



RENDEMENT DE L'ÉLÈVE

---

*4<sup>e</sup> année*

Éléments clés : 4<sup>e</sup> année**OBJECTIFS ET DÉCISIONS**

- étapes du processus de prise de décisions (p. ex. préciser la décision, énumérer une gamme de solutions de rechange, choisir un plan d'action, évaluer les résultats)

**INTRODUCTION AU CHOIX DE CARRIÈRE**

- inventaire de ses attributs (p. ex. compétences, intérêts, talents; ce que l'élève réussit bien, ce qu'il a appris à faire, ce qu'il aime faire, ce qu'il n'aime pas faire)
- importance de bonnes habitudes de travail (p. ex. facilitent la gestion des activités sociales et périscolaires, permettent de faire face aux attentes de plus en plus grandes sur le plan scolaire et à ses autres engagements)

**SANTÉ***Mode de vie sain*

- choix contribuant à la santé physique (p. ex. intégrer des activités physiques tout au long de la journée, choisir des activités agréables, choisir un mode de transport actif, prendre l'habitude d'utiliser une protection solaire)
- choix contribuant à la santé émotionnelle (p. ex. choisir de bons amis, avoir recours à des sources d'aide et d'information au besoin, réserver du temps pour soi, relever de nouveaux défis, savoir s'adapter et gérer la colère et le stress de manière appropriée)
- choix associés à une bonne alimentation (p. ex. grosseur des portions, nombre de portions recommandées dans le document *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien*)
- changements physiques associés à la puberté (p. ex. taille et forme du corps, odeurs corporelles); prise de conscience des rythmes de développement différents
- définition des maladies transmissibles et des maladies non transmissibles, faisant ressortir les différences entre les deux

*Relations saines*

- compétences en matière de relations interpersonnelles et de groupe (p. ex. collaboration, intégration, aptitude à communiquer, empathie)
- capacité de reconnaître une dynamique de groupe négative (p. ex. le fait de se liguier contre quelqu'un, l'isoler ou le rejeter; commérages, agression physique, participation des témoins, langage irrespectueux)
- stratégies pour réagir à l'intimidation (p. ex. évaluation de la situation, affirmation de soi, signalement des incidents, demande d'aide)

*(suite à la page suivante)*

**Éléments clés : 4<sup>e</sup> année***Sécurité et prévention des blessures*

- astuces et leurres utilisés par les abuseurs éventuels, qu'il s'agisse de personnes connues de l'élève ou d'étrangers, lors de contacts personnels ou sur Internet (p. ex. accorder une attention spéciale à l'élève ou lui faire des compliments, lui offrir des cadeaux, lui dire qu'il s'agit d'un jeu ou que c'est normal, user d'autorité ou de menaces, lui demander ou lui offrir de l'aide, dire « Je connais tes parents. »)
- stratégies permettant d'éviter les abus et l'exploitation (p. ex. savoir comment chercher de l'aide, connaître les astuces et leurres utilisés, se déplacer en groupe, ne pas divulguer de renseignements personnels)
- risques de blessures dans toutes sortes de situations, y compris sur la route (p. ex. rouler à deux sur une bicyclette, ne porter ni casque protecteur ni autre équipement de protection lors d'activités récréatives, faire jouer de la musique trop fort)

*Prévention de la toxicomanie*

- conséquences négatives de l'usage de tabac, d'alcool ou d'autres drogues (p. ex. jugement altéré, vision trouble, accoutumance, répercussions négatives sur les membres de la famille, sur la santé physique et émotionnelle et sur le travail scolaire)
- stratégies permettant de prévenir l'usage de tabac, d'alcool ou d'autres drogues (p. ex. lire les étiquettes, suivre les directives, apprendre à refuser catégoriquement, éviter les situations à risque élevé lors d'activités sociales, utiliser de l'information exacte)

