



Collège  
Édouard-Montpetit  
École nationale d'aérotechnique

**PLAN DE COURS**  
PLAN DE COURS

|   |
|---|
| <u>No du cours</u><br><b>109-421-02</b> |
| <u>Session</u><br><b>HIVER 2001</b>     |

|                              |                                     |
|------------------------------|-------------------------------------|
| Nom du cours :               | <b>Basketball : Ensemble II</b>     |
| Nom du (des) professeur(s) : | Jacques Miqueu                      |
| Département :                | <b>Éducation physique</b>           |
|                              | Bureau : _____<br>Téléphone : _____ |

**PÉRIODES DE CONSULTATION :**

|       | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-------|-------|-------|----------|-------|----------|
| HEURE |       |       |          |       |          |

---

NOM DE L'ÉTUDIANT(E) : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

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**

#### **1.2.1 Thématique de la formation générale commune**

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 I et II. Par contre, la réussite des ensembles I et II est préalable à l'ensemble III.

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 II**

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 pour le cours de l'ensemble II Basket-ball, cette pondération représente une rencontre laboratoire hebdomadaire de deux périodes de 50 minutes, et l'équivalent d'une période de travail personnel par semaine.

## **3.0 ÉLÉMENTS DE COMPÉTENCE**

- 3.1** Suite à l'évaluation de ses capacités et l'identification de ses besoins d'apprentissage, l'étudiant formulera des objectifs personnels relatifs aux habiletés et attitudes requises par l'activité pratiquée.
- 3.2** Appliquer les règles propres à l'activité physique pratiquée : l'étudiant devra identifier les règles propres à l'activité pratiquée, les respecter et les mettre en application.
- 3.3** Évaluer l'évolution de ses habiletés motrices dans la pratique de l'activité choisie et cela de façon régulière.
- 3.4** L'étudiant évaluera périodiquement le degré d'atteinte de ses objectifs personnels et les ajustera au besoin.

## 4.0 POLITIQUES DÉPARTEMENTALES

### 4.1 Présences au cours

Conformément à la Politique institutionnelle d'évaluation des apprentissages du collège Édouard-Montpetit, la présence au cours est obligatoire. L'étudiant ne peut s'absenter à plus de deux cours de deux heures ou quatre cours d'une heure. Pour des raisons graves, l'étudiant qui dépasserait le nombre d'heures d'absence toléré, devra voir avec son professeur les possibilités de rattrapage.

### 4.2 Niveau d'engagement

Un comportement démontrant un niveau d'engagement inacceptable (pour sa sécurité et celle des autres) ou insuffisant (au niveau participation) pourra être une cause de renvoi du cours. Une absence sera alors enregistrée pour l'étudiant concerné.

### 4.3 Politique de valorisation de la langue française

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 satisfaisante. Les retards à remettre les travaux sont alors soumis aux pénalités prévues dans ce plan de cours.

## 5.0 EXIGENCES PARTICULIÈRES

- 5.1 Tenue vestimentaire : chandail à manches courtes, souliers de gymnase avec semelles adhésives et culottes courtes **obligatoires**. Aucune casquette portée pendant le cours pour raison de sécurité. Les bijoux sont également interdits.
- 5.2 Ballons : en tout temps, aucun ballon ne doit être laissé sur le plancher du gymnase. Les ballons inutilisés doivent être remis sur les supports à ballons.
- 5.3 Retards : trois retards équivalent à une absence.
- 5.4 Travaux écrits : les analyses de match devront être remises au plus tard à la 13<sup>e</sup> semaine de la session. Une pénalité de 10% par semaine de retard sera appliquée.
- 5.5 Reprises de cours : l'étudiant devra reprendre un cours la même semaine que le cours manqué pour éviter une absence.

## 6.0 ÉVALUATION

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| Analyse de match           | 20 points |
| Examen théorique           | 25 points |
| Évaluation jeu-équipe      | 25 points |
| Évaluation des objectifs   | 15 points |
| Évaluation des coéquipiers | 15 points |

## 7.0 CONTENU DU COURS

- |              |  |
|--------------|--|
| Cours 1      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Présentation du plan de cours et contraintes générales</li><li>- Dribble, lancer à l'arrêt</li></ul>                                   |
| Cours 2      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Révision</li><li>- Défensive et attaque 1 vs 1</li><li>- Triple menace et pivot</li><li>- Tir en foulée</li><li>- Jeu dirigé</li></ul> |
| Cours 3      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Révision</li><li>- Lancers francs</li><li>- Passe et va</li><li>- Règlements</li><li>- Jeu dirigé</li></ul>                            |
| Cours 4      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Révision</li><li>- Principes de défensive et attaque H vs H</li><li>- Arbitrage</li><li>- Jeu dirigé</li></ul>                         |
| Cours 5      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Révision</li><li>- Contre-attaque</li><li>- Marqueurs et chronométreurs</li><li>- Jeu dirigé</li></ul>                                 |
| Cours 6      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Révision</li><li>- Défensive de zone</li><li>- Attaque de zone</li><li>- Jeu dirigé</li></ul>  |
| Cours 7      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Évaluation</li></ul>   |
| Cours 8      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Formation de la ligue</li></ul>  |
| Cours 9 - 13 | <ul style="list-style-type: none"><li>- Déroulement de la ligue et travail en équipe</li></ul>   |
| Cours 14     | <ul style="list-style-type: none"><li>- Évaluation en jeu</li><li>- Évaluation des coéquipiers</li></ul>   |
| Cours 15     | <ul style="list-style-type: none"><li>- Examen théorique</li></ul>   |