

5^e année

– Résultats d'apprentissage spécifiques

CHOIX EN MATIÈRE DE BIEN-ÊTRE – Résultat d'apprentissage général



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

B-5

Santé personnelle

Les élèves vont :

- 1. examiner les incidences de l'activité physique, de la nutrition, du repos et de l'immunisation sur le système immunitaire.
- 2. évaluer l'importance d'adopter des pratiques hygiéniques régulières à l'adolescence; ex. : pour maîtriser les odeurs corporelles, contrôler l'acné, avoir une bonne haleine.
- 3. **identifier les composantes fondamentales de l'appareil génital de l'être humain et décrire les fonctions de base des différentes composantes;** ex. : la fertilisation, la conception.
- 4. examiner les incidences que les changements de champs d'intérêt, de compétences et d'activités peuvent entraîner sur l'image corporelle.
- 5. examiner de quelles manières un régime alimentaire sain peut convenir à une vaste gamme de comportements alimentaires; ex. : les préférences personnelles, le végétarisme, les habitudes alimentaires attribuables à la culture, les allergies et divers troubles médicaux, le diabète.
- 6. examiner et évaluer les effets de la caféine, de l'alcool et de la drogue sur la santé et le bien-être des gens; ex. : du point de vue physique, émotionnel, social.

Sécurité et responsabilité

Les élèves vont :

- 7. déterminer les limites personnelles (la zone de confort personnel), et reconnaître que ces limites varient en fonction de la nature des relations, des situations et des cultures.
- 8. faire la promotion des mesures de sécurité, à l'école et dans la communauté.
- 9. déterminer des comportements sécuritaires appropriés à adopter lors d'activités récréatives communautaires; ex. : en ce qui a trait à l'usage de moto-neiges, de véhicules tout terrain, de trampolines.
- 10. décrire et montrer des manières d'aider des personnes blessées; ex. : premiers soins élémentaires.

CHOIX EN MATIÈRE DE RELATIONS HUMAINES – Résultat d'apprentissage général



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

R-5

Gestion des émotions et sentiments

Les élèves vont :

- 1. reconnaître que les sentiments exprimés peuvent dissimuler d'autres sentiments; ex. : la colère peut masquer la frustration, la vexation.
- 2. déterminer des stratégies à long terme pour composer avec les sentiments – les leurs et ceux des autres – et mettre ces stratégies en pratique; ex. : pour faire face à la déception, au découragement.
- 3. reconnaître que les agents stressants touchent les gens différemment et décrire diverses manières de réagir au stress.
- 4. faire preuve d'habiletés de communication efficaces; ex. : l'écoute active, la vérification de l'effet produit.

Interactions

Les élèves vont :

- 5. reconnaître les changements susceptibles de caractériser les relations familiales et explorer des stratégies pour s'adapter au changement; ex. : dans le cas d'un deuil.
- 6. étudier les avantages de nouer une variété de relations au cours du cycle de vie; ex. : au moyen de l'établissement de relations avec des personnes d'âges divers.
- 7. recourir à leurs habiletés en médiation lorsqu'ils résoudront des conflits; ex. : en reconnaissant les sentiments d'autrui, en permettant aux autres d'exprimer leurs opinions.

Rôles et processus de groupe

Les élèves vont :

- 8. élaborer des stratégies leur permettant de s'acquitter de leurs rôles et de leurs responsabilités au sein de divers groupes; ex. : en traitant un conflit en situation de groupe.
- 9. explorer des stratégies de communication empreintes de respect et favorisant le développement de groupes et d'équipes; ex. : en encourageant tous les membres d'un groupe à participer.

CHOIX EN MATIÈRE D'APPRENTISSAGE POUR LA VIE – Résultat d'apprentissage général



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

V-5

Stratégies d'apprentissage

Les élèves vont :

- 1. déterminer et mettre en œuvre un plan efficace de gestion du temps; ex. : en plaçant leurs objectifs par ordre de priorités.
- 2. affirmer le développement de leurs habiletés personnelles; ex. : en cernant et en analysant les changements caractérisant leurs intérêts personnels, leurs forces et leurs habiletés.
- 3. analyser l'efficacité de diverses stratégies de prise de décisions; ex. : les décisions par défaut, les décisions impulsives, les décisions remises à plus tard.
- 4. analyser les facteurs qui influencent la planification et l'atteinte des objectifs; ex. : l'engagement personnel, les habitudes.

Rôles de la vie et cheminement de carrière

Les élèves vont :

- 5. faire le lien entre leurs habiletés personnelles et diverses professions.
- 6. évaluer comment les rôles, les attentes et l'image des autres peuvent influencer les champs d'intérêt en matière de carrières et de rôles de la vie; ex. : l'influence de la famille, des amis, des modèles de comportement, des médias.

Bénévolat

Les élèves vont :

- 7. identifier, au sein de l'école, les services bénévoles rendus par le personnel et les élèves.
- 8. élaborer des stratégies permettant d'exprimer leur appréciation à l'égard de services rendus bénévolement; ex. : une lettre d'appréciation envoyée par courrier électronique.

Les partenariats entre le foyer, l'école et la communauté revêtent une importance primordiale dans la mise en œuvre de ce programme d'études.

- Les résultats présentés en **italiques gras** se rapportent à la composante sur la sexualité humaine. Les parents se réservent le droit de dispenser leur enfant de cette composante.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.1

Les élèves vont examiner les incidences de l'activité physique, de la nutrition, du repos et de l'immunisation sur le système immunitaire.

Amorce

- Faire un remue-méninges des différentes activités qu'un élève de 5^e année fait au cours de 24 heures.
- Trier ces activités quotidiennes sous différentes catégories, comme manger, dormir, jouer en dépensant de l'énergie, regarder la télévision, faire les devoirs, etc. Faire une étoile à côté des activités qui ont une incidence positive sur la santé et le bien-être.

Activités d'apprentissage

- En équipe de deux, dresser une liste de raisons pour lesquelles l'activité physique, la nutrition et le repos contribuent au bien-être. Faire part de sa liste à la classe et ensemble, dresser une liste maîtresse.
- En petits groupes, découper des images et des titres de magazines pour créer un collage illustrant pourquoi il est essentiel d'être actif physiquement, de manger sainement et de dormir pour grandir et se développer en santé. Donner un titre original à son collage.
- Le système immunitaire englobe toutes les parties du corps et ses fonctions qui luttent contre les microbes pathogènes. Dresser une liste de tout ce que le corps fait pour combattre les maladies. Classer l'information dans un tableau à deux colonnes.

Parties du corps	Comment elles luttent contre les maladies
Peau	Empêche les microbes d'entrer dans le corps

- Revoir l'information de la *Fiche d'information pour l'élève 23 : Façons dont ton système immunitaire lutte contre les microbes*, à l'annexe B. Ajouter toute nouvelle information au tableau.
- Discuter des périodes importantes où on se fait immuniser (vacciner); par exemple, quand on est bébé, quand on commence l'école ou avant de voyager dans certains pays.
- Dresser une liste des pratiques sanitaires qui favorisent le maintien d'un système immunitaire efficace. Trouver d'autres idées dans la *Fiche d'information pour l'élève 23*.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/physicaleducationonline/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG B**, et enfin, **Activités**.



Bienfaits
pour la santé

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Trouver une liste de maladies qui ont presque été éliminées grâce à l'immunisation.
- Discuter pourquoi se faire immuniser contre une maladie est plus important qu'un traitement contre une maladie.
- Discuter de la raison pour laquelle ceux qui ont des animaux décident de les faire vacciner.
- Interroger deux adultes pour savoir ce qu'ils font pour rester en santé.

Exemples
d'activités
d'évaluationRenseignements
pour
l'enseignant**Résultat B-5.1 (suite)**

L'élève peut :

- dresser une liste des dix meilleures conditions qui favorisent un système immunitaire sain;
- (l'hiver est arrivé et les personnes de l'école sont plus souvent malades) énumérer cinq choix en matière de santé qu'il peut faire pour s'aider à rester en santé.

Bâtir un système immunitaire sain

Le système immunitaire joue un rôle indispensable pour prévenir les maladies et favoriser le bien-être global. Il en reste encore beaucoup à découvrir sur ce « bouclier » naturel complexe. Cependant, au cours des dernières années, il est devenu de plus en plus clair que des facteurs comme la nutrition, l'activité physique et le repos jouent un rôle essentiel pour renforcer l'immunité.

Le système immunitaire contribue à la santé en empêchant les corps étrangers d'endommager les cellules du corps. Les corps étrangers se présentent sous de nombreuses formes, y compris les bactéries, les virus et d'autres agents ou composés nocifs. Le système immunitaire protège le corps en détectant les corps étrangers et en entamant ensuite une série de processus complexes afin de les éliminer ou de les isoler du reste du corps.

Une bonne nutrition est essentielle au bien-être de la personne et à la prévention des maladies. Un régime sain et équilibré fournit les composantes fondamentales aux cellules du système immunitaire et diminue les risques d'infection et de maladie chronique. Les carences alimentaires causées par une mauvaise nutrition ou des maladies gênent la fonction immunitaire. Les enfants mal nourris courent davantage de risques de développer des problèmes de santé aigus et chroniques dus en partie à l'affaiblissement du système immunitaire.

Tout comme manger sainement, faire de l'activité physique modérée et se reposer contribuent à une fonction immunitaire optimale. L'activité et le repos aident à réduire les effets des agents stressants quotidiens sur le système immunitaire et permettent au corps de maintenir et de réparer ses mécanismes de défense naturels. L'inactivité et le manque de repos nuisent au processus de défense. De plus, les personnes peu actives et qui manquent de sommeil risquent davantage de tomber malade.

L'activité physique intense ou le surentraînement sur une base régulière peut supprimer la fonction immunitaire. Les symptômes du surentraînement sont, entre autres : le rhume ou la grippe à répétition; le gonflement ou la sensibilité des ganglions du cou, de l'aîne ou des aisselles; la privation de sommeil; les éruptions cutanées; la douleur musculaire ou articulaire persistante; la maladresse et la perte de poids soudaine et importante. La définition d'intense varie d'une personne à l'autre selon un certain nombre de facteurs, comme son niveau de conditionnement ou d'entraînement physique. Afin de rester en santé, il est recommandé de faire de l'activité physique de façon modérée plutôt qu'intensivement.

L'immunisation donne au corps l'occasion de développer une résistance contre les bactéries et les virus pathogènes particuliers. En conséquence, les personnes qui suivent le calendrier de vaccination recommandé risquent moins d'attraper certaines maladies ou de développer certaines conditions, par exemple, la variole, la rubéole et la méningite. Bien que contestés par certaines personnes, les programmes de vaccination jouent un rôle essentiel quant à promouvoir la santé et circonscrire la propagation de plusieurs maladies susceptibles d'être dangereuses.



Liens

Résultat B-5.1 (suite)**Idées pour bâtir des systèmes immunitaires en santé****Les élèves peuvent :**

- mettre en pratique des comportements liés à la santé qui appuient la fonction immunitaire maximale, comme se reposer, choisir un régime sain et équilibré, et faire de l'activité physique quotidiennement;
- trouver des idées pour faire des choix sains;
- demander l'appui des parents pour établir un programme quotidien favorisant la santé et le bien-être.

Les parents peuvent :

- donner l'exemple en adoptant des comportements sains, tels l'activité physique régulière, une bonne alimentation et suffisamment de sommeil;
- offrir des choix d'aliments sains à leurs enfants;
- parler à leurs enfants des nombreux comportements qui influencent la santé et préviennent les maladies;
- encourager leurs enfants à établir des routines quotidiennes qui leur permettent de dormir suffisamment, de manger sainement et de faire de l'activité physique régulièrement;
- aider leurs enfants à développer les habiletés nécessaires pour faire des choix d'aliments personnels sains, y compris l'habileté de déterminer les aliments qu'ils aiment et qu'ils n'aiment pas, d'établir un budget, d'acheter des aliments et de préparer des repas;
- s'assurer que leurs enfants participent aux programmes de vaccination.

