

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Notion clé</b>	L'acquisition des habiletés, de la motivation et de la confiance relatives au mouvement grâce à un engagement actif dans l'activité physique favorise le développement de citoyens faisant preuve de littératie physique tout au long de leur vie.				
<b>Questions directrices</b>	Quels sont les différents mouvements que mon corps peut faire?	Comment puis-je utiliser mon corps pour effectuer un mouvement efficace?	Comment puis-je utiliser des habiletés motrices pour devenir plus efficace dans le mouvement?	Comment le développement des habiletés motrices mène-t-il au bon mouvement?	Comment le développement des habiletés motrices augmente-t-il ma confiance quand je suis actif?
<b>Résultats d'apprentissage</b>	Les enfants explorent et mettent en pratique les habiletés motrices de base dans divers contextes.	Les élèves exécutent des habiletés motrices de base avec un contrôle et une efficacité accrus dans divers contextes.	Les élèves démontrent leur capacité en matière d'habiletés motrices de base dans divers contextes.	Les élèves affinent et adaptent leurs habiletés motrices dans divers contextes et d'un contexte à l'autre.	Les élèves intègrent des habiletés motrices en augmentant la complexité dans divers contextes.
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les gens peuvent bouger de différentes façons pour faciliter le déplacement d'un point à un autre (habiletés locomotrices)</li> <li>les gens peuvent maintenir l'équilibre dans un endroit ou un autre (habiletés de stabilité)</li> <li>les gens peuvent contrôler et manipuler des objets avec leur corps (habiletés de manipulation d'objets)</li> <li>le mouvement est affecté par l'espace, l'effort, les directions, les trajectoires, les niveaux et la vitesse</li> <li>des mots tels que rapide, rebondissement et équilibre sont utilisés pour décrire les façons dont les gens et les objets se déplacent</li> <li>le mouvement peut être effectué dans divers contextes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les gens peuvent bouger de différentes façons pour faciliter le déplacement d'un point à un autre (habiletés locomotrices)</li> <li>les gens peuvent maintenir l'équilibre dans un endroit ou tout en bougeant (habiletés de stabilité)</li> <li>les gens peuvent contrôler et manipuler des objets avec leur corps tout en bougeant (habiletés de manipulation d'objets)</li> <li>le développement des habiletés motrices (de locomotion, de stabilité et de manipulation d'objets) exige de l'entraînement répété et de l'effort</li> <li>le mouvement comprend la poussée et la traction, la force (effort), le comptage (temps), la relation avec les autres (espace), la zone/les limites, la vitesse et les directions</li> <li>des différences existent entre l'espace personnel et l'espace général</li> <li>le mouvement des personnes et des objets peut être décrit en utilisant un vocabulaire propre à la matière</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le développement des habiletés motrices (de locomotion, de stabilité et de manipulation d'objets) exige de l'entraînement répété, de l'effort et de la réflexion</li> <li>l'espace personnel et l'espace général pendant le jeu favorisent la réussite individuelle ou collective (tactiques simples)</li> <li>le mouvement comprend la force, l'équilibre, l'effort, le temps, l'espace, les limites, le zigzag (trajectoires), la vitesse, les directions et les niveaux</li> <li>le vocabulaire contribue à une communication efficace sur le mouvement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les habiletés motrices (de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité) peuvent être utilisées dans divers contextes</li> <li>des tactiques simples sont adaptées pour faciliter la réussite individuelle et collective</li> <li>la reconnaissance des forces, des aptitudes et des habiletés personnelles renforce la confiance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>des habiletés motrices (de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité) et des séquences de mouvement peuvent être combinées pour produire des modèles de mouvement complexes et créatifs, y compris lancer en bougeant</li> <li>les modèles d'habiletés motrices sont uniques à chaque individu</li> <li>les tactiques sont adaptées pour faciliter la réussite individuelle et collective</li> <li>les bonnes habiletés motrices augmentent la confiance</li> <li>diverses activités physiques améliorent la capacité physique, y compris l'agilité, l'équilibre, la coordination et la vitesse</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pratiquer le mouvement dans n'importe quelle direction d'un point à un autre, par exemple en courant, en roulant et en sautillant (habiletés locomotrices)</li> <li>explorer comment manipuler et contrôler des objets, y compris recevoir, retenir et envoyer (habiletés de manipulation d'objets)</li> <li>explorer l'équilibre, sur place ou en mouvement, y compris se tortiller, se pencher et s'étirer (habiletés de stabilité)</li> <li>pratiquer le mouvement à différentes vitesses et dans le contexte de l'espace, d'objets et de personnes</li> <li>décrire les façons dont les gens et les objets bougent</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>effectuer des mouvements dans n'importe quelle direction d'un point à un autre, par exemple en bondissant et en sautant</li> <li>s'exercer à manipuler et à contrôler des objets, y compris recevoir, retenir et envoyer</li> <li>s'exercer à maintenir l'équilibre, à se pencher et à atterrir, sur place ou en mouvement</li> <li>effectuer des mouvements avec ou sans équipement</li> <li>explorer des habiletés motrices créatives en réponse à des stimulus sensoriels, y compris de la musique, des rythmes, des battements et des mots</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>démontrer des habiletés locomotrices telles que rouler, se guider et glisser</li> <li>démontrer des habiletés de manipulation d'objets, y compris recevoir, retenir et envoyer</li> <li>démontrer des habiletés de stabilité, y compris tourner, balancer et étendre</li> <li>effectuer des mouvements créatifs en réponse à des stimulus, y compris de la musique, des rythmes, des battements et des mots</li> <li>se servir de l'espace personnel et de l'espace général pour favoriser la réussite individuelle ou collective (tactiques simples)</li> <li>décrire un mouvement en utilisant du vocabulaire lié aux habiletés de locomotion,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>appliquer des habiletés de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité dans divers contextes</li> <li>adapter des aspects du mouvement, y compris la force, l'équilibre, l'effort, le temps et la vitesse, pour soutenir des expériences comportant des mouvements de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité</li> <li>utiliser du vocabulaire lié aux habiletés de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité, y compris la force, l'équilibre, l'effort, le temps, l'espace, les limites, les trajectoires, la vitesse, les directions et les niveaux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>combinaison des habiletés de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité dans divers contextes</li> <li>créer des modèles d'habiletés de locomotion, de manipulation d'objets et de stabilité</li> <li>pratiquer des tactiques basées sur les forces et les aptitudes personnelles</li> <li>utiliser le vocabulaire propre au mouvement dans divers contextes</li> <li>examiner le choix et la combinaison de tactiques pour améliorer la réussite individuelle et collective</li> <li>apporter des ajustements aux modèles de mouvement personnels</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
	<ul style="list-style-type: none"> <li>pratiquer le mouvement de façons créatives</li> <li>explorer le mouvement dans le cadre de diverses activités physiques, y compris le jeu risqué</li> <li>participer au mouvement dans divers contextes, y compris les jeux et les activités (des activités rythmiques, expressives et gymnastiques, ainsi que des activités individuelles, des activités culturelles, et des activités de défi et d'aventure)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les façons dont les gens et les objets bougent, en utilisant un vocabulaire propre à la matière</li> <li>participer à diverses activités physiques, y compris le jeu risqué</li> <li>effectuer des mouvements dans divers contextes, y compris les jeux et les activités (des activités rythmiques, expressives et gymnastiques, ainsi que des activités individuelles, des activités culturelles, et des activités de défi et d'aventure)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>de manipulation d'objets et de stabilité, y compris la force, l'équilibre, l'effort, le temps, l'espace, les limites, les trajectoires, la vitesse, les directions et les niveaux</li> <li>démontrer des habiletés motrices dans le cadre de diverses activités physiques, y compris le jeu risqué</li> <li>effectuer des mouvements dans divers contextes, y compris les jeux et les activités (des activités rythmiques, expressives et gymnastiques, ainsi que des activités individuelles, des activités culturelles, et des activités de défi et d'aventure)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mettre en œuvre diverses tactiques simples pour faciliter la réussite individuelle et collective</li> <li>modifier le mouvement pour utiliser avec efficacité et créativité des tactiques simples, y compris le temps, l'espace, les limites, les trajectoires et les directions</li> <li>réfléchir sur la performance des habiletés motrices et mettre en application des façons d'être plus efficace</li> <li>raffiner des habiletés motrices dans le cadre de diverses activités physiques, y compris le jeu risqué</li> <li>effectuer des mouvements dans divers contextes, y compris les jeux et les activités (des activités rythmiques, expressives et gymnastiques, ainsi que des activités individuelles, des activités