

Spécialistes en éducation physique et à la santé : Hassan Zaghry (1e-2e-3e-5e-6e-1e/2e) et Elie Hage (4e-1e/2e)

Matériel nécessaire : vêtements de sport appropriés et souliers de course Ne pas porter des bijoux pendant la pratique.

Tous les enfants doivent participer au cours. Si votre enfant est blessé, nous devons être informés (tout comme le secrétariat) et des détails doivent être donnés par votre médecins quant aux limitations et recommandations.

Éducation physique et à la santé, 1 ^{re} année	
Compétences développées par l'élève	
Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C1	Lors de la pratique d'activités individuelles et avec l'aide de l'enseignant, l'élève exécute diverses actions motrices (locomotrices, non locomotrices et de manipulation d'objets) et des enchaînements d'actions en fonction des consignes, du but poursuivi, de l'enseignement physique et de ses capacités. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il dégage les apprentissages réalisés et les éléments à améliorer.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C2	Lors de la pratique d'activités à plusieurs et avec l'aide de l'enseignant, l'élève planifie avec un autre élève des actions de coopération en fonction des contraintes de l'activité et du but visé. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il dégage les apprentissages réalisés et les éléments à améliorer.
Adopter un mode de vie sain et actif C3	L'élève expérimente et pratique, en contexte scolaire, divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée d'au moins 5 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique.
Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer. Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin. Tout au long de la première année, l'élève développe les trois compétences avec le soutien de son enseignant.	

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin	
Compétences C1 +C2+C 3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes. -Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices se forme d'ateliers). - Gym en forme : 800m et 50m Navette (10m x4) -Structure du corps : les parties et les articulations - jeux (B.Chasseur -B,Mémoire- ballons Quilles -etc) - Ateliers	M. Hassan Non Évalué Cette étape	Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations : -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. -Connaître quelques façons : - D'être compris par l'autre - D'être réceptif aux messages des autres - Myg et Gym Exercices d'agilité et motricité -Structure du corps : L'emplacement du cœur et des poumons. - jeux - Ateliers	Évalué Oui	Compétences évaluées : C1+C2=C3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. -Connaître quelques façons : -D'être compris par l'autre -D'être réceptif aux messages des autres -Gym en forme : Saut en longueur sans élan-800m-50m -L'alimentation : 4 groupes alimentaires -Jeux -Ateliers	Évalué Oui

Éducation physique et à la santé, 2^e année

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
C1

Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève exécute diverses actions motrices (locomotrices, non locomotrices et de manipulation d'objets) et des enchaînements d'actions en fonction des consignes, du but poursuivi, de l'enseignement physique et de ses capacités. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il dégage les apprentissages réalisés et les éléments à améliorer.

Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
C2

Lors de la pratique d'activités à plusieurs, l'élève planifie avec un autre élève des actions de coopération en fonction des contraintes de l'activité et du but visé. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il dégage les apprentissages réalisés et les éléments à améliorer.

Adopter un mode de vie sain et actif
C3

L'élève explique la notion d'habitudes de vie et de santé. Il pratique, en contexte scolaire, divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée d'au moins 5 minutes.

Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer.

Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.

Tout au long de la deuxième année, l'élève devient de plus en plus autonome pour exécuter les tâches demandées.

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin	
Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes. -Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices) Gym en Forme : 50m-800m Navette 10mx4 -Structure du corps : les parties et les articulations - Pratiquer du soccer, jonglerie, jeux collectifs Jeux de ballon (Pour les 3 étapes)	M. Hassan Non	Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations : -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. -Connaître quelques façons : - D'être compris par l'autre - D'être réceptif aux messages des autres -Structure du corps : L'emplacement du cœur et des poumons. - pratiquer patate chaude, basket ball Jeux de ballon	Évalué Oui	Compétences évaluées : C1+C2=C3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. -Connaître quelques façons : -D'être compris par l'autre -D'être réceptif aux messages des autres -L'alimentation : 4 groupes alimentaires - volleyball et Kinball - Gym en forme Saut en longueur sans élan-800-50m	Évalué Oui

Éducation physique et à la santé, 3^e année

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C1	Lors de la pratique d'activités individuelles et avec l'aide de l'enseignant, l'élève planifie des actions motrices et des enchaînements selon ses capacités et des contraintes de l'activité. Il exécute les actions motrices et les enchaînements dans l'ordre planifié et selon les techniques enseignées. Il exécute des actions motrices et des actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt). Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche et ses résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C2	Lors de la pratique d'activités collectives et avec l'aide de l'enseignant, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon les capacités de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu au plan d'action et ajuste au besoin les actions motrices. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche, les plans et les résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Adopter un mode de vie sain et actif C3	Avec l'aide de l'enseignant, l'élève élabore des plans d'une pratique régulière d'activités physiques et des plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée d'au moins 10 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue les résultats en fonction des activités pratiquées et dégage les effets et les bienfaits sur sa santé et son bien-être.
Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer. Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin. Tout au long de la troisième année, l'élève développe les trois compétences avec le soutien de son enseignant.	

