PLAY 2.0

Observation de la littératie physique chez les jeunes

Cahier de travail

de base

Le sport c'est pour la vie

TABLE DES MATIÈRES

La littératie physique? 3

En quoi consistent les outils PLAY? 5

En quoi consiste PLAY*de base?* 6

Cahier de travail PLAY*de base* 7

Locomotion 9

1. Courir jusqu'à un point et revenir
2. Gambader 12

Lancer 14

3. Lancer par dessus 14

Botter 16

4. Botter le ballon 16

Équilibre 18

5. Marcher à reculons en restant aligné (orteils au talon) 18

Notation et prises de mesures 20

Formulaire PLAY*de base* 21

Feuille de suivi PLAY*de base* 22

La littératie physique?

Il est connu que les enfants et les jeunes d'aujourd'hui sont moins actifs que par le passé. Pour leur santé et leur bien être à long terme, il est crucial de les aider à bouger davantage et à rester actifs.
Il importe tout d'abord de leur inculquer une littératie physique.

PLAY 2.0

Observation de la littératie physique chez les jeunes

Les gens qui possèdent une littératie physique ont **l'habileté, la confiance et la motivation** nécessaires pour prendre plaisir à participer à un éventail d'activités sportives et physiques. Ils sont plus susceptibles de maintenir un mode de vie actif.

Mais qu'est-ce que la littératie physique, exactement?

De la même façon que la lecture et l'arithmétique développent les compétences avec les mots et les chiffres, la littératie physique développe un « **repertoire de mouvements** » qui instille des habiletés motrices fondamentales et sportives.

Ce sont ces habiletés qui permettent de bouger avec adresse et confiance dans tous les contextes (sur le sol, à l'intérieur comme à l'extérieur; dans l'eau et à la surface de l'eau; sur la neige et la glace; dans les airs).

Cependant, la littératie physique ne se limite pas à l'apprentissage d'habiletés motrices fondamentales de base; il doit aussi venir avec l'habileté, la confiance et la motivation nécessaires pour appliquer ces habiletés motrices fondamentales et sportives dans de nouvelles situations.

Pour ce faire, il faut plus qu'un ensemble d'habiletés motrices : il faut un environnement propice à l'apprentissage et le soutien d'un parent, d'un entraîneur ou d'un responsable. Cet environnement doit encourager l'enfant à jouer franc jeu, à essayer de nouvelles activités et à collaborer, lui permettre de poser des questions sans contraintes et lui apporter un soutien social et moral.

Afin d'améliorer la littératie physique et d'augmenter l'activité physique chez les enfants et les jeunes, nous devons d'abord observer l'état actuel ou le point de départ, et enseigner ou entraîner en conséquence, comme nous le faisons pour d'autres éléments fondamentaux tels que l'alphabétisation ou le calcul.

C'est l'objectif des outils PLAY.

Le Rapport ParticipACTION de 2022 attribue aux enfants et jeunes la note D pour l'activite physique et un F pour les comportements sedentaires.

PLAY

Observation de la littératie physique chez les jeunes

Utilisez les outils PLAY pour observer les enfants âgés de cinq ans et plus et assurer le suivi de leur littératie physique.

Que sont les outils PLAY?

PLAY est une collection d'outils qui se présentent sous la forme de cahiers de travail, de formulaires et de fiches d'évaluation cotée et visent à évaluer la littératie physique des enfants et des jeunes.

Les outils PLAY sont les suivants :

PLAY*habiletés*
L'outil permet aux professionnels de l'entraînement* d'évaluer 18 habiletés ou techniques chez l'enfant, par exemple la course, les lancers, les bottés et l'équilibre.

PLAY*de base*
Il s'agit d'une version simplifiée de PLAY*fun* pour le plaisir, qui permet aux professionnels de l'entraînement d'avoir un aperçu de la littératie physique de l'enfant.

PLAY*jeune*
L'outil permet aux enfants et aux jeunes d'évaluer eux-mêmes leur littératie physique.

PLAY*parent*
L'outil permet aux parents d'évaluer la littératie physique de leur enfant d'âge scolaire.

PLAY*entraîneur*
L'outil permet aux entraîneurs, aux physiothérapeutes, aux thérapeutes du sport, aux professionnels de l'exercice et aux professionnels du loisir de consigner leurs observations à l'égard de la littératie physique d'un enfant.

PLAY*registre*
Il s'agit d'un formulaire servant à consigner les loisirs de l'enfant et à en assurer le suivi tout au long de l'année.

PLAY*jeune*, PLAY*parent* et PLAY*entraîneur* sont des formulaires qui comportent des questions à l'appui de l'observation des habiletés à l'aide des outils PLAY*de base* et PLAY*habiletés*.

Les Outils PLAY ont été élaborés Le sport c'est pour la vie avec l'aide du Dr Dean Kriellaars de l'Université du Manitoba.