culturelles, et des activités de défi et d'aventure)</li> <li>participer à divers jeux traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>appliquer des habiletés motrices dans le cadre de diverses activités physiques, y compris le jeu risqué</li> <li>effectuer des mouvements dans divers contextes, y compris les jeux et les activités (des activités rythmiques, expressives et gymnastiques, ainsi que des activités individuelles, des activités culturelles, et des activités de défi et d'aventure)</li> <li>mettre en pratique des éléments de la capacité physique, y compris l'agilité, l'équilibre, la coordination et la vitesse</li> <li>participer à divers jeux traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> <li>Stratégies de compréhension</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulaire</li> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Stratégies de compréhension</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Visualisation spatiale</li> <li>Communication</li> <li>Objectif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Visualisation spatiale</li> <li>Localisation et direction</li> <li>Communication</li> <li>Objectif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Visualisation spatiale</li> <li>Communication</li> <li>Régularités et relations</li> <li>Analyse des tâches</li> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Visualisation spatiale</li> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Stratégies</li> <li>Analyse des tâches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Visualisation spatiale</li> <li>Régularités et relations</li> <li>Stratégies</li> <li>Analyse des tâches</li> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Communication</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>	<b>Qu'est-ce que la vie active?</b>	<b>Comment la vie active se déroule-t-elle dans ma communauté?</b>	<b>Comment puis-je planifier une vie active?</b>	<b>Comment une vie active contribue-t-elle à ma condition physique?</b>	<b>Comment puis-je améliorer ma condition physique grâce à une vie active?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>	<b>Les enfants examinent ce qu'est la vie active.</b>	<b>Les élèves examinent les façons dont la vie active peut se dérouler dans la communauté.</b>	<b>Les élèves examinent les facteurs qui influencent la vie active et élaborent un plan personnel.</b>	<b>Les élèves établissent des liens entre la vie active et la condition physique.</b>	<b>Les élèves évaluent leurs niveaux personnels de condition physique et déterminent les moyens d'améliorer leur condition physique en menant une vie active.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>une personne peut être physiquement active ou physiquement inactive (sédentaire)</li> <li>les gens ont besoin d'une activité physique régulière pour être en bonne santé</li> <li>l'activité physique peut se pratiquer à la maison, à l'école ou dans la communauté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>l'activité physique quotidienne contribue à la santé et à des sentiments positifs de bien-être</li> <li>différents types d'activités physiques nécessitent différents niveaux d'effort</li> <li>l'activité physique peut aider les muscles à devenir plus puissants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>différentes personnes prennent plaisir à pratiquer différentes activités physiques dans des espaces variés</li> <li>une personne est plus susceptible de pratiquer une activité physique si celle-ci est agréable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la bonne condition physique permet aux gens d'être actifs pendant des périodes sans trop se fatiguer (endurance)</li> <li>la condition physique comprend la force musculaire et la souplesse</li> <li>la condition physique consiste à augmenter régulièrement le rythme cardiaque humain</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le terme condition physique comprend l'endurance, la force, la souplesse, et la santé et l'endurance respiratoires</li> <li>les niveaux de condition physique peuvent être mesurés</li> <li>tout le monde peut travailler à améliorer la condition physique</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
	<ul style="list-style-type: none"> <li>certains façons d'être actif physiquement, telles que jouer à des jeux, marcher, rouler et faire du vélo, peuvent aussi être amusantes (transport actif)</li> <li>la planification d'activités physiques quotidiennes fait partie de la vie active</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>l'activité physique quotidienne peut être agréable et réalisée de différentes façons à la maison, à l'école ou dans la communauté</li> <li>la communauté locale inclut des espaces pour des activités intérieures et extérieures, y compris des espaces naturels</li> <li>la communauté locale inclut des personnes qui enseignent aux autres comment acquérir des habiletés et s'amuser tout en participant à différentes activités physiques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>une activité physique peut être pratiquée par un individu ou en tant qu'activité de groupe</li> <li>chaque saison offre différentes occasions d'adopter un mode de vie actif</li> <li>un plan consiste à déterminer un objectif et à dresser la liste des étapes nécessaires pour atteindre cet objectif</li> <li>la planification d'une vie active est une étape importante pour avoir un mode de vie sain</li> <li>une vie active comprend des habitudes et des routines pour être actif physiquement chaque jour</li> <li>il est utile de connaître les programmes communautaires, les espaces d'activités et les personnes qui peuvent appuyer l'activité physique dans la planification d'une vie active</li> <li>le fait de s'informer au sujet des activités physiques liées à diverses cultures peut élargir les choix lors de la planification d'une vie active</li> </ul>	<p>et à faire en sorte que les poumons deviennent plus forts (santé et endurance cardiorespiratoires)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>une meilleure condition physique permet aux gens d'être actifs plus longtemps, d'avoir plus de force, d'être plus souples, et d'avoir un cœur et des poumons plus sains</li> <li>la bonne condition physique contribue à la santé et au bien-être en général</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la participation à diverses activités physiques grâce à une vie active peut améliorer l'endurance, la force, la souplesse, et la santé et l'endurance respiratoires</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>participer à diverses activités physiques quotidiennes à l'école</li> <li>décrire les différences entre être physiquement actif et physiquement inactif</li> <li>déterminer des façons dont l'activité physique peut avoir un effet sur le corps, les pensées et l'esprit (holistique)</li> <li>déterminer les expériences d'activité physique qui procurent du plaisir personnel</li> <li>décrire des façons d'être physiquement actif en dehors de l'école</li> <li>expliquer comment faire pour planifier l'activité physique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>participer à diverses activités physiques quotidiennes dans les espaces tant intérieurs qu'extérieurs</li> <li>décrire les sentiments physiques et émotionnels ressentis lors d'activités physiques de différents niveaux d'intensité</li> <li>décrire différentes sortes d'activités physiques qui peuvent se pratiquer à la maison, à l'école ou dans la communauté</li> <li>explorer les espaces communautaires, les programmes et les personnes qui soutiennent la vie active</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>participer quotidiennement à des activités physiques organisées et libres dans divers espaces</li> <li>participer à des activités saisonnières</li> <li>participer à des activités physiques qui sont associées à diverses cultures</li> <li>expliquer le lien entre les choix personnels pour l'activité physique et le plaisir personnel</li> <li>déterminer les habitudes personnelles et autres facteurs qui favorisent la vie active</li> <li>déterminer un ou plusieurs objectifs de vie active</li> <li>élaborer un plan personnel pour atteindre un ou plusieurs objectifs de vie active</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>participer quotidiennement à une gamme d'activités physiques pour améliorer la condition physique (l'endurance, la force, la souplesse, et la santé et l'endurance respiratoires)</li> <li>expliquer la corrélation entre une vie active et les niveaux de condition physique (l'endurance, la force, la souplesse, et la santé et l'endurance respiratoires)</li> <li>décrire le lien entre les niveaux de condition physique et les niveaux de santé et de bien-être en général</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>évaluer de façon informelle les niveaux personnels de condition physique en participant à diverses activités physiques quotidiennes</li> <li>consigner les changements qui se produisent dans les niveaux personnels de condition physique au fil du temps en utilisant un journal, des graphiques, des tableaux ou tout autre moyen</li> <li>déterminer un ou plusieurs objectifs de condition physique</li> <li>évaluer de façon informelle les niveaux personnels de vie active</li> <li>générer des idées pour améliorer le niveau personnel de vie active qui appuieraient l'atteinte d'un ou de plusieurs objectifs de condition physique</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accès à l'information</li> <li>• Connaissances antérieures</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accès à l'information</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participation</li> <li>• Accès à l'information</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Connaissances antérieures</li> <li>• Stratégies de compréhension</li> <li>• Clarté</li> <li>• Intention</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Stratégies de compréhension</li> <li>• Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspicacité personnelle</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Modes et médias</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Objectif</li> <li>• Gestion de l'espace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion de l'espace</li> <li>• Régularités et relations</li> <li>• Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion de l'espace</li> <li>• Régularités et relations</li> <li>• Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion de l'espace</li> <li>• Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspicacité personnelle</li> <li>• Collecte de données</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>			<b>Qu'est-ce que la persévérance?