évaluation de l'automne, son nom ne figurera pas sur la feuille de collecte des données envoyée pour l'évaluation du printemps.

La feuille de collecte des données est envoyée à la ou au responsable de l'évaluation de l'école. Vous trouverez des exemples à titre informatif en annexe.

## Suggestions d'organisation

Selon la tâche, le lieu et le nombre d'élèves à évaluer, diverses stratégies d'organisation sont possibles pour faciliter la collecte de données sur les habiletés motrices fondamentales.

### Activité de l'ensemble du groupe

- Certaines habiletés peuvent être évaluées au cours d'une activité à laquelle toute la classe participe. Par exemple, les élèves peuvent montrer qu'ils savent courir ou sautiller en faisant le tour du gymnase ou en jouant à un jeu. L'enseignante ou l'enseignant doit se concentrer sur quelques élèves à la fois si elle ou s'il utilise cette méthode.

### Équipes

- Certaines habiletés peuvent être évaluées pendant que les élèves effectuent la tâche en équipe. Par exemple, lancer et attraper peuvent se faire en équipe. Il est recommandé de demander aux élèves de lancer tous dans la même direction si l'enseignante ou l'enseignant a recours à cette stratégie.

### Formation en rangs

- Les élèves sont regroupés en petits nombres (de quatre à six) et la moitié du groupe est d'un côté de l'espace, en file. L'autre moitié est de l'autre côté de l'espace, en file aussi et face au reste du groupe. À tour de rôle, les élèves passent de l'autre côté de l'espace en effectuant une tâche et vont se placer au bout de la file. Ils peuvent faire la démonstration d'habiletés de locomotion, par exemple galoper, et l'enseignante ou l'enseignant peut se concentrer sur un groupe à la fois.

### Postes d'activité

- L'espace est divisé en zones ou grilles ayant chacune un poste d'activité différent. En petits groupes, les élèves passent d'un poste à l'autre. L'enseignante ou l'enseignant demeure à un poste et évalue les élèves qui effectuent la tâche. Elle ou il doit se placer pour voir tout l'espace. Les activités choisies, autres que celles qu'évalue l'enseignante ou l'enseignant, doivent ne présenter aucun danger pour que les élèves puissent la réaliser sous peu de surveillance.



# COURIR

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « courir »

### Action

- Courir avec la jambe d'appui en extension durant la phase de suspension
- Le genou avant est bien élevé
- Les bras font des mouvements de va-et-vient opposés aux jambes
- Les bras forment un angle de 90°

## 2. Tâches d'évaluation






**M** Courir en ligne droite (20 m, à toute vitesse).

### Années

- 1 Courir en ligne droite (20 m, à toute vitesse).
- 2 Courir autour de cônes, à toute vitesse.
- 3 Courir autour de cônes, à toute vitesse.



### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « courir »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• traîner les pieds.</li> </ul>	 d'exagérer la hauteur du genou. Signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « genou élevé ».
<ul style="list-style-type: none"> <li>• poser lourdement les pieds à plat sur le sol.</li> </ul>	 de pousser à partir de la pointe des pieds et de courir avec légèreté.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• trop se pencher en avant.</li> </ul>	 de balancer les bras tout en marchant sur la pointe des pieds et de garder le corps aussi droit que possible.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas opposer les bras aux jambes.</li> </ul>	 de commencer à marcher en se concentrant sur le mouvement de va-et-vient des bras opposés aux jambes, puis de passer au jogging et à la course.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• balancer les bras d'un côté et de l'autre.</li> </ul>	 de se tenir debout, immobiles, et de plier les bras à 90 degrés sans franchir la ligne du centre. Les mains doivent toucher légèrement les hanches. Signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « le dessus des mains devrait se déplacer des yeux aux hanches ».

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « courir »

- **Courir avec un partenaire**

Technique mettant l'accent sur l'entraînement contrôlé

- a) courir et changer de place
- b) courir et revenir à la place initiale

- **Courir à la suédoise « Swedish Run »**

**Matériel :** Quatre bancs

Les bancs sont placés de façon à former un carré. Les élèves s'assoient à côté d'un partenaire sur le banc. Chacun des partenaires court une fois autour du périmètre du carré, revient s'asseoir à côté de son partenaire qui doit, à son tour, courir autour du carré. À exécuter pendant une période préétablie.

**Variations :** Pendant qu'ils attendent leur tour, les élèves peuvent effectuer un exercice (p. ex., sauts avec écart, demi-redressements assis, flexion-extension au sol).

- **Jeu des cartes à courir « Running Card Game »**

**Matériel :** De trois à quatre jeux de cartes, coupés en deux (dans le sens de la largeur)  
 Une zone de course délimitée par des cônes  
 De la musique à faire jouer pendant le jeu

Une classe peut être répartie en équipes de trois ou quatre élèves. Chacune des équipes a son banc (ou à une partie de mur) le long du périmètre du gymnase. Les élèves peuvent décider de l'ordre dans lequel ils courront. Seul un élève de chaque équipe court à la fois.

Un seau, une boîte, etc., contenant toutes les cartes est placé au milieu du gymnase. L'enseignante ou l'enseignant garde une moitié de carte à l'extérieur du seau.

Au son de la musique ou au signal de l'enseignante ou de l'enseignant, le premier coureur de chaque équipe commence à courir (tous dans la même direction) et fait deux tours... à toute vitesse! Après ses deux tours, il touche le membre suivant de son équipe qui commence à courir et qui va chercher une carte dans la boîte au milieu du gymnase. Le coureur rapporte la carte à son groupe. Le jeu prend fin lorsque toutes les cartes ont été prises. L'équipe qui a la demi-carte correspondant à celle que vous avez retirée précédemment gagne le jeu!

**Variations :** On peut aussi voir quelle équipe a recueilli le plus de cartes, le plus de cartes de la même couleur, etc.

- **La course aux sacs de fèves**

**Matériel :** Plusieurs sacs de fèves

Séparer la classe en deux équipes. Chaque équipe se tient aux lignes de but opposées. Les sacs de fèves sont éparpillés au centre du cercle. Au signal, les deux équipes courent et chaque membre ramasse seulement un sac et va le porter derrière la ligne de but de l'équipe adverse. Lorsque tous les sacs au centre du gymnase ont été ramassés, les joueurs continuent à vider leur propre zone et à courir avec les sacs de l'autre côté. Après un peu de temps, l'enseignante ou l'enseignant donne le signal d'arrêter et chaque équipe compte son nombre de sacs. L'équipe qui en a le moins gagne la manche.

- **Salade de fruits**

**Matériel :** Quatre cerceaux  
 Ensemble de quatre dossards de couleurs différentes

Placer un cerceau dans chaque coin du gymnase. Diviser la classe en quatre groupes, chacun portant un dossard de couleur différente. Chaque équipe décide du fruit qu'elle veut représenter (il peut aussi s'agir de groupes alimentaires). Chaque groupe se place dans son cerceau au gymnase. Choisir le groupe qui commencera le jeu. Chacun membre de ce groupe essaie alors d'aller toucher tous les autres fruits pendant une période prédéterminée (p. ex., une minute). Les joueurs touchés doivent s'asseoir et demander à un membre de leur groupe qui n'est pas touché de les délivrer pour revenir au jeu. Si tous les membres d'un groupe ont été touchés, ils sont pris jusqu'à ce qu'un nouveau groupe soit appelé. Poursuivre jusqu'à ce que chaque groupe ait été joué le rôle de poursuivant.