Dans ce document, nous avons utilisé les mots « observation » au lieu de « évaluation » de manière interchangeable pour refléter la nature et l'intention de PLAY*de base.*

**Par «professionnels de l'entraînement», on entend les entraîneurs certifiés selon le PNCE, les physiothérapeutes, les thérapeutes du sport, les professionnels de l'exercice et les personnes ayant suivi une formation en analyse des mouvements.*

En quoi consiste PLAY*de base*?

PLAY*de base* sert à évaluer des habiletés motrices importantes appliquées par l'enfant. L'outil comprend cinq exercices portant sur les habiletés physiques de l'enfant. Chaque habileté est cotée selon une échelle comprenant les quatre catégories suivantes : Étape initiale, Émergence, Compétence et Maîtrise.

Qui peut utiliser PLAY*de base* :
Puisque PLAY*de base* implique l'évaluation d'habiletés précises, les évaluateurs doivent avoir une certaine formation en analyse des mouvements et des déplacements. Il peut s'agir notamment d'entraîneurs certifiés selon le PNCE, de spécialistes de l'exercice, de physiothérapeutes et d'autres praticiens du domaine du sport. Ces personnes doivent avoir les connaissances requises pour évaluer avec précision la technique de l'enfant, et savoir repérer les faiblesses et les lacunes.

À l'intention des entraîneurs, des physiothérapeutes, des thérapeutes du sport, des spécialistes de l'exercice et des récréologues :

Utilisez PLAY*de base* avec les autres outils PLAY pour disposer d'une évaluation du niveau actuel de la littératie physique de l'enfant, à titre de référence. Servez vous de cette évaluation pour fixer des buts et suivre les progrès. Vous devriez établir conjointement avec l'enfant des buts réalistes (que l'enfant souhaite atteindre) et un processus gérable pour les réaliser.

À l'intention des parents :
PLAY*de base* sert à évaluer les habiletés et les capacités de votre enfant. Le fait qu'un professionnel ayant la formation requise évalue votre enfant à l'aide de PLAY*de base* vous permettra de mieux connaître les points forts, les points faibles et l'âge de développement de votre enfant.

Vous pouvez obtenir plus d'information sur les autres outils PLAY sur le site suivant : **outilsplay.litteratiephysique.ca**.

Consignes

Observation de la littératie physique chez les jeunes

1. Demandez à l'enfant de faire chaque exercice.
2. Observez l'enfant pendant l'exercice et cotez son habileté d'après les quatre catégories indiquées (Étape initiale, Émergence, Compétence et Maîtrise).
3. Consigner les observations à l'aide de la feuille de suivi PLAY*de base* située au bas du formulaire.
4. ***Agissez :*** Consultez la liste des mesures à prendre dans votre cahier de travail PLAY*de base* et sur notre site Web **outilsplay.litteratiephysique.ca**.
5. Combinez l'outil PLAY*de base* et les autres outils PLAY pour avoir de l'information sur le niveau de la littératie physique de l'enfant de tous les points de vue.

CONFIANCE :

Dans l'outil, à droite, vous verrez une colonne intitulée « Confiance ». Indiquez dans cette colonne si la confiance de l'enfant est faible lorsqu'il exécute chaque exercice.

Cahier de travail PLAY *de base* 2.0

Dans cette section, vous apprendrez comment utiliser l'outil PLAY*de base*, donner une note et la rattacher à mesure à prendre approprié.

Par souci de simplicité, nous avons divisé PLAY*de base* en quatre parties :

1. Locomotion (Courir, gambader)
2. Lancer
3. Botter
4. Équilibre

Pour chaque partie, le cahier présente un cadre facilitant l'utilisation du formulaire PLAY*de base*.

Le cadre présente ce qui suit :

- le matériel requis;
- les consignes (comment faire l'exercice);
- des définitions (ce à quoi correspondent Étape initiale, Émergence, Compétence et Maîtrise);
- des exemples de la façon dont un observateur hypothétique pourrait répondre à chaque question. Consultez ces exemples si vous avez besoin d'être guidé.

Au fil des pages, vous obtiendrez une note pour chaque partie. En trouvant les appels à l'action qui y correspondent, vous aurez des moyens judicieux d'accroître le niveau de la littératie physique de l'enfant.

L'important est de trouver des façons de motiver l'enfant et d'améliorer sa littératie physique et à son bien-être général.

Avant de vous servir de l'outil PLAY*de base*, lisez les sections qui suivent en ayant le formulaire sous les yeux.

Le saviez-vous? Certains outils PLAY peuvent être remplis en ligne à l'adresse suivante : **outilsplay.litteratiephysique.ca**.

