

**Guide du  
Curriculum  
pour l'Enseignement  
Secondaire  
Adventiste**

# **Education Physique**

---

**Institut  
d'Education  
Chrétienne**

# TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS	2
SUGGESTIONS POUR L'UTILISATION DU GUIDE DE CURRICULUM	3
QU'EST-CE QU'UN GUIDE DE CURRICULUM ?	4
A QUI EST DESTINE LE GUIDE DE CURRICULUM	4
VUE D'ENSEMBLE DU GUIDE DE CURRICULUM	5
LA PHILOSOPHIE DU GUIDE DE CURRICULUM	6
LA RAISON D'ETRE DU GUIDE DE CURRICULUM	7
LES REFERENCES BIBLIQUES QUI ETAYENT L'EDUCATION PHYSIQUE	8
OBJECTIFS	10
DOMAINES/CHAMPS D'APPRENTISSAGE	12
VALEURS	14
APPROCHES D'EVALUATION	17
PRINCIPES DE COMPETITION	20
THEMES DE DISCUSSION	22
EVALUATION	24
RESUME D'UNE UNITE DE TRAVAIL	25
DIAGRAMME D'UNE UNITE DE TRAVAIL	27
DIAGRAMME DE CORRELATION	28

## REMERCIEMENTS

Le département de l'Éducation de la Division du Pacifique Sud de l'Église adventiste du septième jour a créé un Centre de conception des programmes pour l'éducation secondaire afin d'aider les enseignants à atteindre plus totalement les objectifs de l'éducation adventiste. Dans ce but, le centre a préparé une série de documents sur l'intégration de la foi adventiste aux méthodes d'enseignement-apprentissage.

Son directeur, le **Dr Barry Hill**, remercie le groupe de professeurs qui ont contribué par leur temps, leurs idées, leurs papiers et leur appui à l'édition originale des documents mentionnés. Des équipes de travail ont été formées pour chaque matière, et des guides du curriculum ont été préparés pour chaque discipline.

Nous remercions la Division du Pacifique Sud pour sa générosité en mettant ces documents à la disposition de l'éducation mondiale adventiste. Nous savons qu'il sera nécessaire de faire des adaptations, selon les réalités locales, mais nous espérons que cette initiative du Pacifique Sud sera en grande bénédiction à de nombreux éducateurs adventistes.

La publication de ce guide en français a été possible grâce aux travaux de traduction et d'adaptation des professeurs Victor Rasoanaivo et Emilienne Rasamoely, de la Division de l'Afrique et de l'océan Indien.

*Pour plus d'information concernant l'Institut d'Éducation Chrétienne et l'obtention d'autres guides du curriculum, veuillez vous adresser à :*

*Institut d'Éducation Chrétienne  
Département de l'Éducation  
Conférence Générale de l'Église Adventiste du Septième Jour  
12501 Old Columba Pike  
Silver Springs, MD 20904, EE.UU. de N.A.*

## SUGGESTIONS POUR L'UTILISATION DU GUIDE

Il y a beaucoup de façons d'utiliser le guide pour vous aider à planifier vos cours, vos unités de travail, ou vos thèmes. Le but est de fournir une liste qui va servir de base pour la planification. Pour les thèmes et les unités, essayer les démarches suivantes, tout en résumant votre plan sur une page ou deux.

Lire les parties concernant la vue d'ensemble du guide, la philosophie, le rationnel, et les objectifs (page 4 à 11), pour avoir une idée des parties-clé de votre matière. Lorsque vous choisissez votre thème, vérifiez d'abord sa place dans les principaux domaines d'apprentissage en éducation physique, à la page 11. Des exemples de catégories sont "Sports aquatiques" et "Jeux".

Vérifier en entier la liste de valeurs en page 14 et 16. Des exemples en sont, "créativité" et "initiative". Choisir celles qui ont le plus besoin d'être accentuées dans votre thème, et les noter par écrit.

Lire les suggestions de pédagogie des valeurs à la page 18. Un exemple en est "faire des jugements de valeur". Se référer aussi aux principes de compétition à la page 21. Ajouter maintenant à votre résumé quelques idées par les méthodes d'enseignement des valeurs.

A la page 23 vous verrez une liste de schémas de discussion que vous pouvez utiliser pour introduire les valeurs. Des exemples de catégories de thèmes sont "compétition" et "sport de contact". Bien examiner ces catégories, et en mettre d'autres qui sont appropriées dans votre résumé.

Quand vous pensez aux compétences, référez-vous aux séries de domaines d'apprentissage et de compétences, à la page 20 puis choisissez celles que vous pouvez mettre en pratique. Notez les par écrit.

Pour les idées sur l'évaluation, voir à la page 25. L'évaluation doit être liée au contenu de votre enseignement, aux parties enseignées sur lesquelles vous avez mis l'accent, ainsi qu'à vos méthodes pédagogiques.

Pour voir comment on peut planifier les concepts de valeurs, les compétences et les méthodes pédagogiques, voir le résumé des thèmes à la page 28 et le diagramme de vue d'ensemble d'une unité à la page 33. Vous pouvez maintenant raffiner votre propre page de vue d'ensemble et de résumé, tout en choisissant le format qui vous convient le mieux.

Pour rendre votre planification d'ensemble plus sur les techniques d'enseignement, comme vous pouvez le voir, l'on vous demande de réfléchir à un certain nombre de procédés et de les mettre ensemble dans votre procédé de planification. Arrivé à ce stade, on est certain que le thème ou l'unité correspond à une perspective Chrétienne Adventiste centrée sur les valeurs.

## **QU'EST CE QU'UN GUIDE**

Dans le contexte éducatif adventiste, un "guide" est un énoncé des valeurs et principes qui guident dans l'élaboration du curriculum. Ces valeurs et principes dérivent de la philosophie de l'éducation Adventiste qui expose des idées importantes sur ce qui est réel, vrai et bien. L'objectif du guide est de montrer comment les valeurs chrétiennes et la foi adventiste peuvent être intégrées dans l'apprentissage académique; et ce document fournit quelques exemples pour ce faire. Le document est organisé comme une source d'idées pour planifier la manière d'enseigner, aussi se veut-il plus utile qu'exhaustif.

