

PLAN DE COURS

COLLÈGE ÉDOUARD-MONTPETIT

Titre du cours : Initiation à la planche à neige
Numéro du cours: 109-475 (stage de 3 jours) ensemble 2
Pondération: 0 - 2 - 1
Professeurs: Raymond Routhier
Michel Major
Tél. : 450-679-2631 poste (urgence seulement)

SESSION HIVER 2002



Note : L'usage épiciène du masculin dans ce texte est une forme neutre : il ne vise qu'une meilleure lisibilité du texte et ne comporte aucun caractère discriminatoire à l'égard des personnes de sexe féminin.

1.0 RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

1.1 Intentions éducatives en éducation physique

L'éducation physique, obligatoire à l'enseignement collégial, est centrée sur les éléments de formation favorisant chez l'étudiant la capacité de prendre en charge sa condition physique de façon autonome et responsable. Dans cette perspective, un accent particulier est mis sur la relation entre les habitudes de vie et la santé et sur l'exploration de diverses activités physiques pouvant être pratiquées par l'étudiant à court et à long terme.

1.2 Orientations de la formation générale en éducation physique au collégial

1.2.1 Thématique de la formation Générale commune en éducation physique :

- La valorisation des habitudes de vie génératrice de santé et celle de l'activité physique pratiquée de façon régulière et autonome en particulier :

1.2.2 But de la formation générale commune en éducation physique.

- Développer les habitudes favorables à la santé.

1.2.3 Buts particuliers de la formation générale commune en éducation physique :

- Établir la relation entre les habitudes de vie et la santé.
- Préciser les activités les plus susceptibles de répondre à ses besoins personnels d'activité physique.
- Acquérir la capacité de répondre de façon autonome à ses besoins d'activité physique.

1.3 Contribution de l'éducation physique à la formation générale

La formation offerte en éducation physique s'harmonise avec les objectifs d'une formation générale qui vise à faire acquérir les compétences personnelles nécessaires à une intégration dynamique dans la société. L'éducation physique contribue à fournir les habiletés, les connaissances et les attitudes qui sont caractéristiques d'une bonne formation générale et nécessaires à quiconque veut être un citoyen lucide et actif dans la société d'aujourd'hui.

1.4 Un processus favorisant la responsabilité

Les cours d'éducation physique font vivre à l'étudiant une expérience qui lui permet de comprendre que l'activité physique pratiquée avec régularité constitue le meilleur moyen de s'épanouir physiquement, psychologiquement et socialement, donc d'agir sur son bien-être et sa qualité de vie.

Apprendre à intégrer l'activité physique à ses occupations professionnelles et familiales, puis à ses loisirs, développe chez l'individu le potentiel nécessaire pour acquérir la capacité à prendre en charge sa santé. La motivation qui incite à adopter de bonnes habitudes de vie peut être développée à l'aide d'expériences concrètes planifiées en conséquence.

1.5 Cadre général de formation

Les cours offerts par le département d'éducation physique sont partagés en trois ensembles. Afin d'obtenir les trois unités en éducation physique, l'étudiant devra réussir un cours de chacun des ensembles. Il n'y a pas de préalable aux cours des ensembles 1 et 2. Par contre, la réussite des ensembles 1 et 2 est préalable à l'ensemble 3.

La consolidation des apprentissages s'appuie sur la pratique personnelle régulière. L'acquisition des compétences est facilitée par la possibilité pour l'étudiant de choisir parmi un éventail d'activités physiques pertinentes. Outre leur formation en éducation physique proprement dite, il est souhaitable que les étudiants puissent pratiquer des activités physiques libres au moment de leur passage au collège.

2.0 OBJECTIF GÉNÉRAL DE L'ENSEMBLE 2

L'étudiant aura la capacité d'appliquer une démarche conduisant à l'amélioration des habiletés et des attitudes lui permettant de trouver plaisir et valorisation dans la pratique d'une activité physique.

2.1 Renseignements liés à la pondération 0-2-1

- 0 = temps hebdomadaire consacré à des cours théoriques.
- 2 = temps hebdomadaire consacré à la pratique encadrée d'une ou de diverses formes d'activités physiques.
- 1 = temps hebdomadaire consacré à du travail personnel.

Concrètement le cours de **Initiation à la planche à neige 109-475** nécessitera :

- une rencontre préparatoire d'une durée de trois heures;
- et trois (3) jours de stage.