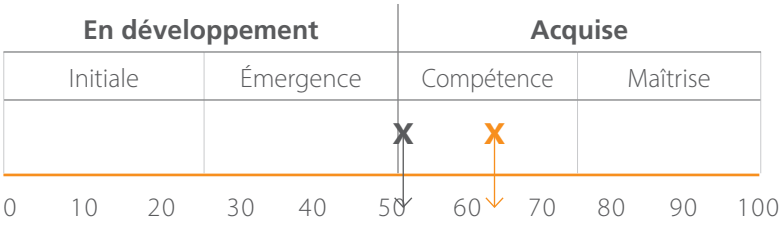
Important

Important : Chaque question inclut une échelle de 100 mm. L'évaluateur fait un X dans la case appropriée en tenant compte de cette échelle. Il peut ainsi indiquer plus précisément l'habileté de l'enfant dans un exercice.

N'oubliez pas que la note supérieure de la catégorie Maîtrise est la meilleure note qu'une personne pourrait obtenir, peu importe son âge.

Exemple : L'évaluateur a placé un X noir complètement à gauche de la case Compétence pour indiquer que l'enfant A vient d'acquérir l'habileté en question. Cela correspond à la note de 51/100.

L'évaluateur a placé un X orange vers la droite dans la case Compétence, pour indiquer que l'enfant B est plus habile que l'enfant A, qui vient d'acquérir l'habileté. La deuxième note correspond à 63/100.



1 Locomotion

La partie Locomotion est axée sur la capacité de courir de l'enfant. La course est le fondement de la préparation physique pour de nombreux sports, et devrait être le plus maîtrisée possible. Les habiletés de course peuvent se développer et s'améliorer au cours de la vie adulte, mais il est préférable qu'elles soient acquises le plus tôt possible.

Un enfant doit être en mesure d'exécuter une foule de mouvements, et ce, dans différents contextes (à l'extérieur, à l'intérieur, dans l'eau et à la surface de l'eau, sur la neige et la glace et dans les airs). Il doit également posséder des habiletés motrices et les maîtriser dans une certaine mesure pour pouvoir participer à la plupart des activités qui s'offrent à lui. Un enfant possédant des habiletés motrices très développées et un grand niveau de compétence est plus susceptible de pratiquer des activités physiques.

Locomotion

TÂCHE 1

Courir jusqu'à un point et revenir

« Je veux que tu coures en ligne droite jusqu'au cône, que tu t'arrêtes, que tu fasses demi-tour et que tu reviennes en courant. Cours à la ligne, fais demi-tour et reviens en courant du mieux que tu peux. Prêt? Cours maintenant. »

Matériel

Pour cet exercice, vous aurez besoin de deux cônes (à cinq mètres l'un de l'autre).

Système de notation

En développement	Acquise
Initiale : *Nombreuses lacunes majeures pendant l'exécution :* • L'enfant glisse, fait un faux pas ou trébuche plus d'une fois • Les transitions ne sont pas fluides • Les mouvements sont décousus • L'enfant dépasse les lignes • La vitesse est faible • Il y a des lacunes importantes dans le patron de course	Compétence : *Niveau d'exécution de base, avec des erreurs d'enchaînement mineures :* • Le déplacement se fait en ligne droite à l'aller et au retour • La vitesse est bonne (du jogging à la course) • Le pivot n'est pas fluide ni rapide, mais il est réussi • Le patron de course a atteint la maturité
Émergence : *Capacité d'exécuter l'enchaînement de base de l'exercice, malgré certaines lacunes majeures :* • Les mouvements des bras et des jambes sont synchronisés seulement à certains moments • Pour s'arrêter, l'enfant glisse ou traîne les pieds • Le patron de course présente les caractéristiques de base de la maturité • L'enfant tourne le coin rond	Maîtrise : *Qualité des mouvements démontrant une maîtrise globale :* • L'enfant atteint la vitesse du sprint • L'accélération est rapide • L'enfant ralentit de façon contrôlée jusqu'à s'arrêter momentanément • Le pivot et le changement de direction sont fluides • L'enfant utilise ses bras et ses jambes comme il se doit pour se propulser

En développement		Acquise	
Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise
	X		

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Locomotion

Exemple d'observation

Sylvain demande à Joséphine de faire le premier exercise : courir jusqu'à un point et revenir. Sylvain remarque que, bien que Joséphine doive encore s'améliorer sur le plan du développement, sa technique est meilleure lorsqu'elle court en ligne droite sur une longue distance.

En accélérant, elle a tendance à s'incliner vers l'avant et à agiter les bras, mais à mesure qu'elle avance, elle se redresse et se sert davantage de ses bras pour se propulser. Toutefois, lorsqu'elle s'approche du cône et commence à ralentir en prévision du virage, elle s'arrête de manière saccadée et dépasse presque la ligne.

Sylvain reconnaît que, chez Joséphine, certains points doivent définitivement être améliorés sur le plan du développement, mais il est conscient qu'elle a des points forts sur le plan de la technique. Il fait donc un X près de la moitié de la case Émergence.

