



Mieux-être personnel

De la 3^e à la 5^e année

(2016)

Remerciements

Le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance du Nouveau-Brunswick souhaite remercier les personnes et groupes suivants pour leur apport dans l'élaboration du programme d'études du mieux-être personnel du Nouveau-Brunswick :

- Sophie Cassie, district scolaire anglophone ouest
- Julie Roy, district scolaire anglophone est
- Sarah Francis, district scolaire anglophone ouest
- Marg Milburn, Apprenants en santé, ouest
- Monica Vautour, district scolaire anglophone sud
- Bill Morrison, Université du Nouveau-Brunswick, Faculté d'éducation
- Lucia O'Sullivan, Université du Nouveau-Brunswick, Faculté des arts, Département de psychologie
- Tammy Strong, coordonnatrice, ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance
- Fran Harris, agente pédagogique, ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance

Mise à l'essai

- Sophie Cassie, district scolaire anglophone ouest
- Colin Steeves, district scolaire anglophone ouest
- Jeanne Chiasson, district scolaire anglophone ouest
- Lore Young, district scolaire anglophone est
- Marie-Carmen Savoie, district scolaire anglophone est
- Lauri Rice, district scolaire anglophone est
- Bea Allen, district scolaire anglophone sud
- Robyn McLean, district scolaire anglophone sud
- Sylvie Losier, district scolaire anglophone sud

2016

Ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance

Direction des programmes d'études

Table des matières

Remerciements	3
1. Introduction.....	5
1.1 Mission et vision du système d'éducation	5
1.2 Compétences essentielles à l'obtention d'un diplôme au Canada atlantique (ébauche, 2015).....	5
2. Composantes pédagogiques	7
2.1 Lignes directrices pédagogiques.....	7
Diversité des perspectives culturelles.....	7
Conception universelle de l'apprentissage.....	7
Programme d'études – anglais langue additionnelle.....	9
2.2 Lignes directrices pédagogiques.....	9
Pratiques d'évaluation	9
Évaluation formative	10
Évaluation sommative	10
Littératie pluridisciplinaire	10
3. Lignes directrices propres aux matières.....	11
3.1 Justification.....	11
3.2 Description du programme d'études	15
3.3 Volets et résultats du programme	16
Résultats	17
4. Résultats d'apprentissage.....	22
5. Bibliographie.....	57
Contenu commun.....	57
Sujet précis	57

1. Introduction

1.1 Mission et vision du système d'éducation

Le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance du Nouveau-Brunswick s'est engagé à offrir la meilleure éducation publique possible afin que chaque élève ait la chance d'obtenir les meilleurs résultats possible. Voici l'énoncé de mission des écoles du Nouveau-Brunswick :

Guider les élèves vers l'acquisition des qualités nécessaires pour continuer à apprendre tout au long de leur vie, pour se réaliser pleinement et pour contribuer à la création d'une société juste, productive et démocratique.

1.2 Compétences essentielles à l'obtention d'un diplôme au Canada atlantique (ébauche, 2015)

Les compétences essentielles à l'obtention d'un diplôme offrent une vision uniforme en vue de l'élaboration d'un programme d'études cohérent et pertinent. Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires donnent aux élèves des objectifs clairs et un puissant facteur de motivation pour les travaux scolaires. Ils permettent de veiller à ce que la mission des systèmes d'éducation des Provinces de l'Atlantiques soit remplie, tant en ce qui a trait à leur conception qu'à leur intention. Les énoncés des résultats d'apprentissage transdisciplinaires sont appuyés par les résultats du programme d'étude.

Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires sont des énoncés précisant les connaissances, les compétences et les attitudes que tous les élèves doivent avoir acquises à la fin du secondaire. L'acquisition des compétences essentielles à l'obtention d'un diplôme prépare les élèves à continuer leur apprentissage tout au long de leur vie. Ces énoncés décrivent les attentes relatives aux connaissances, compétences et attitudes acquises tout au long du programme, et non les attentes relatives aux diverses matières scolaires. Ils confirment que les élèves doivent établir des liens et acquérir des compétences au-delà des matières scolaires s'ils veulent être en mesure d'affronter, aujourd'hui comme demain, les exigences en constante évolution de la vie, du travail et des études.