En essayant de présenter une perspective adventiste, on comprend clairement qu'on peut enseigner quelques aspects d'un cours de façon similaire, où que l'on enseigne. Cependant, à un niveau superficiel, les objectifs et les contenus des autres thèmes enseignés dans les écoles adventistes sembleront peu différents des programmes officiels, tout simplement parce que le contenu apparaît relativement neutre en termes philosophiques. Avec un enseignement bien réfléchi, il y aura des différences dans l'accent mis sur le contenu, et dans l'approche utilisée pour enseigner les thèmes, tandis qu'il y aura des différences plus notables dans d'autres thèmes et dans le procédé d'élaboration du curriculum. Ces différences de degrés variables, dériveront de la philosophie sous-jacente au document.

Ce guide pour l'Éducation Physique contient: un diagramme de vue d'ensemble du document; une philosophie; un rationnel; des buts; des listes d'attitudes et de valeurs; des suggestions pour enseigner les valeurs; une liste de thèmes de discussion; une liste de domaines d'apprentissage; des principes d'évaluation; une série de diagrammes de corrélation pour la planification; un diagramme démontrant la procédure de planification d'une unité de travail; et de annexes qui comprennent des idées-ressources et un résumé des programmes officiels.

Dans ce guide, on s'est plié à l'exigence d'enseigner les compétences de base, les thèmes et les liens entre eux tels qu'ils sont circonscrits dans les différents programmes officiels. Le document en expose quelques-uns dans des listes, et donne des suggestions pratiques qu'on pourra utiliser pour la préparation des grandes lignes des cours, des programmes, des unités et des leçons: le document devient en conséquence un point de référence de base pour les enseignants. On n'a pas essayé de remplacer les programmes personnels de chaque enseignant, mais on en a plutôt guidé l'élaboration. Dans l'ensemble, le document essaie surtout de montrer comment on peut placer une bonne pratique dans une perspective de valeur qui est chrétienne. C'est un outil que les enseignants peuvent utiliser pour les aider soit à re-interpréter les documents relatifs aux programmes officiels à partir d'une perspective adventiste soit à enseigner tout simplement à partir de cette perspective s'il s'agit d'une matière facultative.

## **A QUI EST DESTINE CE GUIDE ?**

Le document est principalement conçu pour tous les enseignants d'Éducation Physique dans les écoles secondaires adventistes. Il fournit aussi un point de référence pour la planification du curriculum pour les directeurs et les responsables de l'administration dans le système éducatif adventiste. En outre, le document essaie de montrer aux autorités officiels qu'on a mis l'accent sur un programme scolaire adventiste pour justifier l'existence d'un système éducatif adventiste. Le document est prévu pour être utilisé comme guide pour toute planification de curriculum, que ceci inclue la conception de tout nouveaux cours, le rajout aux programmes officiels, ou encore l'évaluation des unités et des ressources.

## PANORAMA DU GUIDE

Ce document sur l'Education Physique fournit des lignes directrices et des idées pour la planification de l'Education Physique . Il est basé sur les idées-clé telles que:

- Notre corps est le temple de Dieu , une place où Il peut restaurer Son Image.
- Une activité physique bien planifiée assure un développement personnel équilibré.
- Les adventistes ont une obligation de donner un modèle de style de vie rayonnant de santé

**L'EDUCATION PHYSIQUE  
COMPREND DES DOMAINES  
D'ACQUISITION DE COMPETENCES  
TELS QUE :**

- Sports aquatiques
- Mouvement créatif
- Activités de la vie quotidienne
- Jeux

**L'EDUCATION PHYSIQUE  
IMPLIQUE L'APPRENTISSAGE  
DE VALEURS TELLES QUE :**

- Appréciation du monde de Dieu
- Expressivité
- Participation
- L'effort pour être le meilleur

**L'EDUCATION PHYSIQUE  
RECQUIERT DES ENSEIGNANTS  
DE DEVELOPPER DES APPROCHES  
D'EVALUATION TELLES QUE :**

- Prise de décision
- Identification et clarification des valeurs des élèves
- Leadership
- Modèle de rôle

**LES ATTITUDES EN EDUCATION  
PHYSIQUE SE DEVELOPPENT A  
TRAVERS LA CONSIDERATION  
DE THEMES DE DISCUSSION  
TELS QUE :**

- Compétition
- Sport de contact
- Bonne condition physique
- Sportivité

## **LA PHILOSOPHIE DU GUIDE**

La philosophie de ce document sur l'Education Physique est une extension de la philosophie de l'Education adventiste qui est basée sur une vision du monde dérivant de la foi chrétienne. Cette vision commence par la croyance en un Dieu éternel, affectueux et personnel qui existe de toute éternité, qui est tout puissant, et qui est la source de toute vie, de toute vérité, de toute beauté et de toute valeur chrétiennes.

Parce qu'il affirme la vision Biblique de Dieu mentionné ci-dessus, le document met l'accent sur le concept de restauration. A l'origine, l'homme fut créé à l'image de Dieu, mais cette image a été pervertie par le péché. Ainsi, l'éducation physique dans les écoles adventistes se concentre - t - elle sur la restauration de l'image de Dieu chez l'homme tout en insistant sur un groupe de concepts relatifs à la santé.

Nous acquérons une bonne santé en adoptant un style de vie équilibré, un style qui nous demande de développer de façon harmonieuse toutes nos facultés-physiques, sociales, spirituelles et académiques. A travers le développement harmonieux de ces facultés, nous avons une sensation de bien-être qui nous aide à percevoir notre valeur personnelle aux yeux de Dieu et du monde. La santé physique supporte donc tout ce que nous essayons de faire dans la vie. Par conséquent, à travers une perspective alerte et équilibrée, nous sommes mieux équipés pour réaliser notre potentiel de vie dans un contexte chrétien.

Nos corps sont le temple de Dieu où habite le Saint-Esprit, aussi sont-ils des lieux où Dieu peut, de bon coeur, ré-établir Son image. Comme nous bâtissons notre santé ainsi que les attitudes positives qui s'y attachent, ce procédé a un impact aussi bien sur la qualité de notre vie que sur notre vision du monde, et l'image de Dieu s'imprime mieux sur nous.

En nous voyant nous-mêmes comme étant des lieux où Dieu habite, nous reconnaissons que le don de santé offert par Dieu entraîne des obligations. Le style de vie adventiste nous fait connaître une perspective chargée de valeurs sur la façon dont nous devrions vivre notre vie. Il nous affirme aussi les dispositions à prendre à l'égard de ce qui résulte d'une détente souhaitable, donne des conseils sur que manger pour être en bonne santé, et décrit la beauté esthétique du mouvement humain. Grâce à un style de vie garant de santé, et grâce à la connaissance de ce qu'est la santé et la bonne forme, nous pouvons devenir des modèles convaincus qui glorifient Dieu et Le rendent plus réel pour les autres.

