

Aperçu de l'architecture du curriculum d'éducation physique et bien-être (7^e à 9^e année)

Table des matières

Table des matières	1
À propos du curriculum	2
L'architecture en bref	2
Les 11 idées organisatrices (7 ^e à 9 ^e année)	3
Domaine de l'éducation physique (axé sur le mouvement)	4
Domaine du bien-être (axé sur la santé)	4
Aperçu de la progression par niveau	5
A : Vie active	5
Développement des habiletés motrices (IO-B)	6
Tactiques et stratégies de mouvement (IO-C)	7
Sécurité (IO-G)	7
Fonctionnement du cadre CCHP en pratique	8
Le rôle des questions directrices et des compréhensions	8
Dimensions de l'activité physique	9



Terminologie du curriculum : contenu obligatoire ou facultatif	9
« Y compris » et « comprend » en contexte – contenu OBLIGATOIRE	10
« Tel.le que » et « p. ex. » en contexte – contenu FACULTATIF/À TITRE INDICATIF	10
Parenthèses – terminologie destinée aux enseignants, et non aux élèves	11
Exigence relative à l’avis aux parents	11
Préparation à l’enseignement : liste de vérification pratique	12

À propos du curriculum

Le curriculum d’éducation physique et de bien-être de l’Alberta (EP et B) regroupe ce qui constituait auparavant deux programmes distincts – *Éducation physique (7^e à 12^e année)* et *Santé et préparation pour la vie (7^e à 9^e année)* – en une seule matière intégrée. Il repose sur trois piliers fondamentaux : la **littératie physique**, la **littératie en santé** et l’**apprentissage socioémotionnel**. L’objectif est le développement global de l’élève selon huit dimensions : physique, sociale, émotionnelle, spirituelle, environnementale, financière, intellectuelle et professionnelle.

Le curriculum de la 7^e à la 9^e année est actuellement à **l’état d’ébauche et fait l’objet d’une mise à l’essai sur le terrain (2025-2026)**. Sa mise en œuvre à l’échelle de la province est prévue au cours des prochaines années, parallèlement au renouvellement d’autres matières.

L'architecture en bref

Chaque élément du curriculum suit la même structure à plusieurs niveaux. Imaginez un entonnoir qui va d’une grande idée à sa mise en pratique en classe :

Niveau	Définition	Objectif
Idée organisatrice (IO)	Le grand thème ou la dimension générale	Définit le contexte général
Question directrice (QD)	Une question ciblée liée à l’IO	Orienté les connaissances et la compréhension



Niveau	Définition	Objectif
Résultat d'apprentissage (RA)	Ce que les élèves feront ou démontreront	Orienté les habiletés et procédures du point de vue de l'élève
Connaissances (C)	Éléments de contenu que les enseignants doivent aborder	Points clés à enseigner : peuvent servir de base à plusieurs évaluations
Compréhension (C)	Le « pourquoi » – une par question directrice	L'idée fondamentale que les élèves doivent retenir
Habiletés et procédures (HP)	Énoncés d'action codés (p. ex. : A1, B2)	Points de départ pour l'évaluation – les enseignants suivent les progrès, recueillent des preuves d'apprentissage et rendent compte des résultats

Le **cadre CCHP** est le moteur de chaque idée organisatrice et de chaque résultat d'apprentissage.

- **Les connaissances alimentent la compréhension; les habiletés et les procédures permettent aux élèves de démontrer leurs connaissances et leur compréhension.**

Les 11 idées organisatrices (7^e à 9^e année)

Le curriculum regroupe les deux principaux domaines d'apprentissage (anciennement l'éducation physique et la santé, maintenant l'éducation physique et le bien-être). Ce changement va bien au-delà d'une simple mise à jour du curriculum. **Il redéfinit le rôle de l'enseignant d'éducation physique et de bien-être.** L'intégration du bien-être au programme pour favoriser le bien-être global entraîne un changement tant dans l'approche pédagogique que dans la façon d'enseigner.