Créativité et innovation	<i>Les apprenants doivent donner libre cours à leur créativité, faire des liens imprévus et générer de nouvelles idées dynamiques, de nouvelles techniques et de nouveaux produits. Ils valorisent l'expression esthétique et apprécient les travaux créatifs et novateurs des autres.</i>
Civisme	<i>Les apprenants doivent adopter un comportement responsable et contribuer de manière positive à la qualité et à la durabilité de leur environnement, des collectivités et de la société. Ils évaluent l'interdépendance sociale, culturelle, économique et environnementale et agissent à titre d'intendants aux échelons local, national et mondial.</i>

Communication	<i>Les apprenants doivent s'exprimer efficacement en ayant recours à divers médias. Ils doivent écouter, visualiser et lire pour s'informer et se divertir.</i>
Perfectionnement personnel et développement de carrière	<i>Les apprenants doivent devenir des personnes autonomes et conscientes d'elles-mêmes qui établissent des objectifs, prennent des décisions éclairées sur l'apprentissage, la santé et le mieux-être ainsi que les choix de carrière et assument la responsabilité de l'atteinte de leurs objectifs tout au long de leur vie.</i>
Pensée critique	<i>Les apprenants doivent analyser et évaluer les idées par la pensée systémique et en utilisant divers types de raisonnement afin de remettre les choses en question, de prendre des décisions et de résoudre des problèmes. Ils réfléchissent de façon critique aux processus cognitifs.</i>
Maîtrise des technologies	<i>Les apprenants doivent utiliser et appliquer les technologies afin de collaborer, de communiquer, de créer, d'innover et de résoudre des problèmes. Ils utilisent la technologie de manière légale, sécuritaire et éthiquement responsable afin d'appuyer et de pousser plus loin leurs objectifs personnels, professionnels et d'apprentissage.</i>

2. Composantes pédagogiques

2.1 Lignes directrices pédagogiques

Diversité des perspectives culturelles

Il est important que les enseignants reconnaissent et valorisent la variété de cultures et d'expériences qui forment la perspective des élèves en ce qui a trait à leur éducation et leur façon de voir le monde. Il est aussi important que les enseignants reconnaissent leur propre partialité et qu'ils fassent attention à ne pas s'attendre à certains niveaux de compétence sur les plans physique, social ou scolaire en fonction du genre (masculin/féminin), de la culture ou de la situation socio-économique d'un élève.

La culture de chaque élève est unique et influencée par les valeurs, les croyances et la vision du monde qu'ont sa famille et sa communauté. À titre d'exemple, selon la culture autochtone traditionnelle, on voit le monde de façon très holistique si on compare cette vision à celle de la culture dominante. Les disciplines sont enseignées comme étant liées les unes aux autres dans un contexte pratique, et l'apprentissage se fait par la participation active, la communication orale et l'expérience. Les élèves immigrants apportent, eux aussi, différentes visions du monde et compréhensions culturelles. Des différences culturelles peuvent naître des différences entre les collectivités urbaines, rurales et isolées. Elles peuvent aussi naître des différentes valeurs que les familles accordent aux études ou aux sports, aux livres ou aux médias, aux connaissances pratiques ou théoriques, à la vie communautaire ou à la religion. En offrant des stratégies d'enseignement et d'évaluation variées qui reposent sur cette diversité, nous offrons la possibilité d'enrichir les expériences d'apprentissage de tous les élèves.

Conception universelle de l'apprentissage

La conception universelle de l'apprentissage est un « cadre servant de guide aux pratiques éducatives qui offre de la souplesse dans la façon dont l'information est présentée, la façon dont les élèves réagissent ou montrent les connaissances et compétences acquises et la façon dont ils sont motivés ». Elle permet également de « réduire les embûches à l'enseignement [et elle] offre des accommodements, des appuis et des défis appropriés, tout en maintenant des attentes élevées par rapport à tous les élèves, y compris ceux ayant un handicap et ceux qui ont une connaissance limitée de l'anglais. » [Traduction] (CAST, 2011).

