



Syllabus 2025-2026

Enseignement régulier

Titre du cours :	Éducation physique et à la santé Secondaire 3 - Multisport
Enseignant :	Jacob Lavoie (jacob.lavoie@cssmi.qc.ca) Sylvain Lamy (sylvain.lamy@cssmi.qc.ca)
Contenu du cours :	Par compétences : connaissances et stratégies
Étape 1 20 %	Remise en forme + auto-évaluation (C1+C2) DBL (Dribble, Botte, Lance) Compréhension de jeu (C2)
Étape 2 20 %	Badminton (dégagement long + compréhension de jeu (C1 +C2) Volleyball (touche, manchette, communication) (C2)
Étape 3 60 %	Entrainement (santé générale, système musculaire et cardiovasculaire) (3) 1 cours sur 2 Soccer (contrôle du ballon) (C2) Flag football (lancer et attraper) (C1 et C2)
Matériel didactique	
Vêtements de sport	
Principales SÉ et autres traces utilisées	
Évaluation réflexive sur papier ou ordinateur Évaluation en situation de jeu	

Devoirs, travaux et autres exigences
Auto-évaluation sur la remise en forme. Habit adéquat au sport.
Informations supplémentaires : récupérations, projets, etc.
Si l'élève peut être présent lors d'une évaluation, avec raison valable, il y aura une possibilité de reprise sur les heures du midi.

Au plaisir !
Bonne année scolaire !

Nom de l'enseignant (e) : Jacob Lavoie et Sylvain Lamy