La communauté peut :

- offrir et promouvoir des programmes de vaccination à l'intention des enfants;
- appuyer l'activité physique quotidienne chez les jeunes en construisant des installations de loisirs ou en élaborant des programmes d'activité physique;
- mettre en œuvre des stratégies pour s'assurer que les jeunes ont constamment accès à des choix d'aliments sains, comme les programmes de collations à l'école et les cuisines collectives;
- s'assurer que des aliments nutritifs sont facilement accessibles à l'école par le biais d'initiatives, comme les chariots à déjeuner, les cantines qui vendent des aliments sains et le panier de partage, pour les jeunes sans dîner.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.2

Les élèves vont évaluer l'importance d'adopter des pratiques hygiéniques régulières à l'adolescence; ex. : pour maîtriser les odeurs corporelles, contrôler l'acné, avoir une bonne haleine.

Amorce

- Avec la classe, définir le terme **hygiène personnelle** et en discuter. Par exemple, des habitudes d'hygiène personnelle qui contribuent à sa santé et à sa propreté, comme se brosser les dents, se laver régulièrement, porter des vêtements propres et la possibilité d'utiliser un antisudorifique.
- Dresser chacun une liste de pratiques hygiéniques qu'on adopte avant de partir pour l'école. Énumérer d'autres choses qu'on fait pour rester propre pendant la journée.
- Trier ces pratiques sous les catégories suivantes : activité quotidienne, activité répétée plusieurs fois par semaine, activité hebdomadaire et activité mensuelle.

Activités d'apprentissage

- Discuter en quoi ses besoins hygiéniques ont changé depuis la première année scolaire. En quoi seront-ils différents quand on fréquentera l'école secondaire?
- Rechercher les causes, la prévention et les traitements des problèmes suivants et en discuter :
 - odeurs corporelles;
 - acné;
 - mauvaise haleine.
- Discuter du lien entre son hygiène personnelle et ses relations sociales.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Trouver des annonces publicitaires de produits de soins personnels. Discuter des questions suivantes :
 - Est-ce que tous ces produits sont nécessaires pour être propre et en santé?
 - Ces produits sont-ils vraiment efficaces?
 - Est-ce que ces produits créent un besoin artificiel ou répondent-ils réellement aux vrais besoins des jeunes? (Par exemple, les produits pour faire blanchir les dents.)
 - Quelles valeurs les messages publicitaires transmettent-ils?
- Rechercher dans Internet des traitements possibles contre l'acné. S'inspirer de sa recherche pour inventer un test vrai-faux sur les causes et les traitements de l'acné. Ajouter des mythes et des faits. Échanger son test avec d'autres élèves afin qu'ils évaluent leurs connaissances et leur compréhension de ces problèmes liés aux soins de la peau.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- dresser une liste des dix principales activités qu'il fait quotidiennement pour se sentir propre et éprouver une sensation de fraîcheur. Il donne trois raisons pour lesquelles ces pratiques sont importantes dans sa vie de tous les jours.



- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.3

Les élèves vont identifier les composantes fondamentales de l'appareil génital de l'être humain et décrire les fonctions de base des différentes composantes; ex. : la fertilisation, la conception.



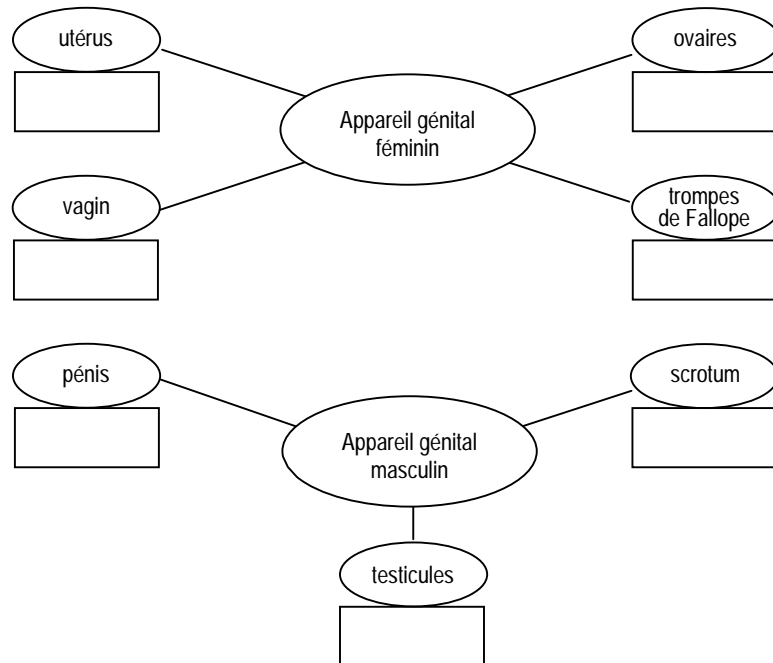
Les élèves dont les parents ont demandé une dispense des cours sur la sexualité humaine ne devraient pas participer aux présentes activités d'apprentissage.

Amorce

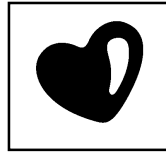
- Énumérer les parties des appareils génitaux humains. Classifier ses réponses sous les catégories **Homme** et **Femme**.
- Visionner une vidéo ou revoir des diagrammes sur les appareils génitaux humains.
- Discuter des termes **fécondation** et **conception**. (La **fécondation**, c'est l'union d'un spermatozoïde et d'un œuf [ou ovule] pour créer une cellule, point de départ d'un nouvel être. La **conception** est un autre terme pour fécondation.)
- Visionner une vidéo ou observer une série de schémas qui présente les fonctions de base des différentes composantes des appareils génitaux humains, puis en discuter.

Activités d'apprentissage

- Compléter le schéma suivant, des organes reproducteurs de la femme et de l'homme, et décrire les fonctions de chaque organe.



- Discuter des fonctions de base de chaque partie.



Résultat B-5.3 (suite)

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Discuter des avantages de connaître les bons termes de l'appareil génital de l'être humain. Par exemple, on peut s'exprimer plus facilement et clairement avec son médecin, c'est plus respectueux et les adultes prendront probablement plus au sérieux ses questions et préoccupations.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- dans ses propres mots, écrire une définition pour les termes **fécondation** et **conception** pris dans le sens de sexualité humaine.

Renseignements
pour
l'enseignant

Stratégies d'enseignement

Durant l'enseignement des résultats d'apprentissage sur la sexualité humaine, les enseignants peuvent choisir d'utiliser du matériel pédagogique comme des fiches reproductibles, des tableaux ou des transparents pour rétroprojecteur. Nous encourageons les enseignants à utiliser ces schémas dans la salle de classe et à éviter de distribuer des copies aux élèves, puisque pris hors du contexte de la salle de classe, ces types de schémas pourraient mener à un malentendu de l'intention d'enseignement.

Le schéma sémantique peut être un bon outil pour identifier les composantes de base de l'appareil génital de l'être humain. *Pour les élèves de 5^e année, comprendre le fonctionnement de chaque composante est plus important que de savoir où se situent les parties du corps et de connaître les descriptions physiques.* Il n'est pas facile pour des jeunes de cet âge de visualiser avec précision ces organes internes.

Fonctions de base de l'appareil génital féminin :

- utérus : organe où l'ovule fécondé se développe en un bébé
- vagin : lieu de passage du sperme, du fœtus lors de l'accouchement et du flux menstruel
- ovaires : partie qui produit les ovules et sécrètent les hormones
- trompes de Fallope : organe par lequel l'ovule se rend de l'ovaire à l'utérus

Fonctions de base de l'appareil génital masculin :

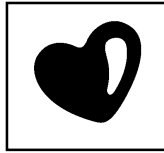
- scrotum : enveloppe qui contient les testicules et règle la température
- testicules : glandes qui produisent les spermatozoïdes et sécrètent les hormones
- pénis : lieu de passage des spermatozoïdes et de l'urine

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



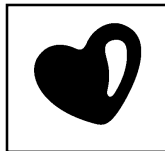
Résultat B-5.3 (suite)

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Résultat B-5.3 (suite)

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Résultat B-5.3 (suite)

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.4

Les élèves vont examiner les incidences que les changements de champs d'intérêt, de compétences et d'activités peuvent entraîner sur l'image corporelle.

Amorce

- Revoir la définition d'**image corporelle**.

Activités d'apprentissage

- Faire chacun un remue-méninges des :
 - nouveaux champs d'intérêt découverts au cours de l'année dernière;
 - nouvelles compétences acquises au cours de l'année dernière;
 - nouvelles activités essayées au cours de l'année dernière.
- Discuter comment ces changements de champs d'intérêt, de compétences et d'activités peuvent influencer son image corporelle.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Demander à des adultes de sa famille comment les changements de leurs champs d'intérêt, de leurs compétences et de leurs activités influencent la façon dont ils se sentent.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG B**, et enfin, **Activités**.



Bienfaits
pour la santé

Exemples
d'activités
d'évaluation

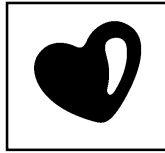
L'élève peut :

- terminer les énoncés suivants :
 - « Cette année, mes nouveaux intérêts sont... »
 - « Je découvre également que j'ai acquis de nouvelles compétences, comme... »
 - « Cette année, j'ai essayé les activités suivantes : ... »
 - « L'un des changements qui a une incidence sur la manière dont je me sens est... »
 - « Ce changement a eu une influence sur la manière dont je me sens dans ma peau, parce que... »

Liens

Idées pour promouvoir et développer une bonne image corporelle**Les élèves peuvent :**

- prendre conscience des divers types corporels des membres de leur famille et de leurs groupes d'amis et savoir que tous les types corporels peuvent être en santé;
- observer les divers types corporels chez les acteurs et les présentateurs;
- discuter avec leurs parents ou leurs frères et sœurs plus âgés de leurs préoccupations à l'égard de leur image corporelle;
- apprécier leurs propres talents et aptitudes physiques, comme la capacité athlétique, la dextérité à jouer de la musique et les talents artistiques;

**Résultat B-5.4 (suite)****Les parents peuvent :**

- prendre conscience du fait que le début de la puberté peut engendrer des changements qui ont une influence sur l'image corporelle de leurs enfants;
- reconnaître que les changements de la puberté commencent graduellement, mais souvent plus tôt qu'ils s'y attendent;
- faire un effort réfléchi pour adopter des attitudes et des comportements sains en ce qui concerne l'image corporelle, et donner l'exemple à leurs enfants;
- reconnaître que des commentaires négatifs concernant la taille et les types corporels peuvent nuire à l'estime de soi de leurs enfants;
- écouter les questions et préoccupations de leurs enfants à l'égard de leur image corporelle et en discuter avec eux;
- aider leurs enfants à développer des stratégies pour faire face aux taquineries;
- comprendre que les jeunes peuvent exprimer leurs sentiments et leurs préoccupations par rapport à leur image corporelle d'autres façons, comme par les comportements ou les attitudes;
- s'assurer que les frères et sœurs ne se taquent pas au sujet de leur taille et de leur image corporelle;
- faire un effort réfléchi pour ne pas comparer les types corporels des membres de leur famille, de leurs amis et des célébrités de manière improductive, comme « Elle serait beaucoup plus belle si... »;
- aider leurs enfants à comprendre qu'il est normal et naturel que la taille et le corps de chacun soient différents et qu'il faut accepter tous les types corporels.