TÂCHE 2

Gambader

« Je veux que tu gambades de ce cône jusqu'à l'autre cône. Gambade du mieux que tu peux d'ici à là bas. Prêt? Vas-y maintenant. »

Remarque : *certains enfants effectueront un « saut » sur deux pieds dès le premier essai. Il suffit de les corriger et de leur demander de gambader d'un seul pied à l'essai suivant.*

Système de notation

En développement	Acquise
Initiale : Nombreuses lacunes majeures pendant l'exécution : • Sur une seule jambe et touche le pied opposé • Effectue un saut • L'enfant a peu de contrôle sur le bas et le haut de son corps.	Compétence : Niveau d'exécution de base, avec des erreurs d'enchaînement mineures : • Capable de sauter sur une jambe du début à la fin avec des sauts de distance moyenne • Phase aérienne évidente • Peut ne pas utiliser la jambe opposée pour aider • La distance peut varier d'un saut à l'autre à mi-parcours • Le contrôle du départ et de l'arrêt peut être limité.
Émergence : Capacité d'exécuter l'enchaînement de base de l'exercice, malgré certaines lacunes majeures : • Distances incohérentes et faible amplitude du déplacement (horizontal ou vertical) • Problèmes de contrôle de l'équilibre évidents pendant la progression • Le démarrage est maladroit • Les arrêts se font de façon irrégulière et éventuellement des sauts excessifs ou une fin prématurée.	Maîtrise : Qualité des mouvements démontrant une maîtrise globale : • Distance de saut importante qui est constante en distance à mi-parcours • Transition immédiate vers le sautillement et saut immédiat à la position stationnaire à la fin • Continuité dans le mouvement • Bonne vitesse horizontale et/ou verticale • Utilise le membre inférieur opposé et le haut du corps en synchronisation avec l'autre inférieur.

Remarque *: la symétrie gauche/droite est importante pour la littératie physique. Demandez à l'enfant d'effectuer ce mouvement avec les deux jambes.*

En développement		Acquise	
Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise
	X		

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Locomotion

Exemple d'observation

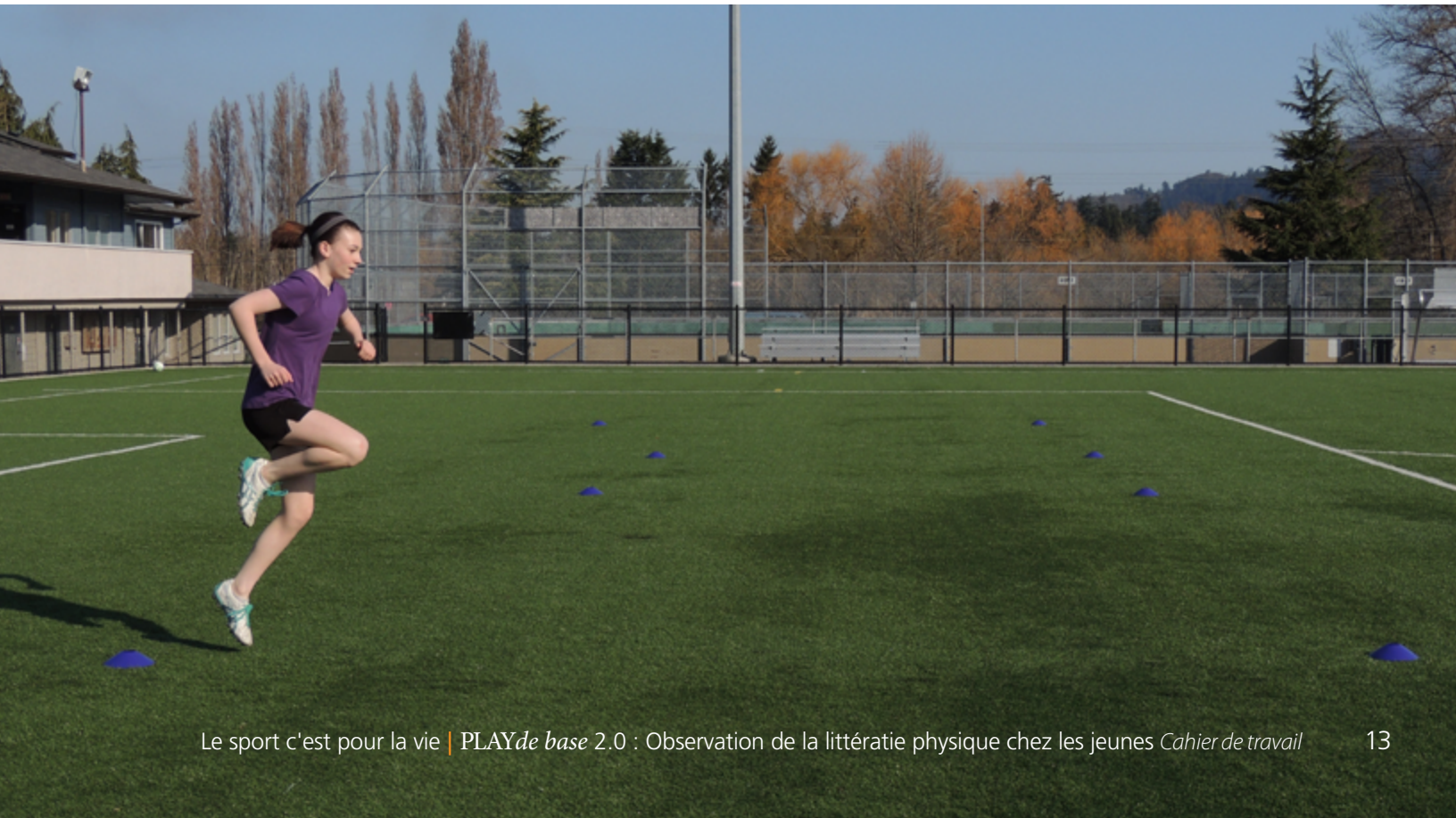
Geri est maître-nageuse à la piscine municipale. Elle a accepté de donner des cours de natation pour les enfants de sept ans. Parce qu'elle sait à quel point la littératie physique est importante pour la natation, elle a demandé aux enfants d'arriver en avance à chaque cours pour qu'elle puisse évaluer les compétences fondamentales de ses élèves.