</b>	<b>Pourquoi est-il important de démontrer la persévérance en menant des activités physiques qui posent un défi?</b>	<b>Comment la persévérance démontrée lors d'activités physiques posant un défi favorise-t-elle la confiance?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>			<b>Les élèves font preuve de persévérance dans divers contextes d'apprentissage.</b>	<b>Les élèves démontrent la persévérance dans l'atteinte des objectifs d'activité physique.</b>	<b>Les élèves examinent les façons dont la persévérance contribue au développement de la confiance.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• l'établissement d'objectifs contribue à la réussite</li> <li>• les objectifs personnels peuvent être soutenus de plusieurs façons (motivations)</li> <li>• les objectifs personnels peuvent être mis au défi de plusieurs façons (obstacles)</li> <li>• les objectifs personnels sont atteints en utilisant les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons</li> <li>• les défis pour atteindre les objectifs peuvent être relevés de diverses façons, y compris par la pratique</li> <li>• la persévérance exige du courage</li> <li>• la persévérance consiste à croire en ses capacités de réussir à atteindre ses objectifs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• les objectifs de l'activité physique reflètent les forces et les champs d'intérêt personnels</li> <li>• les facteurs contrôlables et incontrôlables, y compris les conditions météorologiques, le temps et les ressources, peuvent influencer sur la participation aux activités physiques et peuvent avoir un effet sur l'atteinte des objectifs personnels d'activité physique</li> <li>• la persévérance comporte des efforts et un engagement personnel</li> <li>• la persévérance inclut la réflexion sur la performance et la détermination des façons de continuer à améliorer les habiletés</li> <li>• la persévérance exige une pensée optimiste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• la persévérance dans de nouvelles activités de plus en plus difficiles et complexes peut renforcer la confiance</li> <li>• la confiance joue un rôle dans la participation à l'activité physique, y compris l'atteinte des objectifs de l'activité</li> <li>• le défi personnel et le risque ont besoin d'équilibre</li> <li>• l'élimination des obstacles est importante pour l'atteinte des objectifs de l'activité physique et de l'apprentissage</li> <li>• la défense de ses propres intérêts est importante pour l'atteinte des objectifs personnels liés à l'activité physique et à l'apprentissage</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• effectuer de nouvelles activités qui favorisent le défi personnel, y compris des activités physiques</li> <li>• pratiquer la persévérance par l'établissement d'objectifs</li> <li>• déterminer des solutions pour surmonter les défis</li> <li>• reconnaître les sentiments positifs ressentis lorsque la persévérance mène à l'atteinte des objectifs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• effectuer des activités de plus en plus difficiles et complexes</li> <li>• décrire les objectifs de l'activité qui s'appuient sur des objectifs personnels</li> <li>• explorer les motivations et les obstacles liés aux objectifs personnels en matière d'activité</li> <li>• déterminer les facteurs qui contribuent à l'engagement personnel envers des activités physiques comportant des défis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• participer à une gamme de nouvelles activités de plus en plus difficiles et complexes</li> <li>• examiner comment l'effort contribue à la réussite personnelle et à la confiance</li> <li>• décrire les motivations personnelles et les obstacles liés aux objectifs personnels en matière d'activité</li> <li>• mettre en œuvre des plans pour atteindre des objectifs personnels en matière d'activité</li> <li>• évaluer les forces et les champs d'intérêt personnels dans diverses activités physiques</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Compétences</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>
<b>Littératie</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Connaissances antérieures</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Connaissances antérieures</li> </ul>
<b>Numératie</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>	Qu'est-ce que la motivation?	Comment la motivation influe-t-elle sur ma participation à des activités physiques?	En quoi le respect des règles de jeu aide-t-il à favoriser la motivation de chaque joueur?	Comment l'engagement influe-t-il sur ma motivation pendant les activités physiques?	Comment mon engagement lors d'activités physiques favorise-t-il la motivation des autres?
<b>Résultats d'apprentissage</b>	Les enfants explorent des façons de développer la motivation afin d'être actifs physiquement.	Les élèves explorent la motivation personnelle et les moyens de favoriser la motivation des autres lors d'activités physiques.	Les élèves appliquent les règles de jeu et d'étiquette aux activités physiques de groupe pour favoriser la motivation mutuelle.	Les élèves examinent comment l'engagement dans l'activité physique est lié à la motivation personnelle.	Les élèves décrivent la relation de cause à effet entre l'engagement dans l'activité physique et la motivation.
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la motivation est la raison de faire quelque chose</li> <li>la motivation peut venir de soi ou de facteurs externes</li> <li>la motivation est individuelle</li> <li>le fait d'être inclus peut être motivant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>l'apprentissage de soi inclut la compréhension de ce qui est personnellement motivant</li> <li>la motivation peut changer avec le temps</li> <li>le fait de connaître les règles de jeu est important pour la sécurité et l'équité, et donne à chaque joueur la chance de participer</li> <li>la coopération consiste à s'assurer que tout le monde a un partenaire, que tout le monde attend son tour, et que tout le monde peut participer (comportements inclusifs)</li> <li>des comportements respectueux sont adoptés dans toutes les activités physiques pour appuyer l'engagement (étiquette)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les règles de jeu, y compris la sécurité des personnes et des équipements, sont importantes dans diverses activités physiques</li> <li>la coopération consiste à travailler ensemble lors de la participation à des activités physiques</li> <li>les habiletés de communication jouent un rôle important dans la participation respectueuse aux activités physiques</li> <li>l'étiquette varie en fonction de l'activité physique</li> <li>la réussite du groupe et le succès personnel contribuent à renforcer l'engagement</li> <li>les éléments de sécurité contribuent à l'engagement de soi et des autres</li> <li>l'engagement personnel dans des activités physiques peut favoriser les liens avec les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les règles de jeu sont importantes lors de la participation à des activités individuelles ou des activités à deux</li> <li>les règles de jeu peuvent être adaptées pour améliorer la sécurité et l'inclusivité</li> <li>l'inclusion au sein de divers environnements d'activité favorise un engagement positif</li> <li>différents rôles existent au sein de diverses activités physiques contribuant à l'engagement</li> <li>la résolution de problèmes utilisant l'étiquette et l'esprit sportif contribue à l'engagement pendant l'activité physique</li> <li>les liens avec les autres favorisent la motivation pour l'activité physique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la sécurité de soi et celle des autres sont affectées par l'équipement et le contexte</li> <li>les environnements inclusifs qui se prêtent aux activités peuvent être soutenus au moyen de diverses stratégies, y compris l'adaptation des règles et de l'équipement</li> <li>les choix de rôles peuvent varier en fonction de la préférence, du but et des objectifs lors de la participation à diverses activités physiques</li> <li>la résolution de problèmes pour trouver des solutions mutuelles, y compris l'étiquette et l'esprit sportif, contribue à l'établissement de liens avec les autres</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les raisons personnelles de vouloir être physiquement actif</li> <li>décrire les facteurs qui peuvent nuire à la motivation à être physiquement actif</li> <li>examiner l'importance de se sentir inclus dans le jeu et l'importance d'inclure les autres dans le jeu</li> <li>discuter de la façon dont les sentiments de sécurité ont un effet sur la motivation lors de l'utilisation de l'espace ou de l'équipement pendant des activités physiques</li> <li>discuter de la façon dont la bonne connaissance des règles de jeu favorise la motivation à être physiquement actif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire ce qui est personnellement motivant par rapport à l'activité physique</li> <li>décrire les sentiments associés à la motivation</li> <li>pratiquer des comportements liés à l'esprit sportif, à la sécurité, au respect, à la coopération et aux bonnes manières (comportements inclusifs)</li> <li>appliquer des stratégies, y compris communiquer de façon respectueuse, pour inclure d'autres personnes dans l'activité