La communauté peut :

- choisir des personnes de toutes grandeurs et tailles pour les messages publicitaires de la communauté;
- présenter des modèles positifs au sein des clubs et des groupes jeunesse de la communauté.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

B-5.5

Les élèves vont examiner de quelles manières un régime alimentaire sain peut convenir à une vaste gamme de comportements alimentaires; ex. : les préférences personnelles, le végétarisme, les habitudes alimentaires attribuables à la culture, les allergies et divers troubles médicaux, le diabète.

Exemples
d'activités
d'apprentissage

Amorce

- Revoir le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Pour commander ou télécharger un exemplaire de ce guide, visiter le site Web de Santé Canada à l'adresse suivante : <www.hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_rainbow_f.html>.
- Trouver une variété d'étiquettes de produits alimentaires et examiner l'information. Discuter comment cette information peut servir à faire des choix alimentaires. Par exemple, prendre deux boîtes de céréales aux flocons d'avoine et comparer le montant de gras ou de sucre par portion.

Activités d'apprentissage

- Dresser une liste de facteurs qui influencent les choix alimentaires personnels. Classifier cette information dans un tableau sous trois catégories : influence positive, influence négative et influence intéressante.
- En équipe de deux, faire un plan du menu d'une semaine pour le dîner de l'école. Tenir compte de toutes les habitudes alimentaires des élèves de la classe. Échanger son menu avec celui d'autres élèves et discuter comment on peut équilibrer différents aliments. Discuter également des desserts et des friandises, et des quantités à consommer.
- Discuter de la question suivante : « Qu'est-ce qu'une allergie? ».
- Discuter des symptômes liés aux allergies, y compris :
 - rougeurs
 - yeux larmoyants
 - urticaire (plaques rouges)
 - visage enflé
 - resserrement de la gorge
 - difficulté à avaler
 - respiration difficile
 - dans certains cas, la mort

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Avec un ou une partenaire, créer une fiche de conseils pour aider à prévenir les réactions allergiques chez les personnes qu'on connaît. Exemples de conseils :
 - s'informer des types d'allergies des invités avant de planifier le menu pour un anniversaire;
 - dans son dîner, ne pas apporter d'aliments auxquels ses amis sont allergiques;
 - informer les autres de ses réactions allergiques à certains aliments.
- Discuter pourquoi il est important qu'on sache si un ami a des allergies.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- planifier dix collations nutritives qu'il pourrait servir à ses camarades de classe pendant la récréation. Il explique comment il s'y prendrait pour satisfaire une vaste gamme d'habitudes alimentaires.

Renseignements
pour
l'enseignant**Résultat B-5.5 (suite)****Choix alimentaires individuels**

Quand vient le temps de manger sainement, il n'y a pas deux personnes exactement pareilles. Des facteurs comme l'âge, le niveau d'activité, les maladies, les allergies, la situation financière et les traditions culturelles s'associent pour constituer un choix individuel d'aliments.

Le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* reconnaît que plusieurs facteurs influencent les habitudes alimentaires. L'écart du nombre de portions recommandées et de la grosseur des portions rendent le guide flexible et pratique. De plus, l'éventail d'aliments qu'on retrouve dans chaque groupe alimentaire permet aux gens de satisfaire leurs besoins individuels de façon à convenir à leur situation spécifique. Grâce à sa flexibilité, le guide alimentaire convient à la plupart des Canadiens en santé, âgés de plus de quatre ans, y compris les végétariens, les personnes ayant des allergies alimentaires, les familles à faible revenu, les athlètes et les immigrants.

Information recueillie auprès de Alberta Milk, en collaboration avec des diététiciens et des nutritionnistes agréés de la province.

Liens

Idées pour promouvoir des choix alimentaires sains**Les élèves peuvent :**

- comprendre qu'une alimentation saine et qu'un régime sain peuvent prendre différentes formes, car il existe plus d'une façon de bien manger;
- reconnaître et être sensible aux facteurs qui influencent leurs choix alimentaires personnels et ceux des autres.

Les parents peuvent :

- encourager leurs enfants à être fiers de leur individualité et de celle des autres;
- promouvoir la tolérance et la compréhension des différences personnelles, y compris les choix d'aliments, ne pas forcer les enfants à manger des aliments qu'ils détestent vraiment et respecter les limites de ceux ayant des allergies alimentaires;
- encourager leurs enfants à explorer une variété d'aliments nutritifs reflétant plusieurs cultures ou des approches axées sur une alimentation saine.

La communauté peut :

- fournir de l'information aux enfants sur les conséquences des états de santé particuliers, ou des pratiques socioculturelles, sur les choix alimentaires par le biais d'exposés faits par les groupes communautaires, comme l'Association d'information sur l'allergie et l'asthme, l'organisme Diabète Canada, ou des groupes multiculturels communautaires.

Information recueillie auprès de Alberta Milk, en collaboration avec des diététiciens et des nutritionnistes agréés de la province.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

B-5.6

Les élèves vont examiner et évaluer les effets de la caféine, de l'alcool et de la drogue sur la santé et le bien-être des gens; ex. : du point de vue physique, émotionnel, social.

Exemples
d'activités
d'apprentissage

Accent sur les effets de la caféine sur la santé

Amorce

- Dans un tableau à trois colonnes, indiquer pourquoi les gens consomment du tabac, de la caféine et de l'alcool. Souligner les raisons qui se répètent d'une colonne à l'autre. En discuter. Faire une étoile à côté des trois principales raisons.

Raisons pour lesquelles les gens consomment :		
du tabac	de la caféine	de l'alcool

Activités d'apprentissage

- En petits groupes, rédiger un rapport d'une à deux pages sur les avantages de faire des choix personnels positifs en matière de santé. Chaque groupe peut se concentrer sur un type de choix sain, comme la consommation :
 - de caféine;
 - d'alcool;
 - de médicaments sans ordonnance;
 - de médicaments prescrits;
 - des inhalants.

Pour ce qui est du processus de recherche, chaque équipe peut également nommer au moins deux agences de la communauté ou deux professionnels qui peuvent fournir de l'information ou du soutien sur ces choix en matière de santé et communiquer avec eux.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Organiser une *Foire de choix positifs en matière de santé* et préparer des affiches à montrer aux élèves d'une autre classe ainsi que des activités à faire avec eux.

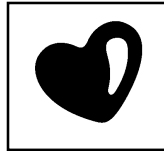
Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- terminer les énoncés suivants :
 - « Je dois savoir qu'il y a de la caféine dans... »
 - « Voici des effets physiques de la caféine... »
 - « La caféine peut influencer mon bien-être personnel parce que... »

Renseignements
pour
l'enseignant

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Résultat B-5.6 (suite)

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.7

Les élèves vont déterminer les limites personnelles (la zone de confort personnel), et reconnaître que ces limites varient en fonction de la nature des relations, des situations et des cultures.

Amorce

- Discuter de ce qu'est l'espace personnel ainsi que de la manière dont il définit notre degré d'aisance et influe sur la manière dont on établit un rapport avec autrui.

Activités d'apprentissage

- Essayer de trouver en quoi l'humeur exerce une influence sur l'espace personnel. Se déplacer autour de la classe pendant une minute en se concentrant sur une émotion particulière, comme la tristesse. On peut interpréter cette émotion en se déplaçant. Après une minute, l'élève nommé chef crie « Gelez » et les élèves s'arrêtent et regardent autour d'eux pour noter leur distance des autres élèves. Le chef annonce une autre émotion, comme la joie, l'enthousiasme, la colère ou la peur et les élèves se déplacent dans la classe en interprétant cette émotion jusqu'à ce qu'ils entendent le signal « Gelez ». Discuter en quoi l'espace personnel change en fonction de son humeur.
- Dessiner chacun deux cercles, l'un dans l'autre. Nommer le cercle intérieur *Mon espace vital* et noter les genres de touchers qui nous rendent de bonne humeur; par exemple, quand, après une victoire, les membres de son équipe de soccer se tapent les mains l'une contre l'autre, quand sa grand-mère donne des accolades ou quand son chat s'assoit sur soi. Nommer le cercle extérieur *Hors limites* et noter les genres de touchers qui nous mettent mal à l'aise; par exemple, se faire chatouiller ou bousculer ou quand d'autres élèves tirent sur ses vêtements.
- Discuter pourquoi certains touchers sont acceptables dans certaines situations et pourquoi d'autres ne le sont pas. L'espace personnel varie d'une personne à l'autre; il est donc important d'observer les indices des autres (tels leur langage corporel) afin de respecter leur espace.
- Discuter d'autres types d'espaces personnels, comme :
 - des sujets de conversation;
 - des questions à poser à autrui.
- À l'aide d'un jeu de rôles, se pratiquer à communiquer ses espaces personnels à quelqu'un d'autre dans différentes situations, par exemple :
 - Ton petit frère veut te parler pendant que tu es sous la douche.
 - L'élève assis derrière toi en classe donne souvent des coups de pied contre ta chaise.
 - Un élève que tu connais peu te fait souvent des câlins à la récréation et cela te met mal à l'aise.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Faire une recherche sur les diverses coutumes du toucher chez les personnes de différentes cultures du monde. Par exemple, dans certains pays, les gens se saluent en s'embrassant sur les deux joues, en échangeant un signal ou un mot particulier, ou en se touchant le front.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- terminer les énoncés suivants concernant les espaces personnels :
 - « Je me sens à l'aise quand... »
 - « Je me sens bien quand... »
 - « Je me sens mal à l'aise quand... »



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.8

Les élèves vont faire la promotion des mesures de sécurité, à l'école et dans la communauté.

Amorce

- Faire un remue-méninges de problèmes de sécurité potentiels qu'on a observés en se rendant à l'école, comme des trottoirs glissants, des intersections achalandées ou de gros nids de poule (trous dans la chaussée).

Activités d'apprentissage

- En équipe de deux, choisir un problème de sécurité potentiel et développer une stratégie pour évaluer le risque. Par exemple :
 - dresser une liste d'observation;
 - se servir de la liste pour décrire et noter le nombre de fois que ce danger menace une personne;
 - rédiger un questionnaire à distribuer dans son quartier;
 - utiliser ce questionnaire pour demander aux résidents du quartier d'écrire leurs commentaires sur le danger.
- Élaborer un plan visant à réduire le risque d'un danger de sécurité précis. Par exemple :
 - préparer un dépliant citant les dangers des trottoirs glissants et noter les façons de les éviter;
 - envoyer une lettre au conseil municipal lui indiquant les dangers que représentent les nids de poule et insister pour qu'ils soient réparés rapidement.
- Penser à des situations de risque pour la sécurité dans sa communauté et indiquer la mesure précise qui a été prise pour réduire ce risque.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG D**, et enfin, **Activités**.



Activités d'enrichissement et d'engagement

- Inviter un membre du conseil municipal pour discuter des questions de sécurité dans la communauté.
- Créer une publicité sur la sécurité pour le bulletin d'information de l'école.
- Pendant tout le mois, apporter en classe des coupures de journaux sur des personnes qui ont fait des choix responsables ou sécuritaires au sein des écoles et des communautés.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- élaborer un plan de sécurité pour une excursion fictive de sa classe. Il imagine que sa classe visite un étang de la région pour le cours de science. Il y a deux aires sur le site, un petit quai et une plage rocheuse. Il se sert du tableau ci-dessous pour élaborer un plan de sécurité. Il note au moins trois points par colonne.