OBJECTIFS ET DÉCISIONS

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p><i>On s'attend à ce que l'élève puisse :</i></p>	<p><i>Les indicateurs de réussite suivants pourront servir à évaluer le rendement de l'élève pour chaque résultat d'apprentissage prescrit correspondant.</i></p> <p><i>L'élève qui atteint pleinement les résultats d'apprentissage peut :</i></p>
<p>A1 énumérer les étapes d'un modèle de prise de décisions (p. ex. préciser la décision, énumérer une gamme de solutions de rechange, choisir un plan d'action, évaluer les résultats)</p>	<p><input type="checkbox"/> énumérer les étapes d'un modèle de prise de décisions, par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- préciser la nature ou le contexte de la décision</li> <li>- décrire le résultat idéal</li> <li>- se livrer à un remue-méninges pour trouver une gamme de solutions de rechange</li> <li>- peser le pour et le contre de chaque possibilité (et ses conséquences) pour soi et les autres</li> <li>- choisir un plan d'action</li> <li>- déterminer ce qu'il faut faire pour mettre le plan à exécution (p. ex. qui fait quoi et quand, où aller chercher de l'aide et de l'information)</li> <li>- énumérer les facteurs pouvant influencer sur la décision (p. ex. valeurs, famille, pairs, coût, temps, ressources, influence des médias, changements dans les champs d'intérêt et les compétences)</li> <li>- mettre la décision en œuvre</li> <li>- évaluer les résultats et modifier la décision au besoin</li> </ul>

INTRODUCTION AU CHOIX DE CARRIÈRE

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p><i>On s'attend à ce que l'élève puisse :</i></p>	<p><i>Les indicateurs de réussite suivants pourront servir à évaluer le rendement de l'élève pour chaque résultat d'apprentissage prescrit correspondant.</i></p> <p><i>L'élève qui atteint pleinement les résultats d'apprentissage peut :</i></p>
<p>B1 dresser un inventaire de ses attributs, y compris ses compétences, ses intérêts et ses talents</p>	<p><input type="checkbox"/> dresser un inventaire de ses attributs personnels (p. ex. compétences, champs d'intérêt, talents; ce qu'il réussit bien, ce qu'il a appris à faire, ce qu'il aime faire, ce qu'il n'aime pas faire) et mettre cet inventaire à jour de temps à autre</p>
<p>B2 montrer qu'il comprend l'importance d'acquérir de bonnes habitudes de travail</p>	<p><input type="checkbox"/> énumérer et décrire toutes sortes de bonnes habitudes de travail et de techniques de gestion du temps (p. ex. rester concentré, dresser une liste de choses à faire, terminer ses devoirs, remettre ses travaux à temps, arriver à l'heure, s'occuper de ses effets personnels, être capable de communiquer et de collaborer, faire preuve de créativité, tirer des leçons de ses erreurs)</p> <p><input type="checkbox"/> décrire de bonnes habitudes de travail et donner des exemples de la façon dont elles contribuent au succès (p. ex. permettent de gérer un quotidien de plus en plus complexe : activités sociales et périscolaires, attentes de plus en plus grandes sur le plan scolaire)</p>

## SANTÉ

Remarque : La composante Santé du programme d'études d'ÉSC M à 7 comporte des résultats d'apprentissage prescrits que certains élèves et leurs parents ou tuteurs se sentiront plus à l'aise d'aborder à la maison. Vous reporter à la politique du Ministère relative aux autres modes de présentation des sujets délicats. Cette politique se trouve à l'URL [www.bced.gov.bc.ca/policy/](http://www.bced.gov.bc.ca/policy/)