## **RATIONNEL DU GUIDE**

La philosophie de l'Education Physique dans ce document implique qu'il y a de bonnes raisons pour justifier l'importance de cette matière dans le curriculum. Quelques-unes de ces raisons sont développées dans cet exposé sur la raison d'être du document.

L'Education Physique est une partie essentielle de l'éducation dans toute sa totalité parce que la bonne forme , l'endurance et la bonne santé générale sont des pré-requis nécessaires pour la réussite de l'apprentissage. Nos compétences en éducation physique nous aident à nous tirer d'affaire dans la vie , et à tirer le maximum de nos diverses expériences.

L'activité physique aide beaucoup d'élèves à développer l'estime de soi . Le sport et d'autres activités récréatives aident aussi les élèves à faire l'expérience de nouveaux défis, et à développer le succès , la confiance et la foi dans la participation . Ils ont quelquefois peu d'occasions de faire l'expérience d'un tel succès dans les autres moments de leur vie scolaire. Le fait que l'éducation physique est en partie un moment de détente fournit aux adolescents un contexte populaire pour apprendre ,et pour jouir des actions réciproques et de ces moments de distractions . Dans les jeux, les sports et les activités de plein air , ils ont des rapports plus détendus avec leurs professeurs et leurs pairs, et ils apprennent comment coopérer socialement. Ils apprennent aussi comment se débarrasser du stress, et comment se défendre plus tard dans la vie.

Les jeux et le travail d'équipe offrent des plate-formes où l'on peut enseigner des attitudes positives telles que la bonne pratique des sports et le bienfait de l'endurance .

Les attitudes se forment de façon naturelle et constante pendant les jeux et autres activités physiques.

Beaucoup de détente physique permet aux élèves d'apprécier la qualité esthétique du mouvement, et de créer en s'expriment de façon propre à l'activité physique.

Beaucoup de compétence , telles que celles liées à l'équilibre , à la coordination, et à la sécurité , sont nécessaires dans la vie et on peut les développer en Education Physique.

Les activités éducatives de plein air peuvent aider les enseignants à rendre Dieu plus réel aux yeux des élèves . Les enseignants démontrent les attributs positifs de Dieu lorsqu'ils sont en relation avec les élèves , et qu'ils agissent avec eux de façon réciproque , et leur montrent en plein air l'évidence de Dieu comme Créateur du monde.



# LES REFERENCES BIBLIQUES QUI ETAYENT L'EDUCATION PHYSIQUE

La liste de références Bibliques qui suit fournit plus d'informations sur quelque-unes des valeurs énumérées dans ce guide. Cette liste n'est pas exhaustive, et peut être étoffée ultérieurement. L'intention est que les enseignants se réfèrent à la liste pour qu'ils soient plus conscients de la place possible des Ecritures dans le contenu de leur matière

## Philosophie :

- Genèse 2:8
  - Genèse 1 :29
  - Genèse 4 : 2
  - Luc 2 : 52
  - Marc 6 :3
  - I Corinthiens 6 : 19,20
  - Romains 12 : 1
  - Psaumes 139 : 14
- A l'origine Dieu a donné à l'homme un jardin comme environnement.
  - A l'origine , Dieu a recommandé à l'homme une alimentation garante de santé
  - A l'origine , l'homme s'occupait de troupeaux et labourait le sol , deux occupations qui avaient lieu en plein air et demandaient en même temps de l'effort physique.
  - Jésus Christ vécut une vie qui a mis l'accent sur le développement du physique.
  - Jésus a été formé comme charpentier , ce qui est un travail physique , tel qu'on peut le constater.
  - Le corps appartient à Dieu . Ainsi , nous devons servir Dieu dans le corps.
  - Nous devons offrir nos corps à Dieu comme un sacrifice vivant.
  - L'homme est fait avec crainte et de façon merveilleuse.  
S'occuper de cette création merveilleuse sous-entend une responsabilité.

## Problèmes personnels , sociaux et affectifs :

- I Corinthiens 10 : 31
  - I Jean 4
  - Genèse 4 : 9 , 10
  - Matthieu 5 : 41-44
  - Romains 12 : 18
  - Romains 14
  - Matthieu 7 : 12
  - I Corinthiens 12 : 13,14
  - I Pierre 2 : 13 , 14
  - I Pierre 5 : 5
- Que vous mangiez ou buviez ou quoi que vous fassiez, faites-le pour la gloire de Dieu.
  - L'amour doit être la force de motivation pour toute interaction ; entre l'homme et Dieu , et entre l'homme et l'homme.
  - Nous ne pouvons pas ignorer les droits et les besoins des autres.
  - Faites tout pour rester en paix avec tout le monde , même avec vos ennemis.
  - Autant que possible vivez en paix avec tous les hommes.
  - Ne jugez ni critiquez les autres
  - Ce que vous voudriez que les hommes vous fassent, faites-le vous-même à leur égard.
  - Nous ne sommes pas tous égaux , ni n'avons nous les mêmes talents, mais nous sommes comme les différentes parties d'un corps qui travaillent ensemble comme un tout harmonieux.
  - Soumettez -vous à l'autorité légitime.
  - L'humilité caractérise les relations avec l'autorité.

# LES OBJECTIFS

## **Objectifs personnels , sociaux et affectifs :**

Ce curriculum donnera aux élèves l'occasion de développer :

1. Une perspective chrétienne équilibrée qui reconnaît l'importance de l'exercice pour le bien-être total.
2. La coopération , et la considération des droits et besoin d'autrui , attitudes qui englobent les qualités de loyauté, d'honnêteté , d'engagement , et un sens de fair-play.
3. La capacité de se fixer des objectifs personnels réalistes en ce qui concerne la bonne condition physique et le développement de la compétence motrice.
4. La sensibilité et la tolérance en reconnaissant et en acceptant les différences individuelles chez les gens.
5. Les relations appropriées avec les autorités .
6. Un sens d'initiative et de responsabilité.
7. La confiance en soi et la conscience de vivre en société.
8. L'expression et la communication à travers le mouvement aussi bien qu'à travers la langage.
9. La confiance en soi et le désir de participer et de mesurer sa capacité selon un donné standard.
10. Des attitudes appropriées face à l'effort , à la compétition , et au défi.
11. Des attitudes positives face à des activités récréatives variées qui visent à octroyer des moments de loisir avantageux.
12. Des qualités de leader et de membre qui incluent la capacité de prendre , contribuer à , ou accepter des décisions pour le bénéfice du groupe.
13. Des réactions chrétiennes appropriées face à des sujets tels que le rôle du sports dans la société , les média et le sport , et les problèmes moraux qui s'y rattachent.
14. Une compréhension esthétique de la beauté du mouvement telle qu'elle est montrée sous différentes formes .