Dangers potentiels	Mesures de sécurité	Stratégies pour promouvoir et appliquer les mesures de sécurité



Liens

Résultat B-5.8 (suite)**Idées pour promouvoir les mesures de sécurité à l'école et dans la communauté****Les élèves peuvent :**

- se porter bénévole comme brigadiers aux passages pour piétons;
- marcher à l'école avec leurs petits frères et petites sœurs en les aidant à mettre en pratique les règles de sécurité pour traverser aux passages pour piétons et aux intersections;
- suivre des cours de sécurité à bicyclette ou d'autres cours sur la sécurité offerts dans la communauté;
- servir de modèles à la maison, sur le terrain de jeux et à l'école quand ils jouent avec ou près des enfants plus jeunes, ou de leurs petits frères ou petites sœurs;
- faire de la bicyclette ou du patin à roues alignées sur les pistes cyclables au lieu d'utiliser les rues principales;
- respecter les règles de sécurité afin d'éviter de se blesser et de blesser les autres;
- prendre conscience qu'en adoptant des comportements non sécuritaires, ils peuvent risquer de se blesser ou de blesser les autres.

Les parents peuvent :

- enseigner les règles de sécurité à leurs enfants quand ils font des marches en famille ou des randonnées à bicyclette;
- demander à leurs enfants s'ils connaissent les règles de sécurité avant de faire une marche ou de la bicyclette;
- interroger leurs enfants sur les panneaux de signalisation en marchant ou en conduisant sur les voies publiques;
- récompenser leurs enfants pour avoir surveillé leur petit frère ou leur petite sœur;
- montrer le bon exemple lorsqu'ils conduisent, traversent une rue ou font de la bicyclette.

La communauté peut :

- offrir divers cours de sécurité pour les jeunes ou les familles par l'entremise de différents organismes, par exemple, des cours de conduite sécuritaire en véhicules tout terrain donnés par le Conseil canadien de la sécurité;
- organiser des clubs de cyclistes pour les jeunes et faire en sorte que les règles de sécurité à bicyclette soient enseignées et mises en pratique;
- aménager des sentiers sécuritaires, loin des rues principales, pour marcher, faire de la bicyclette ou du patin à roues alignées;
- afficher des panneaux visibles sur les sentiers et les pistes.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage



Dynamisme
soutenu

Exemples
d'activités
d'évaluation

Renseignements
pour
l'enseignant

B-5.9

Les élèves vont déterminer des comportements sécuritaires appropriés à adopter lors d'activités récréatives communautaires; ex. : en ce qui a trait à l'usage de motoneiges, de véhicules tout terrain, de trampolines.

Amorce

- Faire un remue-méninges d'activités récréatives qui demandent d'adopter des comportements sécuritaires particuliers.

Activités d'apprentissage

- Avec un ou une partenaire, choisir une activité récréative et rechercher de l'information pour créer une fiche de conseils de sécurité. On peut également se servir de cette information pour inventer un communiqué d'intérêt public d'une minute visant à encourager la prudence au jeu.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG D**, et enfin, **Activités**.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Inviter un entraîneur ou un athlète qui discutera des questions de sécurité d'une activité récréative ou d'un sport particulier.

L'élève peut :

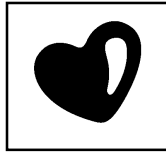
- choisir une activité récréative à laquelle il participe (ou à laquelle il aimerait participer) et énumérer trois comportements sécuritaires dont il faut tenir compte.

Sécurité sur les véhicules récréatifs

Faits sur la sécurité des véhicules tout terrain (VTT)

- Un VTT n'est pas un jouet. Puisqu'il s'agit d'un véhicule, des règles de conduite sont énoncées dans la *Loi sur les véhicules tout terrain*.
- Des aptitudes et des connaissances particulières sont requises pour conduire un VTT.
- Le Conseil canadien de la sécurité offre un cours de sécurité pour les conducteurs.
- Les conducteurs doivent lire le guide du propriétaire.
- Les jeunes de moins de 14 ans doivent être supervisés par un adulte quand ils conduisent.
- Les VTT peuvent seulement être conduits hors route.
- Le port d'un ensemble de protection est obligatoire : casque, visière, gants, bottes, chandail à manches longues et pantalon.
- Le VTT doit être de la bonne grandeur pour le conducteur. Le véhicule est trop gros pour le conducteur s'il doit étendre ses pieds pour atteindre les cale-pieds ou s'étirer pour poser les mains sur le guidon.
- Seuls les adultes doivent démarrer le VTT et faire le plein.
- Les pieds du conducteur doivent rester sur les cale-pieds en tout temps.
- Les pieds et les mains du conducteur ne doivent pas toucher aux pièces mobiles, y compris le moteur, les tuyaux d'échappement et le silencieux.
- Seulement une personne peut monter sur un VTT. Il ne faut jamais prendre un passager.
- Le conducteur doit faire une inspection de sécurité avant chaque départ.

Adapté de la source : Alberta Transportation, *Recreation Safety: Let the Rules Be Your Tools* (Edmonton, AB: Alberta Transportation, n.d.), p. 17. Reproduit avec autorisation.



Résultat B-5.9 (suite)

Faits sur la sécurité des motoneiges

- Il faut porter quelques épaisseurs de vêtements chauds conçus pour protéger contre les températures froides d'hiver.
- Le port d'un casque approuvé pour les motoneiges est obligatoire.
- Il est nécessaire d'apporter avec soi un équipement de survie adéquat.
- La plupart des collisions ont lieu à l'aube, au crépuscule ou à la noirceur.
- Lorsqu'ils sont impliqués dans une collision, les motoneigistes risquent davantage d'être gravement blessés que les conducteurs d'autres types de véhicules.
- Les passagers et les conducteurs doivent connaître les règlements et les suivre.
- Une autorisation spéciale de la part du gouvernement municipal est nécessaire pour conduire dans les fossés le long de l'autoroute.
- Des rapports sur les prévisions d'avalanches sont accessibles au 1-800-667-1105.
- Il faut être âgé d'au moins 14 ans pour conduire une motoneige seul dans un lieu public.
- Il faut écouter les prévisions météorologiques avant de sortir en motoneige.
- Il faut conduire à une vitesse sécuritaire et raisonnable.
- Il faut toujours garder la voie de droite du chemin.
- Il faut utiliser les signaux de la main appropriés pour tourner.
- Il est interdit de conduire sur l'autoroute. Quand il est nécessaire de traverser l'autoroute, tous les passagers doivent descendre et le conducteur doit traverser la distance la plus courte de la manière la plus sécuritaire possible.
- Il faut éviter de conduire sur les lacs ou les cours d'eau gelés.
- Il est nécessaire de planifier son itinéraire avant de partir et de le respecter. Il est recommandé que le conducteur dise à une autre personne l'itinéraire qu'il va emprunter et l'heure à laquelle il est censé rentrer.
- Il faut rester sur les chemins et les aires réservés aux motoneigistes.
- Pour de plus amples renseignements, visitez les sites Web suivants : Traffic Safety Initiative, Alberta Transportation à : < www.saferoads.com > et L'Alberta Snowmobiling Association à : < www.altasnowmobile.ab.ca >.

Adapté de la source : Traffic Safety Initiative, Alberta Transportation, *Safety Goes a Long Way: Your Pocket Guide to Snowmobile Safety* (Edmonton, AB: Alberta Transportation, n.d.), p. 3, 4, 6, 14. Reproduit avec autorisation.

Liens

Idées pour promouvoir la sécurité lors d'activités récréatives communautaires

Les élèves peuvent :

- connaître les règlements et les lois régissant leurs activités récréatives préférées;
- être prudents lorsqu'ils sont près d'un véhicule récréatif ou en conduisent un;
- savoir que les jeunes doivent atteindre un certain âge pour conduire ou utiliser certains véhicules récréatifs;
- connaître et respecter les règlements pour conduire un véhicule récréatif en toute sécurité;
- se servir d'un véhicule récréatif uniquement sous la supervision des parents, d'adultes plus âgés ou responsables ou encore, d'un frère ou d'une sœur responsable;
- demander à leurs parents de leur enseigner comment conduire en toute sécurité un nouveau véhicule récréatif ou un véhicule qu'ils ne connaissent pas bien;
- porter tous les équipements de sécurité nécessaires à l'activité récréative;
- refuser de participer à une activité dont l'équipement de sécurité n'est pas fourni ou dont les règlements ne sont pas respectés;
- prendre conscience du fait que faire fonctionner un véhicule récréatif de manière imprudente peut mettre en danger leur vie ainsi que celle de leurs compagnons.

**Résultat B-5.9 (suite)****Les parents peuvent :**

- parler à leurs enfants de l'emploi sécuritaire de véhicules récréatifs et de l'importance de porter des équipements de sécurité;
- superviser leurs enfants et les accompagner quand ils utilisent un véhicule récréatif;
- démontrer correctement comment utiliser un véhicule récréatif et exiger que leurs enfants soient capables de le conduire de façon appropriée;
- fournir à leurs enfants des équipements de sécurité quand ils font de la bicyclette, de la planche à roulettes, du patin à roues alignées ou quand ils montent sur un véhicule récréatif;
- discuter avec leurs enfants de l'emploi sécuritaire de l'équipement récréatif avant d'acheter l'équipement;
- avant d'acheter de l'équipement récréatif pour la famille, discuter de son usage et des mesures de sécurité avec leurs enfants;
- exiger que leurs enfants portent des vêtements de protection pour certains véhicules récréatifs;
- connaître les activités préférées de leurs enfants et quels genres d'installations sont à leur disposition;
- étudier la sécurité des installations récréatives locales comme les planchodromes (*skateboard park*) et les pistes pour moto hors route (*dirt bike trails*);
- porter correctement l'équipement de sécurité et respecter les règlements lorsqu'ils sont avec leurs enfants.

La communauté peut :

- réserver des aires pour certains véhicules récréatifs dans la communauté;
- aménager des pistes bien entretenues pour les véhicules récréatifs utilisés par les familles;
- être au courant de l'équipement requis pour les divers sports et exiger leur usage;
- afficher les règlements de sécurité dans tous les parcs communautaires et les installations récréatives et exiger que les usagers les respectent;
- encourager les installations récréatives locales à louer des équipements de sécurité pour les sports;
- exiger que les adultes et les mentors de la communauté utilisent correctement les équipements;
- fournir aux familles des consignes sur l'emploi sécuritaire de véhicules récréatifs.



Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

B-5.10

Les élèves vont décrire et montrer des manières d'aider des personnes blessées; ex. : premiers soins élémentaires.

Amorce

- Dresser une liste de procédures de premiers soins élémentaires qu'un élève de 5^e année doit connaître. Par exemple :
 - aider une personne qui s'étouffe;
 - traiter une brûlure mineure;
 - aider une personne qui subit une crise épileptique;
 - appliquer de la pression sur une coupure;
 - réconforter une personne blessée.

Activités d'apprentissage

- Choisir une intervention de premiers soins à partir de la liste. En petits groupes, faire une recherche pour savoir comment appliquer cette technique et créer une affiche pour enseigner cette technique aux autres. Préparer une démonstration de 3 à 5 minutes et la présenter devant la classe.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Organiser un cours de secourisme de la Croix-Rouge ou de l'Ambulance Saint-Jean pour les élèves de l'école.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- décrire trois choses qu'il pourrait faire si l'un de ses amis tombait de l'équipement de terrain de jeux.

Renseignements
pour
l'enseignant

Premiers soins élémentaires pour les élèves

La première chose à faire est d'obtenir l'aide d'un adulte.

Étouffement

Si une personne s'étouffe, demande-lui de parler. Si elle peut parler, laisse-la tousser jusqu'à ce qu'elle arrête de s'étouffer. Si elle ne peut pas parler, ses voies aériennes sont bloquées. À ce moment-là, tu dois effectuer la manœuvre de Heimlich ou la poussée abdominale pour déplacer l'objet bloquant des voies aériennes.

Saignement

Si une personne perd du sang, reste calme et cherche de l'aide, dans la mesure du possible. Pour te protéger contre le sang d'une autre personne, couvre tes mains à l'aide de gants ou de sacs en plastique. Tu peux également utiliser la main du blessé pour appliquer de la pression. Essaie d'arrêter le saignement en appliquant une pression directe. Si la pression directe ne donne pas de bons résultats, tu devras alors élever la partie blessée du corps. Une coupure devrait être couverte d'un pansement ou d'un linge propre.