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p><i>On s'attend à ce que l'élève puisse :</i></p>	<p><i>Les indicateurs de réussite suivants pourront servir à évaluer le rendement de l'élève pour chaque résultat d'apprentissage prescrit correspondant.</i></p> <p><i>L'élève qui atteint pleinement les résultats d'apprentissage peut :</i></p>
<p><b>Mode de vie sain</b></p> <p>C1 décrire les choix qui s'offrent à toute personne soucieuse d'être et de rester en bonne santé physique et émotionnelle (p. ex. s'adonner régulièrement à une activité physique, entretenir des relations interpersonnelles saines, essayer de nouvelles activités et relever de nouveaux défis)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ dresser une liste de choix en matière d'activité physique qu'il peut faire tout au long de la journée, par exemple : <ul style="list-style-type: none"> <li>- choisir des activités agréables</li> <li>- choisir des activités sécuritaires</li> <li>- y participer régulièrement</li> <li>- choisir des options qui favorisent l'activité plutôt que l'inactivité (p. ex. un mode de transport actif plutôt que l'automobile, tour de vélo au lieu de jeux à l'ordinateur)</li> </ul> </li> <li>❑ dresser une liste de choix compatibles avec une bonne santé émotionnelle (p. ex. choisir de bons amis, rendre service, savoir faire face aux défis, savoir exprimer ses émotions, employer des techniques de gestion de la colère et du stress, avoir recours à des sources d'aide et d'information au besoin, réserver du temps pour soi, s'adonner à de nouvelles activités et relever de nouveaux défis, saisir les occasions d'apprendre de ses erreurs)</li> <li>❑ dresser une liste d'autres choix en matière de santé, par exemple l'hygiène buccale, la protection solaire, la protection contre les insectes, bonne posture et hauteur adéquate des meubles lorsqu'il travaille à l'ordinateur, bonne posture et distribution du poids lorsqu'il transporte des livres, protection antibruit</li> </ul>

*(suite à la page suivante)*

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p>C2 en se fondant sur les recommandations du document <i>Bien manger avec le Guide alimentaire canadien</i>, décrire les choix associés à une bonne alimentation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> décrire les aliments qu'il peut choisir dans chacun des quatre groupes d'aliments du document <i>Bien manger avec le Guide alimentaire canadien</i>, en précisant :               <ul style="list-style-type: none"> <li>- le nombre de portions recommandées quotidiennement, selon l'âge, pour chacun des quatre groupes d'aliments</li> <li>- divers exemples d'aliments de chaque groupe</li> <li>- la grosseur des portions pour chaque groupe d'aliments</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> regrouper dans un tableau ou un autre type de graphique des exemples précis d'aliments de chaque groupe qu'il aime manger</li> <li><input type="checkbox"/> créer un plan d'alimentation en précisant le nombre de portions recommandées de chacun des groupes d'aliments pour satisfaire aux besoins quotidiens de base</li> <li><input type="checkbox"/> décrire des occasions où il peut choisir des aliments favorisant la santé du corps et des dents (p. ex. choisir des collations plus saines à la maison ou dans les machines distributrices, choisir des plats plus sains au restaurant, limiter les aliments riches en sucre ou en matières grasses, varier son alimentation au lieu de manger toujours la même chose, commencer la journée avec un bon déjeuner, choisir des portions raisonnables)</li> </ul>
<p>C3 décrire les changements physiques associés à la puberté (p. ex. taille, poids, développement musculaire, forme du corps, peau grasse, odeurs corporelles)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> définir la <i>puberté</i> comme une étape du cycle biologique des êtres humains et une transition entre l'enfance et l'adolescence</li> <li><input type="checkbox"/> avec l'aide de l'enseignant, décrire les changements physiques prévisibles chez les garçons et les filles à la puberté et au début de l'adolescence (p. ex. taille, poids, forme du corps, développement musculaire, développement de la poitrine, pilosité, odeurs corporelles, changements dans les organes génitaux)</li> <li><input type="checkbox"/> montrer qu'il sait que les changements physiques associés à la puberté se produisent à des rythmes et à des moments différents d'une personne à l'autre</li> </ul>
<p>C4 faire la différence entre maladies transmissibles et maladies non transmissibles (p. ex. les maladies transmissibles peuvent se transmettre d'une personne à l'autre; on ne peut « attraper » une maladie non transmissible d'une personne qui en est atteinte)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> expliquer la différence entre maladies transmissibles et maladies non transmissibles (p. ex. les maladies transmissibles peuvent se transmettre d'une personne à l'autre ou par des objets infectés comme des aiguilles, des produits sanguins; on ne peut « attraper » une maladie non transmissible d'une personne qui en est atteinte; on contracte ces maladies en raison de son mode de vie ou de facteurs environnementaux, héréditaires ou autres)</li> <li><input type="checkbox"/> dresser une liste de maladies transmissibles (p. ex. rhume, grippe, infection de la gorge, varicelle, rougeole, feux sauvages, conjonctivite, méningite, mononucléose, VIH/sida)</li> <li><input type="checkbox"/> dresser une liste de maladies non transmissibles (p. ex. asthme, diabète, cancer, maladie du cœur)</li> </ul>