### 5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « courir »

Nom de l'élève	L'élève sait...				Note	
	placer la jambe d'appui en extension durant la suspension	avoir le genou avant bien élevé	opposer les bras aux jambes	avoir les bras qui forment un angle de 90°	Aut.	Print.



## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « sauter »

### Position de départ

- Les jambes pliées, les bras vers l'arrière, les pieds écartés

### Action

- Pousser les bras vers l'avant et vers le haut
- Extension énergique des hanches, des genoux et des chevilles

### Réception au sol

- Réception équilibrée avec les pieds écartés et les genoux pliés

## 2. Tâches d'évaluation

**M** Sauter sur place, dans son espace personnel, trois fois au signal de l'enseignante ou de l'enseignant.

### Années

- 1 Sauter vers l'avant trois fois au signal de l'enseignante ou de l'enseignant .
- 2 Sauter vers l'avant cinq fois au signal de l'enseignante ou de l'enseignant.
- 3 Sauter consécutivement vers l'avant de trois à cinq fois, avec une pause entre chaque saut.

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « sauter »

Difficultés	Étapes suivantes
<p>Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...</p>	<p>Demander aux élèves...</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas plier les genoux à chaque saut.</li> </ul>	<p>de s'arrêter... d'écouter le signal suivant de l'enseignante ou de l'enseignant : « prêt... sauter ».</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• utiliser peu ou pas les bras.</li> </ul>	<p>de se balancer du talon aux orteils en coordonnant le mouvement des bras.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• balancer les bras dans la mauvaise direction (vers l'arrière).</li> </ul>	<p>de commencer le saut les bras déjà en arrière, passer ensuite à un balancement rythmique et sauter.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manquer d'énergie dans l'extension.</li> </ul>	<p>de sauter par-dessus une ligne ou une corde pour augmenter la distance entre le départ et la réception.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• avoir de la difficulté à se poser sur les deux pieds.</li> </ul>	<p>de s'exercer à sauter et à se poser sur place.</p>
	<p>de s'exercer à un « arrêt de saut ». Se concentrer sur la réception sur les deux pieds tout en pliant les jambes pour absorber le choc.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• poser les pieds à plat au sol.</li> </ul>	<p>de se poser doucement, sans bruit.</p>

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « sauter »

- **Image-miroir**

Demander aux élèves d'imiter la bonne technique de saut d'un partenaire.

- **Saut en longueur sans élan**

**Matériel : Plusieurs disques**

Les élèves s'exercent à sauter et à se poser sur des disques placés à différentes distances du point de départ.

- **Saut à partir d'une hauteur**

Les élèves se placent sur une plateforme (p. ex., un matelas, un banc, un banc-gradin, une boîte), sautent et posent les deux pieds au sol.

- **À vos marques**

**Matériel :** Disques, cônes, cerceaux

Les élèves courent de manière aléatoire autour du gymnase. Lorsqu'ils arrivent à une marque au sol (p. ex., un disque), ils effectuent un saut latéral.

- **Escalade de la montagne**

**Matériel :** Corde à sauter longue tous les trois ou quatre élèves

Une ou un élève tient la corde au sol et l'autre à la hauteur de sa taille. La corde est tendue entre les deux enfants. À tour de rôle, les membres du groupe sautent par-dessus la corde à partir du sol et continue à sauter en diagonale en suivant la corde qui gagne de plus en plus en hauteur. Lorsqu'un sauteur touche la corde, il prend la place de l'un ou l'autre des enfants qui tiennent la corde.

- **Jeu « Évite la corde »**

**Matériel :** Attacher un sac de fèves ou un anneau, de ringuette par exemple, à l'extrémité d'une corde à sauter

En petits groupes, les élèves forment un cercle autour de la personne qui tient la corde. Celle-ci fait tourner la corde près du sol et les élèves doivent sauter par-dessus le sac de fèves lorsqu'il arrive à leur hauteur. Si une ou un élève manque un saut, elle ou il remplace celui ou celle qui fait tourner la corde.

5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « sauter »

Nom de l'élève	L'élève sait...				Note	
	prendre la position de départ	pousser les bras vers l'avant	faire une extension énergétique de la partie inférieure du corps	avoir une réception équilibrée	Aut.	Print.



# SAUTER À CLOCHE-PIED

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « sauter à cloche-pied »

### Position de départ

- Le corps droit, les bras et la jambe libres pliés à un angle de 60° à 90°

### Action

- Utiliser les bras pour se soulever en mouvement rythmé
- La jambe libre se balance de l'avant à l'arrière pour exercer une poussée

### Réception au sol

- Sur la pointe du pied avec flexion de la jambe

## 2. Tâches d'évaluation







**M** Sauter à cloche-pied, sur son pied préféré, dans son espace personnel.

### Années

- 1 Sauter consécutivement vers l'avant sur son pied préféré (cinq mètres).
- 2 Sauter consécutivement vers l'avant sur son pied préféré (sept mètres).
- 3 Sauter consécutivement vers l'avant. Répéter sur l'autre pied (de cinq à sept mètres).



### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « sauter à cloche-pied »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves...
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas bouger les bras ou les bouger un peu.</li> </ul>	 de plier et de déplier en fléchissant le genou, une jambe stationnaire et sans quitter le sol. Associer le mouvement des bras au rythme de flexion du genou.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas utiliser les bras pour se propulser.</li> </ul>	 de sauter à cloche-pied les bras collés au corps, puis les bras libres de bouger. Cet exercice illustre le contraste entre les bras immobiles et les bras qui aident à se propulser.
<ul style="list-style-type: none"> <li>faire de petites enjambées avec peu d'extension de la jambe.</li> </ul>	 de sauter à cloche-pied sur des lignes de plus en plus éloignées les unes des autres.
<ul style="list-style-type: none"> <li>tenter de sauter trop vite.</li> </ul>	 de ralentir et d'établir un rythme pour le saut à cloche-pied.
<ul style="list-style-type: none"> <li>poser les pieds à plat au sol.</li> </ul>	 de poser la pointe du pied sur le sol et « en douceur ».
<ul style="list-style-type: none"> <li>perdre l'équilibre.</li> </ul>	 de ralentir le rythme des sauts.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « sauter à cloche-pied »

\*\* Il faut mieux éviter les éléments compétitifs en apprentissage du saut à cloche-pied (p. ex., les relais) parce que la technique peut diminuer si la vitesse augmente.

- **Cloche-pied musical**

De nombreuses chansons enfantines intègrent le saut à cloche-pied. Lorsque les élèves sautent à cloche-pied au son de la musique, leur donner de fréquentes occasions d'alterner d'une jambe à l'autre.

- **Marelle avec cerceaux**

**Matériel :** De huit à dix cerceaux par groupe de quatre à cinq élèves

Les élèves apprennent la marelle. Ils ne peuvent poser qu'un seul pied par cerceau. Chaque groupe crée sa propre configuration. L'enseignante ou l'enseignant peut demander aux groupes d'essayer d'autres configurations ou de modifier la leur, une fois tous les élèves passés.





## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « galoper »

### Position de départ

- Les hanches et les épaules tournées en direction du mouvement

### Action

- Utiliser les bras pour se soulever en mouvements rythmés
- Entrer en phase de suspension

### Position des jambes

- La jambe arrière directement derrière la jambe avant

## 2. Tâches d'évaluation

**M** Galoper en ligne droite à l'aide de la jambe préférée (de 10 à 15 mètres).

### Années

- 1 Galoper en ligne droite à l'aide de la jambe préférée (20 mètres).
- 2 Galoper en ligne droite. Répéter avec une réception au sol de l'autre jambe (20 mètres).
- 3 Galoper en ligne droite en passant d'une jambe à l'autre sans s'arrêter, au signal de l'enseignante ou de l'enseignant (20 mètres).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « galoper »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves...
<ul style="list-style-type: none"> <li>montrer qu'ils utilisent peu ou pas les bras pour se soulever.</li> </ul>	de se tenir immobiles, de bouger les bras en rythme... de commencer progressivement à galoper en bougeant correctement les bras.
<ul style="list-style-type: none"> <li>se tourner de côté par un pas glissé.</li> </ul>	de faire face à l'enseignante ou à l'enseignant et de lui tenir les mains en galopant. L'élève se déplace vers l'avant tandis que l'enseignante ou l'enseignant recule.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas plier les genoux ou les plier un peu.</li> </ul>	de plier légèrement les genoux et de se déplacer sur la pointe des pieds. Pencher légèrement le haut du corps vers l'avant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas garder constamment la jambe arrière immédiatement derrière la jambe avant.</li> </ul>	de ralentir au rythme de la marche et d'avancer régulièrement la jambe avant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>traîner la jambe arrière.</li> </ul>	de ralentir le galop et d'entrer en phase de « suspension ».

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « galoper »

- Choisis ta ligne**

Montrer la bonne technique, les épaules droites devant, pas tournées de côté.

Les élèves galopent sur une ligne au sol en gardant toujours la jambe arrière immédiatement derrière la jambe avant.

- Le renard et le lapin**

Demander aux élèves de placer un pied devant l'autre. Le pied avant est le lapin; le pied arrière, le renard. Ce dernier veut manger le lapin, mais celui-ci réussit toujours à fuir. Les élèves imaginent que l'arrière du talon est la queue du lapin et qu'il s'échappe toujours à temps. Demander aux élèves de changer de pied en inversant les rôles: le lapin poursuit le renard.

- Le galop du parachute « Parachute Gallop »**

**Matériel :** Parachute multicolore

Les élèves s'assoient devant une couleur du parachute. L'enseignante ou l'enseignant nomme une couleur et les élèves qui se trouvent devant cette couleur galopent autour du parachute jusqu'à un autre endroit correspondant à leur couleur.





# SAUTILLER

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « sautiller »

### Action

- Faire des bonds successifs rythmés
- Utiliser les deux côtés du corps en alternance
- Balancer les bras à l'opposé des jambes
- Être en phase de suspension avec un genou élevé






## 2. Tâches d'évaluation

**M** Sautiller en ligne droite (de 10 à 15 mètres).

### Années

- 1 Sautiller en ligne droite (20 mètres).
- 2 Sautiller en ligne droite vers un cône et reculer (15 mètres deux fois).
- 3 Sautiller en ligne droite vers un cône et reculer (20 mètres deux fois).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « sautiller »

Difficultés	Étapes suivantes
<p>Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...</p>	<p>Demander aux élèves...</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas faire de sauts successifs rythmés.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p>de sautiller sur place, sur les disques posés sur le sol.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas réussir à se déplacer en ligne droite.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p>de suivre une configuration ou une ligne au sol.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas utiliser les deux côtés du corps.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p>de s'exercer à sautiller sur chaque pied. Avancer au signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « avancer, sauter ».</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• avoir de la difficulté à coordonner les mouvements opposés des bras et des jambes.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p>sur place, s'exercer à lever haut les genoux, les bras opposés.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas entrer en phase de suspension.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p>sur place, s'exercer à lever haut les genoux et à sauter. Continuer en se déplaçant devant soi, les genoux bien élevés.</p>

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « sautiller »

\*\* Cette technique peut être acquise pendant des activités d'échauffement ou dans de nombreux jeux moteurs modifiés (p. ex., ollie, ollie, la pieuvre, etc.).

- **5-4-3-2-1**

Commencer par appeler le chiffre « 5 ». Les élèves sautillent cinq fois sur un pied et cinq fois sur l'autre, et répètent. Dire ensuite les chiffres 4, 3, 2, pour finir par « 1 ». Après avoir fait le « 1 », demander à la classe quelle habileté elle vient de faire, pour que les enfants se rendent compte qu'ils sautillaient.

- **Danse du sorcier cordonnier**

**Matériel :** musique de la danse du sorcier cordonnier

Les élèves forment un cercle et se font face. Ils « enroulent la bobine » en roulant les bras quatre fois vers l'avant et quatre fois vers l'arrière. Ils « tirent le fil » en projetant leurs coudes vers l'arrière trois fois, puis « enfonce les clous », en tapant trois fois de leur poing dans l'autre main. Répéter. Les partenaires tournent ensuite dans le sens inverse des aiguilles de la montre et sautillent autour du cercle.







## FAIRE ROULER

### 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « Faire rouler »

#### Position de départ

Les yeux sur la cible, se tenir bien campé sur les jambes

#### Action

- Le bras qui lance est en extension vers l'arrière
- La jambe opposée fait un pas en avant, les jambes sont pliées lorsque le bras va vers l'avant
- Le ballon roule sur le sol devant le pied avant

#### Poursuite du mouvement

- Le bras est allongé en direction de la cible

### 2. Tâches d'évaluation

#### Années

- 2 Faire rouler un ballon avec la main préférée vers une cible/un partenaire (ballon de la grosseur de la main, six mètres).
- 3 Faire rouler un ballon avec la main préférée vers une cible (ballon de trois pouces, vers un gros cône, six mètres).
- 4 Faire rouler un ballon avec la main préférée vers une cible (ballon de trois pouces, vers une « quille », six mètres).
- 5 Maîtriser les indicateurs qui précèdent en situation de jeu, selon une approche en trois étapes (p. ex., quilles, baseball soccer, place nette).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « faire rouler »

Difficultés	Étapes suivantes
<p>Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...</p>	<p>Demander aux élèves...</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tenir le ballon avec les deux mains.</li> </ul>	<p>de choisir un ballon qu'ils peuvent facilement tenir d'une seule main.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas tendre vers l'arrière le bras qui lance le ballon.</li> </ul>	<p>de commencer le bras derrière, les pieds joints.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• omettre de faire un pas en avant de la jambe opposée.</li> </ul>	<p>de s'exercer à faire un pas en avant avec la jambe opposée.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas plier les jambes en faisant un pas vers l'avant.</li> </ul>	<p>de taper de la jambe opposée avant de faire un pas.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• lancer le ballon trop haut, ce qui le fait rebondir.</li> </ul>	<p>d'utiliser un sac de fèves au lieu d'un ballon. Les élèves devront se pencher davantage pour lancer le sac près du sol.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• lancer le ballon trop tôt.</li> </ul>	<p>de commencer à faire rouler le ballon près d'un mur, puis progressivement de s'en éloigner. De plier le genou pour se rapprocher du sol.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• lancer le ballon trop tôt.</li> </ul>	<p>de lancer le ballon un peu en avant du pied avant et d'accompagner le mouvement.</p>

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « faire rouler »

- **Faire rouler en un pas**

Montrer la bonne technique en commençant par un pas de la jambe opposée. Passer ensuite à deux ou trois pas.

- **Activités avec un partenaire**

1. Les partenaires se font face et placent une quille entre eux. Chacun des élèves essaie de faire tomber la quille.
2. Une ou un partenaire a le ballon et l'autre se tient sur un pied. La ou le partenaire qui fait rouler le ballon essaie de toucher le pied du partenaire en équilibre.
3. Une ou un partenaire a le ballon et l'autre se tient les jambes écartées. La ou le partenaire qui a le ballon essaie de le faire rouler entre les jambes de son partenaire.