Brûlure

Si une personne se fait brûler par des flammes, étouffe les flammes avec un manteau ou une couverture. Cherche de l'aide immédiatement. Les brûlures moins graves doivent être refroidies à l'eau froide. Si une personne se brûle avec le dessus de la cuisinière, un fer à repasser, une étincelle d'un feu de camp, etc., aide-la à refroidir sa brûlure, reste avec elle, réconforte-la et cherche de l'aide. Si sa brûlure est grave, compose le 911 pour obtenir de l'aide.

**Résultat B-5.10 (suite)****Poison**

Les élèves devraient connaître les articles ménagers courants pouvant être toxiques, par exemple : savon à lessive, sirop contre la toux (si on en prend trop), parfum, pilules, fixatif, essence et produits de nettoyage. Si une personne avale du poison, cherche, dès que possible, l'aide d'un adulte, téléphone au centre antipoison ou compose le 911. Ne lui donne rien à boire ou ne lui demande pas de vomir. Dans la mesure du possible, garde un échantillon du poison pour le montrer aux secours médicaux. Réconforte la personne en attendant d'obtenir de l'aide.

Réconforter une personne blessée ou qui a eu peur

Il est important de reconforter une personne qui a été traumatisée. Après un accident ou après avoir eu peur, une personne peut s'évanouir, avoir froid, avoir peur, être étourdie, être malade ou trembler. Couvre-la d'une couverture ou d'un manteau. Reste avec elle jusqu'à ce que l'aide arrive ou jusqu'à ce qu'elle se sente mieux.

Liens**Idées pour promouvoir et améliorer les habiletés en premiers soins élémentaires****Les élèves peuvent :**

- être au courant qu'il est important de prévenir les blessures;
- suivre les règles de sécurité dans toutes situations;
- apprendre les interventions de premiers soins élémentaires à la maison ou à l'école et les mettre en pratique en prenant soin d'un ami ou d'un membre de la famille qui s'est blessé légèrement;
- savoir quoi faire en cas d'urgence.

Les parents peuvent :

- garder une trousse de premiers soins à la maison et dans la voiture, et l'apporter aux sorties de famille et en vacances;
- enseigner les interventions de premiers soins à leurs enfants et leur demander de les mettre en pratique lorsque quelqu'un a des blessures mineures;
- expliquer chaque étape quand ils soignent une blessure à la maison, par exemple : « Regarde comment je nettoie la coupure pour éviter que la saleté entre... »;
- encourager des comportements sécuritaires à la maison et durant les sorties de famille;
- parler à leurs enfants de l'importance de la sécurité et de savoir quoi faire en cas d'accident;
- expliquer à leurs enfants quoi faire quand une situation est trop difficile à maîtriser seul, comme demander l'aide d'un adulte ou composer le 911.

La communauté peut :

- donner des cours de premiers soins élémentaires et de gardiennage aux jeunes de la communauté;
- faire en sorte qu'il y ait des trousse de premiers soins appropriées dans les centres communautaires et récréatifs de la région.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.1

Les élèves vont reconnaître que les sentiments exprimés peuvent dissimuler d'autres sentiments; ex. : la colère peut masquer la frustration, la vexation.

Amorce

- Discuter du fait que les émotions représentent une partie importante de nous, car elles nous indiquent beaucoup de chose, par exemple :
 - ce qui se passe autour de nous;
 - ce que nous voulons;
 - ce qui est important pour nous;
 - ce que nous devons faire pour nous occuper de nous-même;
 - ce que nous aimons ou n'aimons pas.
- Discuter de ce qui arrive quand nous ignorons nos émotions ou que nous les exprimons de façon négative.
- Dresser une liste d'émotions.

Activités d'apprentissage

- Diviser la liste d'émotions. En équipe de deux, décrire trois façons positives et appropriées d'exprimer ses émotions. En faire part à la classe. En discuter.
- Discuter des situations où il est important d'exprimer ses émotions. Inventer des scénarios dans lesquels les élèves peuvent être stressés ou se sentir seuls. Discuter de la gamme d'expressions possibles et de la raison pour laquelle certains choix sont plus utiles que d'autres.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Trouver chacun trois émotions importantes pour soi et faire un collage illustrant comment on exprime ces émotions.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- terminer les énoncés suivants :
 - « Il est important d'exprimer ses émotions, parce que... »
 - « Quand on exprime ses émotions, il est important de tenir compte de... »
 - « Voici trois façons positives d'exprimer sa frustration ou sa colère : ... »



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.2

Les élèves vont déterminer des stratégies à long terme pour composer avec les sentiments – les leurs et ceux des autres – et mettre ces stratégies en pratique; ex. : pour faire face à la déception, au découragement.

Amorce

- Dans son journal, dresser une liste de dix sentiments difficiles à maîtriser.

Activités d'apprentissage

- Distribuer trois feuillets autocollants à chacun des élèves de la classe et leur demander d'écrire trois sentiments importants mais difficiles à maîtriser. Rassembler les feuillets et créer une liste.
- Choisir chacun un sentiment important parmi la liste et élaborer des stratégies à court et à long terme qui lui permettront de maîtriser ce sentiment. Trouver une routine qu'on peut établir ou des exercices qu'on peut exécuter quotidiennement. Avec la classe, élaborer un plan d'action comprenant :
 - **des habitudes** qui nous aident à composer avec nos sentiments plus efficacement; par exemple, dormir suffisamment, faire de l'activité physique régulièrement et adopter une bonne alimentation afin d'avoir l'énergie et l'endurance nécessaires;
 - **des réflexions d'autopersuasion** à utiliser chaque jour;
 - **un réseau de soutien** formé de nos amis, de notre famille et d'adultes de confiance pour nous encourager et nous donner des conseils;
 - **des stratégies de gestion de stress** afin que nos sentiments ne nous accablent pas (par exemple, aller marcher un peu quand on est en colère, compter jusqu'à 10 avant de répliquer, lire un livre dans l'autobus);
 - **des objectifs** qui nous donnent confiance, qui raniment notre énergie et rehaussent notre appréciation de la vie.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Trouver des livres pratiques à l'intention des jeunes. Résumer un de ces livres et présenter ce résumé à la classe ou le publier dans le bulletin de l'école.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- écrire une lettre de conseils en réponse à la question suivante.

Chère Solution,

Je suis en 5^e année et je travaille très fort à l'école. Malgré tous mes efforts, j'obtiens toujours 50 % à mes examens de mathématiques. C'est très décevant. Je suis tellement découragée que je n'ai plus envie de faire d'efforts. Qu'est-ce que je peux faire?

Signé,

Une élève qui a les bleus

5^e
année

Choix en matière de relations humaines



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

CONTENU

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage



Bienfaits
pour la santé

Exemples
d'activités
d'évaluation

R-5.3

Les élèves vont reconnaître que les agents stressants touchent les gens différemment et décrire diverses manières de réagir au stress.

Amorce

- Avec la classe, discuter des termes **stress positif** et **stress négatif**, puis les définir.

Activités d'apprentissage

- Dresser une liste de situations susceptibles d'être stressantes à la maison et à l'école. Indiquer les stress positifs à l'aide d'un plus (+) et les stress négatifs à l'aide d'un moins (-). Indiquer les stress qui peuvent être à la fois positifs et négatifs au moyen d'une étoile (*).
- Trouver des stratégies pour faire face à trois des situations stressantes de sa liste.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG B**, et enfin, **Activités**.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Dans ses émissions de télévision préférées, observer les situations où les habiletés d'adaptation font partie de l'intrigue. Ce sera probablement surprenant de voir combien d'émissions mettent l'accent sur la gestion du stress.

L'élève peut :

- dresser une liste de dix sentiments liés au stress;
- penser à un de ses livres préférés et décrire comment l'un des personnages gère le stress.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.4

Les élèves vont faire preuve d'habiletés de communication efficaces; ex. : l'écoute active, la vérification de l'effet produit.



Coopération

Amorce

- Avec la classe, définir l'expression **communication efficace** et en discuter.

Activités d'apprentissage

- Donner des consignes à un partenaire pour qu'il dessine différentes formes géométriques. Le partenaire ne peut poser de questions et on ne peut lui donner de rétroaction sur son dessin. Refaire l'exercice, mais cette fois, les questions et la rétroaction peuvent faire partie de la communication. Comparer les dessins. En quoi la communication a-t-elle influencé l'activité et son résultat?
- Déterminer des facteurs essentiels à une communication efficace, y compris :
 - l'écoute active;
 - la vérification de la compréhension de l'autre personne;
 - la transmission de messages clairs.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG C**, et enfin, **Activités**.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Penser aux personnes qu'on connaît et qu'on considère comme des bons communicateurs. Qu'est-ce qu'elles font et disent pour être des communicateurs efficaces?

L'élève peut :

- se faire une fiche de conseils pour communiquer efficacement et nommer cinq choses qu'il peut faire pour mieux communiquer.

Exemples
d'activités
d'évaluation

Renseignements
pour
l'enseignant

Communication efficace

Parmi toutes les formes de communication, l'écoute est celle que les gens utilisent le plus; toutefois, elle est souvent peu perfectionnée. Bien des gens n'ont pas de difficulté à parler et à transmettre des messages, mais la plupart des gens doivent améliorer leurs habiletés à recevoir.

La vérification de l'effet produit est une façon de vérifier si l'on comprend ce qu'une autre personne essaie de communiquer. Pour faire une vérification de l'effet produit, il faut :

- penser à ce que la personne a dit;
- reformuler ou paraphraser les pensées du locuteur;
- demander à celui-ci des précisions à l'aide d'énoncés comme : « Donc, si je comprends bien... » ou « Ce que je t'ai entendu dire, c'est que... »

Parfois, une paraphrase inclut les émotions du locuteur ainsi que ses propres mots. Cela est particulièrement important si nous écoutons une personne aux prises avec un problème.

**Résultat R-5.4 (suite)**

Parfois, une paraphrase est une simple réflexion; d'autres fois, elle interprète ce que la personne a dit. Cela nous permet de montrer à la personne que nous écoutons ce qu'elle dit non verbalement et verbalement.

L'écoute active a deux principaux avantages. D'abord, elle augmente nos chances de recevoir un message correctement. Deuxièmement, elle exige que nous prêtions attention.

Liens**Idées pour promouvoir et améliorer l'écoute active et les habiletés de communication efficaces****Les élèves peuvent :**

- savoir qu'écouter est une habileté qu'ils doivent perfectionner;
- prendre conscience que les gens ont de nombreux comportements qui font d'eux de mauvais écoutants;
- prendre conscience du fait qu'être un bon écoutant est un élément important pour l'entretien de bonnes relations avec ses amis, les membres de sa famille et ses enseignants;
- mettre en pratique l'écoute active à la maison pendant les réunions de famille;
- s'exercer à écouter attentivement leurs amis lorsque ceux-ci sont contrariés ou qu'ils ont besoin de parler;
- mettre en pratique l'écoute active quand ils discutent de problèmes avec leurs parents.

Les parents peuvent :

- faire preuve d'écoute active pendant les conversations en famille;
- fixer des réunions familiales pour que leurs enfants perfectionnent leurs habiletés à écouter en tant que groupe;
- paraphraser avec soin les messages de leurs enfants;
- utiliser le « je » au moment de communiquer leurs sentiments;
- savoir que les enfants ont besoin qu'on reconnaisse leurs sentiments.