En vue de faire fond sur les pratiques établies en matière de différenciation, le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance adhère à la conception universelle de l'apprentissage. Au Nouveau-Brunswick, les programmes d'études sont conçus à la lumière des valeurs de la conception universelle. Les résultats d'apprentissage sont élaborés de façon que les élèves puissent avoir accès aux apprentissages qu'ils doivent réaliser et les représenter de diverses façons, selon différents modes. Trois principes de base de la conception universelle de l'apprentissage sous-tendent la conception du présent programme. Les enseignants sont invités à les incorporer à la planification et à l'évaluation des apprentissages de leurs élèves :

- **Multiplés moyens de représentation** : offrir aux divers types d'apprenants des options en ce qui a trait à l'acquisition de l'information et des connaissances.
- **Multiplés moyens d'action et d'expression** : offrir aux apprenants différentes façons de montrer ce qu'ils savent.
- **Multiplés moyens de participation** : cibler les intérêts des apprenants, leur présenter des défis adéquats et accroître leur motivation.

Pour en savoir davantage sur la *conception universelle de l'apprentissage*, veuillez consulter le [site Web de CAST](#) (en anglais seulement) ou télécharger le [guide de référence sur la conception universelle de l'apprentissage](#) (en anglais seulement).

La conception universelle de l'apprentissage n'est ni un programme ni une liste de contrôle. Si c'était le cas, l'enseignement et le professionnalisme qui y sont associés seraient trop schématisés. En tant qu'enseignant, vous avez suivi des cours de pédagogie, de gestion de classe et de théorie. Vous avez accès à des outils, à des ressources et à des stratégies que vous avez appris à utiliser récemment ou au fil des années. La façon dont la conception universelle de l'apprentissage est structurée vous permet de tirer activement, attentivement et intentionnellement profit de ces éléments. Vous êtes aussi incité à penser différemment, dans la mesure du possible. Il existe une différence : étant donné que la conception universelle de l'apprentissage est un cadre de travail et non un programme, les enseignants contrôlent pleinement la conception de l'environnement d'apprentissage et des leçons (p. 4, *Design and Deliver*).

Loui Lord Nelson (2014) suggère les questions de réflexion suivantes pour soutenir la planification (p. 134) :

Lorsque je planifie mes leçons, est-ce que :

- *j'ai un objectif clair?*
- *je sais comment je vais déterminer si les élèves ont atteint cet objectif?*
- *je crée des activités et des tâches qui orientent les élèves vers l'objectif de la leçon?*
- *je crée des leçons et activités offrant des options visées par les trois principes suivants : participation, représentation et action et expression?*
- *je crée des évaluations directement liées à l'objectif de la leçon?*
- *je crée des évaluations offrant des options appartenant aux principes de l'action et de l'expression?*
- *j'utilise un ensemble d'outils et de ressources pour créer mes plans de leçons?*

Nelson formule la recommandation suivante :

Commencez à petite échelle. Choisissez un sujet au sein du cadre de travail. Choisissez un sujet au sein de votre domaine. Faites appel à la participation des autres enseignants et échangez au sujet de vos expériences. Échangez des suggestions. Communiquez vos expériences. Communiquez vos réussites. Attendez-vous à des changements. (p. 136)

Le programme d'études a été créé pour faciliter la conception d'environnements d'apprentissage et de plans de leçons qui répondent aux besoins de tous les apprenants. Vous trouverez dans les annexes des exemples précis étayant l'emploi de la conception universelle de l'apprentissage pour ce programme d'études. Le **cadre de travail sur la planification pour tous les apprenants** (en anglais) orientera et inspirera la planification quotidienne.