physique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pratiquer des comportements respectueux et coopératifs, y compris l'étiquette et l'esprit sportif, lors des activités à deux ou des activités de groupe</li> <li>mettre en pratique des actions qui ont un effet positif sur la réussite individuelle et collective</li> <li>donner des exemples de sécurité pour soi et pour les autres</li> <li>pratiquer des comportements inclusifs liés à l'esprit sportif et à sa propre sécurité et celle des autres</li> <li>déterminer comment la participation à des activités physiques peut favoriser les liens avec les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>résoudre des problèmes pour entretenir des relations avec les autres dans le cadre d'activités physiques</li> <li>pratiquer des rôles, y compris celui de suiveur, de chef et de coéquipier, pendant l'activité physique</li> <li>réagir de façon appropriée et modifier les actions pour promouvoir la sécurité pendant l'activité physique</li> <li>décrire comment les liens avec les autres favorisent la motivation personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>modifier les actions pour assurer la sécurité pendant l'activité physique</li> <li>faire preuve de respect envers soi-même, ses pairs et l'équipement en participant à diverses activités physiques</li> <li>démontrer différents rôles, y compris celui de chef, de suiveur, d'attaque, de défense et de chasseur-chassé, pendant l'activité physique</li> <li>examiner comment la participation à divers rôles favorise la motivation</li> <li>modifier les règles pour rendre l'activité physique inclusive</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
	<ul style="list-style-type: none"> <li>pratiquer des comportements liés à l'esprit sportif et à la sécurité</li> <li>découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de l'importance de se sentir inclus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>expliquer pourquoi des règles sont nécessaires dans les jeux et les activités physiques</li> <li>démontrer le tour de rôle et le partage de l'équipement</li> <li>découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de la motivation</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>appliquer des stratégies pour travailler ensemble et résoudre des problèmes dans diverses activités physiques</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La collaboration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La collaboration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Accès à l'information</li> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> <li>Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> <li>Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participation</li> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participation</li> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Public cible</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse des tâches</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Public cible</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Notion clé</b>	<b>Le fait de donner un sens à un mode de vie sain et au processus décisionnel contribue à notre compréhension de la croissance et du développement sains.</b>				
<b>Questions directrices</b>	<b>Qu'est-ce que la croissance et le développement sains?</b>	<b>Quelles habitudes peuvent favoriser ma croissance et mon développement sains?</b>	<b>Qu'est-ce qui a une incidence sur la croissance et le développement sains?</b>	<b>Comment une croissance et un développement sains peuvent-ils être soutenus?</b>	<b>Quel est l'effet de la maturation sur la croissance et le développement sains?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>	<b>Les enfants décrivent comment le fait de prendre soin de son corps favorise une croissance et un développement sains.</b>	<b>Les élèves représentent comment le fait de prendre soin de son corps les aide à grandir et à se développer.</b>	<b>Les élèves examinent comment les habitudes de santé contribuent à la croissance et au développement sains.</b>	<b>Les élèves établissent des liens entre les habitudes de santé et la croissance et le développement sains.</b>	<b>Les élèves établissent un lien entre un mode de vie sain et les changements qui surviennent à la puberté.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le corps grandit et se développe et est spécial et unique à chacun</li> <li>les pratiques de base en matière de santé (hygiène), y compris se brosser les dents, se laver, se laver les mains et éternuer dans sa manche pour empêcher les autres de tomber malades, sont importantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le sommeil, le repos, la nutrition, la santé mentale et l'activité physique jouent un rôle important dans la croissance et le développement sains</li> <li>les habitudes de santé sont importantes pour la croissance et le développement personnels</li> <li>les changements qui surviennent pendant la croissance et le développement sont une source de fierté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le sommeil, le repos, la nutrition, la santé mentale et l'activité physique jouent un rôle important dans la croissance et le développement sains du corps et du cerveau</li> <li>les bonnes habitudes de santé se développent au fil du temps et nécessitent une pratique répétée</li> <li>une réduction du comportement sédentaire a de nombreux bienfaits pour la santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la santé physique et mentale est influencée par divers facteurs, y compris le sommeil, la nutrition, l'activité et les réseaux de soutien</li> <li>les stades de croissance et de développement se produisent à des rythmes différents</li> <li>les réseaux de soutien peuvent inclure des personnes à la maison, à l'école et dans la communauté, et contribuent à la croissance et au développement sains</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les changements associés à la puberté nécessitent des ajustements aux routines quotidiennes et aux habitudes</li> <li>la puberté entraîne des changements au soi holistique, y compris le bien-être émotionnel et social</li> <li>les perspectives culturelles sur la puberté peuvent avoir un effet positif sur la croissance et le développement sains</li> <li>les connaissances culturelles des Premières Nations, des Métis et des Inuits peuvent favoriser le développement de soi respectueux</li> <li>les sentiments personnels concernant le corps et l'apparence (image corporelle) sont influencés par de nombreux facteurs, y compris les médias</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>déterminer les pratiques de base en matière de santé (hygiène)</li> <li>décrire les changements survenus dans le corps depuis la naissance</li> <li>exprimer des façons d'apprécier la santé et le bien-être</li> <li>déterminer des choix sains pour une croissance et un développement sains</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>déterminer les noms des parties du corps</li> <li>pratiquer de saines habitudes d'hygiène</li> <li>décrire les changements au corps à mesure qu'il grandit</li> <li>démontrer des façons d'apprécier la santé et le bien-être</li> <li>décrire des façons de maintenir une bonne santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>examiner les façons dont les habitudes de santé se développent au fil du temps</li> <li>expliquer le rôle du sommeil, du repos, de la nutrition, de la santé mentale et de l'activité physique dans la croissance et le développement sains du corps et du cerveau</li> <li>décrire des habitudes de santé personnelles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>établir des liens entre les conséquences des choix et la façon dont ils se rapportent à la croissance et au développement sains</li> <li>mettre en pratique des façons de réduire les comportements sédentaires</li> <li>décrire les différents taux d'une croissance saine et les stades de développement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire comment la puberté influe sur les choix sains</li> <li>décrire les changements qui se produisent pendant la puberté</li> <li>décrire comment les habitudes de santé personnelles peuvent devoir être modifiées à mesure que le corps change</li> <li>déterminer les sources de soutien dans la communauté, y compris les aînés et les services infirmiers de santé publique</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La communication</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La communication</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La pensée critique</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La pensée critique</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La communication</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clarté</li> <li>Vocabulaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clarté</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Influence des médias</li> <li>Stratégies de compréhension</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Notion de temps</li> <li>Interprétation et représentation de l'information spatiale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Questions directrices</b>	Qu'est-ce que la sécurité personnelle?	Pourquoi la sécurité personnelle est-elle importante?	Comment puis-je soutenir ma sécurité personnelle?	Comment la préparation et la pratique soutiennent-elles la sécurité personnelle?	Comment différents contextes peuvent-ils avoir un effet sur la sécurité personnelle?
<b>Résultats d'apprentissage</b>	Les enfants explorent la sécurité personnelle dans divers contextes.	Les élèves examinent l'importance de la sécurité personnelle.	Les élèves explorent des stratégies et adoptent des comportements pour la sécurité personnelle.	Les élèves démontrent des stratégies qui améliorent la sécurité personnelle dans les situations inconfortables et dangereuses.	Les élèves examinent diverses influences sur les situations sécuritaires, inconfortables et dangereuses en matière de sécurité personnelle.