La communauté peut :

- donner des ateliers sur les habiletés d'écoute et de communication à l'intention des familles;
- écouter attentivement dans le cadre d'activités de bénévolat au sein des clubs et des associations de jeunes.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.5

Les élèves vont reconnaître les changements susceptibles de caractériser les relations familiales et explorer des stratégies pour s'adapter au changement; ex. : dans le cas d'un deuil.

Amorce

- Dresser une liste de changements que les familles peuvent vivre. À côté de chaque changement, écrire **N** si c'est un changement naturel, **I** si c'est un changement intentionnel ou **NI** pour les deux.

Activités d'apprentissage

- Créer une liste de stratégies qu'on peut utiliser quand on vit un changement ou un deuil. Par exemple :
 - parler à quelqu'un;
 - écrire dans son journal intime;
 - trouver de nouvelles activités pour se consoler;
 - vivre au jour le jour.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Trouver un roman ou une nouvelle présentant un personnage qui fait face à un changement dans sa famille. Discuter de ce livre avec la classe et trouver les stratégies utilisées par le personnage pour s'adapter au changement. (*Le homard voyageur*, de Cécile Gagnon, est un roman qui traite particulièrement du deuil.)

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- décrire trois stratégies qu'il peut mettre en pratique pour l'adapter à ce changement : Son père ou sa mère travaillera à l'extérieur de la ville pendant les trois prochains mois. Comment peut-il aider les autres membres de sa famille à faire face à ce changement?

Liens

Idées pour s'adapter efficacement aux changements et aux pertes dans la famille

Les élèves peuvent :

- savoir qu'il est acceptable d'être triste ou fâché suite à la perte d'un être cher;
- reconnaître qu'ils éprouvent des sentiments quand un ami, un membre de la famille ou un animal meurt;
- parler de leurs sentiments à un adulte en qui ils ont confiance;
- écrire leurs sentiments dans un journal intime;
- inviter un ami pendant les activités de famille afin qu'il ne soit pas seul;
- parler à leurs amis, leurs frères ou sœurs plus âgés ou leurs cousins qui ont vécu une perte ou des changements semblables.

Les parents peuvent :

- être sensibles aux sentiments de leurs enfants et savoir que ces derniers ont besoin qu'on reconnaisse leurs sentiments;
- être disponibles pour parler du changement ou de la perte quand leurs enfants sont prêts;
- s'attendre à ce que leurs enfants se fâchent si le changement se traduit par un déménagement loin des amis ou une séparation des parents;
- utiliser eux-mêmes les habiletés d'adaptation appropriées en parlant des sentiments liés à la perte, la douleur, la colère ou la déception;
- inviter des cousins ou des amis à participer aux activités familiales quand leurs enfants sont prêts à recevoir du soutien.



Résultat R-5.5 (suite)

La communauté peut :

- offrir des programmes pour la famille, par l'intermédiaire d'organismes de santé et de mieux-être, sur les façons de faire face au deuil;
- commanditer des programmes d'encadrement pour les jeunes de la communauté par l'intermédiaire d'organismes comme les Grands Frères/Grandes Sœurs.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.6

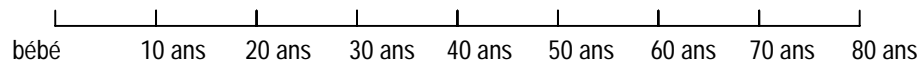
Les élèves vont étudier les avantages de nouer une variété de relations au cours du cycle de vie; ex. : au moyen de l'établissement de relations avec des personnes d'âges divers.

Amorce

- Prendre trois minutes pour écrire dans son journal ce que l'amitié signifie pour soi. Penser à autre chose que simplement le fait de s'amuser avec des jeunes de son âge. Tenir compte des personnes de tout âge dans sa vie et trouver en quoi sa relation avec chacune d'elle est précieuse.

Activités d'apprentissage

- Dresser une liste des personnes importantes dans sa vie.
- Faire un graphique et écrire les âges de 10 à 80 ans.



- Sur son graphique, faire un crochet pour indiquer l'âge de chaque personne sur sa liste. (A-t-on des relations avec des gens de tout âge?)
- En petits groupes, faire un remue-ménages pour trouver les avantages d'avoir des amis de chaque groupe d'âges. Classifier les idées dans un tableau, comme celui-ci :

Plus jeune que toi	Même âge	Enfant plus vieux	Adulte	Personne âgée

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Demander à la bibliothécaire de suggérer des livres sur les amitiés entre personnes d'âges divers. Lire un de ces livres et en parler avec la classe. Discuter comment chaque personnage bénéficie d'une relation avec des personnes d'âges divers.

L'élève peut :

- rédiger une lettre à la personne la plus âgée de sa liste. Cette personne peut être un grand parent, un voisin ou un élève d'une autre année scolaire. Lui écrire trois activités qu'il aime faire avec elle et trois raisons pour lesquelles leur relation est précieuse pour lui.

Exemples
d'activités
d'évaluation

Liens

Idées pour promouvoir et améliorer les avantages des relations entre personnes d'âges divers

Les élèves peuvent :

- faire différentes activités avec leurs parents et des amis de leurs parents;
- choisir un mentor adulte qui partage les mêmes intérêts ou habiletés;
- apprendre à connaître leurs tantes, leurs oncles et leurs cousins plus âgés;
- enseigner à leurs frères ou sœurs et leurs cousins plus jeunes de nouvelles habiletés ou les aider avec leurs devoirs ou leurs projets spéciaux;
- proposer d'agir à titre de pair-tuteur pour les jeunes;
- faire partie des groupes de leadership de l'école;
- s'offrir pour surveiller le terrain de jeux ou la période du repas à l'école.

**Résultat R-5.6 (suite)****Les parents peuvent :**

- présenter leurs enfants à leurs amis;
- aider leurs enfants à choisir un mentor adulte approprié;
- planifier des activités avec les amis de la famille;
- inviter des enfants plus jeunes ou plus âgés à participer aux activités familiales;
- donner l'occasion à leurs enfants de passer du temps avec des membres de la famille d'âges divers;
- permettre à leurs enfants de passer du temps avec des voisins en qui ils ont confiance;
- inviter les amis de leurs enfants chez eux ou à participer à une activité.

La communauté peut :

- mettre sur pied une variété de clubs et de programmes pour les jeunes où les jeunes et les adultes travaillent ensemble; par exemple, les 4-H, les Brownies, les Guides, les Castors ou les Scouts;
- inviter les jeunes à participer à des programmes avec les personnes âgées de la communauté;
- planifier des activités familiales dans la communauté;
- encourager l'organisation de fêtes de quartier au sein de la communauté.



- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.7

Les élèves vont recourir à leurs habiletés en médiation lorsqu'ils résoudront des conflits; ex. : en reconnaissant les sentiments d'autrui, en permettant aux autres d'exprimer leurs opinions.

Amorce

- Utiliser un créateur d'idées pour explorer le concept de **médiation** et en discuter. La médiation, c'est le fait de travailler avec deux personnes ou plus pour conclure un accord.

Activités d'apprentissage

- Penser à un conflit susceptible de se produire sur un terrain de jeux. Tracer deux colonnes sur le tableau. Dans la première colonne, énumérer des réactions « chaudes » qui risquent d'aggraver le conflit. Dans la deuxième, énumérer des réactions « froides » qui risquent de désamorcer ou de résoudre le conflit.

Quand il y a un conflit	
Réactions « CHAUDES » risquant d'aggraver le conflit	Réactions « FROIDES » risquant de désamorcer le conflit
<ul style="list-style-type: none"> - frapper - injurier - bouder - impliquer d'autres personnes dans le conflit - crier - dire des jurons 	<ul style="list-style-type: none"> - s'écarter de la scène - ne pas tenir compte des insultes - dire « Je suis désolé que tu te sentes comme ça » - obtenir l'aide de quelqu'un - discuter du problème - écouter l'autre personne

- Examiner les réactions « chaudes » et discuter pourquoi elles ont tendance à aggraver un conflit.
- Discuter pourquoi les réactions « froides » aident à résoudre un conflit.
- Faire une petite bande dessinée pour chaque réaction froide. Ajouter des conseils sur l'utilisation des stratégies de médiation dans les situations de conflit.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Inviter un médiateur professionnel (un psychologue, un conseiller, un parent, etc.) à venir en classe parler des types de stratégies qu'il emploie au travail.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- énumérer trois stratégies qu'il peut utiliser pour agir comme médiateur dans ce conflit : deux amies se disputent pour savoir qui devrait dessiner et qui devrait écrire dans le projet de groupe.



Liens

Résultat R-5.7 (suite)**Idées pour promouvoir et améliorer les habiletés de médiation****Les élèves peuvent :**

- apprendre le pouvoir de la politesse en disant : « s'il vous plaît, merci, excuse-moi, je suis désolé »;
- parler des petits conflits avant qu'ils s'aggravent;
- parler et écouter, à tour de rôle, durant les réunions et les discussions de classe;
- apprendre à parler plus doucement quand ils sont fâchés;
- agir à titre de médiateur sur le terrain de jeux quand il y a un conflit entre les élèves de l'élémentaire;
- faire partie d'un groupe de médiation entre pairs à l'école;
- agir à titre de médiateur durant les réunions de classe afin de résoudre les conflits.

Les parents peuvent :

- donner l'exemple en utilisant des stratégies d'intervention appropriées quand ils résolvent des conflits au sein de la famille;
- s'exercer à résoudre les conflits pacifiquement avec les membres de la famille;
- proposer un pacte familial pour ne jamais avoir recours à des mots ou des gestes violents quand un conflit survient dans la famille, et respecter ce pacte;
- créer une aire d'isolement où les membres de la famille peuvent réfléchir quand un conflit survient.

La communauté peut :

- donner des cours sur la médiation familiale à l'intention des parents et des familles;
- demander aux leaders des clubs et des organismes de donner l'exemple en résolvant les conflits de façon pacifique;
- faire en sorte que le personnel des commerces du quartier agisse poliment avec les clients, qu'ils soient adultes ou jeunes;
- appuyer ou commanditer les initiatives de paix dans les écoles élémentaires et les classes de la communauté.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

R-5.8

Les élèves vont élaborer des stratégies leur permettant de s'acquitter de leurs rôles et de leurs responsabilités au sein de divers groupes; ex. : en traitant un conflit en situation de groupe.

Amorce

- Terminer les énoncés suivants :
 - « Je travaille mieux avec une équipe qui... »
 - « Ma force en tant que membre d'équipe est... »
 - « J'aimerais améliorer... »
 - « Selon moi, travailler en équipe est important parce que... »

Activités d'apprentissage

- Discuter de la question suivante : « Est-ce que c'est ma responsabilité d'aider les autres membres de mon groupe? » Discuter également de ce qui arrive si on ignore les difficultés rencontrées dans un groupe.
- En équipe de deux, remplir la *Fiche d'activité pour l'élève 32 : Comment puis-je aider mon groupe?*, à l'annexe C.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Observer la liste des difficultés courantes de la *Fiche d'activités pour l'élève 32*. Dans son journal, noter les comportements qu'on adopte parfois. Que peut-on faire pour maîtriser ces comportements?

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- écrire trois stratégies qu'il peut mettre en pratique, si un membre de son équipe ne travaille pas ou ne partage pas ses idées, pour s'assurer que son équipe termine le travail, malgré la réticence de ce membre à participer.



Les élèves acquerront des habiletés en relations humaines axées sur la responsabilité, le respect et la bienveillance.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage



Coopération

Exemples
d'activités
d'évaluation

Renseignements
pour
l'enseignant

R-5.9

Les élèves vont explorer des stratégies de communication empreintes de respect et favorisant le développement de groupes et d'équipes; ex. : en encourageant tous les membres d'un groupe à participer.

Amorce

- Discuter de la façon dont les membres d'une équipe ou d'un groupe, comme l'équipe de volley-ball de l'école ou le club d'arts, s'aident les uns les autres.