Programme d'études – anglais langue additionnelle

Le système d'éducation publique du Nouveau-Brunswick, seule province bilingue officielle, offre aux élèves la possibilité de s'instruire en anglais ou en français. Le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance du Nouveau-Brunswick assure une direction dans le réseau des écoles de la maternelle à la 12^e année pour aider les éducateurs et de nombreux autres intervenants à soutenir les nouveaux arrivants au Nouveau-Brunswick. Les personnes qui apprennent l'anglais ont la possibilité de recevoir toutes sortes de mesures de soutien à l'apprentissage pour améliorer leur maîtrise de l'anglais dans un environnement d'apprentissage inclusif. Le Ministère, en partenariat avec les collectivités éducatives et les collectivités plus vastes, offre une éducation solide et de qualité aux familles qui ont des enfants d'âge scolaire.

2.2 Lignes directrices pédagogiques

Pratiques d'évaluation

L'évaluation consiste en la collecte systématique de données portant sur les connaissances et les compétences des élèves. Le rendement de l'élève est évalué au moyen des données recueillies tout au long du cycle d'apprentissage. Les enseignants utilisent leurs compétences professionnelles, leur intuition, leurs connaissances et les critères spécifiques qu'ils auront établis pour porter un jugement sur le rendement de l'élève par rapport aux résultats d'apprentissage visés. L'évaluation est plus efficace lorsqu'elle est continue et participative (évaluation formative), au lieu d'être réalisée uniquement à la fin de la période d'apprentissage pour déterminer une note (évaluation sommative). Chaque type d'évaluation a un objectif différent, mais toutes les évaluations doivent être utilisées pour prendre des décisions éclairées sur l'enseignement et l'apprentissage. Les pratiques d'évaluation en classe doivent être « équilibrées » (c.-à-d. qu'elles doivent inclure les deux types d'évaluation), mais il faut mettre l'accent sur l'évaluation formative continue.

Les preuves d'apprentissage doivent être collectées grâce à diverses sources tout au long de l'année. Voici quelques exemples de pratiques d'évaluation :

- Questionnement
- Observation
- Conférences
- Démonstrations
- Exposés
- Projets et enquêtes
- Listes de contrôle / rubriques
- Réponses aux textes / activités
- Journaux de réflexion
- Autoévaluation et évaluation par les pairs

- Jeux de rôle
- Applications technologiques
- Portefeuilles de carrière
- Projets et enquêtes

Évaluation formative

Des recherches ont permis de constater que des activités d'évaluation continues, utilisées dans une optique de promotion de l'apprentissage, profitent davantage aux élèves (Stiggins, 2008). L'évaluation formative consiste en un processus d'enseignement et d'apprentissage où les évaluations sont fréquentes et interactives. L'élément clé de l'évaluation formative est de donner aux apprenants une rétroaction continue sur leur compréhension et sur leurs progrès. Tout au long du processus, l'enseignement et l'apprentissage sont adaptés en fonction des constatations.

Les élèves doivent être encouragés à surveiller leurs propres progrès par l'établissement d'objectifs, l'élaboration de critères avec l'enseignant et d'autres stratégies d'autoévaluation et d'évaluation par les pairs. Au fur et à mesure que les élèves améliorent leur participation au processus d'évaluation, ils sont plus engagés et plus motivés à l'égard de leur apprentissage.

Vous trouverez des renseignements supplémentaires dans le document sur [l'évaluation formative](#).

Évaluation sommative

L'évaluation sommative est utilisée pour consigner les progrès généraux réalisés pendant la période ciblée d'un cours précis. Le recours à des rubriques est recommandé pour faciliter le processus. Ce document renferme des exemples de rubriques d'évaluation, mais les enseignants peuvent avoir d'autres mesures pour évaluer les progrès des élèves.

Pour en savoir davantage au sujet de la mesure et de l'évaluation des apprentissages, veuillez visiter le site du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance à l'adresse suivante : <https://portal.nbed.nb.ca/tr/AaE/Pages/default.aspx>

Littératie pluridisciplinaire

La littératie se manifeste dans plusieurs contextes d'apprentissage et dans toutes les matières. Les possibilités de parler et d'écouter, de lire et de visualiser ainsi que d'écrire et de représenter s'offrent à nous tous les jours, à l'école et ailleurs. Tous les programmes d'études du Nouveau-Brunswick incluent des références aux pratiques en matière de littératie, et il existe du matériel pour intégrer des stratégies explicites de renforcement de la compréhension et pour aider les enseignants à renforcer les compétences en lecture de leurs élèves.