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tout le monde a le droit à un espace personnel</li> <li>• il faut avoir reçu la permission avant d'entrer dans l'espace personnel d'une autre personne</li> <li>• la sécurité personnelle comprend la connaissance de la signification des symboles de sécurité pour les médicaments, les poisons et d'autres substances toxiques</li> <li>• la sécurité personnelle signifie d'être capable de faire la distinction entre les situations sécuritaires et celles qui sont dangereuses ou inconfortables</li> <li>• il est important de demander de l'aide dans des situations dangereuses ou inconfortables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• la sécurité personnelle comprend le droit de chacun de ne pas avoir à craindre la violence physique et la méchanceté</li> <li>• la sécurité personnelle suppose un choix de mots et d'actions qui protègent ses propres sentiments et son propre corps ainsi que ceux des autres</li> <li>• l'établissement des limites est important pour que les besoins soient satisfaits et respectés, y compris les besoins d'espace personnel</li> <li>• la communication des limites signifie de dire aux autres ce avec quoi on est à l'aise et ce avec quoi on est inconfortable</li> <li>• il y a des personnes de confiance dans l'école et la communauté qui peuvent aider à assurer la sécurité personnelle</li> <li>• les règles de sécurité aident à garder la classe et l'école en santé et sécuritaires pour tous</li> <li>• la sécurité personnelle inclut le fait de connaître la signification des symboles de la circulation dans la communauté lors des déplacements entre l'école et la maison</li> <li>• la sécurité personnelle comprend la capacité de distinguer les substances sécuritaires des substances dangereuses à la maison, à l'école et dans la communauté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• les limites personnelles sont établies en communiquant clairement le refus et la permission (consentement)</li> <li>• le toucher et l'affection ne sont jamais un secret</li> <li>• les croyances et les pratiques culturelles peuvent influencer sur la sécurité personnelle</li> <li>• les stratégies, y compris la sensibilisation aux réseaux de sécurité, sont importantes pour les situations dangereuses et inconfortables</li> <li>• la communication des plans de sécurité, y compris l'utilisation sécuritaire de la technologie, est importante à la maison, à l'école et dans la communauté</li> <li>• les médicaments sont utilisés à toutes sortes de fins précises</li> <li>• certaines situations nécessitent l'aide de services d'urgence</li> <li>• une aide d'urgence peut être obtenue en composant le 911</li> <li>• l'utilisation responsable de l'information aide chacun à rester en sécurité (citoyenneté numérique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• la capacité à refuser et à consentir est importante pour la sécurité personnelle</li> <li>• des stratégies, y compris la détermination des limites personnelles, sont nécessaires pour se sentir en sécurité dans les relations</li> <li>• les situations dangereuses et inconfortables exigent des réponses appropriées, y compris demander de l'aide, utiliser une ligne d'aide pour les enfants et composer le 911</li> <li>• les substances peuvent être classées de différentes manières, y compris légales et illégales.</li> <li>• les déplacements dans la communauté locale, y compris pour se rendre à l'école et en revenir, exigent d'avoir des comportements sécuritaires</li> <li>• les situations dangereuses et inconfortables nécessitent une planification proactive</li> <li>• la sécurité personnelle est la responsabilité de tout le monde et inclut le fait de ne pas mettre les autres dans des situations dangereuses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• les limites personnelles changent en fonction du contexte</li> <li>• les gens ont le droit de prendre des décisions pour être en sécurité et ont la responsabilité de ne pas mettre les autres dans des situations dangereuses</li> <li>• les contextes environnementaux peuvent entraîner des situations dangereuses ou inconfortables, ce qui nécessite des réactions appropriées</li> <li>• les substances légales et illégales ont un effet sur le bien-être</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• faire des recherches sur la signification de la sécurité personnelle</li> <li>• décrire les différences entre des situations sécuritaires et des situations dangereuses ou inconfortables</li> <li>• discuter des sentiments qui peuvent être associés à des situations sécuritaires, dangereuses et inconfortables</li> <li>• discuter des moyens de réagir, y compris demander de l'aide, dans des situations inconfortables et dangereuses</li> <li>• décrire l'espace personnel</li> <li>• déterminer les symboles de sécurité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• représenter l'importance de la sécurité personnelle par des illustrations ou d'autres formes de texte</li> <li>• reconnaître ses limites personnelles et celles des autres, y compris demander la permission avant de toucher quelqu'un ou ses effets personnels</li> <li>• déterminer des personnes de confiance dans l'école et la communauté qui sont en mesure d'aider à assurer la sécurité personnelle</li> <li>• s'exercer à demander de l'aide dans divers scénarios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• respecter ses propres limites et celles des autres</li> <li>• déterminer un réseau de sécurité pour des situations dangereuses et inconfortables</li> <li>• reconnaître les croyances et les pratiques culturelles qui favorisent la sécurité</li> <li>• décrire les différences entre les médicaments vendus sur ordonnance et les médicaments en vente libre</li> <li>• décrire l'utilisation sécuritaire et responsable de l'information (citoyenneté numérique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reconnaître les points de vue culturels sur les limites personnelles et les pratiques sociales</li> <li>• pratiquer l'utilisation sécuritaire et responsable de l'information (citoyenneté numérique)</li> <li>• protéger l'information personnelle</li> <li>• démontrer quand et comment demander de l'aide dans divers contextes</li> <li>• pratiquer les habiletés de communication du refus et du consentement dans divers contextes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• discuter des points de vue culturels sur les limites personnelles et les pratiques sociales</li> <li>• pratiquer les habiletés de communication du refus et du consentement</li> <li>• évaluer les situations dangereuses et inconfortables lors de la prise de décision</li> <li>• démontrer la citoyenneté numérique</li> <li>• déterminer l'effet des substances légales et des substances illégales sur le bien-être</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
	<ul style="list-style-type: none"> <li>découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de la sécurité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>suivre les règles et les consignes de sécurité</li> <li>expliquer la signification des symboles de circulation en relation avec la sécurité personnelle</li> <li>reconnaitre quand on se sent à l'aise ou mal à l'aise en présence des autres</li> <li>déterminer les substances inoffensives et les substances dangereuses à la maison, à l'école et dans la communauté</li> <li>examiner les moyens de trouver de l'aide dans des situations inconfortables et dangereuses</li> <li>découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de l'importance de la sécurité personnelle</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>réagir de façon appropriée face à des situations inconfortables et dangereuses</li> <li>déterminer les substances légales et les substances illégales</li> </ul>	
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La résolution de problèmes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La résolution de problèmes</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Accès à l'information</li> <li>Clarté</li> <li>Vocabulaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse des tâches</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Clarté</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Participation</li> <li>Modes et médias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Objectif</li> <li>Participation</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulaire</li> <li>Participation</li> <li>Public cible</li> <li>Accès à l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Public cible</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Participation</li> <li>Évaluation de l'information</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisation de données</li> <li>Gestion de l'espace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisation de données</li> <li>Gestion de l'espace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Organisation de données</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> <li>Organisation de données</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestion de l'espace</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>	<b>Comment puis-je faire des choix nutritionnels sains?</b>	<b>Pourquoi est-il important de faire des choix nutritionnels sains?</b>	<b>Qu'est-ce qui influence la façon dont je fais des choix nutritionnels sains?</b>	<b>Comment puis-je relier l'information nutritionnelle de qualité au fait de faire des choix nutritionnels sains?</b>	<b>Comment puis-je appliquer mes connaissances en nutrition pour faire des choix sains?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>	<b>Les enfants reconnaissent comment faire des choix nutritionnels sains.</b>	<b>Les élèves décrivent comment faire des choix nutritionnels sains.</b>	<b>Les élèves examinent ce qui influe sur leur capacité à faire des choix nutritionnels sains.</b>	<b>Les élèves analysent l'information nutritionnelle pour faire des choix nutritionnels sains.</b>	<b>Les élèves évaluent l'information nutritionnelle pour faire des choix nutritionnels sains.