



## Planification de l'étape 2

Activité sportive secondaire 4

Enseignant : Stéphane Monfette

450-469-3187

[stephane.monfette@csdhr.qc.ca](mailto:stephane.monfette@csdhr.qc.ca)

Compétence	Activité d'apprentissage	Nature des évaluations
Pratiquer des activités individuelles 70%	Musculature sur appareils en salle	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vérification des éléments techniques propres au différents principes en musculation 50%</li><li>• Vérification de la compréhension des différents exercices 30%</li></ul>
Se donner les moyens pour adopter un mode de vie sain et actif 30%		<ul style="list-style-type: none"><li>• Participation active et positive à l'ensemble du cours avec le matériel requis 20%</li></ul>

L'évaluation est faite de façon continue pendant toute l'étape. Votre enfant est donc constamment en observation.

Recommandations :

En tout temps l'élève doit avoir ses vêtements d'éducation physique : shorts, t-shirt, espadrilles.