- **Variante de boulingrin**

Chaque élève a une boule de boulingrin et la fait rouler vers une ou plusieurs boules cibles. Les élèves reprennent leur boule à la demande de l'enseignante ou de l'enseignant, une fois que tous ont fait rouler leur boule.

- **Le jeu des abats**

**Matériel :** De 10 à 12 quilles par équipe, 20 boules ou plus

Chaque équipe place ses quilles sur la ligne de fond du gymnase. Les élèves n'ont pas le droit de traverser la ligne du centre. Chaque équipe essaie de faire rouler les boules du côté de leurs adversaires et de renverser les quilles. Lorsqu'une quille est tombée, elle ne peut plus être remplacée. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que toutes les quilles soient tombées.

**Variations :** Des joueurs jouent le rôle de gardien.

- **Protéger la quille**

**Matériel :** Boules de mousse de six pouces, quilles au centre d'un cercle

Les élèves forment un cercle et un d'entre eux se place au centre pour protéger la quille. Les élèves du cercle tentent à tour de rôle de faire rouler la boule pour renverser la quille.

**Variations :** Jouer avec plus de quilles et/ou plus de boules.

- **Place nette**

**Matériel :** 20 boules de mousse de six pouces ou plus

Les élèves se répartissent en deux équipes. Chaque équipe occupe la moitié du gymnase. Lorsque la musique joue, les élèves s'affairent à faire « place nette » en faisant rouler leurs boules dans la zone de l'autre équipe. Lorsque la musique s'arrête, les élèves arrêtent aussi de jouer et s'assoient. L'équipe qui compte le plus de boules dans sa zone perd un joueur au profit de l'équipe adverse et le jeu reprend.





# FAIRE REBONDIR UN BALLON

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « faire rebondir un ballon »

### Position de départ

En position décalée, le dos droit, les genoux pliés, le regard vers l'avant

### Action

- Prendre le ballon du bout des doigts
- Plier et redresser le poignet et le coude pour pousser le ballon
- Le ballon rebondit en avant et à côté du corps à la hauteur des hanches
- Effectuer une série rythmée de bonds contrôlés

## 2. Tâches d'évaluation

### Années

- 2 Faire rebondir un ballon de la main préférée dans l'espace personnel (ballon de basketball de taille quatre à six , cinq fois).
- 3 Faire rebondir un ballon avec une main, tout en se déplaçant vers un cône et en revenant à sa place initiale (ballon de basketball de taille quatre à six , 20 mètres).
- 4 Faire rebondir un ballon avec une main tout en serpentant autour de cônes (ballon de basketball de taille quatre à six, cônes espacés de trois mètres , p. ex., relais de dribble, course à obstacles).
- 5 Maîtriser les indicateurs qui précèdent des deux mains en situation de jeu (p. ex., jeu de préparation au basketball , jeu de poursuite en driblant, *knock-out*).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « faire rebondir le ballon »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves...
• se pencher trop en avant sur le ballon.	→ de se redresser, de plier les genoux comme s'ils « s'assoient sur une chaise ».
• regarder le ballon.	→ de fixer une cible visuelle. Au signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « compter mes doigts, yeux haut ».
• ne pas toucher au ballon du bout des doigts.	→ de placer le ballon sur le sol et de prendre la bonne position de la main.
	→ de s'exercer à pousser le ballon d'une main à l'autre devant eux à l'aide de la paume.
• taper le ballon d'une main ferme.	→ d'assouplir le poignet en « faisant le geste d'au revoir au ballon ».
• perdre graduellement le « rebond » parce que le ballon perd en hauteur.	→ d'utiliser davantage le poignet et le coude pour propulser le ballon.
• faire rebondir le ballon trop haut.	→ limiter les dribles à la hauteur de la taille.
• perdre la maîtrise du ballon en se déplaçant.	→ se déplacer à un rythme qui permet de maîtriser le drible.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « faire rebondir un ballon »

- **Progressions vers le drible**

1. Faire rebondir → attraper; faire rebondir → attraper...
2. Drible stationnaire → dribler au son de la musique (glisser, marcher, courir)
3. Course d'obstacles
4. Relais

- **Poursuite-drible**

Les élèves driblent et maîtrisent le ballon en poursuivant les autres élèves pour les toucher.

- **Jeu « knockout »**

Les élèves driblent dans une zone prédéterminée et essaient de garder la maîtrise de leur ballon tout en tentant de faire sortir le ballon des autres de la zone de jeu. Ceux et celles dont les ballons sont sortis de la zone se placent alors à la limite de la zone. Celle-ci peut être rapetissée à mesure que des élèves sont sortis du jeu.





# ATTRAPER

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « attraper »

### Position de départ

- Les yeux sur la cible, se tenir en position décalée, le corps aligné sur l'objet à attraper, les bras en position, devant le corps

### Action

- Les mains se déplacent pour attraper l'objet
- Attraper l'objet avec les mains
- Se décontracter et absorber la force de l'objet






## 2. Tâches d'évaluation

### Années

- 2 Attraper un ballon (de la taille de la main, cinq mètres).
- 3 Attraper un ballon (de la taille de la main, cinq mètres).
- 4 Attraper un ballon lancé sur la gauche et à droite du receveur (de la taille de la main, huit mètres).
- 5 Maîtriser les indicateurs qui précèdent en situation de jeu (p. ex., boule de cristal, relais de passes, ballon ultime, matball, handball).



### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « attraper »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves...
<ul style="list-style-type: none"> <li>fermer les yeux et tourner la tête à l'approche du ballon.</li> </ul>	 d'utiliser un ballon plus gros et plus léger. D'attraper un ballon qui a rebondi ou qu'ils se sont lancés.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas porter les mains vers le ballon.</li> </ul>	 de se préparer en utilisant le signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « mains en position ».
<ul style="list-style-type: none"> <li>attraper le ballon avec la poitrine.</li> </ul>	 d'utiliser un ballon plus gros et plus léger et de projeter leurs mains en avant pour attraper le ballon.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas absorber la force de l'objet.</li> </ul>	 d'utiliser un ballon plus mou ou le laisser rebondir;
	 de détendre les bras après le contact avec les mains.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « attraper »

\*\* Le lancer doit être exact pour que les élèves apprennent à attraper un ballon.

\*\* Prévoir diverses sortes de ballons (taille, poids, couleur, texture).

- **Attraper un ballon lancé soi-même**

1. Lancer le ballon sur le mur → rebond → attraper
2. Lancer le ballon sur le mur → attraper

- **Attraper un ballon lancé par un partenaire**

Les élèves attrapent cinq ou six lancers d'un partenaire. L'élève place chaque ballon attrapé dans un cerceau/une caisse/une chaudière et se met immédiatement en position pour attraper le prochain lancer.

- **La boule de cristal**

**Matériel :** Ballon de mousse de six pouces par groupe de deux élèves

En groupes de deux, les élèves sont debout face l'un à l'autre sur des lignes au plancher assez rapprochées. En s'échangeant le ballon selon la technique de lancer appropriée, les partenaires s'envoient à tour de rôle le ballon une fois et l'attrapent jusqu'à ce que le ballon revienne dans les mains du premier. Si les deux partenaires attrapent le ballon sans l'échapper, l'un des partenaires se place à la ligne suivante et reprend l'exercice. Par contre, si le ballon est échappé, un partenaire se rapproche de son partenaire. Mieux ils lancent et attrapent le ballon, plus les partenaires s'éloignent l'un de l'autre.