## **Objectifs psychomoteurs :**

A travers une activités fréquente, régulière et énergique, chaque élève aura l'occasion d(e) :

1. Poursuivre un développement physique optimal.
2. Développer la bonne forme liée à la santé grâce à l'amélioration de l'efficacité cardio-vasculaire, de la flexibilité, de la force musculaire, de l'endurance musculaire, et de la constitution du corps.

3. **Accomplir des compétences motrices avec efficacité grâce à une prise de conscience améliorée des mouvements esthétiques , à la coordination , au rythme , à la vitesse , à l'agilité, à l'équilibre et à la puissance.**
4. **Maîtriser les habiletés locomotrices de base , à savoir : marcher , courir , sauter, sauter à cloche-pied , et bondir.**
5. **Maîtriser les habiletés non-locomotrices de base à savoir : se courber, s'étirer , se balancer, pivoter, et se tordre.**
6. **Maîtriser les habiletés de manipulation de base telles que frapper, attraper, donner un coup de pied et jeter.**
7. **Développer et maintenir une large série de compétences motrices à travers des activités variées.**
8. **Accomplir avec consistance des activités physiques à un niveau acceptable.**
9. **Mettre en pratique des procédés de sécurité adéquats.**

**Objectifs cognitifs :**

**Chaque élève sera capable d(e) :**

1. **Savoir comment maintenir le corps au summum de la condition physique , de façon à ce qu'il soit plus réceptif à tout ce que le Saint Esprit lui suggère.**
2. **Evaluer la connaissance, les concepts, les idées et les modèles établis par rapport à ceux que Dieu exprime dans Sa Parole.**
5. **Développer une connaissance des principes visant à atteindre avec facilité le plus haut niveau de bien-être possible.**
6. **Connaître comment acquérir les compétences de performance.**
7. **Apprendre les règles , les stratégies et les éléments de base de diverses activités.**
8. **Développer la capacité de lier les compétences de mouvement à l'expérience de chaque jour.**
9. **Contrôler la bonne forme personnelle.**
10. **Développer les processus effectifs de prise de décision.**
11. **Savoir comment prévenir et soigner les blessures**
12. **Savoir comment utiliser les équipements et les ressources de façon convenable**

# DOMAINES D'APPRENTISSAGE EN EDUCATION PHYSIQUE DANS LES ECOLES SECONDAIRES

Cette section du document met en évidence huit domaines d'apprentissage en Education Physique. Ces domaines servent à former des groupes de thèmes et de compétences en vue de les planifier. Ces huit domaines prédominent dans les différents programmes officiels.

## SPORTS NAUTIQUES :

### Noyaux :

- Sécurité dans l'eau
- Compétences de survie
- Natation
- Sauvetage et Réanimation

### A option :

- Plongeon
- Nage synchronisée
- Sports et jeux nautiques
- Attribution plus importantes pour le sauvetage.

## ACTIVITES DE LA VIE QUOTIDIENNE :

### Noyaux :

#### Activités liées à :

- La bonne forme telles que
  - Développement
  - Evaluation
- La entraînement au circuit
- L'éducation de plein air, par exemple :
  - Camping
  - Course d'orientation
  - Marche à travers la brousse
  - Canoeing
  - Cyclisme

### A option :

- Survivance , par exemple
  - "Duc d'Edimbourg
  - "Style de vie de désert"
  - Récompenses en or et argent de la religion adventiste
- Délassement physique, par exemple
  - Tir à l'arc

## MOUVEMENT DE CREATIVITE :

### Noyaux :

Expériences de mouvement qui incluent:

- Expériences individuelles dans mouvement, par exemple
  - Rythme
  - Espace
  - Temps
  - Effort
  - Conscience du corps

### A option :

On peut offrir des options en :

- Mouvements lié à la qualité du tels que :
  - Gymnastique rythmique
  - Concepts d'éducation-Laban
  - Gymnastique sportive rythmique
  - Acrobatie sportive
  - Nage synchronisée
  - Mouvement gymnique traditionnel

- Aérobic
- Mime

## **JEUX :**

### **Noyaux:**

Pour inclure :

- Jeux individuels et jeux à deux
  - Jeux d'équipe
- (Choisis parmi les jeux importants et moins importants d'intérêt national, local et ethnique)

### **A option :**

Les options existent dans la liberté de choix des jeux individuels, des jeux à deux et des jeux d'équipe.

## **GYMNASTIQUE :**

### **Noyaux :**

Expériences de mouvements de création et d'exploration basés sur ce qui suit :

- Positions statiques
- Atterrissage
- Rotation
- Balancement
- Elan en avant
- Vol et hauteur
- Partenaires
- Groupes
- Appareil

### **A option :**

- Artistique
- Education Laban
- Rythmique / sportive
- Acrobaties
- Trampoline

## **PISTE ET CHAMP :**

### **Noyaux :**

- Course
- Saut
- Lancer

### **A option :**

- Course d'obstacles
- Marche
- "Récompense de cinq Etoiles"
- Pentathlon
- Compétition au sein de l'école, inter-écoles et autres
- Carnavals
- Triathlon

## **EDUCATION POUR LA SANTE**

### **Noyaux :**

- Edification de l'estime de soi
- Problèmes relatifs à la santé communautaire
- Santé du consommateur

### **A option :**

- Maladie et incapacité
- Problèmes relatifs à un environnement sain
- Exercices et bonne forme
- Secours d'urgence
- Santé mentale et émotionnelle
- Alimentation et bonne forme
- Agence de santé publique
- Relations
- Pratiques de mouvements sûrs
- Sexe et vie familiale
- Utilisation et abus de drogues
- Travail et loisirs

## **FONDEMENTS DE L'EDUCATION PHYSIQUE**

### **Noyaux :**

- Principaux systèmes du corps
- Fonctions des principaux systèmes du corps
- Eléments de bonne forme et leur importance
- Principes mécaniques de mouvement importants
- Histoire du sport
- Sociologie du sport
- Psychologie du sport.