*** À NOTER ***

- Le codage utilisé dans les sections ci-dessous repose sur une structure complémentaire créée par l'équipe EP et B de l'APLC afin d'aborder des CCHP précises avec les enseignants. Le système de lettres utilisé pour les IO n'indique aucun ordre de priorité; il vise plutôt à faciliter les échanges, la planification et l'évaluation.



- Le codage spécifique utilisé dans les documents de synthèse a été créé à la demande des enseignants afin de structurer les éléments de connaissances, les compréhensions ainsi que les habiletés et procédures autour de thèmes communs et de sujets précis. Le curriculum n'impose aucune méthode particulière pour combiner les CCHP. Les enseignants peuvent mobiliser n'importe quel élément de connaissances pour soutenir différentes activités, habiletés et procédures dans l'ensemble des IO.

Domaine de l'éducation physique (axé sur le mouvement)

IO	Titre	Énoncé principal
A	Vie active	L'activité physique intégrée à la vie quotidienne contribue à la santé et au bien-être d'une personne tout au long de sa vie.
B	Développement des habiletés motrices	Le développement des habiletés motrices est un élément fondamental pour l'acquisition de la littératie physique.
C	Tactiques et stratégies de mouvement	Le développement et l'application de la pensée créative et de la prise de décisions au moyen du mouvement sont une caractéristique pour l'acquisition de la littératie physique.
D/E	Développement personnel et social	Le développement des aptitudes personnelles et sociales grâce à diverses expériences de mouvement contribue à une participation significative à l'activité physique tout au long de la vie.

Domaine du bien-être (axé sur la santé)

IO	Titre	Énoncé principal
F	Littératie alimentaire	La priorité accordée à la nutrition et à la littératie alimentaire contribue à un bien-être optimal et au bien-être physique tout au long de la vie.
G	Sécurité	La priorité accordée à la santé et à la sécurité contribue à un bien-être optimal tout au long de la vie.



IO	Titre	Énoncé principal
H	Croissance et développement	Une santé sexuelle positive, développée et affirmée par la prise de décisions éclairées contribue au bien-être.
I	Relations sexuelles saines	Des relations sexuelles saines fondées sur le respect, la communication et la confiance peuvent contribuer au bien-être personnel.
J	Relations sociales saines	Des relations saines fondées sur le respect, la communication et la confiance contribuent au bien-être personnel.
K	Bien-être mental	Le développement et l'affirmation des habiletés qui soutiennent la santé mentale contribuent au bien-être.

*** **Remarque sur D/E** : La rubrique « Développement personnel et social » comprend DEUX idées organisatrices regroupées sous la même désignation – D (Inclusion/Sécurité) et E (Communication). Il s'agit de la seule idée organisatrice qui comprend deux résultats d'apprentissage; ceux-ci ont donc été séparés afin de faciliter l'évaluation et la planification.

Aperçu de la progression par niveau

Chaque IO se développe progressivement de la 7^e à la 9^e année selon une même structure et un niveau de complexité croissant.

Vous trouverez ci-dessous un exemple de la progression de la portée et de la séquence pour chaque IO.

Vie active (IO-A)

Année	Question directrice (QD)	Résultats d'apprentissage
7	Comment l'activité physique régulière peut-elle avoir un effet sur la santé et le bien-être d'une personne?	Les élèves font le lien entre l'activité physique régulière, et la santé et le bien-être.



Année	Question directrice (QD)	Résultats d'apprentissage
8	Quel rôle joue la condition physique dans l'attitude d'une personne à l'égard de l'activité physique régulière?	Les élèves examinent comment la condition physique peut favoriser une vie active.
9	Quel rôle la réflexion personnelle et l'établissement d'objectifs peuvent-ils jouer dans le développement de la condition physique?	Les élèves examinent comment la planification d'une meilleure condition physique peut améliorer la vie active.