Aujourd'hui, elle les guide dans l'exercice « Gambader » de PLAY*de base*. Jennifer prend son tour et Geri peut voir les lacunes dans le développement ainsi que le potentiel de sa technique. Ses mouvements sont fluides, puis il/elle commencent à perdre l'équilibre.

Parfois, il/elle doit s'appuyer sur ses jambes opposées pour ne pas tomber.

Bien que son rythme soit irrégulier lorsqu'il/elle se déplace entre les cônes, Jennifer réussit à maintenir une distance moyenne assez constante d'un saut à l'autre. Il/elle se prépare pour atteindre le cône à chaque fois sans être à court ou atterrir au-delà.

La plupart du temps, Jennifer fait preuve de synchronisation entre le haut et le bas du corps bien que lorsque l'équilibre est défaillant, la coordination l'est aussi. Geri marque un X dans la case « Émergence », bordant la case « Compétent ».



2 Lancer

TÂCHE 3

Lancer par-dessus

« Je veux que tu lances la balle au mur et que tu la fasses rebondir par-dessus ta tête. Lance la balle du mieux que tu peux. Essaie de lancer la balle au mur du mieux que tu peux, s'il te plaît. Prêt? Lance la balle maintenant. »

***Remarque** : Un lancer sur le côté est acceptable et peut obtenir le résultat Compétence ou Maîtrise.*

Matériel

Voici ce dont vous aurez besoin pour cet exercice :

- un grand mur (zone cible)
- une ligne à trois mètres du mur
- une marque sur le mur à 1,5 mètre du sol
- une balle de tennis (ou une balle similaire)

Système de notation

En développement	Acquise
Initiale : *Nombreuses lacunes majeures pendant l'exécution :* • Le lancer ne permet pas d'envoyer la balle dans la direction voulue • La distance/la vitesse est insuffisante • Le mouvement des membres se limite à un seul membre supérieur ou à une seule articulation • Il n'y a pas de coordination avec le tronc ou avec les membres inférieurs • Il n'y a pas de transfert de poids • Il n'y a pas de rotation du tronc	Compétence : *Niveau d'exécution de base, avec des erreurs d'enchaînement mineures :* • La trajectoire et la vitesse de la balle sont appropriées • Les mouvements du bas du corps, du tronc et du haut du corps s'enchaînent jusqu'à un certain point • Le transfert de poids est minime • Le prolongement de l'élan est évident, mais limité. • La rotation du tronc est évidente, mais limitée.
Émergence : *Capacité d'exécuter l'enchaînement de base de l'exercice, malgré certaines lacunes majeures :* • La balle est lancée trop lentement, ou dirigée vers la mauvaise trajectoire (seulement un des deux problèmes) • L'enchaînement de base des mouvements du bas du corps, du tronc puis des membres supérieurs est évident • Le transfert de poids est limité • L'enchaînement des mouvements des membres peut laisser à désirer. • Le prolongement de l'élan est très limité.	Maîtrise : *Qualité des mouvements démontrant une maîtrise globale :* • La vitesse de la balle est bonne • La trajectoire de la balle est bien contrôlée • Les mouvements du bas du corps, du tronc et du haut du corps s'enchainent bien • Le transfert de poids est fluide et démontré • Le prolongement de l'élan est évident • La rotation du tronc est évidente

***Remarque :** la symétrie gauche/droite est importante pour la littératie physique. Demandez à l'enfant d'effectuer ce mouvement avec les deux mains.*

Lancer

Exemple d'observation

Marie vient d'avoir dix ans. Elle veut faire beaucoup de sport cet été, ce qui fait plaisir à sa mère, Louise. Louise est physiothérapeute, et sait à quel point il est important de posséder une littératie physique. Elle décide de se servir des outils PLAY*habiletés* pour voir s'il y a des lacunes dans le développement de la littératie physique de sa fille. Pendant que Marie exécute l'exercice du lancer par-dessus, Louise remarque qu'elle a des points forts, mais aussi des points à travailler.