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin		
Compétences évaluées :	Évalué	Compétences évaluées :	Évalué	Compétences évaluées :	Évalué	
C1 +C2+C 3	Non	C1 +C2+C 3	Oui	C1+C2=C3	Oui	
Nature des évaluations:	M. Hassan	Nature des évaluations :		Nature des évaluations:		
-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.		-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.		-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.		
-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.		-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.		-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.		
-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).		-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).		-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).		
-Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes.		-Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions.		-Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions.		
-Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices)		-Connaître quelques façons :		-Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions.		
Gym en Forme : 50m-800m-Navette 10m-saut en longueur sans élan		- D'être compris par l'autre		-Connaître quelques façons :		
-Structure du corps : les parties et les articulations		- D'être réceptif aux messages des autres		D'être compris par l'autre		
Brève description du fonctionnement du corps.		-Structure du corps : L'emplacement du cœur et des poumons.		D'être réceptif aux messages des autres		
- Pratiquer du soccer, jonglerie, et jeux de tag		- Pratiquer patate chaude, basketball		-L'alimentation : 4 groupes alimentaires		
- jeux de ballon		Gym en forme:		- Badminton, volleyball et Kinball		
(Pour les 3 étapes)		Push up -sit up		- Gym en forme : 800m 50m		
		Bib test				

Éducation physique et à la santé, 4^e année

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C1	Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève planifie des actions motrices et des enchaînements selon ses capacités et des contraintes de l'activité. Il exécute les actions motrices et les enchaînements dans l'ordre planifié et selon les techniques enseignées. Il exécute des actions motrices et des actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt). Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche et ses résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C2	Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon les capacités de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu au plan d'action et ajuste au besoin les actions motrices. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche, les plans et les résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Adopter un mode de vie sain et actif C3	L'élève élabore des plans d'une pratique régulière d'activités physiques et des plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée d'au moins 10 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue les résultats en fonction des activités pratiquées et dégage les effets et les bienfaits sur sa santé et son bien-être.

Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer.

Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.

Tout au long de la quatrième année, l'élève devient de plus en plus autonome pour exécuter les tâches demandées.

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin	
Compétences évaluées :	Évalué	Compétences évaluées :	Évalué	Compétences évaluées :	Évalué
C1 +C2+C 3	Non	C1 +C2+C 3	Oui	C1+C2=C3	Oui
Nature des évaluations:	M. Elie	Nature des évaluations :		Nature des évaluations:	
-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.		-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.		-Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations.	
-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.		-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.		-Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire.	
-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).		-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).		-Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga).	
-Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes.		-Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions.		-Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions.	
-Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices)		-Connaître quelques façons :		-Connaître quelques façons :	
Gym en Forme : 50m-800m- Navette 10m-saut en longueur sans élan		-D'être compris par l'autre		-D'être compris par l'autre	
-Structure du corps : les parties et les articulations		-D'être réceptif aux messages des autres		-D'être réceptif aux messages des autres	
Brève description du fonctionnement du corps.		-Structure du corps : L'emplacement du cœur et des poumons.		-D'être réceptif aux messages des autres	
-Jeu de capitaine et d'autres jeux		- jeux : ballon chasseur - ballon but- ballon mémoire etc		-L'alimentation : 4 groupes alimentaires	
-Pratiquer poullball, et jeux de tag/eux de ballon		- Pratiquer patate chaude, basketball.		- Badminton, volleyball et Kinball	
(Pour les 3 étapes)		Gym en forme:push up-sit-up		- Gym en forme :	
		Bip test		-800m-50m	

Éducation physique et à la santé, 5^e année

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C1	Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève planifie des actions motrices et des enchaînements selon ses capacités et des contraintes de l'activité. Il exécute les actions motrices et les enchaînements dans l'ordre planifié et selon les techniques enseignées. Il exécute des actions motrices et des actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt). Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche et ses résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques C2	Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon les capacités de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu au plan d'action et ajuste au besoin les actions motrices. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche, les plans d'actions et les résultats et dégage les apprentissages réalisés.
Adopter un mode de vie sain et actif C3	L'élève élabore des plans d'une pratique régulière d'activités physiques et des plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevée d'une durée d'au moins 10 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue les résultats en fonction des activités pratiquées et dégage les effets et les bienfaits sur sa santé et son bien-être.
Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer. Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin. Tout au long de la cinquième année, l'élève développe les trois compétences avec le soutien de son enseignant.	