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le corps fait savoir quand il a faim et soif</li> <li>la nourriture, y compris les aliments traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits, provient de la terre</li> <li>différents aliments peuvent être groupés en fonction des caractéristiques et de la façon dont chaque type d'aliment aide le corps à être en bonne santé</li> <li>une bonne alimentation et une bonne hydratation ont un effet sur la façon dont le corps se sent</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>une alimentation saine présente des avantages, notamment en fournissant de l'énergie et en favorisant le développement (nutrition)</li> <li>les changements saisonniers influent sur les choix alimentaires</li> <li>les directives nutritionnelles favorisent les choix alimentaires sains</li> <li>une bonne alimentation et une bonne hydratation sont liées</li> <li>certains aliments sont des allergènes et peuvent nuire</li> <li>la faim, l'appétit et les signaux alimentaires, y compris les heures de repas, sont liés et</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les directives nutritionnelles offrent la souplesse nécessaire pour créer des choix alimentaires sains, y compris les traditions familiales, les traditions culturelles et les choix saisonniers</li> <li>les politiques, les lignes directrices et les ressources sur la nutrition à l'école favorisent les choix alimentaires sains</li> <li>les niveaux d'hydratation et d'activité physique sont liés</li> <li>le jardinage, la culture et la cueillette relient les élèves à la terre et à l'origine des aliments</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les choix en matière d'alimentation et d'hydratation ont un effet sur le bien-être</li> <li>une bonne manipulation des aliments, y compris dans la préparation et la conservation, est importante pour sa propre sécurité et celle des autres</li> <li>la nourriture provient de diverses sources, y compris le jardinage, la culture et la cueillette</li> <li>l'information nutritionnelle de qualité provient de diverses sources, y compris les étiquettes des aliments</li> <li>une alimentation équilibrée comprenant des aliments nutritifs aide à améliorer la forme physique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les sources d'information nutritionnelle fiables sont basées sur la recherche et le savoir traditionnel</li> <li>les choix alimentaires personnels peuvent être influencés par des facteurs, y compris les besoins alimentaires</li> <li>divers aliments sont liés aux pratiques et traditions culturelles</li> <li>les régimes traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits ont évolué avec le temps</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
		peuvent avoir un effet sur les choix alimentaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>les étiquettes nutritionnelles aident à fournir de l'information sur les éléments nutritifs</li> </ul>		
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explorer des boissons et des aliments nutritifs variés</li> <li>déterminer les différentes sources de nourriture</li> <li>explorer les sources de nourriture traditionnelles des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire des choix sains pour les repas et les collations</li> <li>déterminer les choix alimentaires saisonniers, y compris des régimes traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> <li>explorer diverses lignes directrices en matière de nutrition, y compris fédérales et provinciales</li> <li>déterminer différents aliments nutritifs</li> <li>déterminer les allergènes alimentaires possibles, y compris les produits laitiers et les noix</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reconnaitre les choix sains pour les repas et les collations</li> <li>explorer les lignes directrices en matière de nutrition, y compris fédérales et provinciales</li> <li>déterminer diverses sources de nourriture traditionnelles des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> <li>examiner comment et pourquoi faire des choix relatifs aux signaux alimentaires, à la faim et à l'appétit</li> <li>explorer les origines alimentaires et les attributs alimentaires</li> <li>examiner la relation entre l'intensité et la durée de l'activité physique et l'hydratation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analyser les étiquettes nutritionnelles pour aider à soutenir les choix sains</li> <li>effectuer une recherche sur les sources de nourriture, y compris les sources de nourriture traditionnelles des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> <li>effectuer une recherche sur la préparation et la conservation des aliments, y compris les pratiques traditionnelles des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> <li>explorer les pratiques courantes pour manipuler correctement les aliments</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>élaborer des plans d'alimentation saine</li> <li>déterminer les occasions de faire des choix alimentaires sains dans différents contextes</li> <li>reconnaitre les environnements qui offrent des choix sains et favorisent une alimentation saine</li> <li>comparer les étiquettes nutritionnelles entre différents produits pour faire des choix alimentaires éclairés</li> <li>déterminer des sources de nutrition fiables</li> <li>explorer les causes et les effets sur les régimes traditionnels des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Accès à l'information</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Accès à l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Évaluation de l'information</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisation de données</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Objectif</li> <li>Interprétation de données</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> <li>Interprétation et représentation de l'information quantitative</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Objectif</li> <li>Interprétation de données</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> <li>Interprétation de données</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>				Où puis-je obtenir de l'information de qualité pour faire des choix sains?	Comment l'appropriation des processus décisionnels personnels peut-elle avoir une incidence sur mon bien-être?
<b>Résultats d'apprentissage</b>				Les élèves examinent l'influence de diverses sources d'information en matière de santé sur la prise de décision.	Les élèves établissent des liens et appliquent les connaissances en matière de santé dans le cadre des processus décisionnels qui favorisent le bien-être.
<b>Connaissances conceptuelles</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>l'information de qualité provient de diverses sources, y compris les médias et les soutiens de la communauté</li> <li>les sources d'information fiables sont basées sur la recherche et les savoirs traditionnels</li> <li>la sensibilisation aux modèles holistiques de bien-être peut éclairer les choix sains</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la sélection d'une information appropriée nécessite une prise de décision efficace</li> <li>les choix peuvent avoir des répercussions positives ou négatives, notamment sur le bien-être physique, intellectuel et financier</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>évaluer les sources d'information de qualité, y compris l'influence des médias</li> <li>déterminer des modèles holistiques de bien-être pour soutenir une prise de décision saine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>démontrer une prise de décision éclairée pour soutenir le bien-être holistique</li> <li>déterminer l'effet des choix personnels, y compris les habitudes de dépenses et d'épargne</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
					<ul style="list-style-type: none"> <li>examiner les avantages des modèles holistiques pour faire des choix qui favorisent le bien-être</li> </ul>
<b>Compétences</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>
<b>Littératie</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Accès à l'information</li> <li>Évaluation de l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Évaluation de l'information</li> </ul>
<b>Numératie</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>

ÉBAUCHE

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Notion clé</b>	<b>L'exploration des liens renforce notre compréhension des relations pour nous aider à donner un sens au monde.</b>				
<b>Questions directrices</b>	<b>Comment le fait d'avoir des liens avec des personnes dans ma communauté contribue-t-il à mon bien-être?</b>	<b>Comment puis-je établir des liens avec ma communauté afin d'améliorer mon bien-être?</b>	<b>De quoi dépend le bien-être de la communauté?</b>	<b>Quelles stratégies puis-je utiliser pour améliorer le bien-être dans ma communauté?</b>	<b>Pourquoi est-il important de comprendre la relation entre la communauté et le bien-être personnel?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>	<b>Les enfants reconnaissent les personnes, les lieux et les routines de la communauté qui contribuent à leur bien-être personnel.</b>	<b>Les élèves décrivent les personnes, les lieux et les routines de la communauté qui contribuent à leur bien-être personnel.</b>	<b>Les élèves examinent des facteurs qui contribuent au bien-être de la communauté.</b>	<b>Les élèves analysent et mettent en œuvre des stratégies qui contribuent au bien-être de la communauté.</b>	<b>Les élèves reconnaissent et évaluent la relation qui existe entre leur propre bien-être et celui de la communauté.