3.0 OBJECTIF GÉNÉRAL - PLANCHE À NEIGE

Acquisition et amélioration des habiletés de base essentielles à la pratique sécuritaire de la planche à neige.

3.1 Situation du cours dans le programme

Ce cours de 30 heures ou 2/3 de crédit en éducation physique fait partie de l'ensemble 2, dans le cadre du programme offert au collège Édouard-Montpetit. Il est offert selon un horaire intensif composé de 4 sortie(s) à l'extérieur et une rencontre au Collège avant la première sortie.

3.2 Utilité du cours

La planche à neige prend un essor considérable depuis quelques années et beaucoup d'étudiants souhaitent s'initier de façon sécuritaire aux techniques de pratique de cette activité de plein air.

4.0 PRÉALABLES ET -CONTRAINTE MATÉRIELLES

Ce cours s'adresse à l'étudiant **DÉBUTANT** (*Moniteurs et experts s'abstenir*). Celui-ci doit s'attendre à un travail physique exigeant compte tenu du caractère intensif du cours et de la nature même de l'activité.

Pour ce **cours intensif**, l'étudiant devra défrayer une partie des coûts relatifs à l'encadrement et à l'accès aux remontées mécaniques. Ces coûts ont été établis à\$(référence : lettre d'inscription)

5.0 ÉLÉMENTS DE COMPÉTENCE

5.1 Se fixer des objectifs

À l'aide de sa fiche technique, l'étudiant aura à se fixer des objectifs «réalistes» afin d'améliorer ses habiletés motrices dans la pratique de la planche à neige.

5.2 Appliquer les règles propres à l'activité physique pratiquée

5.2.1. L'étudiant devra identifier les règles de sécurité inhérentes à la planche à neige, les respecter et les mettre en application.

5.3 Évaluer l'évolution de ses habiletés motrices dans la pratique de l'activité physique

5.3.1. À l'aide de fiches d'observation et de parcours d'habiletés, l'étudiant pourra évaluer l'évolution de ses apprentissages techniques à la fin de chaque étape d'apprentissage.

5.3.2 À l'aide d'une fiche synthèse d'observation, l'étudiant pourra interpréter les difficultés rencontrées dans sa pratique de l'activité. Ce dernier choisira avec l'aide de son professeur, les correctifs appropriés afin de résoudre les difficultés rencontrées.

5.4 Évaluer l'atteinte de ses objectifs

5.4.1. À l'aide de fiches d'observation sur les apprentissages techniques, l'étudiant évaluera après huit à seize heures de cours le degré possible d'atteinte de ses objectifs personnels.

5.4.2 Suite à son évaluation régulière de ses objectifs, l'étudiant sera en mesure d'y apporter, s'il y a lieu, les ajustements nécessaires.

6.0 POLITIQUE DÉPARTEMENTALE

6.1 *Présence au cours*

N.B.. Étant donné le caractère intensif de ce cours, **la présence à toutes les étapes est une condition de la réussite du cours.** Si une absence ne peut être reprise dans un autre cours, l'étudiant devra abandonner et suivre la politique de remboursement du Collège. (référence : lettre d'inscription)

6.2 *Niveau d'engagement*

Un comportement démontrant un niveau **d'engagement inacceptable** (pour sa sécurité et celles des autres) ou **insuffisant** (au niveau participation) pourra être une **cause de renvoi du cours**. Un **échec** sera alors mentionné au bulletin de l'étudiant.

Le contexte même du cours, (la planche à neige) et les objectifs poursuivis nécessitent un engagement certain de la part de tous les étudiants.

Cet engagement se caractérise par :

- l'expression de ses intérêts et de ses objectifs personnels relatifs à cette activité;
- le respect des règles de sécurité, des consignes établies ainsi que le respect des autres participants et participantes.

N.B. L'étudiant pris à **consommer** ou en état de **consommation d'alcool** et/ou de **drogue** fera l'objet d'un **renvoi immédiat** du cours et aucune note

ne lui sera attribuée. De plus l'usage du **tabac** est **prohibé** en tout temps durant les heures de cours (même dans les remontées!)
L'utilisation optimale du temps disponible, c'est-à-dire être **ponctuel et actif** à toutes les activités (jour ou soirée).

6.3 Politique de valorisation de la langue française

Lorsqu'il s'agit d'un cours dont le contenu propre ne porte pas sur l'apprentissage du français écrit, les professeurs pourront, pour tout travail ou examen, enlever jusqu'à 10 % du total des points à la présentation matérielle et au français écrit. (Politique d'évaluation de l'apprentissage étudiant).