(suite à la page suivante)

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p><i>Relations saines</i></p> <p>C5 décrire les compétences en relations interpersonnelles nécessaires pour bâtir des relations constructives (p. ex. collaboration, intégration, aptitude à communiquer, empathie, respect)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> décrire les qualités d'un bon ami (p. ex. écoute, partage, honnêteté, loyauté, compassion, respect, fiabilité, empathie, capacité d'exprimer son désaccord avec respect et gentillesse)</li> <li><input type="checkbox"/> lors de discussions de classe, de jeux de rôles et de simulations, montrer qu'il sait communiquer efficacement, par exemple en utilisant un ton de voix approprié, un langage respectueux, un langage corporel convenable, en décrivant les problèmes sans blâmer les autres et en écoutant ses interlocuteurs sans les interrompre</li> <li><input type="checkbox"/> dresser une liste des compétences en relations interpersonnelles nécessaires pour bâtir une dynamique de groupe positive (p. ex. collaboration, intégration, communication efficace, empathie, respect)</li> </ul>
<p>C6 recourir à des stratégies judicieuses pour réagir à l'intimidation (p. ex. évaluation de la situation, évitement, affirmation de soi, signalement des incidents, demande d'aide)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> décrire les caractéristiques d'une dynamique de groupe négative (p. ex. le fait de se liguier contre quelqu'un, isolement ou rejet, commérages, recours à des paroles désobligeantes et à des stéréotypes, agression physique, participation des témoins, cyberintimidation)</li> <li><input type="checkbox"/> décrire des moyens qu'il peut prendre pour éviter de contribuer à une dynamique de groupe négative (p. ex. parler au nom des personnes qui subissent l'intimidation, signaler le problème à un adulte fiable)</li> <li><input type="checkbox"/> s'exercer à utiliser des stratégies judicieuses pour faire face à différentes formes d'intimidation (p. ex. évaluation de la situation, évitement, affirmation de soi, signalement des incidents, demande d'aide)</li> </ul>
<p><i>Sécurité et prévention des blessures</i></p> <p>C7 décrire les astuces et leurrer communément utilisés par les abuseurs éventuels lors de contacts en personne ou sur Internet (p. ex. accorder une attention spéciale ou faire des compliments, dire « Je connais tes parents. », utiliser Internet pour mieux connaître l'enfant)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> avec l'aide de l'enseignant, dresser une liste des moyens qu'une personne connue d'un enfant peut utiliser pour le bernier ou l'entraîner dans une situation dangereuse ou de violence, notamment dans une situation d'abus sexuel (p. ex. accorder une attention spéciale ou faire des compliments, offrir des cadeaux, dire qu'il s'agit d'un jeu ou que c'est normal, violer la vie privée, user de menaces ou d'autorité)</li> <li><input type="checkbox"/> avec l'aide de l'enseignant, dresser une liste des moyens que des étrangers peuvent utiliser pour bernier un enfant ou l'entraîner dans une situation dangereuse ou de violence (p. ex. demander ou offrir de l'aide, offrir des cadeaux, faire des compliments, dire qu'il s'agit d'une urgence, dire « Je connais tes parents. »)</li> <li><input type="checkbox"/> avec l'aide de l'enseignant, dresser une liste des moyens qu'un prédateur peut utiliser sur Internet pour entrer en contact avec un enfant (p. ex. essayer de faire croire qu'il est un ami ou une personne de confiance, se faire passer pour quelqu'un du même âge que l'enfant, bernier l'enfant pour l'amener à lui donner des renseignements personnels ou des photos, essayer de faire croire à l'enfant qu'il aura un cadeau gratuit ou qu'il a gagné un concours)</li> </ul>

(suite à la page suivante)