- **Jonglerie de groupe**

**Matériel :** De deux à quatre ballons de mousse de six pouces par groupe

En petit cercle, cinq ou six joueurs utilisent un lancer par-dessous l'épaule pour passer le ballon à l'intérieur du cercle. Chaque joueur lance le ballon à une autre personne et doit toujours le lancer à cette personne seulement. Les joueurs ne sont pas autorisés à lancer le ballon à leur voisin immédiat. Lorsque les joueurs connaissent bien le mouvement et sont à l'aise de lancer un ballon dans l'ordre, on ajoute un deuxième ballon (à mesure que les élèves maîtrisent le jeu, on ajoute un troisième, puis un quatrième ballon).

- **Chasseur au banc « Benchball »**

Ballon chasseur. Lorsque les élèves sont touchés, ils vont se placer debout sur un matelas ou un banc du côté de l'équipe adverse. Pour revenir au jeu, ils doivent attraper le ballon lancé par un coéquipier.

**5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « attraper »**

<b>Nom de l'élève</b>	L'élève sait...					Note	
	prendre la position de départ	placer les bras pour attraper l'objet	attraper avec les mains	absorber la force de l'objet	Note		
					Aut.	Print.	



## LANCER PAR-DESSOUS L'ÉPAULE

### 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « Lancer par-dessous l'épaule »

#### Position de départ

- Les yeux sur la cible, se tenir bien campé sur les jambes

#### Action

- Le bras qui lance est en extension vers l'arrière
- La jambe opposée fait un pas en avant, les jambes sont pliées lorsque le bras va vers l'avant
- Le ballon est lancé devant le corps, à la hauteur des hanches

#### Poursuite du mouvement







- Le bras est allongé en direction de la cible

### 2. Tâches d'évaluation

#### Années

- 2 Lancer un ballon à un partenaire (ballon de la taille de la main, cinq mètres).
- 3 Lancer un ballon vers une cible (ballon de la taille de la main, six mètres).
- 4 Lancer un ballon vers une cible (ballon de trois pouces, à la hauteur de la poitrine ou une ligne sur un mur, six mètres).
- 5 Maîtriser les indicateurs précédents en situation de jeu (p. ex., benchball, place nette ou activités avec des cibles telles que fléchettes de pelouse ou fers à cheval).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « lancer par-dessous l'épaule »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• n'utiliser que leur poignet pour lancer le ballon.</li> </ul>	 de faire un mouvement complet du bras, en le gardant allongé en direction de la cible.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas avoir le bras qui lance en extension vers l'arrière.</li> </ul>	 de commencer les pieds ensemble, le bras vers l'arrière. De s'exercer d'abord sans lancer le ballon, et ensuite en le lançant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas faire un pas vers l'avant.</li> </ul>	 au signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « avancer et lancer ».
<ul style="list-style-type: none"> <li>• avancer avec la même jambe.</li> </ul>	 de taper la jambe opposée avant de lancer. S'exercer à la technique sans ballon.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• lancer le ballon trop vite ou trop tard.</li> </ul>	 de lancer loin d'abord pour acquérir la maîtrise du mouvement, puis graduellement, s'efforcer d'améliorer la précision.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas garder le bras allongé en direction de la cible.</li> </ul>	 de tenir le ballon tout en allongeant le bras vers l'avant pour qu'ils apprennent que le bras doit rester allongé après le lancer.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « lancer par-dessous l'épaule »

- **Curling avec sacs de fèves**

**Matériel :** Un ou deux sacs par élève

Cercles marqués sur le plancher du gymnase (cercles dans des cercles, comme au curling)

La classe est divisée en deux équipes, chacune ayant un sac de fèves de couleurs différente. Chaque élève doit avoir un ou deux sacs de fèves.

Les élèves, à tour de rôle ou en groupe, lancent par-dessous l'épaule leurs sacs de fèves vers le cercle le plus au centre des autres. Attribuer des points à chaque cercle, le cercle le plus au centre valant le plus. Une fois que toutes et tous ont joué, compter les points de chaque équipe.

**Variation :** Pour inciter les élèves à lancer avec plus de précision, adopter la règle selon laquelle si votre sac de fèves touche celui d'un adversaire, votre sac de fèves est retiré du jeu!

- **La boule de cristal**

**Matériel :** Ballon de mousse de six pouces par groupe de deux élèves

En groupes de deux, les élèves sont debout face l'un à l'autre sur des lignes au plancher assez rapprochées. En s'échangeant le ballon selon la technique de lancer appropriée, les partenaires s'envoient à tour de rôle le ballon une fois et l'attrapent jusqu'à ce que le ballon revienne dans les mains du premier. Si les deux partenaires attrapent le ballon sans l'échapper, l'un des partenaires se place à la ligne suivante et reprend l'exercice. Par contre, si le ballon est échappé, un partenaire se rapproche de son partenaire. Mieux ils lancent et attrapent le ballon, plus les partenaires s'éloignent l'un de l'autre.

- **Jonglerie de groupe**

**Matériel :** De deux à quatre ballons de mousse de six pouces par groupe

En petit cercle, cinq ou six joueurs utilisent un lancer par-dessous l'épaule pour passer le ballon à l'intérieur du cercle. Chaque joueur lance le ballon à une autre personne et doit toujours le lancer à cette personne seulement. Les joueurs ne sont pas autorisés à lancer le ballon à leur voisin immédiat. Lorsque les joueurs connaissent bien le mouvement et sont à l'aise de lancer un ballon dans l'ordre, on ajoute un deuxième ballon (à mesure que les élèves maîtrisent le jeu, on ajoute un troisième, puis un quatrième ballon).

- **Place nette**

**Matériel :** 20 boules de mousse de six pouces ou plus

Les élèves se répartissent en deux équipes. Chaque équipe occupe la moitié du gymnase. Lorsque la musique joue, les élèves s'affairent à faire « place nette » en faisant rouler leurs boules dans la zone de l'autre équipe. Lorsque la musique s'arrête, les élèves arrêtent aussi de jouer et s'assoient. L'équipe qui compte le plus de boules dans sa zone perd un joueur au profit de l'équipe adverse et le jeu reprend.

### 5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « lancer par-dessous l'épaule »

Nom de l'élève	L'élève sait...					Note	
	prendre la position de départ	placer le bras qui lance en extension vers l'arrière	faire un pas en avant et plier la jambe opposée	lancer le ballon devant le corps à la hauteur des hanches	Allonger le bras en direction de la cible	Aut.	Print.



## LANCER PAR-DESSUS L'ÉPAULE

### 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « lancer par-dessus l'épaule »

#### Position de départ

- Les yeux sur la cible, l'épaule du bras non utilisé face à la cible, le poids sur la jambe arrière, placer le coude plié vers l'arrière à la hauteur de l'épaule

#### Action

- Faire un pas vers l'arrière avec le pied opposé au bras qui lance
- Faire une rotation des hanches et faire passer le poids sur la jambe avant
- Le coude dirige le lancer alors que l'épaule fait une rotation

#### Poursuite du mouvement

- Le bras poursuit le mouvement et descend du côté opposé

### 2. Tâches d'évaluation

#### Années

- 2 Lancer un ballon à un partenaire ou vers une cible (ballon de la taille de la main, cinq mètres).
- 3 Lancer un ballon à un partenaire ou vers une cible (ballon de la taille de la main, cinq mètres).
- 4 Lancer un ballon à un partenaire (ballon de la taille de la main, cinq mètres).
- 5 Maîtriser les indicateurs précédents en situation de jeu (p. ex., benchball, protéger la quille « guard the pin », ballon chasseur, handball, tchoukball).



### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « lancer par-dessus l'épaule »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
• ne pas se placer de côté par rapport à la cible.	➔ de tracer une ligne pour que l'épaule opposée au bras qui lance fasse face à la cible.
• faire un pas en avant avec la jambe du même côté que le bras qui lance.	➔ de placer un collant sur la jambe qui doit faire le pas en avant.
	➔ de taper la jambe opposée avant de lancer.
	➔ de s'exercer à la bonne technique sans ballon et de passer ensuite au ballon.
• ne pas tourner les hanches et ne pas faire le transfert de poids.	➔ de pointer la cible avec la main qui ne lance pas. Au signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « tourner et lancer ».
• ne pas diriger avec l'épaule.	➔ de faire la forme d'un « W » avec les bras et le corps. Faire une rotation et lancer le ballon devant le corps.
• terminer sans véritable poursuite du mouvement.	➔ de terminer le genou bien plié.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « lancer par-dessus l'épaule »

- **Lancer individuel**
  1. Lancer un ballon vers une cible à plusieurs mètres de distance (mur, cône, matelas).
  2. Lancer plusieurs ballons consécutivement, puis les récupérer.

- **Rang de canards**

**Matériel :** Ballons en nombre, de six à neuf quilles par équipe

Les élèves sont répartis en deux ou trois équipes. Chaque équipe fait face à un banc sur lequel six à neuf cibles ont été disposées (p. ex., quilles).

Les élèves lancent par-dessus l'épaule et essaient d'être les premiers à renverser toutes leurs cibles.

- **Astéroïdes**

**Matériel :** Quatre matelas de gymnase, de 15 à 20 ballons de mousse

Les élèves commencent au cercle du centre avec un ballon ou derrière l'un des quatre matelas. Au signal, les élèves derrière les matelas courent dans la même direction et essaient de se rendre au matelas suivant sans se faire toucher. Arrivés au nouveau matelas, ils peuvent faire une pause de trois secondes seulement avant de se rendre au matelas suivant. Les élèves au cercle du centre y restent et essaient de toucher avec le ballon les coureurs qui courent à l'extérieur. Le joueur qui lance le ballon peut quitter la zone pour récupérer un ballon, mais il doit retourner dans le cercle avant de lancer de nouveau le ballon. Lorsque les joueurs qui courent sont touchés, ils changent de place avec la personne qui vient de les toucher (autrement dit, le coureur devient le lanceur et ce dernier doit se mettre à courir).

- **Super ballon chasseur**

**Matériel :** De 10 à 15 ballons de mousse

Les élèves sont divisés en deux équipes, une de chaque côté du gymnase. Si un lancer sans rebond touche une ou un élève sous les épaules, celle-ci ou celui-ci doit s'asseoir. L'élève peut revenir au jeu lorsque la joueuse ou le joueur qui l'a touché se fait toucher à son tour.

**5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « lancer par-dessus l'épaule »**

Nom de l'élève	L'élève sait...						Note	
	prendre la position de départ	faire un pas avec la jambe opposée au bras qui lance	faire un transfert de poids	diriger le lancer avec le coude	poursuivre le mouvement et descendre du côté opposé	Aut.	Print.	



# FRAPPER

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « frapper »

### Position de départ

- Se tenir debout en face de l'objet, les yeux sur l'objet à frapper

### Action

- Se préparer en prenant un élan arrière
- Faire une rotation des hanches et du tronc
- Transférer le poids vers le pied avant

### Poursuite du mouvement








- Poursuivre le mouvement en suivant la rotation de l'élan

## 2. Tâches d'évaluation

### Années

- 2 Frapper un ballon sur un té/support de la main préférée (ballon de huit pouces).
- 3 Frapper un ballon sur un té/support à l'aide d'une raquette à manche court (ballon de six pouces).
- 4 Frapper un ballon sur un té/support à l'aide d'une raquette à manche court (ballon de cinq pouces).
- 5 Maîtriser les indicateurs qui précèdent en situation de jeu (p. ex., badminton, paddleball).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « frapper »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas se concentrer sur l'objet à frapper.</li> </ul>	de s'exercer d'abord avec un objet fixe.
	 de choisir un objet clair et facile à voir.
	 de choisir un gros ballon et de choisir progressivement des ballons plus petits.
	 de regarder l'objet au lieu du point où ils veulent le frapper. Signal de l'enseignante ou de l'enseignant : « les yeux sur le ballon ».
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas faire d'élan arrière.</li> </ul>	 de commencer à partir de l'élan arrière.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ne pas faire de transfert de poids.</li> </ul>	 de commencer en mettant le poids sur la jambe arrière. De tourner les hanches au moment du transfert de poids sur la jambe avant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>avoir un mouvement saccadé.</li> </ul>	 de commencer le mouvement de frapper les bras plus bas.
<ul style="list-style-type: none"> <li>frapper l'objet avec force.</li> </ul>	 d'utiliser un plein élan arrière et de poursuivre le mouvement. Frapper l'objet le bras complètement étendu.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « frapper »

- **Frapper individuel**

Les élèves s'exercent en frappant un ballon sur un té avant de passer à un ballon en mouvement.

Une raquette surdimensionnée permet aux élèves de réussir à frapper plus souvent. Passer graduellement à des raquettes plus petites lorsque les élèves deviennent plus confiants et habiles.

- **Gros lot**

Une ou un élève est désigné meneuse ou meneur. Il ou elle se tient devant un groupe éparpillé dans toute la zone de jeu. Le meneur dit un chiffre, p. ex. 100, puis frappe un ballon dans les airs vers les élèves éparpillés. Si quelqu'un attrape le ballon, cette personne obtient 100 points. Le but consiste à accumuler assez de points pour devenir la meneuse ou le meneur, généralement 500. La meneuse ou le meneur peut aussi dire « gros lot » et si quelqu'un attrape ce lancer, il ou elle devient immédiatement la meneuse ou le meneur.

- **Baseball à cinq balles**

**Matériel :** Cinq balles de mousse (quatre de la même couleur), un té pour frapper et un bâton  
Quatre buts (cerceaux, disques)  
Un contenant (chariot, boîte, etc.)

Une équipe frappe et une autre est au champ. Cette dernière est éparpillée dans le gymnase et doit se tenir à bonne distance du frappeur.

Chaque élève de l'équipe des frappeurs doit frapper au moins une fois avant que l'équipe au champ ne devienne à son tour l'équipe des frappeurs. Les élèves de l'équipe au champ ne peuvent pas se déplacer pendant que les quatre premières balles de la même couleur sont frappées. Lorsque le frappeur frappe la cinquième balle, le frappeur fait le tour des buts en courant pendant que l'équipe au champ ramasse toutes les balles et les place dans le chariot, près du té pour frapper. Si le frappeur revient au marbre avant que toutes les balles n'aient été rapportées, il compte un coup sûr. Il est retiré toutefois si toutes les balles sont rapportées avant qu'il n'ait le temps de revenir au marbre.

**Variation:** Compter comme un coup sûr additionnel toute balle qui frappe le mur éloigné du gymnase.

### 5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « frapper »

Nom de l'élève	L'élève sait...						Note	
	prendre la position de départ	se préparer à l'élan arrière	tourner les hanches et le tronc	transférer son poids	poursuivre le mouvement dans la direction de l'élan	Aut.	Print.	