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les personnes à la maison, à l'école et dans la communauté ont des rôles, des responsabilités et des métiers</li> <li>les environnements naturels et construits, y compris les parcs et les terrains de jeux, contribuent au bien-être</li> <li>les routines personnelles aident les gens à savoir à quoi s'attendre et quoi faire</li> <li>un corps sain est un ingrédient important du bien-être (holistique)</li> <li>le fait de faire partie d'une communauté peut donner un sentiment d'appartenance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>des sources de soutien et d'aide sont disponibles dans la communauté</li> <li>les environnements naturels et construits, y compris les parcs, les centres communautaires, les centres de loisirs et les terrains de jeux, contribuent au bien-être</li> <li>les membres de la communauté ont différents rôles, responsabilités et métiers</li> <li>les choix personnels ont des effets sur le bien-être</li> <li>les routines personnelles et collectives aident les gens à savoir à quoi s'attendre et quoi faire</li> <li>les corps, les esprits et les sentiments sains jouent un rôle dans le bien-être (holistique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le sens de la communauté et du bien-être se développe grâce à la conscience des rôles et responsabilités des membres de la communauté</li> <li>les routines et les attentes contribuent au bien-être personnel et collectif</li> <li>les habiletés organisationnelles contribuent à la communauté d'apprentissage</li> <li>la communauté joue un rôle dans le soutien du bien-être général de chaque personne et de tout le monde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ses propres forces, champs d'intérêt, talents et dons et ceux des autres peuvent contribuer au bien-être de la communauté</li> <li>la communauté fonctionne bien lorsque les routines et les attentes sont établies</li> <li>les environnements naturels et construits, y compris les parcs, les centres de loisirs et les terrains de jeux, contribuent au bien-être de la communauté</li> <li>le bien-être holistique est nourri par chaque personne et par la communauté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les autres membres de la communauté aident à déterminer les champs d'intérêt de l'individu</li> <li>les comportements et les décisions ont des effets sur les autres</li> <li>la communauté influe sur la prise de décision personnelle</li> <li>les décisions de la communauté ont une incidence sur le bien-être</li> <li>le leadership efficace, qui contribue au bien-être communautaire, a de nombreux attributs, dont l'intégrité, l'initiative et l'engagement</li> <li>les modèles de bien-être holistique peuvent refléter des valeurs qui appuient la communauté saine et équilibrée</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reconnaitre que les rôles et les responsabilités des personnes à la maison, à l'école et dans la communauté contribuent au bien-être</li> <li>explorer les façons dont la communauté influe sur le bien-être</li> <li>établir des routines et des attentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les rôles et les responsabilités des membres de la famille, du personnel scolaire et des autres membres de la communauté qui contribuent au bien-être</li> <li>énumérer les environnements naturels et construits dans la communauté, y compris les parcs, les centres communautaires, les centres de loisirs et les terrains de jeux</li> <li>explorer les rôles, les responsabilités et les métiers des membres de la communauté</li> <li>développer des routines et de l'indépendance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>examiner les ressources de la communauté, y compris les personnes, les lieux et les choses qui offrent du soutien et de l'aide</li> <li>développer des routines, des attentes et des compétences organisationnelles</li> <li>examiner les effets sur la communauté des environnements naturels et construits, y compris les parcs, les centres de loisirs et les terrains de jeux</li> <li>décrire les possibilités dans la communauté qui contribuent à son propre bien-être général et à celui de tout le monde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>développer des routines, des attentes et des compétences organisationnelles pour contribuer à la communauté</li> <li>décrire des façons dont les gens peuvent aider à l'école ou dans la communauté locale</li> <li>analyser les rôles et les comportements qui contribuent à son propre bien-être et à celui de toute la classe</li> <li>examiner les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons qui se trouvent dans la communauté et les manières dont ils peuvent contribuer au bien-être communautaire</li> <li>explorer comment chacun et tout le monde peuvent favoriser le bien-être holistique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire comment les routines et les attentes contribuent au bien-être personnel et à celui des autres</li> <li>décrire les qualités et les contributions du leadership à l'école et dans la communauté</li> <li>participer à des activités qui contribuent au bien-être de l'école et de la communauté</li> <li>comparer la relation entre les environnements naturels et construits et l'amélioration du bien-être communautaire</li> <li>explorer diverses pratiques culturelles qui favorisent la vie saine</li> <li>explorer des modèles variés de bien-être holistique, y compris ceux des Premières Nations, des Métis et des Inuits</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La citoyenneté culturelle et mondiale</li> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La citoyenneté culturelle et mondiale</li> <li>La pensée critique</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Vocabulaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspicacité personnelle</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Accès à l'information</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Clarté</li> <li>Analyse des tâches</li> <li>Perspicacité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Analyse des tâches</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Clarté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Stratégies de compréhension</li> <li>Clarté</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Régularités et relations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>
<b>Questions directrices</b>	<b>Qu'est-ce que l'amitié?</b>	<b>Comment puis-je montrer mon amitié aux autres?</b>	<b>Qu'est-ce qu'une relation saine?</b>	<b>Quels efforts puis-je faire pour avoir des relations plus saines avec les autres?</b>	<b>Qu'est-ce que je peux faire pour favoriser les relations saines?</b>
<b>Résultats d'apprentissage</b>	<b>Les enfants explorent l'amitié.</b>	<b>Les élèves manifestent leur amitié dans des mots et des gestes.</b>	<b>Les élèves explorent la nature des relations saines.</b>	<b>Les élèves décrivent et adoptent les comportements associés à des relations saines.</b>	<b>Les élèves comparent et mettent en contraste les stratégies qui favorisent les relations saines.</b>
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les relations d'amitié aident à répondre aux besoins humains d'aimer d'autres personnes et de se sentir aimé</li> <li>les amis sont deux ou plusieurs personnes qui se connaissent et qui s'entendent bien</li> <li>les amis passent du temps ensemble</li> <li>les amis s'entraident</li> <li>les amis partagent des moments heureux</li> <li>les mots et les gestes peuvent rendre les autres heureux ou ils peuvent blesser</li> <li>les amis manifestent leur gentillesse et leur respect les uns pour les autres dans leurs paroles et leurs gestes</li> <li>le conflit fait parfois partie de l'amitié</li> <li>les amis résolvent les conflits en s'écouter</li> <li>les amis résolvent les conflits en utilisant des messages « je » pour faire part de leurs sentiments ou pour s'excuser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>l'amitié contribue aux sentiments de bien-être</li> <li>les amis s'aiment et se respectent</li> <li>les amis se sentent à l'aise lorsqu'ils jouent ou travaillent ensemble</li> <li>les amis se parlent de leurs idées et de leurs expériences en s'écouter les uns les autres</li> <li>les amis se font confiance</li> <li>les amis tiennent les promesses qu'ils se font</li> <li>les amis font preuve de gentillesse, de bienveillance et d'équité</li> <li>les amis règlent les conflits en s'écouter, en essayant de comprendre le point de vue de l'autre, en s'excusant, en prenant le temps de se calmer ou en obtenant l'aide d'un pair ou d'un adulte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les relations se tissent entre deux personnes ou plus</li> <li>l'amitié est un type de relation</li> <li>des relations saines reposent sur la bienveillance, la confiance et le respect mutuel</li> <li>les relations saines créent un sentiment d'appartenance</li> <li>chaque personne dans une relation est l'égal de l'autre ou des autres</li> <li>les communications entre les personnes dans une relation saine sont ouvertes, honnêtes et sûres</li> <li>le respect des goûts et des besoins de chaque personne est essentiel aux relations saines</li> <li>les personnes dans une relation saine se soutiennent au moyen d'expressions d'appréciation et d'encouragement</li> <li>le conflit fait parfois partie des relations saines</li> <li>les personnes dans une relation saine résolvent les conflits en se parlant sans s'interrompre ou dire des choses blessantes afin d'arriver à une compréhension commune du problème</li> <li>chaque personne dans une relation saine a une part de la responsabilité de proposer des solutions équitables aux problèmes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>chaque personne dans une relation saine est égale à l'autre ou aux autres, et elle détient un pouvoir égal</li> <li>les personnes dans des relations saines parlent de leurs idées et de leurs expériences, mais chaque personne respecte l'intimité de l'autre</li> <li>les relations saines offrent des possibilités à chaque personne d'avoir son point de vue différent et de le présenter de façon respectueuse</li> <li>les personnes dans les relations saines se soutiennent dans des moments de perte, de défi ou d'échec en se disant des mots encourageants et en posant des gestes positifs</li> <li>les personnes dans les relations saines aident parfois à résoudre les conflits en acceptant des compromis afin de faire leur part dans la recherche de solutions justes et équitables aux problèmes</li> <li>l'empathie est un élément important des relations saines qui consiste à essayer de comprendre ou de partager les sentiments d'une autre personne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>chaque personne dans une relation est égale à l'autre ou aux autres et a la responsabilité de garder saine la relation</li> <li>les relations saines comportent des limites établies</li> <li>les limites sont établies lorsque chaque personne dans une relation saine se sent à l'aise de dire, d'une part, ce qu'elle accepte et, d'autre part, ce qui la rend mal à l'aise</li> <li>les limites sont établies lorsque chaque personne dans une relation saine se sent à l'aise de déclarer ses préférences concernant les activités communes et la quantité de temps passé ensemble</li> <li>il est possible d'obtenir de l'aide auprès de plusieurs personnes, y compris des parents, des tuteurs, des enseignants, des aînés et des gardiens du savoir</li> <li>les relations nécessitent des stratégies, entre autres de résolution de conflits et d'expression