Parmi les principaux documents qui soulignent certaines stratégies pluridisciplinaires se trouvent : [K-2 Literacy Look Fors](#), [3-5 Literacy Look Fors](#), [Cross-Curricular Look Fors](#) (de la 6^e à la 12^e année) et [Cross-Curricular Reading Tools](#). Ces documents décrivent les environnements d'apprentissage et les stratégies clés qui appuient les pratiques de littératie pluridisciplinaire.

3. Lignes directrices propres aux matières

3.1 Justification

Le but du programme d'études sur le mieux-être personnel pour les niveaux de la 3^e à la 5^e année est de permettre aux élèves de prendre des décisions éclairées et saines, d'adopter des comportements qui contribuent à leur bien-être et à celui des autres et de planifier leur avenir. L'éducation à la santé fait partie intégrante de la mission du Ministère et vise à fournir aux élèves les connaissances, compétences, attitudes et expériences dont ils ont besoin pour devenir réussir sur le plan scolaire et devenir des adultes en santé.

Le programme d'études sur le mieux-être personnel intègre les résultats du programme sur la santé qui était auparavant séparé et du programme de développement personnel et de planification de carrière. L'éducation sur la santé et le mieux-être encourage les élèves à gérer leur propre bien-être et à prendre des décisions éclairées qui amélioreront leur santé et à adopter des comportements qui contribuent à leur bien-être et à celui des autres. Les élèves apprennent comment : communiquer efficacement, être résilients, déceler et minimiser les risques, élaborer des stratégies visant à faire face à l'adversité ainsi que trouver du soutien et y avoir recours, pour eux-mêmes et pour les autres. Ils finissent par comprendre les attitudes et les valeurs qui ont une influence sur le bien-être, comme le respect, l'attention et l'intérêt pour les autres. Ils reconnaissent et explorent les options et possibilités de carrière et s'engagent à apprendre tout au long de leur vie.

Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick

Le gouvernement provincial a publié une stratégie de mieux-être renouvelée pour le Nouveau-Brunswick. Cette stratégie pour 2014-2021 offre un cadre révisé qui peut aider l'ensemble des Néo-Brunswickois – toute collectivité, toute école, tout milieu de travail, toute personne, toute famille ou tout organisme – à voir comment l'amélioration du mieux-être au Nouveau-Brunswick appuie leurs objectifs, leurs activités et leurs mandats et à définir des moyens de contribuer à l'accroissement du mieux-être dans notre province.

La Stratégie du mieux-être renouvelée favorise les actions relatives à toutes les dimensions du mieux-être et à tous les déterminants de la santé et encourage l'adoption d'une approche globale mettant l'accent sur l'inclusion et l'équité. Ce cadre renouvelé promeut également l'approche axée sur la santé psychologique, un élément clé de la motivation et de l'engagement.

Comme le décrit la Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick, le mieux-être est : « l'état de santé et de bien-être optimal des individus et des groupes. Il s'agit de la capacité des gens et des communautés de réaliser leur plein potentiel, tant sur le plan de la santé que de la réalisation des buts. La poursuite active d'une bonne santé et l'élimination des obstacles personnels et sociaux à un mode de vie sain sont des éléments clés pour atteindre le mieux-être. »

Sept dimensions ont été définies dans la Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick :

- **Émotionnelle** : nous nous comprenons, nous exprimons nos sentiments et nous faisons face aux défis que la vie nous réserve.