Développement des habiletés motrices (IO-B)

Année	Question directrice (QD)	Résultats d'apprentissage
7	De quelles façons la pratique appuie-t-elle le transfert des modèles de mouvements et des habiletés motrices d'une activité physique à l'autre?	Les élèves font le lien entre la pratique et le développement des modèles de mouvements et des habiletés motrices.
8	Comment la rétroaction peut-elle faciliter le perfectionnement des modèles de mouvements et des habiletés motrices?	Les élèves perfectionnent leurs modèles de mouvements et leurs habiletés motrices dans diverses activités physiques.
9	De quelles façons le mouvement peut-il être spécialisé à une activité physique particulière?	Les élèves explorent des modèles de mouvements et des habiletés motrices spécialisés.



Tactiques et stratégies de mouvement (IO-C)

Année	Question directrice (QD)	Résultats d'apprentissage
7	De quelle façon les tactiques et les stratégies sont-elles importantes dans les jeux et les activités physiques?	Les élèves intègrent des tactiques et des stratégies dans divers jeux et diverses activités physiques.
8	De quelles façons l'intégration de tactiques et de stratégies offensives et défensives contribue-t-elle aux jeux et aux activités physiques?	Les élèves appliquent des tactiques et des stratégies offensives et défensives dans divers jeux et diverses activités physiques.
9	Comment la conscience tactique individuelle peut-elle avoir un effet sur le jeu?	Les élèves évaluent les tactiques et les stratégies pendant le jeu.

Sécurité (IO-G)

Année	Question directrice (QD)	Résultats d'apprentissage
7	Quels facteurs peuvent influencer la sécurité physique et mentale d'une personne?	Les élèves examinent les stratégies qui soutiennent la santé et la sécurité dans divers contextes.
8	Quels facteurs peuvent affecter la santé et la sécurité des adolescents?	Les élèves examinent les aptitudes sociales et affectives liées à la santé et à la sécurité.
9	Quel rôle joue une personne pour assurer sa santé et sa sécurité ainsi que celles des autres?	Les élèves évaluent l'influence des facteurs personnels et sociaux sur la prise de décisions liées à la santé et à la sécurité.



Fonctionnement du cadre CCHP en pratique

Le cadre CCHP **ne repose pas sur quatre composantes équivalentes**; chacune joue un rôle distinct :

- **Connaissances (C)** : Éléments de contenu abordés par l'enseignant. Ce sont les *points clés à enseigner*. Ils fournissent le contexte de la question directrice. Un même ensemble de points C peut servir de base à l'évaluation de plusieurs HP.
- **Compréhension (C)** : Une phrase par question directrice. Il s'agit de l'idée essentielle à retenir – une idée transférable. Elle reprend ou reformule la question directrice sous forme de conclusion. Les enseignants n'évaluent pas directement la compréhension; elle sert plutôt de repère pour déterminer le niveau d'approfondissement de l'enseignement.
- **Habiletés et procédures (HP)** : Ce sont les *seuls éléments qui font l'objet d'une évaluation*. Chaque HP est codée (A1, A2, B1...) et formulée à l'aide d'un verbe d'action. Les enseignants sont responsables du suivi des HP, de la collecte de preuves d'apprentissage et de la communication des résultats.

Conseil pratique : Abordez les HP comme un enseignant de mathématiques aborde les opérations : chacune demande du temps pour être présentée, mise en pratique, faire l'objet de rétroaction et être revue. De nombreuses HP en éducation physique et bien-être sont des compétences générales (travail d'équipe, choix alimentaires, communication); il est donc plus important de les travailler en profondeur que de chercher à couvrir rapidement le contenu.