**A option :**

# VALEURS

Ci-dessous se trouve une liste de valeurs identifiées par le comité de rédaction du document comme étant importantes pour les enseignants d'Education Physique. La liste n'est pas exhaustive , et les valeurs qui y figurent feront sans doute l'objet de rajout en temps opportuns.

## **En général :**

- Acceptation de la responsabilité pour son propre apprentissage
- Capacité de motivation de soi-même
- Confiance aux appareils et équipement de manipulation
- Coopération
- Créativité
- Efficacité
- Enthousiasme dans les tâches
- Excellence
- Flexibilité dans la pensée
- Indépendance de la pensée, confiance en soi et respect de soi
- Persévérance
- Responsabilité pour ses propres actions
- Conscience de la sécurité
- Procédés de sécurité
- Autocritique et volonté d'être évalué par les autres
- Autodiscipline

## **Sports nautiques :**

- Conscience des compétences de survie
- Valeur esthétique
- Confiance en et à propos de l'instrument
- Instrument offert par Dieu. Partie du monde de Dieu - environnement naturel
- Niveau d'efficacité dans la nage
- Effort de maîtrise
- Valeur thérapeutique
- Considérations de sécurité unique
- Valeur pour un enfant atypique

## **Mouvement de créativité:**

- Beauté, grâce, forme
- Composition
- Coopération
- Créativité
- Expressivité
- Interprétation , transposition
- Ordre

- Originalité
- Rythme
- Conscience de l'espace, orientation du corps
- Spontanéité
- Timing

**Vie quotidienne - Education de plein air :**

- Appréciation du monde de Dieu
- Acceptation de la valeur du défi
- Conservation de l'environnement
- Exploration de ses propres limites
- Foi
- Initiative
- Leadership
- Positive interaction de groupe
- Conscience de soi
- Service communautaire
- Responsabilité partagée

**Bonne forme :**

- Un haut niveau de motivation
- Diligence et persévérance
- Donner une image positive de soi-même
- Respect de soi

**Fondations :**

- Appréciation des performances passées en sport
- Respect pour le travail et les capacités du corps humain

**Jeux :**

- Reconnaissance de la performance des autres
- Coopération
- Empathie
- Plaisir
- Excellence
- Fair play
- Honnêteté
- Compétence motrice
- Participation
- Accordant de la valeur à la détente



**Gymnastique :**

- Esthétique du mouvement
- Développement physique général
- Beauté
- Développement des habiletés de coopération
- Forme
- Grâce
- Donner une image positive de soi-même

**Education pour la santé :**

- Propreté
- Définition claire
- Sensibilité aux problèmes sociaux ,par exemple : le sexe ,la santé communautaire
- Sensibilité aux normes posées par la société.

**Piste et champ :**

- Conscience des types somatiques
- Confiance dans la manipulation des équipements
- Motivation pour l'entraînement
- Persévérance

# APPROCHES D'EVALUATION

Cette section du document énumère quelques suggestions pour la mise en oeuvre d'une approche plus centrée sur les valeurs pour l'enseignement de l'Education Physique. La liste est loin d'être exhaustive.

## MODELE DE ROLE

L'enseignant modèle les valeurs de beaucoup de façons. Voici quelques suggestions concernant le fait d'être un modèle de rôle chrétien effectif.

- se rendre compte que vos actions et réactions dans l'organisation et la participation aux activités en disent plus sur vos valeurs que ce que vous dites.
- l'enthousiasme est contagieux et doit faire partie de votre manière d'être
- transmettre un haut niveau de professionnalisme .
- être ferme mais faire preuve d'attention dans la conduite de la classe.
- découvrir et développer les capacités de chaque élève.

## VALEURS DANS LES THEMES

Chaque thème figurant dans le programme annuel de l'enseignant doit contenir des points relatifs aux valeurs. Que l'activité soit pratique ou théorique, les élèves ont besoin de savoir pourquoi chaque activité figure au programme. Les enseignants ont besoin d'être conscients du fait que l'enseignement des valeurs dans les activités pratiques peut être différent en nature de celui des valeurs enseignées dans les classes théoriques. Par exemple, dans la composante pratique , on enseigne les valeurs en donnant des modèles de rôle , tandis qu'en théorie, on peut utiliser la discussion directe ou d'autres tactiques d'estimation.

Quand on commence une leçon , il y a toujours une occasion pour mentionner délibérément la valeur de la théorie ou de l'activité de la leçon.

## ATTENTES

Nous enseignons les valeurs en insistant sur le fait que nous attendons beaucoup des élèves. Ces attentes peuvent inclure des thèmes tels que comportement, conduite , langage, effort dépensé , et attitude générale.

## LEADERSHIP ET RESPONSABILITE

Donner aux élèves des occasions de développer le leadership et la responsabilité. Par exemple:

- nommer un grand nombre d'élèves pour diriger des équipes ou des groupes.
- se servir des élèves comme entraîneurs d'équipes
- déléguer la responsabilité en cas d'activités de plein air
- nommer des élèves pour contrôler la distribution des équipements.

## **PRISE DE DECISION**

Planifier et développer des situations dans lesquelles les élèves peuvent prendre des décisions positives sans recevoir de pression de la part de leurs camarades ou de leurs professeurs . Par exemple , lorsque les élèves tiennent le rôle d'entraîneur d'équipe et qu'on a besoin de remplacer un joueur , l'entraîneur doit analyser les alternatives et leurs conséquences , tout en recueillant les renseignements au sujets des décisions à prendre dans ce procédé. L'élève peut alors prendre une décision liée aux jugements de valeur.

Il existe une série de jeux qui emploient des stratégies de prise de décision . Par exemple: Capturer le drapeau ; Cricket, etc.

Résoudre les problèmes est une autre partie de la prise de décision. On peut enseigner aux élèves comment résoudre les problèmes dans des situations de groupe . Par exemple, l'éducation de plein air requiert une résolution de problème de groupe.

Les enseignants peuvent aussi aider les élèves à prendre des décisions à propos de la vie tout en leur donnant des informations. Une tactique inclue le type d'analyse de valeurs qui examine les conséquences du choix du régime à suivre , etc. Ces décisions sont alors mises en pratique , et on enregistre certains résultats : elles ont comme résultat l'atteinte du but et l'amélioration ou la détérioration du bien-être. Les élèves ont besoin d'être conscients de toutes ces démarches dans la prise de décision . Les questions suivantes illustrent cette tactique:

- Si vous essayez d'améliorer votre régime de cette façon, quelles pourraient être les conséquences à court terme et à long terme (à la fois positives et négatives ) pour vous, pour d'autres membres de votre famille ?
- Quelle preuve y-a-t-il dans le passé, dans les Ecritures ou dans d'autres sources qui montre que les genres de conséquences énumérées ci-dessous puissent arriver ?
- Devrions nous en conséquence , adopter un tel régime ?