Activités d'apprentissage

- Dresser une liste d'activités de groupe qui ont lieu en classe.
- En petits groupes, trouver comment les membres d'un groupe peuvent s'entraider.
- Déterminer les occasions d'offrir son soutien aux membres d'une équipe et en discuter.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG C**, et enfin, **Activités**.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Observer ses enseignants pendant une semaine et noter les stratégies qu'ils utilisent pour encourager la participation de tous les élèves de la classe. Laquelle de ces stratégies peut-on commencer à utiliser avec les membres de son équipe ou de son groupe?

L'élève peut :

- identifier et décrire trois occasions qu'il a eues cette semaine de mettre en pratique des stratégies de communication empreintes de respect dans son équipe ou son groupe.

Encourager la coopération

L'une des meilleures façons d'enseigner aux élèves comment agir dans une équipe et dans un groupe pour augmenter la coopération et l'interaction entre les membres est d'avoir soi-même des comportements qui favorisent la coopération. Il existe de nombreuses façons inefficaces d'exiger quelque chose d'un élève. Il y a également des façons d'interagir avec les élèves qui les encouragent à faire ce que vous leur demandez sans mettre de pression sur qui que ce soit.

Remarque.— Les exigences de droit d'auteur ne nous permettent pas d'afficher cette information à Internet. Toutefois, cette information est présentée dans la version imprimée du guide qu'on peut acheter au [Learning Resources Centre](#).



Liens

Résultat R-5.9 (suite)**Idées pour promouvoir une communication empreinte de respect et la participation de tous les membres du groupe****Les élèves peuvent :**

- s'exercer à parler à la première personne du singulier (« je ») quand ils font part de leurs sentiments et de leurs demandes;
- être au courant qu'ils doivent considérer le point de vue des autres en plus du leur;
- savoir que les sentiments et les idées des autres doivent être reconnus;
- travailler avec des groupes variés en classe et quand ils font des sports ou des jeux;
- choisir des rôles précis pour tous les membres de l'équipe et exercer ces rôles de manière cohérente;
- apprendre à demander plutôt qu'exiger;
- apprendre à attendre leur tour, à écouter les autres et à se discipliner dans les groupes de discussion.

Les parents peuvent :

- reconnaître régulièrement les sentiments de leurs enfants;
- utiliser des stratégies pour encourager la coopération, comme exprimer ses sentiments, décrire le problème, offrir des choix ou mettre la demande sur papier, plutôt que de questionner ou de critiquer;
- donner l'exemple en faisant preuve de coopération et d'empathie durant les réunions familiales;
- donner à leurs enfants des occasions égales de partager leurs idées et sentiments durant les discussions de famille;
- permettre à leurs enfants de participer à l'élaboration de l'horaire des tâches ménagères et à la planification des activités familiales ou encore, à choisir les conséquences.

La communauté peut :

- offrir des occasions aux jeunes de travailler en groupe par l'intermédiaire des clubs ou des programmes pour les jeunes dans la communauté;
- utiliser des stratégies pour encourager la coopération plutôt que de questionner ou de critiquer quand elle agit à titre de mentor ou de leader auprès des jeunes dans la communauté;
- offrir des programmes efficaces d'apprentissage de compétences parentales par l'intermédiaire des organismes familiaux de la région.



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.1

Les élèves vont déterminer et mettre en œuvre un plan efficace de gestion du temps; ex. : en plaçant leurs objectifs par ordre de priorités.

Amorce

- Penser à quand on était en 1^{re} année. On n'avait probablement pas besoin de gérer son temps pour effectuer ses activités et responsabilités. Maintenant qu'on est en 5^e année, penser aux activités et aux responsabilités qui exigent qu'on gère son temps de façon efficace.

Activités d'apprentissage

- Dresser une liste d'activités et de tâches qu'on fait pendant une semaine. Noter le temps qu'on prend pour chacune d'elles. Faire une étoile à côté de celles pour lesquelles on a de la difficulté à trouver du temps. Par exemple, pour faire ses devoirs chaque soir; pour manger un bon petit déjeuner; pour choisir quels vêtements porter.
- Faire un tableau pour s'aider à élaborer un plan personnel de gestion du temps qui comprend toutes ses activités et ses tâches. L'échanger avec un partenaire et comparer les tableaux. (Ne pas oublier de s'accorder du temps pour réfléchir et se détendre.)
- Discuter du fait que souvent les personnes organisées font une liste de choses à faire qui les aide à se concentrer et à ne rien oublier durant la journée. (Habituellement, on prépare la liste tous les soirs pour le lendemain.) Faire une liste de choses à faire pour aujourd'hui. Estimer le temps nécessaire pour effectuer chaque tâche.
- Discuter de ce qu'est une priorité et comment en établir une.
- Créer un système de codage pour établir les priorités, comme A = très important, B = important et C = moins important.
- Revoir la *Fiche d'information pour l'élève 24 : Gestion du temps : Comment être organisé et gérer son temps efficacement*, à l'annexe B.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Organiser une présentation où chaque élève parlera pendant une minute d'une stratégie qu'il utilise pour gérer son temps. Avoir une feuille de noms pour s'assurer que chaque élève présente une stratégie différente.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- énumérer trois activités pour lesquelles il doit s'accorder du temps. Il explique pourquoi. Il peut aussi énumérer trois activités pour lesquelles il aimerait avoir plus de temps;
- élaborer un plan de gestion du temps pour un projet de sciences qu'il doit terminer d'ici deux semaines. Il note :
 - ce qu'il doit faire;
 - le temps nécessaire à chaque tâche.

Il élabore son plan sur un calendrier de deux semaines.

**Résultat V-5.1 (suite)**

Liens

Idées pour promouvoir et améliorer les habiletés de gestion du temps**Les élèves peuvent :**

- utiliser un agenda pour noter leurs devoirs et leurs activités planifiées;
- créer et utiliser un horaire quotidien et hebdomadaire;
- participer à des activités du programme d'études et à des activités parascolaires de leur choix;
- s'accorder du temps pour faire leurs devoirs et se détendre.

Les parents peuvent :

- surveiller le temps que leurs enfants accordent aux devoirs et aux périodes de loisirs;
- offrir une rétroaction concernant le temps passé aux travaux scolaires et aux loisirs;
- démontrer un mode de vie équilibré en incluant des activités parascolaires dans la vie de leurs enfants;
- donner du temps libre à leurs enfants pour réfléchir, se reposer et reprendre leurs énergies;
- encourager leurs enfants à équilibrer le temps accordé aux devoirs et celui accordé aux loisirs;
- accorder du temps et de l'espace à leurs enfants pour qu'ils fassent leurs devoirs;
- surveiller les élèves qui travaillent sur un projet scolaire à la maison.



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.2

Les élèves vont affirmer le développement de leurs habiletés personnelles; ex. : en cernant et en analysant les changements caractérisant leurs intérêts personnels, leurs forces et leurs habiletés.

Amorce

- Prendre trois minutes pour dresser chacun une liste de tous les sujets et de toutes les activités qui nous intéressent.
- Prendre cinq minutes pour noter 100 habiletés qu'on possède. Tenir compte de tous les aspects de sa vie.

Activités d'apprentissage

- Revoir sa liste d'intérêts avec un partenaire. Après la mise en commun de toutes les listes des élèves de la classe, créer une liste type d'intérêts personnels des élèves de sa classe.
- Revoir sa liste d'habiletés avec un partenaire. Trier ses habiletés en quatre ou cinq catégories, par exemple :
 - habiletés en relations humaines;
 - habiletés à se connaître soi-même;
 - habiletés artistiques;
 - habiletés physiques/dans les sports;
 - habiletés scolaires.
- Dessiner une étoile à côté des trois habiletés les plus importantes pour soi.
- Écrire « N » à côté de l'habileté (nouvelle) récemment développée ou découverte.
- Écrire « P » à côté de l'habileté qu'on aimerait perfectionner.

Exemples
d'activités
d'évaluation

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Discuter du lien entre les intérêts personnels et les habiletés.

L'élève peut :

- choisir une habileté personnelle qui est importante pour lui et expliquer pourquoi. Il peut décrire comment il a développé cette habileté et répondre à la question : « Comment voudrais-tu perfectionner cette habileté à l'avenir? »;
- choisir un intérêt personnel qui est important pour lui et expliquer pourquoi. Il peut décrire comment il a développé cet intérêt et répondre à la question : « Comment voudrais-tu poursuivre cet intérêt à l'avenir? ».

Liens

Idées pour promouvoir et améliorer le développement des habiletés personnelles

Les élèves peuvent :

- placer leurs diplômes, leurs trophées et leurs lettres en lieu sûr;
- trier les articles gardés par thèmes ou par groupes d'habiletés; par exemple, les habiletés scolaires, musicales ou athlétiques, notion d'aide;
- parler à leurs parents des intérêts qu'ils aimeraient développer pour l'avenir.



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

Résultat V-5.2 (suite)

Les parents peuvent :

- reconnaître les aptitudes et les talents de leurs enfants et leur parler de leurs habiletés;
- aider leurs enfants à collectionner et à garder des exemples de travaux et d'autres articles pour faire un portfolio;
- aider leurs enfants à développer des habiletés à la maison et au moyen de passe-temps et de cours;
- agir comme mentor auprès de leurs enfants et leurs amis qui partagent les mêmes intérêts et aptitudes;
- prendre des photos à diverses étapes de projets scolaires importants;
- fournir une rétroaction positive en ce qui concerne le développement des habiletés;
- parler à leurs enfants à propos de leurs habiletés et de leur développement.

La communauté peut :

- faire des exposés axés sur les carrières dans les écoles, en mettant l'accent sur le besoin de développer des habiletés et de conserver des preuves d'apprentissage;
- mentionner dans les médias locaux les réussites des jeunes qui participent à des compétitions et qui aident autrui;
- commanditer les programmes pour les jeunes de la région, comme les Brownies, les Guides, les Castors, les Scouts ou les Cadets;
- écrire des lettres de recommandation soulignant les réussites et les efforts des enfants de la région.

5^e
année

Choix en matière d'apprentissage pour la vie



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

CONTENU

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.3

Les élèves vont analyser l'efficacité de diverses stratégies de prise de décisions; ex. : les décisions par défaut, les décisions impulsives, les décisions remises à plus tard.

Amorce

- Avec un partenaire, faire un remue-méninges et discuter :
 - d'une décision prise de façon impulsive et qui a donné un bon résultat;
 - d'une décision prise de façon impulsive et qu'on regrette;
 - d'une décision qu'on n'a pas prise et, qu'en fin de compte, une autre personne a prise pour soi;
 - d'une décision qu'on n'a pas prise et, qu'en fin de compte, les circonstances ont provoqué les choses pour soi;
 - d'une décision remise à plus tard et dont on est content;
 - d'une décision remise à plus tard et qu'on regrette.

Activités d'apprentissage

- Avec un partenaire ou en petits groupes, dresser une liste de situations de prise de décisions auxquelles un élève de 5^e année pourrait faire face. Noter une stratégie appropriée pour chaque situation, y compris :
 - les décisions prises rapidement;
 - les décisions remises à plus tard;
 - les décisions prises avec l'aide d'un adulte.
- Dresser une liste de façons amusantes et efficaces de prendre des décisions rapidement; par exemple, tirer à pile ou face, laisser choisir une autre personne, ou fermer les yeux.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Examiner les expériences de prise de décisions qu'on a explorées en équipe de deux. Doit-on améliorer ses habitudes de prise de décisions? Expliquer pourquoi.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- énumérer deux décisions qu'il a prises de façon impulsive, deux qu'il a remises à plus tard et deux qu'une autre personne a prises pour lui. Il peut évaluer chacune de ces expériences de prise de décisions de la façon qui suit : « E » pour efficace, « M » pour aurait pu être meilleure et « D » pour désastreuse.