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p>C8 décrire des stratégies permettant d'éviter les situations de violence ou de violence possible (p. ex. savoir comment chercher de l'aide, connaître les astuces et leurres utilisés, se déplacer en groupe, ne pas divulguer de renseignements personnels)</p>	<p>☐ à partir d'activités tenues en classe et d'autres renseignements, dresser une liste de stratégies permettant d'éviter les situations de violence ou de violence possible, par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- reconnaître son droit de ne pas être maltraité</li> <li>- reconnaître que la victime n'est jamais responsable de l'abus qu'on lui fait subir</li> <li>- connaître les astuces et leurres utilisés par les abuseurs lors de contacts en personne ou sur Internet et être prêt à y faire face</li> <li>- faire preuve d'affirmation de soi</li> <li>- éviter les situations dangereuses ou de violence possible, y compris en ligne (p. ex. se déplacer en groupe, avoir recours à un système de jumelage, emprunter des trajets sûrs, ne pas rencontrer des personnes qu'il a connues lors de séances de clavardage, éviter les situations où il sera impossible, le cas échéant, d'obtenir de l'aide)</li> <li>- ne pas divulguer de renseignements personnels (p. ex. sur Internet, au téléphone, à des étrangers)</li> <li>- savoir comment demander de l'aide pour soi ou pour une personne ayant subi un abus (p. ex. le dire à un adulte fiable jusqu'à ce qu'il croie l'enfant, avoir recours à une ligne d'aide pour les enfants, 911)</li> </ul>
<p>C9 décrire les risques de blessures susceptibles de se produire à divers endroits, y compris sur la route</p>	<p>☐ énumérer différents dangers et risques de blessures susceptibles de se produire à divers endroits (p. ex. marcher du mauvais côté de la chaussée, rouler à bicyclette deux de front, faire du vélo ou du patin sans porter de casque protecteur, porter des vêtements foncés le soir, sortir des sentiers lors de randonnées pédestres ou à ski, se servir imprudemment du matériel des terrains de jeux, faire jouer de la musique trop fort, s'amuser dans des endroits dangereux comme sur une voie ferrée ou près d'un poste électrique)</p> <p>☐ décrire ce qu'il peut faire pour prévenir les dangers à différents endroits (p. ex. reconnaître ou évaluer les risques éventuels, éviter les situations qu'il sait être à risque élevé, observer les règles de sécurité, connaître ses aptitudes et ses limites, suivre la formation nécessaire, porter de l'équipement de protection comme un casque protecteur, attacher sa ceinture de sécurité)</p>

(suite à la page suivante)

Résultats d'apprentissage prescrits	Indicateurs de réussite proposés
<p><i>Prévention de la toxicomanie</i></p> <p>C10 décrire les conséquences négatives possibles de la toxicomanie (p. ex. jugement altéré, aptitude réduite à reconnaître les situations à risque; effets négatifs sur la santé physique et émotionnelle)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ dresser une liste d'exemples d'usage abusif de certaines substances (p. ex. consommation d'alcool par des mineurs, usage de drogues illicites et de tabac, consommation de médicaments à mauvais escient, usage de substances comme la colle ou l'essence pour s'enivrer)</li> <li>❑ à partir d'activités tenues en classe et d'autres renseignements, décrire les conséquences négatives de l'usage de tabac, d'alcool ou d'autres drogues (p. ex. jugement altéré, aptitude réduite à reconnaître les situations à risque, vision trouble, accoutumance, effets négatifs sur les membres de la famille, sur la santé physique et émotionnelle, sur le travail scolaire, déficience mentale permanente, effets nocifs possibles sur le fœtus lorsque ces substances sont consommées durant la grossesse, conséquences financières et juridiques)</li> </ul>
<p>C11 proposer des stratégies permettant de prévenir ou d'éviter la toxicomanie (p. ex. apprendre à refuser, éviter les situations à risque élevé, utiliser de l'information exacte)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ décrire les moyens à prendre pour éviter la toxicomanie (p. ex. lire les étiquettes, suivre les directives, apprendre à refuser catégoriquement, éviter les situations à risque élevé lors d'activités sociales, utiliser de l'information exacte et à jour)</li> </ul>