Louise remarque d'abord que Marie lance la balle au mur avec constance de sorte qu'elle rebondisse par dessus sa tête. Elle obtient la bonne vitesse et envoie la balle sur la bonne trajectoire presque chaque fois, et elle vise généralement assez juste. De plus, son élan se prolonge bien. Elle place sa main bien derrière sa tête, et tend le bras en un mouvement fluide.

Louise observe ensuite la rotation du tronc et la position de sa fille. Lorsque Marie engage le mouvement, elle se place trop face au mur, ce qui entrave la rotation du tronc. Cette rotation insuffisante réduit le transfert de poids de la jambe arrière à la jambe avant.

Louise constate que la force, la précision et le mouvement de bras de Marie sont des points forts, mais qu'elle doit se concentrer sur sa position et la rotation du tronc. Louise croit que, une fois que Marie aura amélioré ces aspects de sa technique, le transfert de poids d'une jambe à l'autre se fera plus naturellement, puisqu'elle a déjà tendance à transférer son poids quand elle lance la balle. Par conséquent, Louise fait un X dans la case Compétence, près d'Émergence.

En développement		**Acquise**	
Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise
		X	

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

3 Botter

TÂCHE 4

Botter le ballon

« Je veux que tu bottes le ballon au mur. Tu peux botter avec le pied droit ou le pied gauche. Botte le ballon du mieux que tu peux. Essaie de le botter au-dessus de la marque sur le mur. Botte le ballon du mieux que tu peux au-dessus de la marque, s'il te plaît. Prêt? Botte le ballon maintenant. »

Matériel

Voici ce dont vous aurez besoin pour cet exercice :

- un grand mur (zone cible)
- un cône (à quatre mètres du mur)
- un ballon de soccer (ou un ballon similaire)
- Une marque sur le mur à un mètre du sol.

Système de notation

En développement	Acquise
Initiale : *Nombreuses lacunes majeures pendant l'exécution :* • L'enfant a passé à côté du ballon à cause d'un manque de coordination et de synchronisation • Le haut et le bas du corps ne sont pas synchronisés. • Le pied et la jambe d'appui sont mal ancrés • La jambe fouette l'air, mais le mouvement ne se poursuit pas • L'enfant ne contrôle pas le ballon ni la vitesse • Le botté est fait avec les orteils	Compétence : *Niveau d'exécution de base, avec des erreurs d'enchaînement mineures :* • Le ballon est dirigé adéquatement • La vitesse du ballon est adéquate
Émergence : *Capacité d'exécuter l'enchaînement de base de l'exercice, malgré certaines lacunes majeures :* • Le ballon va lentement • Il y a des signes que l'enfant contrôle la direction • Le contact du pied est raisonnablement solide	Maîtrise : *Qualité des mouvements démontrant une maîtrise globale :* • Le ballon est propulsé avec force dans une direction contrôlée • Le haut du corps mène le bas du corps • Le mouvement se poursuit avec force après le botté

Remarque : *la symétrie gauche/droite est importante pour la littératie physique. Demandez à l'enfant d'effectuer ce mouvement avec les deux jambes.*

Botter

Exemple d'observation

Pierre est l'entraîneure d'une équipe de soccer féminine U11. En se basant sur l'outil PLAY*habiletés*, elle décide de demander à toutes les joueuses de botter le ballon au-dessus d'une ligne sur un mur, à un mètre du sol, afin d'évaluer leur capacité à botter.

Une des joueuses, Vanessa, manque de coordination, et passe souvent à côté du ballon. Lorsqu'elle botte le ballon, il y a rarement un contact substantiel. Pierre constate que le problème est dû en grande partie au fait que Vanessa place mal sa jambe d'appui, et synchronise mal le haut et le bas de son corps.

Lorsque Vanessa réussit à toucher le ballon, elle n'est pas capable de l'envoyer au-dessus de la ligne à un mètre du sol, et le ballon revient vers elle seulement quelques fois. Pierre croit que Vanessa n'a jamais joué au soccer auparavant, et qu'elle s'améliorera avec de la pratique. Pierre fait un X vis-à-vis le milieu de la case Étape initiale.

En développement		**Acquise**	
Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise
X			

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

4 Équilibre

TÂCHE 5

Marcher à reculons en restant aligné (orteils au talon)

« Je veux que tu marches à reculons d'un cône à l'autre en posant un pied derrière l'autre, les orteils directement derrière le talon. Marche à reculons aussi rapidement que tu le peux en gardant l'équilibre, d'ici à là-bas. Prêt? Commence à marcher à reculons maintenant. »

Matériel

Voici ce dont vous aurez besoin pour cet exercice :

- deux cônes placés à deux mètres l'un de l'autre (ou une ligne de deux mètres sur le plancher).