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin	
Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes. -Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices) Gym en Forme : 50m-800m-Navette 10m-saut en longueur sans élan -Structure du corps : rappel sur les parties et les articulations du corps - jeux de ballon - Pratiquer poullball jonglerie, patate chaude Jeux de ballon (Pour les 3 étapes)	Évalué Non M. Hassan	Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations : -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. - connaître les principes de communications et les rôles à jouer comme attaquant, défenseur, chef d'équipe, arbitre et chronométrateur. - Connaître les bienfaits d'activités physiques sur le corps. -exemples d'hygiène corporelle - fonctionnement du cœur et poumons - Pratiquer les 5 passes, basketball, Mini tennis Gym en forme : Push up et sit up Bip test	Évalué Oui	Compétences évaluées : C1+C2=C3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. - connaître les principes de communications et les rôles à jouer comme attaquant, défenseur, chef d'équipe, arbitre et chronométrateur. - Renforcement musculaire et gainage -L'alimentation : 4 groupes alimentaires - Volleyball, kinball - hand ball - Gym en forme -1600-50m-saut en longueur sans élan	Évalué Oui

Éducation physique et à la santé, 6^e année

Compétences développées par l'élève

Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
C1

Lors de la pratique d'activités individuelles, l'élève planifie des actions motrices et des enchaînements selon ses capacités et des contraintes de l'activité. Il exécute les actions motrices et les enchaînements dans l'ordre planifié et selon les techniques enseignées. Il exécute des actions motrices et des actions simultanées en continuité (sans brisure, sans arrêt). Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche et ses résultats et dégage les apprentissages réalisés.

Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
C2

Lors de la pratique d'activités collectives, l'élève élabore en coopération (avec un ou plusieurs partenaires) des plans d'action selon les capacités de ses pairs et les contraintes de l'activité. Il applique les principes d'action planifiés, les principes de synchronisation et les principes de communication. Il joue le rôle prévu au plan d'action et ajuste au besoin les actions motrices. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue la démarche, les plans et les résultats et dégage les apprentissages réalisés.

Adopter un mode de vie sain et actif
C3

L'élève élabore des plans d'une pratique régulière d'activités physiques et des plans d'amélioration ou de maintien d'une saine habitude de vie. Il pratique en contexte scolaire divers types d'activités physiques d'intensité modérée à élevées d'une durée d'au moins 10 minutes. Il respecte les règles de sécurité et manifeste un comportement éthique. Enfin, il évalue les résultats en fonction des activités pratiquées et dégage les effets et les bienfaits sur sa santé et son bien-être.

Le programme d'éducation physique et à la santé comprend trois compétences à développer.

Cependant, un seul résultat apparaîtra au bulletin.

Tout au long de la sixième année, l'élève devient de plus en plus autonome pour exécuter les tâches demandées.

Principales évaluations et résultats inscrits au bulletin

1 ^{re} étape (20 %) D 29 août au 3 novembre		2 ^e étape (20 %) Du 6 novembre au 7 février		3 ^e étape (60 %) Du 8 février au 21 juin	
Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Manipuler une variété d'objets dans des activités différentes. -Pratiquer des actions de locomotion et non - locomotion (jeux et actions motrices) Gym en Forme : 50m-800m-Navette 10m-saut en longueur -Structure du corps : rappel sur les parties et les articulations du corps - jeux de ballon - Pratiquer Poull Ball jonglerie, patate chaude Jeux de ballon (Pour les 3 étapes)	Évalué Non Hassan	Compétences évaluées : C1 +C2+C 3 Nature des évaluations : -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. - connaître les principes de communications et les rôles à jouer comme attaquant, défenseur, chef d'équipe, arbitre et chronométrateur. - Connaître les bienfaits d'activités physiques sur le corps. - hygiène corporelle - fonctionnement du cœur et poumons - Pratiquer les 5 passes, Handball, Mini-Tennis -gym en forme : Push -up et sit- up Bip test	Évalué Oui	Compétences évaluées : C1+C2=C3 Nature des évaluations: -Observation de l'élève lors d'activités divers et situation d'apprentissage et d'évaluations. -Respect des règles et adopter un comportement d'éthique sportif et sécuritaire. -Pratiquer plusieurs d'exercices d'échauffement, d'étirements et de la relaxation (Yoga). -Pratiquer les actions de coopérations et d'oppositions. - connaître les principes de communications et les rôles à jouer comme attaquant, défenseur, chef d'équipe, arbitre et chronométrateur. - Renforcement musculaire et gainage -L'alimentation : 4 groupes alimentaires - Volleyball-kinball-La Crosse - Gym enforme : 1600m-50m-saut en longueur sans élan	Évalué Oui