# DONNER UN COUP DE PIED

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « donner un coup de pied »

### Position de départ

- Les yeux sur la cible, poser le pied d'appui à côté du ballon

### Action

- Plier le corps à la taille pour amorcer le coup de pied à partir des hanches
- Placer le genou au-dessus du ballon pour toucher le ballon avec le coup de pied (lacets)
- Balancer les bras à l'opposé de la jambe qui botte

### Poursuite du mouvement

- La jambe qui botte continue le mouvement en pointant vers la cible

## 2. Tâches d'évaluation

### Années

- 2 Botter un ballon stationnaire vers un mur (ballon de huit pouces, cinq mètres).
- 3 Botter un ballon stationnaire vers un mur (ballon de soccer, six mètres).
- 4 Botter un ballon qui roule vers soi vers un mur (ballon de soccer, six mètres).
- 5 Maîtriser les indicateurs qui précèdent en situation de jeu (p. ex., jeu préparatoire au soccer, baseball soccer, soccer).



### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « donner un coup de pied »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• placer la jambe d'appui trop loin devant ou derrière le ballon. →</li> </ul>	de faire un pas et de botter un ballon stationnaire, en se concentrant sur la bonne position de la jambe d'appui.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• entrer en contact trop haut sur le ballon. →</li> </ul>	de donner un coup de pied sur le ruban adhésif. L'enseignante ou l'enseignant place un ruban adhésif sous la ligne centrale du ballon.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas donner le coup de pied pour que les lacets touchent au ballon. →</li> </ul>	d'entrer en contact avec les lacets, les orteils pointant vers le bas.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ne pas opposer les bras et les jambes. →</li> </ul>	de se tenir derrière et légèrement sur le côté du ballon, de faire un pas avec la jambe qui ne botte pas, tout en envoyant le bras opposé vers l'avant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• botter le ballon sur une faible distance. →</li> </ul>	de balancer la jambe qui botte vers l'arrière, puis vers l'avant à partir de la hanche et poursuivre le mouvement en pointant vers la cible.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « donner un coup de pied »

- **Postes d'activité**

1. Les élèves bottent un ballon vers un mur de différentes distances.
2. Les élèves bottent un ballon vers une cible de différentes distances.
3. Les élèves bottent un ballon vers un partenaire de différentes distances.

- **Baseball soccer**

Les élèves jouent selon les règles du baseball, mais au lieu de frapper un ballon avec un bâton, ils bottent un ballon stationnaire ou une balle roulée par un lanceur.

- **Place nette**

**Matériel :** 20 boules de mousse de six pouces ou plus

Les élèves se répartissent en deux équipes. Chaque équipe occupe la moitié du gymnase. Lorsque la musique joue, les élèves s'affairent à faire « place nette » en faisant rouler leurs boules dans la zone de l'autre équipe. Lorsque la musique s'arrête, les élèves arrêtent aussi de jouer et s'assoient. L'équipe qui compte le plus de boules dans sa zone perd un joueur au profit de l'équipe adverse et le jeu reprend.

- **Soccer aux quatre coins**

**Matériel :** Quatre bancs ou matelas couchés sur le côté, de quatre à huit ballons de soccer

Diviser la classe en quatre équipes. Chaque équipe choisit une gardienne ou un gardien de but qui se tient devant le banc ou le matelas. Au signal, rouler les ballons dans la zone de jeu. Les équipes essaient de compter un but contre n'importe quelle équipe. Pour compter un but, le ballon doit frapper la partie à plat du banc ou du matelas. Lorsqu'une personne a compté, elle doit tenter d'en compter un autre dans une autre équipe. Remplacer les gardiennes ou les gardiens de but toutes les deux ou trois minutes.

**5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « donner un coup de pied »**

Nom de l'élève	L'élève sait...					Note	
	prendre la position de départ	amorcer le coup de pied à partir des hanches	placer le genou au-dessus du ballon pour toucher le ballon avec le coup de pied (lacets)	balancer les bras à l'opposé de la jambe qui botte	continuer le mouvement en pointant vers la cible	Aut.	Print.



# ÉQUILIBRE STATIQUE

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « équilibre statique »

### Action

- Regarder vers l'avant
- Le dos droit, les bras allongés parallèlement au sol
- Ajuster le corps pour rester en équilibre






## 2. Tâches d'évaluation

**M** En équilibre sur le pied préféré (sans soutien, de trois à cinq secondes).

### Années

- 1 En équilibre sur le pied préféré (sans soutien, de trois à cinq secondes).
- 2 En équilibre sur un pied, répéter ensuite sur l'autre pied (sans soutien, pendant cinq secondes).
- 3 En équilibre sur un pied, répéter ensuite sur l'autre pied (sans soutien, pendant cinq secondes).

### 3. Difficultés et étapes suivantes de l'habileté « équilibre statique »

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• se regarder le pied.</li> </ul>	 de se concentrer sur un objet ou un point sur le mur.
	 de compter le nombre de doigts que montre un partenaire/l'enseignante ou l'enseignant.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• avoir de la difficulté à rester en équilibre.</li> </ul>	 d'utiliser les bras pour se stabiliser et rester en équilibre.
	 de s'appuyer légèrement sur un mur ou un/une partenaire, et de diminuer le soutien à mesure qu'ils acquièrent de l'équilibre.
	 de déplacer légèrement le poids de la jambe levée.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « équilibre statique »

- **Simon dit**

Ajouter des habiletés d'équilibre statique.

- **Poursuite-miroir**

Quatre poursuivants et les autres élèves en positions décalées. Lorsque les poursuivants les « attrapent », les élèves doivent s'immobiliser en équilibre jusqu'à ce qu'un autre élève soit aussi immobilisé pendant un compte de cinq. L'élève immobilisé en équilibre peut alors revenir au jeu.

- **Poursuite-statue**

Lorsqu'un élève est « attrapé », il doit s'immobiliser dans une position d'équilibre et se transformer en statue. Il est sauvé et peut revenir au jeu quand un autre élève copie sa statue et tient cette position pendant trois secondes.

- **Poursuite « high five »**

**Matériel :** De quatre à cinq dossards

Les élèves qui poursuivent portent un dossard et essaient « d'attraper » leurs camarades. Une ou un élève « attrapé » doit se mettre en équilibre sur un pied et placer une main dans les airs, en attente d'un « high five ». Une ou un élève libre peut en libérer un autre en lui faisant un « high five ». Les deux peuvent alors revenir au jeu.

### 5. Preuves de la maîtrise de l'habileté « équilibre statique »

Nom de l'élève	L'élève sait...			Note	
	regarder vers l'avant	se tenir le dos droit, les bras allongés parallèlement au sol	rester en équilibre	Aut.	Print.



# ÉQUILIBRE DYNAMIQUE

## 1. Indicateurs de la maîtrise de l'habileté « équilibre dynamique »

### Position de départ

- Se tenir en équilibre sur la jambe extérieure, le genou plié, le dos droit, la tête droite

### Action

- Flexion de la jambe de réception à la cheville, au genou et aux hanches

### Action

- Peu ou pas d'ajustement du haut du corps pour se stabiliser
- Peu ou pas d'oscillation de la cheville, de pivotement du pied ou de déplacement du pied pour se stabiliser
- Réception en douceur et équilibrée

## 2. Tâches d'évaluation

\*\* Les élèves ne sont pas autorisés à chevaucher deux lignes. Ils doivent sauter.





### Années

4 - 5 À partir de la position de départ, sauter latéralement à la ligne de 75 cm.