Système de notation

En développement	Acquise
Initiale : *Nombreuses lacunes majeures pendant l'exécution :* • L'enfant perd l'équilibre plusieurs fois. • L'enfant ne se sert pas de ses bras pour garder l'équilibre. • Les pieds ne sont pas bien placés ou sont placés différemment d'un pas à l'autre.	Compétence : *Niveau d'exécution de base, avec des erreurs d'enchaînement mineures :* • L'enfant est capable de garder l'équilibre pendant tout le parcours. • L'enfant place bien ses pieds, mais il se peut qu'il le fasse lentement. • L'enfant éprouve de légers problèmes d'équilibre à certains moments. • Les membres supérieurs peuvent osciller.
Émergence : *Capacité d'exécuter l'enchaînement de base de l'exercice, malgré certaines lacunes majeures :* • Il y a des signes évidents d'un contrôle de l'équilibre • Les pas sont hésitants • Il manque de fluidité • L'enfant a de sérieux problèmes d'équilibre en marchant. • L'enfant peut perdre l'équilibre une fois ou deux dans le parcours.	Maîtrise : *Qualité des mouvements démontrant une maîtrise globale :* • L'enfant recule habilement le long de la ligne dans un mouvement fluide et continu • Des ajustements très mineurs peuvent être visibles au niveau des chevilles (pour l'équilibre). • Les membres supérieurs peuvent osciller légèrement.

Équilibre

Exemple d'observation

Simone, ancienne gymnaste de haut niveau, est propriétaire d'un gymnase où elle donne des cours d'initiation à la gymnastique. Elle aime regarder les jeunes athlètes qui viennent à ses cours et expérimentent les différentes techniques de gymnastique tout en développant leur littératie physique. Son groupe actuel est composé d'enfants de sept et huit ans, et aujourd'hui, elle évalue leur équilibre en leur demandant de marcher à reculons en marchant à reculons de la pointe au talon.

C'est le tour de Raphaël pour marcher à reculons, et il hésite au départ et éprouve des problèmes d'équilibre. Il ne règle pas ces difficultés quand il marche. Simone constate des faiblesses dans sa technique.

Lorsque Raphaël marche à reculons, il perd souvent l'équilibre. Même lorsqu'il ralentit, il a de la difficulté à faire les pas sans chanceler. Ses gestes manquent de fluidité et, bien qu'il utilise ses bras pour rester en équilibre, le plus souvent il les agite dans les airs. Simone constate toutefois que Raphaël pose toujours ses pieds au bon endroit, même s'il perd l'équilibre rapidement ensuite.

Simone trouve intéressant que Raphaël ait une bonne technique et de l'équilibre lorsqu'il marche vers l'avant, mais moins lorsqu'il marche à reculons. Elle fait un X sous émergence, un peu plus près de l'étape initiale.

En développement		**Acquise**	
Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise
	X		

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Notation et prises de mesures

Notation

Pour attribuer une note avec l'outil PLAY*de base*, il faut mesurer la distance entre le début de la case Étape initiale (extrême gauche de la case) et la marque faite par les observateurs dans l'une des quatre catégories. La distance correspondra à une note sur 100 (soit un point par millimètre).

Faites ce calcul pour les cinq exercices afin d'obtenir la note relative au volet sur la littératie physique de l'enfant.

Remarque concernant la synchronisation du côté gauche et du côté droit :

Vous pouvez observer le côté dominant et le côté non dominant de l'enfant lorsqu'il exécute les exercices de saut, de lancer et de coup de pied. Vous pouvez noter l'enfant sur son côté dominant, mais l'observation de la façon dont il exécute les mouvements sur son côté non dominant peut fournir des informations précieuses. Certains enfants ont des capacités très variées lorsqu'on compare leur côté dominant et leur côté non dominant. Le développement du côté non dominant est important pour encourager le développement de la littératie physique et l'activité physique à long terme.

Prises de mesures

- Continuez à évaluer régulièrement les habiletés de l'enfant en vous servant de PLAY*de base* ou de PLAY pour le plaisir, pour vous assurer que sa littératie physique s'enrichit.

- Servez-vous de la feuille de suivi PLAY*de base* au dos du cahier de travail pour suivre les notes obtenues au fil des évaluations. Vous pourrez ainsi voir à quel point et à quel rythme l'enfant s'est amélioré. Ces renseignements aideront à repérer les domaines problématiques où des améliorations sont nécessaires.

- Assurez-vous que l'enfant a accès à différentes possibilités pour travailler TOUTES les habiletés fondamentales. Ces possibilités peuvent être offertes à la maison, à l'école, dans le sport organisé, dans les loisirs communautaires ou dans les temps libres.