Le rôle des questions directrices et des compréhensions

- Les **questions directrices** servent de *fil conducteur* pour les connaissances et les compréhensions : elles permettent de déterminer les connaissances à privilégier et le niveau d'approfondissement attendu.
 - Les **compréhensions** ne sont pas *réenseignées* à chaque nouvelle leçon. Ce sont des idées de fond à retenir – une par question directrice – qui servent de cadre pour comprendre *pourquoi* le contenu est important.
 - La question directrice et la compréhension guident ensemble la planification de l'enseignement; les HP guident la conception de l'évaluation.
-



Dimensions de l'activité physique

Dans les IO liées au mouvement (A, B, C, D/E), les enseignants doivent veiller à ce que les expériences des élèves couvrent les **sept dimensions suivantes de l'activité physique** :

1. Rythmique
2. Gymnastique
3. Expression
4. Individuelle et de groupe
5. Défi et aventure
6. Culturelle
7. Jeux

Il ne s'agit pas d'unités distinctes, mais d'un cadre visant à assurer une diversité dans le choix des activités tout au long de l'année.

Terminologie du curriculum : contenu obligatoire ou facultatif

Il s'agit de l'un des éléments les plus importants de l'architecture du curriculum que les enseignants doivent comprendre. Alberta Education utilise des **formulations précises** qui indiquent si le contenu est obligatoire ou s'il offre une certaine souplesse. Une mauvaise interprétation de ces termes constitue l'une des erreurs les plus fréquentes lors de la mise en œuvre du curriculum.

Formulation utilisée	Signification pour les enseignants	Statut
Inclure / Y compris / Comprend	Ce qui suit DOIT être abordé – contenu obligatoire	✓ Obligatoire
Tel.le que / Tel.le.s que	Exemples fournis pour illustrer le concept – il n'est pas obligatoire d'utiliser précisément ces exemples	↔ Flexible
Par exemple / p. ex.	Même principe que « tel que » – exemples donnés à titre indicatif seulement, sans caractère prescriptif	↔ Flexible



Formulation utilisée	Signification pour les enseignants	Statut
(Parenthèses)	Terminologie propre à la matière destinée à clarifier le contenu pour l'enseignant – utiliser un langage adapté à l'âge des élèves	 Référence pour l'enseignant

« Y compris » et « comprend » en contexte – contenu OBLIGATOIRE

*« Les plans personnels de conditionnement physique ou d'activité physique peuvent être soutenus par l'application de principes d'entraînement de base, **y compris** : le principe de surcharge, le principe de spécificité, le principe de réversibilité, le principe du rendement décroissant. » – 9^e année, IO-A.*

Ici, le terme « **y compris** » signifie que chacun des quatre principes **doit** être abordé. Aucun de ces principes ne peut être laissé de côté.

*« L'environnement alimentaire local fait partie des environnements sociaux et physiques et **comprend** les aliments provenant : de la terre, des jardins, des épiceries, des marchés fermiers, des banques alimentaires. » – 9^e année, IO-F.*

Encore une fois, les cinq sources alimentaires doivent toutes faire partie de l'enseignement. La liste n'est pas proposée comme simple point de départ.

*« Le changement des contraintes liées aux jeux ou aux activités physiques, **y compris** les règles, l'espace de jeu et le nombre de joueurs dans une équipe, peut avoir un effet sur les tactiques et les stratégies appliquées. » – IO-C.*

Les trois contraintes (les règles, l'espace de jeu et le nombre de joueurs) font toutes partie du contenu pédagogique obligatoire.

« Tel.le que » et « p. ex. » en contexte – contenu FACULTATIF/À TITRE INDICATIF

*« Les habiletés locomotrices avec objet sont utilisées dans des activités **telles que** le cyclisme, la planche à pagaie et l'utilisation d'un fauteuil roulant. » – IO-B.*

Les enseignants **ne** sont **pas** tenus d'utiliser précisément ces activités. Le curriculum indique plutôt le type d'activité qui correspond au concept. Tout exemple équivalent convient.



« Les méthodes de rétroaction dans les contextes d'activité physique peuvent intégrer des technologies, **p. ex.** la vidéo et les applications utilisées avec des dispositifs portables. » – IO-B.