Poser le pied de la jambe opposée sur le sol et sans s'arrêter, revenir à la position de départ en sautant sur la jambe initiale.

Tenir la réception (cinq secondes).

### 3. Difficultés et étapes suivantes d'un équilibre dynamique

Difficultés	Étapes suivantes
Dans l'apprentissage de cette habileté, les élèves peuvent...	Demander aux élèves ...
<ul style="list-style-type: none"> <li>• baisser la tête ou regarder par terre.</li> </ul>	 de se concentrer sur un objet ou un point sur le mur.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• pivoter ou déplacer le pied de réception.</li> </ul>	 de se poser sur les orteils, puis le talon, puis de fléchir la cheville.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• bouger pour ajuster le haut ou le bas du corps pour se stabiliser.</li> </ul>	 de fléchir la jambe de réception, d'écartier plus les bras pour se stabiliser.
	 de raccourcir l'ampleur du saut.

### 4. Stratégies d'enseignement de l'habileté « équilibre dynamique »

- **Échauffements dynamiques**

Exemples : marcher en levant haut les genoux; sautiller en levant haut les genoux; courir en levant haut les genoux; marcher les jambes droites, sans fléchir les genoux; sautiller les jambes droites, sans fléchir les genoux; courir les jambes droites, sans fléchir les genoux, avec un poids; marcher avec des fentes avant et arrière; fentes avant avec torsions; fentes latérales; flexions des jambes latérales.

- **Postes d'activités**

Cônes d'agilité : courir; marcher d'un pas glissé; sauter; sautiller.

Marches sur une ligne ou une poutre : en avant, en arrière, en glissant le pas.

Ballon Bosu : progressions avec fentes avant, sauter ballon/sol; sautiller ballon/sol.

- **À la rivière « River Bound »**

Placer deux cordes sur le sol en forme de « V ».

L'espace entre les cordes représente la rivière. À partir de l'extrémité du « V », les élèves franchissent la rivière à tour de rôle en sautant sur une jambe (tenir la réception).

Les élèves se défient eux-mêmes de sauter progressivement une distance de plus en plus grande « en remontant la rivière ».



### 5. Preuves de la maîtrise de l'équilibre dynamique

Nom de l'élève	L'élève sait...						Note	
	prendre la position de départ	avoir la jambe de réception fléchie	avoir peu ou pas d'ajustement du haut du corps	avoir peu ou pas d'oscillation de la cheville	avoir une réception en douceur et équilibrée	Aut.	Print.	

# Annexes

Division scolaire de Winnipeg - Habiletés motrices fondamentales - Feuille de collecte des données 2015-16

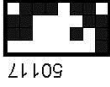
M-1

SALLE :

Évaluer chaque habileté selon qu'elle est maîtrisée ou en développement.

Remplir les catégories et indiquer les notes globales en noircissant les ronds au **crayon de plomb**.

ÉCOLE :



50117

NOM ET NUMÉRO DE L'ÉLÈVE	N.E.*	LOCOMOTION				NOTE pour la locomotion		NOTE - Équilibre statique		NOTE GLOBALE	
		Habiletés (D/M)				D	M	D	M	D	M
		courir	sauter	sauter à cloche-pied	galoper						
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

\*N.E. = Non évalué; D = en développement; M = maîtrisé. Une fois la feuille remplie, en garder une copie pour vos dossiers et remettre l'original à la personne responsable des évaluations à votre école.

Division scolaire de Winnipeg - Habiletés motrices fondamentales - Feuille de collecte des données 2015-16

2-3

SALLE :

ÉVALUER CHAQUE HABILITÉ SELON QU'ELLE EST MAÎTRISÉE OU EN DÉVELOPPEMENT.

Remplir les catégories et indiquer les notes globales en notant les ronds au **crayon de plomb**.

ÉCOLE :



NOM ET NUMÉRO DE L'ÉLÈVE	LOCOMOTION				NOTE pour la locomotion		MANIPULATION						NOTE pour la manipulation		NOTE - Équilibre dynamique		NOTE GLOBALE			
	Habilités (D/M)						Habilités (D/M)													
	courir	sauter	sauter à cloche-pied	sautilleur	galoper	sautilleur	faire rouler	faire rebondir un ballon	attraper	lancer par-dessus l'épaule	lancer par-dessous l'épaule	frapper	donner un coup de pied	D	M	D	M	D	M	
N.E.*	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

\*N.E. = Non évalué; D = en développement; M = maîtrisé.  
 Une fois la feuille remplie, en garder une copie pour vos dossiers et remettre l'original à la personne responsable des évaluations à votre école.

**Division scolaire de Winnipeg - Habiletés motrices fondamentales - Feuille de collecte des données 2015-16**

4-5

SALLE :

Évaluer chaque habileté selon qu'elle est maîtrisée ou en développement.

Remplir les catégories et indiquer les notes globales en noircissant les ronds au **crayon de plomb**.

ÉCOLE :

NOM ET NUMÉRO DE L'ÉLÈVE	N.E.*	MANIPULATION						NOTE pour la manipulation	NOTE - Équilibre dynamique	NOTE GLOBALE				
		Habiletés (D/M)												
		faire rouler	faire rebondir un ballon	attraper	lancer par-dessous l'épaule	lancer par-dessus l'épaule	frapper				donner un coup de pied			
	<input type="radio"/>							D	M	<input type="radio"/>	D	M	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

\*N.E. = Non évalué; D = en développement; M = maîtrisé.  
 Une fois la feuille remplie, en garder une copie pour vos dossiers et remettre l'original à la personne responsable des évaluations à votre école.

## Glossaire

**Bondir** - Faire un saut vers l'avant.

**Dribler** - Diriger devant soi un ballon par petits coups successifs.

**Flexion** - Action de fléchir un membre du corps.

**Savoir-faire physique** - Les personnes dotées d'un savoir-faire physique sont en mesure de bouger avec aisance dans le cadre d'une large gamme d'activités physiques qui favorisent le développement global de la personne.

**Position décalée** - Une position dans laquelle les pieds sont écartés à la largeur des hanches et un pied est devant l'autre.

**Raquette à manche court** - Exemples : raquette de racquetball, de paddleball, de tennis, de pickle ball.

### Matériel :

Té de frappeur



Boules de bowlingrin



Ballon bosu



Disques



## Documents de référence

Au Canada le sport c'est pour la vie. (2015). Savoir-faire physique. Extrait du site Web d'Au Canada le sport c'est pour la vie <http://www.play.physicalliteracy.ca/fr>

Éducation, Formation professionnelle et Jeunesse Manitoba. (2001). Kindergarten to Grade 4 Physical Education/Health Education: A Foundation for Implementation. Winnipeg (Manitoba) : ministère de l'Éducation, de la Formation professionnelle et de la Jeunesse Manitoba.

Passeport pour la vie. (2015). Lateral Bound. Extrait du site Web de Passeport pour la vie <http://www.passportforlife.ca/sites/default/files/Assess%20Instruction%2004%20-%20Lateral%20%28Grades%203-6%29%20EN%20wcag.pdf>

Éducation physique et santé Canada. (2015). Savoir-faire physique. Extrait du site Web d'EPS Canada <http://www.phecanada.ca/programs/physical-literacy>

Éducation physique et santé Canada. (2008). Habiletés motrices fondamentales : Enfant actif et s'amuser grâce au sport. Ottawa (Ontario) : EPS Canada.

Division scolaire de Winnipeg. (2003). Comprehensive Assessment Program: Basic Movement. Winnipeg (Manitoba) : Division scolaire de Winnipeg.