## **AUTRES TACTIQUES D'ESTIMATION**

Examiner constamment et identifier les valeurs exprimées et impliquées dans tous les aspects de l'éducation physique . On peut poser des questions telles que:

- Quels sont le message et la valeur exprimés dans le scénario de ce jeu ?
- Quelles sont les valeurs qui figurent dans mon organisation de distribution de récompenses?
- Comment cette réaction à la compétition reflète-t-elle les valeurs de l'église ?
- Quelles valeurs sont omises dans ce choix de régime alimentaire ?

Aider les élèves à clarifier les positions de valeurs exposées dans leurs propres réponses aux questions et dans celles des autres . En vue de la clarification, on pourrait poser des questions telles que :

- Quelles valeurs avez-vous eues à l'esprit quand vous avez choisi de courir pour une attribution de récompense en or dans la perspective adventiste ?
- Pourquoi vous-êtes-vous comporté(e) de la sorte envers l'arbitre ?
- Qu'entendez-vous par votre commentaire sur la valeur de ce jeu ? Expliquez -vous.

- Pourquoi maintenez-vous cette position à propos de ce problème?

Aider les élèves à porter des jugements de valeur sur les activités et les choix relatifs au style de vie. Nous pouvons aider les élèves de façon continue à identifier ainsi qu'à établir des critères pour juger le bien-fondé de ces activités et de ces choix. En voici des questions-type :

- Cette décision à propos de l'entraînement est-elle valable ? Sur quelle base fondez-vous votre jugement ?
- Quels sont les critères pour juger ce qui est moralement bon ou mauvais dans ce mouvement de création ?
- Que pensez-vous du mérite de cette décision sur l'emploi des moments de loisirs jugé au regard des commandements de la Bible ?

Discuter les conclusions sur la vie qui sont chargées de valeurs et qui sont faites à tout moment pendant le travail en classe ; la discussion peut être entamée soit par l'enseignant, soit par les élèves ; elle peut être aussi formelle ou informelle . Il est à noter par ailleurs que ces conclusions sur la vie ont un impact sur les élèves . On peut en trouver des exemples dans ce document.

Créer pour les élèves des occasions de mettre en pratique les valeurs dans leur propre vie. Des exemples de telles occasions sont:

- Comment pouvez-vous lier cet incident à vos valeurs ou à votre vie ?
- Qu'obtenez-vous personnellement de cette description des relations ?
- Qu'allez -vous faire en réponse à l'idée exprimée dans cette étude de cas sur la bonne forme ?

# LIGNES DIRECTRICES POUR LA COMPETITION

En vue du débat qui a couramment lieu autour du concept de compétition, le comité de rédaction du document a essayé de dégager quelques lignes directrices de base qui vont servir de ressources pour les enseignants impliqués dans l'organisation de jeux et de manifestations sportives de différentes sortes. Ces lignes directrices sont énumérées ci-dessous :

1. Les enseignants devraient reconnaître que l'organisation et la préparation des événements sportifs ne sont qu'une partie de la compétition. Par exemple, la publication des résultats et la distribution des récompenses ont aussi une large influence sur les attitudes des élèves.
2. Le comité de rédaction du document soutient l'organisation de manifestations sportives scolaires entre les écoles adventistes, et entre les écoles adventistes et non adventistes. Cependant, les membres du comité considèrent que l'idée de former des associations sportives scolaires a des inconvénients. L'un de ces derniers est que la compétition entre des groupes d'écoles plus élargis encourage le syndrome de "nous contre eux". Le but de la compétition inter-scolaire est d'encourager les élèves à s'améliorer, et d'encourager l'interaction sociale, la participation, la coopération, et la capacité d'accepter la défaite avec bonne grâce.
3. Les profits qu'on peut tirer d'une compétition saine dépendent en grande partie de la façon dont l'enseignant dirige son / ses équipes(s) avant le début de la compétition. Les enseignants démontrent les attitudes à prendre face à la compétition dans leurs façons d'organiser leurs équipes et de discuter des tactiques avant et après les jeux inter-scolaires. La phase de planification est importante parce que c'est durant cette phase que les enseignants indiquent les attitudes à prendre en cas de victoire, de défaite, ainsi que les comportements face aux autres équipes. Ils peuvent aussi s'assurer que leurs élèves mettent en pratique leurs compétences et leur performances, et qu'ils se conduisent avec discipline et avec sportivité.
4. Le principe d'engagement et de participation est vital pour l'organisation d'une compétition saine. Les enseignants devraient faire tout leur possible pour que les élèves ne soient spectateurs que pour quelques temps seulement; ils devraient inventer des jeux auxquels tous les élèves peuvent participer. Ils peuvent aussi faire preuve d'attitudes de charité dans leur façon de choisir les équipes. Ici, ils peuvent dissuader les élèves d'avoir des attitudes non favorables vis-à-vis des joueurs dont la capacité est en-dessous de la moyenne.
5. Les enseignants devraient prendre la peine d'informer les élèves sur les raisons pour lesquelles ils organisent les compétitions d'une façon particulière, et ils devraient identifier les valeurs qui étayent ces approches.
6. La remise des récompenses est une activité qui démontre ce que les enseignants valorisent. Nous suggérons que si des certificats sont délivrés, tous devraient en recevoir quelle que soit leur rang dans la course ou dans le match. Les certificats ne doivent pas faire mention du rang

du participant , bien qu'on puisse faire connaître ceux/celles qui ont obtenu les premier , deuxième et troisième rang d'une façon quelconque . On peut aussi minimiser l'importance de l'obtention de la première place avant le début d'un carnaval sportif ou d'une manifestation sportive.