L'étudiant doit présenter ses travaux en un français correct. Il s'agit d'une exigence de forme qui autorise le professeur à refuser un travail ou à en retarder l'acceptation jusqu'à ce qu'elle soit satisfaite. Les retards à remettre les travaux sont alors soumis aux pénalités prévues dans ce plan de cours, soit **10% par jour ouvrable**.

7.0 EXIGENCES PARTICULIÈRES

7.1 Tenue vestimentaire

Ayez des vêtements adéquats pour la pratique d'une activité de plein air hiver : c'est-à-dire, sous-vêtements chauds, chandails de laine, anorak, pantalon qui coupe le vent et qui ne se mouille pas (jeans interdit) mitaines ou gants chauds, la tête doit être couverte;

- paires de bas chauds
- lunettes de ski obligatoires
- équipement complet (bottes de planche et planche à neige)
- complément de sécurité fortement recommandé : casque, protège-poignet, crème protectrice contre le froid et le soleil (visage).

8.0 ÉVALUATION SOMMATIVE

8.1 Énoncé de la compétence

Améliorer de façon autonome sa pratique d'une activité physique(100%).

8.1.1 Contexte de réalisation à l'aide :

- vidéo¹ sur l'apprentissage technique;
- cours pratique;
- grille évolutive des apprentissages;
- co-évaluation (encadré) des apprentissages techniques documentation pertinente (cahier technique).

8.2 Éléments de compétence et pondération relative

Éléments de compétence évalués	moyens		
<ul style="list-style-type: none"> • Détermination d'objectifs personnels (accessibles, stimulants, réalistes et spécifiques mesurables et situés dans le temps) relatifs à des habiletés et à des attitudes requises en planche à neige. 	Fiches Techniques étudiant	Fiches tech. prof	
<ul style="list-style-type: none"> • Appliquer les règles propres à l'activité physique pratiquée. 	attitude	attitude	examen théorie
<ul style="list-style-type: none"> • Évaluation périodique de l'atteinte de ses objectifs; • Ajustement de ses objectifs en fonction de son évaluation suivant l'interprétation des difficultés rencontrées. 	Fiches tech. Évaluation comparée		
<ul style="list-style-type: none"> • Évaluation de l'évolution de ses habiletés motrices; • Évaluation finale de ses habiletés motrices 	Fiches Évaluation comparée	Acquis Vs étapes	
TOTAL :	40	40	20

9.0 MODALITÉS (SEUIL DE RÉUSSITE)

L'évaluation formative se réalisera au recours des moyens suivants : I

La vidéo² des apprentissages des étudiants, les fiches techniques par les pairs et par l'étudiant lui-même, les interventions pédagogiques du professeur, la mise en situation après chaque étape d'apprentissage.

¹ Sujet au conditions climatiques et à la disponibilité du matériel.

² Sujet aux conditions climatiques et à la disponibilité du matériel.

Important :

- La note de passage est de 60 %. Cette note signifie que l'étudiant a atteint les objectifs d'apprentissage du cours aux seuils fixés. (Réf. article 4.3 de P.I.É.A.).
- Nonobstant ce qui précède. Compte tenu de l'énoncé de la compétence de l'ensemble 2, l'étudiant qui sera dans l'impossibilité de démontrer une **amélioration de son efficacité** dans l'activité obtiendra la mention échec.

10.0 RÉVISION DE NOTE ET MENTION AU BULLETIN

Une des trois mentions suivantes apparaîtra au bulletin soit : la note finale obtenue ; IN (incomplet) ou EC (échec) et cela en conformité avec les articles 4.12.1 et 4.12.2 du Guide de l'étudiant.

L'étudiant insatisfait de sa note pourra en demander la révision conformément à l'article 4.8 du Guide de l'étudiant.

11.0 MÉTHODOLOGIE

Afin de permettre à l'étudiant d'améliorer ses habiletés motrices de façon progressive, les stratégies d'enseignement retenues seront :

- l'exposé magistral;
- l'expérimentation sous forme d'éducatifs dirigés;
- l'observation et l'enseignement par les pairs;
- le retour personnel sur l'apprentissage;
- l'utilisation de grilles d'observations;
- la vidéo sur l'apprentissage technique.

12.0 CONTENU DISCIPLINAIRE

La connaissance des règles à la pratique de la planche à neige se fera par des interventions théoriques et par des lectures. Les habiletés techniques au programme vous seront communiquées au fil des cours.

Document : *Notes de cours*