d'empathie, pour permettre de gérer le changement et de se soutenir les uns les autres</li> <li>il existe des stratégies appropriées pour soutenir les élèves dans un environnement d'apprentissage sécuritaire et bienveillant</li> <li>les comportements peuvent avoir des effets sur l'image de soi et le sentiment d'appartenance</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les qualités de l'amitié</li> <li>représenter des manières de montrer l'amitié dans des illustrations ou d'autres formes de texte</li> <li>utiliser des mots et des actions appropriés pour communiquer l'amitié</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>représenter la valeur personnelle de l'amitié dans des illustrations ou d'autres formes de texte</li> <li>utiliser des mots et des actions qui favorisent le développement de l'amitié dans divers contextes d'apprentissage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les qualités des relations saines</li> <li>faire preuve de respect en interagissant avec ses pairs et les adultes</li> <li>utiliser des mots et des gestes appropriés qui servent à offrir aux autres de l'appréciation et de l'encouragement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire des comportements qui aideraient à indiquer qu'une relation est saine</li> <li>montrer du respect pour la vie privée des autres</li> <li>exprimer ses opinions personnelles avec respect</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire l'importance de l'égalité dans les relations saines</li> <li>expliquer l'importance des limites dans les relations saines</li> <li>comparer et mettre en contraste des stratégies des relations saines</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utiliser des mots et des actions appropriés pour résoudre les conflits avec les pairs</li> <li>• découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de l'amitié</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utiliser des mots et des actions appropriés qui soutiennent la résolution constructive des conflits</li> <li>• découvrir des livres d'images ou d'autres formes de texte qui traitent de l'importance de l'amitié et de la résolution positive des conflits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• participer de manière active et constructive à la résolution de conflit respectueuse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reconnaître le droit des autres à détenir et à exprimer des opinions divergentes</li> <li>• utiliser des mots et des gestes appropriés pour offrir un soutien aux autres</li> <li>• participer à la résolution des conflits en faisant des compromis</li> <li>• faire preuve d'empathie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• déterminer des sources d'aide pour le soutien des relations saines</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La communication</li> <li>• Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le développement et le bien-être personnels</li> <li>• La communication</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le développement et le bien-être personnels</li> <li>• La pensée critique</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse des tâches</li> <li>• Accès à l'information</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Clarté</li> <li>• Public cible</li> <li>• Modes et médias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse des tâches</li> <li>• Accès à l'information</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Clarté</li> <li>• Public cible</li> <li>• Modes et médias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse des tâches</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse des tâches</li> <li>• Public cible</li> <li>• Participation</li> <li>• Vocabulaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stratégies de compréhension</li> <li>• Vocabulaire</li> <li>• Clarté</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune progression désignée</li> </ul>

## ÉBAUCHE du programme de bien-être de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année

	Maternelle	1 <sup>re</sup> année	2 <sup>e</sup> année	3 <sup>e</sup> année	4 <sup>e</sup> année
<b>Notion clé</b>	<b>Le développement et l'affirmation de l'identité contribuent au bien-être, à la connaissance de soi et à la compréhension réciproque.</b>				
<b>Questions directrices</b>	Comment puis-je déterminer mes sentiments et gérer les émotions pour me connaître?	Pourquoi est-il important de déterminer mes sentiments et de gérer les émotions pour me connaître?	Comment déterminer mes sentiments et gérer mes émotions dans différentes situations pour me connaître?	Pourquoi est-il important de me connaître et de gérer mes émotions?	Comment le fait de se connaître permet-il de gérer ses émotions dans diverses situations?
<b>Résultats d'apprentissage</b>	Les enfants reconnaissent leurs sentiments et explorent des façons de gérer leurs émotions pour se connaître.	Les élèves décrivent des sentiments et démontrent des façons de gérer leurs émotions pour se connaître.	Les élèves démontrent des stratégies qui favorisent la conscience de soi.	Les élèves intègrent des stratégies qui appuient leur conscience de soi.	Les élèves font preuve de conscience de soi tout en s'adaptant à divers contextes.
<b>Connaissances conceptuelles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les émotions montrent ce que les individus ressentent</li> <li>les émotions sont liées à la façon dont les personnes pensent et se sentent</li> <li>il y a différents types de sentiments et d'émotions, y compris le bonheur, la tristesse et l'enthousiasme</li> <li>chaque individu est spécial et unique</li> <li>le cerveau et le corps sont reliés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>des mots comme heureux, triste et enthousiaste peuvent être utilisés pour exprimer des émotions</li> <li>les émotions sont liées au comportement, y compris la fuite, la lutte et le blocage</li> <li>l'expression des émotions peut avoir un effet sur la façon dont une personne se sent (santé mentale)</li> <li>la reconnaissance des sentiments aide à se comprendre soi-même et à comprendre les autres</li> <li>les décisions prises par rapport au corps ont un effet sur le cerveau et les sentiments (santé mentale)</li> <li>des émotions, des corps et des esprits sains jouent un rôle dans notre bien-être (holistique)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>les émotions sont exprimées différemment, en fonction du temps et du lieu</li> <li>les défis personnels peuvent être résolus de diverses manières, y compris diviser le travail en plusieurs parties et faire des pauses</li> <li>les stratégies de maîtrise de soi sont alignées sur les fonctions cérébrales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>la maîtrise de soi est liée aux signaux venant du corps, des pensées et de l'esprit</li> <li>différentes situations peuvent provoquer une réaction émotionnelle (stress)</li> <li>l'établissement d'objectifs à court terme s'aligne sur les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons personnels</li> <li>la réflexion et la rétroaction sur la réussite et l'échec offrent des possibilités de croissance personnelle et d'apprentissage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>le stress a un effet sur les émotions et les comportements</li> <li>l'identité est influencée par les expériences vécues et l'environnement</li> <li>la connaissance de soi donne un aperçu des transitions de la vie et des cheminements de carrière</li> <li>les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons se développent et évoluent avec le temps</li> </ul>
<b>Connaissances procédurales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explorer des stratégies, y compris des stratégies d'apaisement, pour la maîtrise de soi</li> <li>reconnaître ses propres sentiments</li> <li>parler des expériences personnelles sur les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons</li> <li>déterminer les fonctions de base du cerveau liées à la pensée et aux émotions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mettre en pratique des stratégies, y compris des stratégies d'apaisement et de réflexion avant de répondre, pour la maîtrise de soi</li> <li>démontrer les émotions de manière appropriée</li> <li>déterminer les sentiments dans différentes situations</li> <li>relier les fonctions cérébrales de base à l'autogestion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>décrire les moyens de surmonter les situations difficiles (résilience émotionnelle)</li> <li>exprimer des émotions dans divers contextes en parlant, en dessinant et en écrivant</li> <li>décrire comment les fonctions cérébrales de base, y compris le conflit, la fuite et le blocage, influencent la capacité de se maîtriser</li> <li>explorer les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>communiquer respectueusement des pensées, des sentiments et des idées</li> <li>évaluer les besoins d'apprentissage</li> <li>reconnaître les facteurs de stress personnels</li> <li>mettre en pratique des stratégies de maîtrise de soi dans divers contextes en réponse à des signaux venant du corps, des pensées et de l'esprit</li> <li>reconnaître les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explorer l'effet des comportements personnels sur soi</li> <li>trouver des solutions aux problèmes</li> <li>créer un plan pour gérer les émotions dans des situations difficiles</li> <li>évaluer les forces, les champs d'intérêt, les talents et les dons personnels</li> </ul>
<b>Compétences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La communication</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La pensée critique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le développement et le bien-être personnels</li> <li>La gestion de l'information</li> </ul>
<b>Littératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Connaissances antérieures</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participation</li> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Vocabulaire</li> <li>Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clarté</li> <li>Intention</li> <li>Perspécité personnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Public cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaissances antérieures</li> <li>Perspécité personnelle</li> <li>Clarté</li> </ul>
<b>Numératie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune progression désignée</li> </ul>