7. Lors de la proclamation des résultats et de la remise des récompenses ,s'assurer que l'on procède sans faire trop de tam-tam . Ne pas faire grand cas de ceux/celles qui ont obtenu la première ou autre place. Se préoccuper plutôt de ceux qui ont besoin d'être épaulés, et mettre l'accent sur l'effort et la participation. Les points attribués à la participation peuvent rendre la victoire moins importante . On pourrait dresser un tableau de points pour la place obtenue comme suit :

Participation	4 points
Première place	3 points
Seconde place	2 points
Troisième place	1 point
Un record	1 point

8. On ne devrait pas organiser des séquences d'applaudissements avec des meneurs spécialement désignés à cet effet , ou, plutôt , on ne devrait pas en organiser du tout. Nous recommandons aux enseignants de dissuader la formation d'équipes chargées des applaudissements, que ce soit de la part des enseignants eux-mêmes ou des élèves . La raison en est que de tels applaudissements encouragent une rivalité exagérée, tout comme dans les jeux organisés par les grandes divisions sportives.
9. Le fait d'organiser des compétitions chez soi aide beaucoup à la planification des activités sportives dans les écoles.
10. Dans toute compétition, il est important d'encourager les moins performants.
11. Nous pensons que les compétitions sportives engendrent une bonne adaptation à l'école . La motivation-clé pour cette dernière est tout simplement la participation \_ une valeur sur laquelle les enseignants devraient toujours mettre l'accent.
12. Les tournois organisés en rotation sont un bon moyen d'organiser quelques types de compétition . Dans ces tournois , tout le monde , y compris les équipes , peut jouer avec tout le monde . Les organisateurs devraient éviter les matches éliminatoires car ceux-ci peuvent exclure les participants des compétitions . Les équipes devraient être mélangées de façon que des groupes différents formés de garçons, de filles, de membres du personnel ,etc puissent se rencontrer.

# THEMES DE DISCUSSION

Quelqu' aspect que nous enseignions de l'Education Physique, il est évident que les problèmes de toutes sortes relatifs à la vie laisseront des empreintes sur notre enseignement. Discuter de ces problèmes est un moyen de considérer un grand nombre de valeurs. Quelques-uns des problèmes relatifs à la vie qui peuvent affecter les adolescents sont énumérés ci-dessous en guise de suggestions pour les enseignants qui cherchent comment stimuler leurs élèves . Il y a seize groupes de problèmes.

## **Compétition :**

- agression
- adéquation
- sports inter-scolaires
- sports au sein de l'école
- récompenses
- attribution de points
- outil de motivation

## **Mouvement de créativité :**

- adéquation
- développement d'attitude
- limitations
- musique utilisée
- rôles des sexes

## **Sport de contact :**

- brutalité
- définitions du contact
- blessure

## **Egalité de chances :**

- choix d'activité
- niveau d'activité
- la publicité dans le sport
- mythe des médias
- besoins de se rencontrer pour tous les élèves
- réponses à la publicité
- groupes spéciaux

## **Mythes dans l'éducation physique:**

- facteurs empêchant la participation
- mythes des médias
- alimentation
- idées de remèdes
- contrôle du poids

## **Alimentation :**

- double modèle
- aliment de basse qualité
- performance

## **Place de la théorie :**

- rôle de la science du sport

## **Sécurité :**

- degré de supervision
- prévention des blessures
- expertise de supervision
- bonne volonté des élèves
- emploi des équipements

**Ethiques :**

- excès dans le sport , dans la compétition
- bonne forme , etc.
- développer la bonne forme le Jour du Sabbat
- honnêteté dans la participation
- les activités pendant le Sabbat

**Bonne forme :**

- définition et nature
- pour quoi ?
- pourquoi un niveau certain ?

**La place du sport :**

- considérations culturelles
- activités de loisir
- influences des parents
- raisons pour le sport
- spectateurs
- valeurs du sport

**L'utilisation des habiletés dans les jeux :****L'utilisation des drogues :**

- performance
- utilisation de la caféine , etc .

**Sportivité:**

- attitudes face à la victoire et à la défaite
- construire la valeur de soi

**Modèle émanant de l'enseignant:**

- bonne forme
- partialité
- participation
- professionnalisme
- modèle de rôle

**Test d'évaluation :**



# EVALUATION

Traditionnellement , la matière étudiée (c'est-à-dire l'Education Physique) a été dénuée de degré de crédibilité. Lorsqu'elle est faite de façon régulière et consistante, l'évaluation rehausse le statut des matières dans le programme scolaire . L'éducation physique offre une occasion unique pour évaluer les attitudes et les valeurs d'un élève , ainsi que son niveau de développement de compétences.

Le profil d'un élève , dressé à partir de toutes les données de base disponibles, offre un moyen de contrôler les progrès faits par cet élève dans le temps. On peut contrôler divers champs d'évaluation et fournir des retours-d'information périodiques . Ces champs peuvent inclure l'uniforme , la participation , le sens de la stratégie , etc. Point n'est besoin de baser ces champs d'évaluation sur des pourcentages , ni d'amener les élèves à se mesurer avec leurs pairs .

Ce profil permettra de voir la progression d'une façon claire, et d'encourager l'élève.

Les listes de contrôle offrent un moyen continu d'estimer le niveau de compétence de chaque individu . On peut utiliser l'auto-évaluation , ou l'évaluation d'un pair sous forme de contract

Officier ou avoir le devoir de guider dans un domaine d'intérêt ou d'expertise nous enseignera les compétences d'évaluation.

Les domaines particuliers du programme tels que l'éducation pour la Santé et les fondements de l'éducation physique nous amènent plus vers l'utilisation de méthodes traditionnelles de testing.

Autres domaines de l'éducation physique et l'évaluation :

## **Sports nautiques :**

- La natation a sa propre série de standard d'évaluation .
- Le plongeon est jugé selon des critères reconnus.

## **Vie quotidienne :**

- éducation de plein air. Peut-être , on peut tenir un agenda ou un journal de bord, puis exposer et évaluer les observations recueillies et enregistrées.
- des tests de bonne forme sont disponibles , par exemple les Test de bonne forme dans les écoles australiennes.

## **Mouvements de créativité et Gymnastique :**

- les participants peuvent présenter un travail de routine, un plan sur scène ou une configuration d'appareils.

## **Piste et champs :**

- il existe des mécanismes d'évaluation incorporés tels que "la Cinq Etoile Récompense " , "Mars Récompense" , "BNZ Récompense" .

## **Jeux :**

- on peut tester les compétences à l'aide de liste de contrôles qui devraient inclure la compréhension des stratégies et des règlements.