5^e
année

Choix en matière d'apprentissage pour la vie



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

CONTENU

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage



Dynamisme
soutenu

Exemples
d'activités
d'évaluation

Liens

V-5.4

Les élèves vont analyser les facteurs qui influencent la planification et l'atteinte des objectifs; ex. : l'engagement personnel, les habitudes.

Amorce

- Faire un remue-méninges de tous les facteurs qui peuvent influencer la planification et l'atteinte d'objectifs. En discuter.

Activités d'apprentissage

- Utiliser la *Fiche d'activité pour l'élève 33 : Qu'est-ce qui peut influencer tes objectifs?*, à l'annexe C, pour analyser les facteurs qui peuvent influencer la planification et l'atteinte d'un de ses objectifs personnels. En faire part à un partenaire et en discuter.
- Pour d'autres activités qui renforcent ce résultat d'apprentissage, visiter le site Web de l'Éducation physique en ligne d'Alberta Learning à l'adresse suivante : < www.learning.gov.ab.ca/educationphysiqueenligne/ >. Cliquer sur **Ressources...**, puis **RAG D**, et enfin, **Activités**.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Identifier un obstacle personnel à l'atteinte d'un objectif et élaborer un plan d'action pour le surmonter.

L'élève peut :

- décrire un de ses objectifs scolaires pour cette année et expliquer comment son engagement personnel, ses habitudes de travail et son attitude peuvent influencer sur son plan pour atteindre cet objectif.

Idées pour promouvoir et améliorer les habiletés d'établissement d'objectifs

Les élèves peuvent :

- être conscients du fait que plusieurs facteurs influent sur leurs objectifs et leurs choix;
- reconnaître que la réalisation des objectifs exige le développement de bonnes habitudes et un engagement personnel;
- parler à leurs parents de leurs objectifs scolaires et d'autres champs d'intérêt personnels;
- écrire leurs objectifs personnels pour l'année et les garder en lieu sûr;
- planifier des récompenses pour souligner la réalisation de petits et de grands objectifs;
- se rendre compte que leurs amis et leurs frères ou sœurs peuvent avoir des objectifs différents en raison de leurs habiletés, de leur situation familiale et de leurs croyances.

Les parents peuvent :

- parler à leurs enfants de leurs propres habiletés et objectifs personnels;
- demander à leurs enfants quels sont leurs objectifs et pourquoi ils les ont choisis;
- aider leurs enfants à décrire ce qu'ils peuvent faire pour atteindre leurs objectifs;
- aider leurs enfants à établir des objectifs et à suivre des étapes pour les réaliser;
- établir des objectifs et s'engager en établissant des objectifs familiaux et en travaillant ensemble pour les atteindre.

**Résultat V-5.4 (suite)****La communauté peut :**

- offrir des occasions d'établir et d'atteindre des objectifs par l'intermédiaire de programmes pour les jeunes;
- demander aux membres de la communauté de donner des conférences dans les écoles au sujet de l'établissement d'objectifs et des habitudes nécessaires pour réaliser des objectifs importants;
- reconnaître, dans les médias locaux, les membres de tout âge de la communauté qui ont réalisé un objectif important.



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.5

Les élèves vont faire le lien entre leurs habiletés personnelles et diverses professions.

Amorce

- S'imaginer qu'aujourd'hui, on peut occuper la profession qu'on veut. Quel type de profession correspondrait le plus à ses habiletés?

Activités d'apprentissage

- Choisir trois professions et faire un schéma montrant comment ses habiletés sont liées à chacune.
- Sur un deuxième schéma, montrer les habiletés qu'on aimerait développer pour l'avenir.
- Faire le tour de la classe, noter une habileté que chaque élève possède et la relier à une profession. Chaque profession ne peut être nommée qu'une seule fois. Être créatif et s'amuser. Par exemple, ses camarades peuvent donner des suggestions, comme :
 - « Jonathan connaît toutes les règles de divers sports et peut les expliquer aux autres; il pourrait être policier. »
 - « Je pense que Jonathan court tellement vite qu'il devrait devenir ramasseur d'animaux. »
 - « L'exposé que Jean a fait sur son voyage en Atlantique montre qu'il a le talent nécessaire pour devenir guide touristique ou agent de voyages. »

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Lire la biographie d'une personne qui a beaucoup accompli dans sa profession. Identifier les habiletés qu'elle avait durant sa jeunesse et qui sont liées à sa carrière.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- imaginer qu'il a le choix de devenir dompteur d'animal ou détective. Il peut énumérer les habiletés personnelles qu'il possède qui sont liées à chaque profession. Quelles sont les habiletés dont il aurait besoin et qu'il ne possède pas actuellement? Quelle profession correspondrait le mieux à ses habiletés actuelles?



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.6

Les élèves vont évaluer comment les rôles, les attentes et l'image des autres peuvent influencer les champs d'intérêt en matière de carrières et de rôles de la vie; ex. : l'influence de la famille, des amis, des modèles de comportement, des médias.

Amorce

- Terminer les énoncés suivants sur la façon dont les autres peuvent influencer ses champs d'intérêt en matière de carrière :
 - « Ma famille serait contente si je... »
 - « Mes parents seraient très fiers de moi si... »
 - « Mes amis ont tendance à penser... »
 - « Mes modèles sont... »
 - « Les médias ont tendance à valoriser les carrières comme... »
 - « Les médias ont tendance à dévaloriser les carrières comme... »
 - « En ce moment, je m'intéresse à... »

Activités d'apprentissage

- Discuter des façons dont les parents peuvent influencer les champs d'intérêt en ce qui concerne la carrière de leurs enfants; par exemple, en possédant une entreprise familiale, en amenant leurs enfants au travail, en leur achetant des jouets liés à un emploi, en épargnant de l'argent pour l'éducation.
- Discuter des façons dont les amis peuvent influencer les champs d'intérêt en ce qui concerne les carrières des uns et des autres.
- Choisir une carrière intéressante et faire un arbre conceptuel montrant comment sa famille, ses amis, ses modèles et les médias influencent ses sentiments et ses intérêts quant à cette carrière.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Interroger deux adultes et discuter des facteurs qui ont influencé leur choix de carrière.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- identifier des facteurs qui peuvent influencer un choix de carrière dans une situation comme celle-ci : En ce moment, Louise veut devenir astronaute. Dans le tableau ci-dessous, écrire des messages qu'elle pourrait recevoir relativement à son choix de carrière.

Carrière d'astronaute	
Attentes familiales	Messages d'amies
Modèles qu'elle pourrait avoir	Image dans les médias



Liens

Résultat V-5.6 (suite)**Idées pour promouvoir des choix de carrière positifs****Les élèves peuvent :**

- parler à leurs parents, leur parenté, leurs voisins, leurs enseignants et à d'autres adultes de confiance de leur choix de carrière;
- parler à leurs parents de leurs intérêts dans les champs axés sur la carrière;
- reconnaître que ce n'est pas grave de ne pas savoir quelle carrière ils veulent choisir quand ils sont encore jeunes;
- prêter attention aux carrières des adultes importants autour d'eux ayant des intérêts, une personnalité ou des aptitudes semblables.

Les parents peuvent :

- écouter leurs enfants quand ils parlent de ce qu'ils veulent devenir, les questionner et encourager la discussion plutôt que de leur dire ce qu'ils devraient être;
- reconnaître le besoin de trouver un équilibre entre trop participer et ne pas assez participer dans leur rôle de conseiller en carrières;
- encourager le développement des aptitudes de leurs enfants quand ils s'intéressent à un champ particulier;
- trouver des façons de communiquer leurs valeurs à leurs enfants afin qu'ils les prennent en considération quand viendra le temps de faire des choix pour l'avenir.

La communauté peut :

- commanditer des séminaires d'assistance professionnelle à l'intention des parents;
- faire des exposés axés sur la carrière à l'intention des jeunes des écoles élémentaires;
- agir comme mentor auprès des jeunes qui manifestent des intérêts pour des carrières semblables;
- inviter les classes à visiter les entreprises et les services locaux afin d'exposer les jeunes à un éventail de carrières et d'activités professionnelles.

5^e
année

Choix en matière d'apprentissage pour la vie



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

CONTENU

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.7

Les élèves vont identifier, au sein de l'école, les services bénévoles rendus par le personnel et les élèves.

Amorce

- Dresser une liste de raisons pour lesquelles les personnes donnent leur temps et leur énergie pour faire des activités bénévolement.

Activités d'apprentissage

- Faire un sondage pour recueillir de l'information sur les services bénévoles rendus par le personnel et les élèves au cours de l'année précédente.
- Recueillir les données, les organiser, puis les présenter à l'aide de tableaux ou de listes.
- Analyser les données et écrire un court reportage pour le bulletin d'information de l'école.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Dans son sondage, ajouter une section sur les plans d'avenir des élèves en matière de bénévolat.
- Écrire un article pour le bulletin d'information de l'école soulignant les activités bénévoles qu'on aimerait faire plus tard.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- dresser la liste des dix raisons principales pour lesquelles son école est un meilleur endroit à fréquenter grâce aux services bénévoles rendus par le personnel et les élèves.

Liens

Idées pour encourager le bénévolat et les projets de service et d'apprentissage Les élèves peuvent :

- observer comment ils sont capables d'aider les autres en participant à des activités de bénévolat;
- faire du bénévolat dans les classes du premier cycle;
- se porter bénévole pour faire certaines tâches, comme nourrir les animaux et pelleter l'entrée des voisins en qui ils ont confiance, quand ils sont absents ou incapables de le faire seuls.

Les parents peuvent :

- montrer l'exemple en rendant service à l'école, dans la communauté ou dans le quartier;
- parler de leurs expériences positives concernant leurs tâches ou leur poste de bénévole;
- demander à leurs enfants de leur parler de leur expérience de bénévolat en classe;
- organiser un projet de bénévolat avec la famille en commençant par aider les membres de leur famille ou leurs voisins;
- aider leurs enfants à choisir des biens dont ils ne se servent plus pour en faire don;
- récompenser leurs enfants pour avoir aidé bénévolement un autre membre de la famille.

La communauté peut :

- appuyer les programmes bénévoles à l'intention des jeunes;
- demander aux élèves de l'élémentaire de participer aux œuvres de bienfaisance locales, comme préparer des paniers de Noël par l'intermédiaire des clubs sociaux de la région.



Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

- Renseignements pour l'enseignant
- Liens : école-foyer-communauté
- Fiche d'information pour l'élève
- Fiche d'activité pour l'élève

Exemples
d'activités
d'apprentissage

V-5.8

Les élèves vont élaborer des stratégies permettant d'exprimer leur appréciation à l'égard de services rendus bénévolement; ex. : une lettre d'appréciation envoyée par courrier électronique.

Amorce

- Dresser une liste de stratégies permettant de montrer son appréciation aux autres.

Activités d'apprentissage

- Planifier une campagne de remerciement pour les bénévoles. Par exemple, la campagne peut être un événement, des lettres de remerciement, un article sur le site Web de l'école. Utiliser son imagination pour élaborer un plan efficace.

Activités d'enrichissement et d'engagement

- Pour être plus efficaces, les événements de remerciement pour services rendus bénévolement devraient avoir lieu tout au long de l'année et non seulement une fois par année. Élaborer un plan pour appuyer et reconnaître les services rendus bénévolement tout au long de l'année.

Exemples
d'activités
d'évaluation

L'élève peut :

- expliquer une stratégie permettant de remercier les bénévoles de. Cette explication pourra être ajoutée à un manuel de classe intitulé : *Remercions les bénévoles*. On pourra partager ce manuel avec d'autres écoles désireuses de mettre sur pied un programme de reconnaissance des bénévoles.