La formulation « p. ex. » sert à donner des exemples, et non à imposer des exigences. Il est donc possible, par exemple, d'utiliser une vidéo prise avec un téléphone intelligent. Il est également tout à fait acceptable de ne recourir à aucune technologie.

« L'accès à des ressources, **telles que** l'entraînement, les sports communautaires, les espaces publics, les applications de bien-être et l'équipement de conditionnement physique personnel, peut favoriser la condition physique et la vie active. » – 9^e année, IO-A.

Les enseignants choisissent ce qui est pertinent selon le contexte de leurs élèves. La liste n'est pas exhaustive et aucun de ces éléments n'est obligatoire.

Parenthèses – terminologie destinée aux enseignants et non aux élèves

« Les leaders peuvent soutenir la croissance personnelle des autres grâce à la communication, **p. ex. en fournissant et en acceptant de la rétroaction**, et à la coopération, **p. ex. en incluant les participants à un processus de planification.** »

Des termes comme **ITSS**, **principe FITT**, **outil d'évaluation de la performance en jeu** et **contraception** figurent à différents endroits dans le curriculum, soit entre parenthèses, soit accompagnés de la mention « p. ex. ». Ils servent de référence aux enseignants et ne font pas partie du vocabulaire que les élèves doivent maîtriser. Utilisez un langage adapté au niveau scolaire dans votre enseignement.

Exigence relative à l'avis aux parents

Les résultats d'apprentissage liés à l'**identité de genre**, à l'**orientation sexuelle** ou à la **sexualité humaine** apparaissent en **gras et en italique** dans le document officiel du curriculum. Lorsque le contenu enseigné en classe porte *principalement* et *explicitement* sur ces sujets :

- Les autorités scolaires doivent **aviser les parents au moins 30 jours civils à l'avance**.
- Les parents doivent donner leur accord pour que leur enfant suive cet enseignement, plutôt que demander qu'il en soit dispensé.



- Cette exigence s'applique aux idées organisatrices **H** (Croissance et développement) et **I** (Relations sexuelles saines) lorsque le contenu est enseigné de façon explicite.

Cette exigence **ne** s'applique **pas** aux références ponctuelles à ces sujets dans d'autres idées organisatrices.

Préparation à l'enseignement : liste de vérification pratique

1. **Commencez par l'idée organisatrice** pour comprendre l'intention générale.
2. **Lisez la question directrice** – elle oriente le contenu de votre unité.
3. **Lisez la compréhension (C)** – elle précise le « pourquoi » et le niveau d'approfondissement visé.
4. **Repérez les points de connaissances (C)** – ils constituent le contenu de vos leçons.
5. **Planifiez vos HP** – ce sont les éléments à évaluer; articulez ensuite votre planification en fonction de ces éléments.
6. **Vérifiez les formulations utilisées dans le curriculum** – si le terme « comprend » est utilisé, le contenu est obligatoire; si vous voyez « tel que » ou « p. ex. », vous disposez d'une certaine souplesse.
7. **Consultez le document sur la matrice des verbes** – faites correspondre le verbe de la HP à la tâche.
8. **Veillez à assurer une diversité dans les dimensions de l'activité physique** tout au long de l'année.
9. Repérez bien à l'avance le **contenu lié aux idées organisatrices H et I** afin de respecter le protocole d'avis aux parents.

Le curriculum d'éducation physique est particulièrement efficace lorsqu'on l'envisage comme un moyen de favoriser le bien-être global. Il offre l'occasion d'inverser la tendance à la sédentarité croissante et au temps d'écran excessif. Profitez pleinement du parcours et des possibilités qu'offre le curriculum combiné d'éducation physique et bien-être. Et n'oubliez pas : il ne s'agit pas de changer votre pratique, mais de veiller à aborder les CCHP de façon réfléchie.