## RESUME D'UNE UNITE - GYMNASTIQUE

L'un des principaux objectifs de ce document est de vous aider à intégrer les valeurs , les approches pédagogiques, les résultats attendus, et les compétences dans la planification de votre unité de travail . Avec cet objectif en vue, nous avons développé un bref exemple de résumé d'une unité, dont les grandes lignes sont tracées ci-dessous:

### Objectifs généraux :

- développer l'appréciation esthétique du mouvement
- développer la responsabilité
- mettre en oeuvre des compétences motrices avec coordination , rythme, agilité et équilibre.
- développer les compétences d'expression et de communication

### Problèmes :

- adéquation du mouvement créatif
- musique utilisée pour accompagner le mouvement
- prévention des blessures
- utilisation d'une série de capacités physiques
- utilisation d'équipements

### Valeurs :

- esthétique dans le mouvement
- équilibre
- développement physique équilibré
- développer des compétences de coopération
- forme
- image positive de soi
- responsabilité

### Approches pédagogiques suggérées :

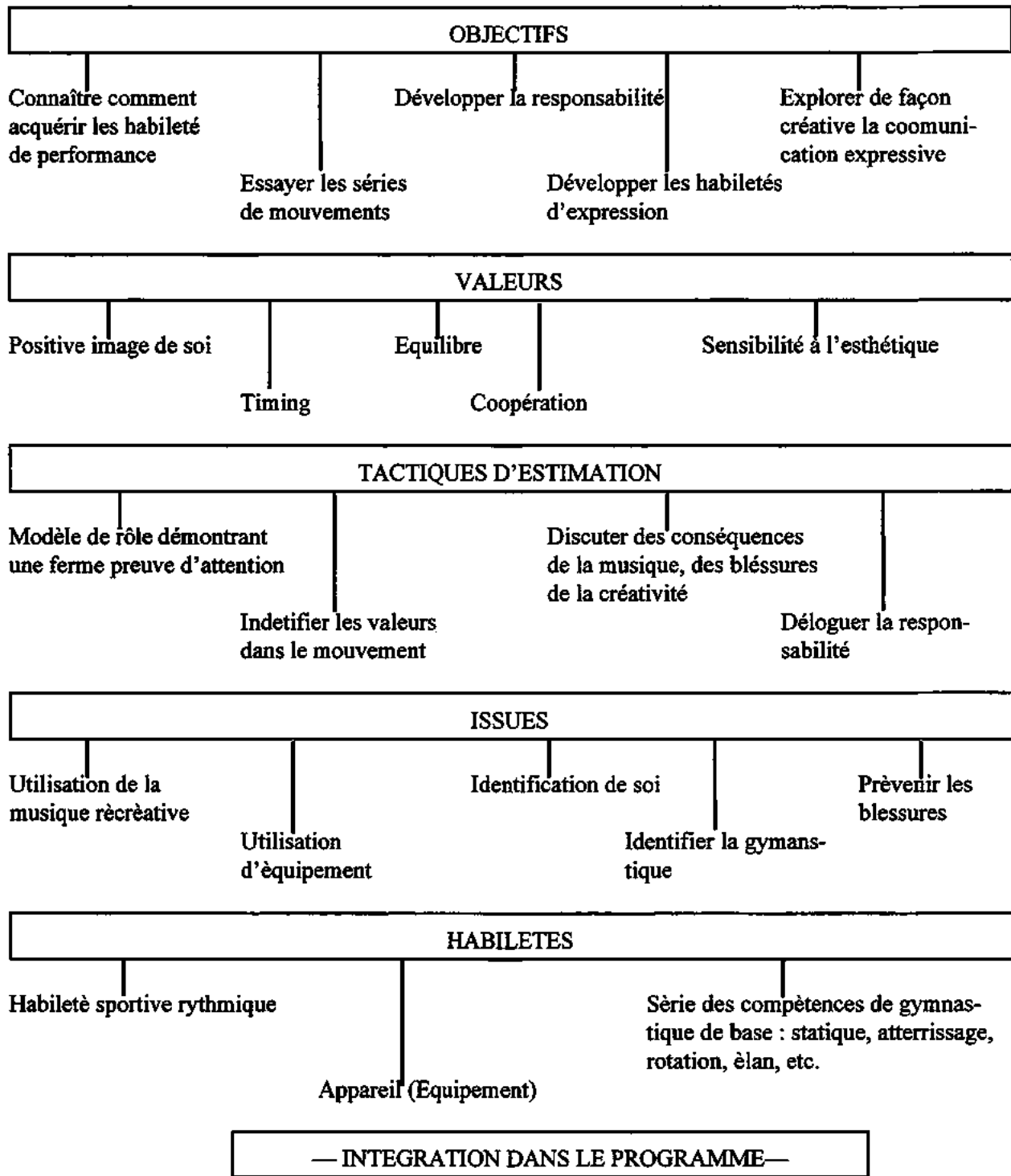
- Le modèle de rôle est particulièrement important dans cette activité. Etre ferme mais en même temps faire preuve d'attention dans la direction. Développer les compétences des élèves.
- Il y a ici beaucoup d'occasions d'enseigner la responsabilité. Déléguer différentes personnes pour repérer , nommer des contrôleurs , utiliser les élèves comme entraîneurs.
- Faire référence à une quelconque prise de décisions. Par exemple , discuter des conséquences du fait d'essayer un travail de rythme, des conséquences de l'utilisation de différentes sortes de musique pendant l'exécution , et des conséquences d'une blessure.
- Créer pour les élèves des occasions d'identifier les avantages qu'ils peuvent tirer de la gymnastique
- Encourager ceux qui ont plus de talents à expliquer comment la qualité esthétique du mouvement

les affecte spirituellement, émotionnellement et physiquement.

**Habilités mises en exergue :**

- position statiques
- atterrissages
- rotations
- balancement
- élan
- appareils (y compris ceux utilisés en gymnastique)
- gymnastique sportive rythmique.

# DIAGRAMME D'UNE UNITE —GYMNASTIQUE









					T H E M E S	DIAGRAMME DE CORRELATION VALEURS
						<b>Général</b>
						Acceptation de la responsabilité
						Capacité pour la motivation de soi.
						Confiance dans la manipulation des appareils
						Coopération
						Créativité
						Efficacité
						Enthousiasme dans les tâches
						Excellence
						Flexibilité dans le sentiment
						Indépendance dans la pensée
						Persévérance
						Responsabilité pour ses propres actions
						Conscience de la sécurité
						Procédure de sécurité
						Confiance en soi et respect de soi
						Autocritique
						Autodiscipline
						<b>Sports nautiques</b>
						Valeurs esthétiques
						Conscience des compétences pour la survie
						Confiance dans le moyen utilisé
						Moyen donné par Dieu
						Niveau d'efficacité dans la nage
						S'efforçant pour la maîtrise
						Valeur thérapeutique
						Uniques considérations de sécurité