  Vous trouverez une liste de sports et d'activités de qualité qui aideront l'enfant à développer ses habiletés relatives à la locomotion, au contrôle des objets et à l'équilibre sur le site suivant : **outilsplay.litteratiephysique.ca**.

- Veillez à ce que l'enfant puisse être actif dans un environnement amusant et sécuritaire. L'enfant pourra devenir plus compétent, ce qui lui donnera de l'assurance. Si un enfant manque d'assurance, la possibilité qu'il effectue une activité devant d'autres personnes est considérablement réduite. L'enfant aura donc moins envie de prendre part à des activités dans un groupe, en équipe, et même avec des amis et des membres de la famille.

- Assurez-vous que l'enfant comprend les mots qui décrivent les mouvements. Quelle est la différence entre un saut ordinaire et un saut sur un pied (à cloche-pied)? Nous vous invitons à consulter le glossaire des termes de mouvement sur notre site Web.

- Servez-vous des autres outils PLAY qui sont disponibles pour mieux comprendre la littératie physique de l'enfant. Pour plus de renseignements, consultez le site suivant : **outilsplay.litteratiephysique.ca**.

découper ici

PLAY*de base*

Observation de la littératie physique chez les jeunes
Formulaire

PLAY*de base* a été conçu à l'intention des enfants de sept ans ou plus.

sportpourlavie.ca
outilsplay.litteratiephysique.ca

Nom du participant : _____ Âge : ____

Cochez la case qui correspond le mieux aux habiletés de l'enfant. Indiquez si la confiance de l'enfant est faible lorsqu'il exécute chaque exercice.

	Compétence				Confiance	Compréhension			
	En développement		Acquise						
Habileté	Initiale	Émergence	Compétence	Maîtrise	Confiance	Encourage	Imitation	Description	Démo
1. Courir jusqu'à un point et revenir									
2. Gambader avec le pied gauche									
avec le pied droit									
3. Lancer par-dessus avec la main gauche									
avec la main droite									
4. Botter le ballon avec le pied gauche									
avec le pied droit									
5. Marcher à reculons en restant aligné (orteils au talon)									

Vous pouvez noter et suivre vos observations en ligne à outilsplay.litteratiephysique.ca. Rendez-vous à cette page pour créer des groupes et entrer les notes PLAY*de base* de n'importe quel nombre d'enfants.

Le sport c'est pour la vie

© 2022 Société du sport pour la vie

sportpourlavie.ca
outilsplay.litteratiephysique.ca

Feuille de suivi de la littératie physique

Nom												
Date												
N° d'observation	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Habileté												
Course												
Gambader												
Lancer												
Botter												
Équilibre												
Total												

Nom												
Date												
N° d'observation	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Habileté												
Course												
Gambader												
Lancer												
Botter												
Équilibre												
Total												

© 2022 Société du sport pour la vie

découper ici

Remerciements

Version 2.0 – Juillet 2022

Cahier de travail PLAY*de base* 2.0 : Observation de la littératie physique chez les jeunes
© 2022 Société du sport pour la vie

Mises à jour par Le sport c'est pour la vie : Liz Herbert, Drew Mitchell, Renée Lozeau, Nicola Hestnes et Annie Lau.

Publié par Le sport c'est pour la vie; Victoria, C.-B., Canada.

Tous droits réservés. Aucune partie de cet ouvrage ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme que ce soit à des fins commerciales, ou par quelque moyen que ce soit, électronique ou mécanique, y compris la photocopie et l'enregistrement, ou à partir de toute information stockée dans un système de récupération, sans l'autorisation des auteurs ou de Le sport c'est pour la vie.

ISBN : 978-1-990889-21-9

Version 1.0 – 2013

PLAY*de base* 1.0 : Cahier d'évaluation de la littératie physique pour les jeunes

Contenu original développé par le Dr Dean Kriellaars et Benjamin Robillard; édité par Citius Performance Corp : Richard Way, Tyler Laing, Danielle Bell et Thom Brennan; et produit par Le sport c'est pour la vie : Richard Way, Istvan Balyi, Dre. Vicki Harber, Carolyn Trono et Dr Paul Jurbala.

Références :

L'information présentée dans le présent cahier de travail PLAY se fonde sur l'étude menée par le Dr Dean Kriellaars et le contenu des diverses ressources de Le sport c'est pour la vie incluant le document de référence ***Au Canada, le sport c'est pour la vie; Développer la littératie physique; « Physical Literacy Concept Paper » ; Une introduction à la littératie physique; et L'aptitude mentale dans le développement à long terme de l'athlète***. Ces ressources peuvent être trouvées à l'adresse : sportpourlavie.ca/ressources.

Avec le financement de

Agence de la santé publique du Canada | Public Health Agency of Canada

Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

Ontario Trillium Foundation | Fondation Trillium de l'Ontario

Le sport c'est pour la vie

sportpourlavie.ca
outilsplay.litteratiephysique.ca