- **Mentale ou intellectuelle** : nous sommes ouverts à de nouvelles idées et expériences qui peuvent s'appliquer aux décisions personnelles, aux interactions en groupe et à l'amélioration de la communauté.
- **Physique** : nous prenons soin de notre corps et nous nous occupons de nos tâches quotidiennes sans nous sentir trop fatigués ou épuisés.
- **Sociale** : nous sommes capables d'établir des liens et d'entretenir des relations avec les autres.
- **Spirituelle** : nous vivons une vie significative et enrichissante et nous établissons la paix et l'harmonie dans notre vie.
- **Environnementale** : nous reconnaissons notre propre responsabilité à l'égard de la qualité de l'air, de l'eau et du sol.
- **Professionnelle** : nous sommes personnellement satisfaits de notre emploi ou de notre carrière, nous travaillons dans un environnement sain et nous maintenons l'équilibre dans notre vie.

Ces dimensions ont été prises en compte au moment d'élaborer le programme d'études sur le mieux-être personnel.

Approche globale de la santé en milieu scolaire

Ce document a été conçu pour appuyer la mise en œuvre de l'Approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSS) dans les écoles publiques du Nouveau-Brunswick. L'AGSS est une approche intégrée en matière de santé qui touche l'instruction, les services, le soutien ainsi que le milieu scolaire. Ce modèle permet d'étendre la portée du programme d'études au-delà de ce qui était fait habituellement. Les élèves devraient être en mesure d'atteindre leur propre potentiel et d'apporter une contribution utile à la collectivité et rechercher le mieux-être. Ils acquerront des connaissances et des compétences et développeront des attitudes et des comportements appuyés par les activités et les services offerts dans les écoles ou dans leur localité. Le présent programme a été élaboré parce que nous reconnaissons que la santé est une responsabilité que se partagent les Néo-Brunswickois, les familles, les écoles et les collectivités.



Littératie en matière de santé

La littératie en matière de santé est la capacité d'une personne à accéder à des renseignements sur la santé et à les comprendre, à les évaluer et à les transmettre pour promouvoir, maintenir et améliorer la santé dans de divers environnements et tout au long d'une vie (le cours de la vie) (Rootman et El-Biherty, 2008). Nous espérons que les connaissances et les compétences acquises tout au long de ce programme d'études permettront aux élèves d'acquérir le niveau de littératie en matière de santé dont ils ont besoin pour adopter dès maintenant un mode de vie sain et jetteront les bases d'une vie en santé.

Une éducation à la santé de qualité

Aujourd'hui, un programme d'éducation à la santé doit transmettre des connaissances essentielles, façonner les valeurs et les croyances personnelles qui favorisent les comportements sains et assurer l'acquisition des compétences essentielles en matière de santé nécessaires à l'adoption, à la mise en pratique et au maintien de comportements salutaires. Un programme de qualité s'assortit d'objectifs et de résultats comportementaux clairs ainsi que de stratégies pédagogiques et d'expériences d'apprentissage liées à ces résultats comportementaux.

Santé mentale positive

La santé mentale positive fait partie de la santé globale et peut être améliorée grâce au renforcement de la résilience individuelle, à la création de milieux favorables et à l'examen de l'influence des grands facteurs déterminants de la santé mentale (Morrison et Peterson, 2013). Les enfants d'aujourd'hui vivent plus de stress et d'anxiété que jamais; il faut donc porter une attention particulière à cette dimension précise du mieux-être.

D'après Morrison et Peterson (2013), la littérature sur les approches de la santé mentale positive inclut toute une gamme de concepts clés qui décrivent la nature et les caractéristiques de perspectives et pratiques prometteuses pour la promotion du mieux-être mental chez les enfants. Parmi les thèmes de la santé mentale positive se trouvent : l'apprentissage socio-émotionnel, le bon développement (axé sur les forces), les facteurs de protection et la résilience, la diversité, l'acceptation et la compréhension des besoins de l'élève en matière de santé mentale, l'établissement de liens sociaux, les perspectives axées sur les forces, la santé psychologique et l'autoefficacité. La plupart de ces thèmes ont été abordés dans le programme d'études sur le mieux-être personnel.

Développement personnel et planification de carrière

Dans la plupart des provinces canadiennes, l'éducation au choix de carrière commence dès les premières années à l'école et devient de plus en plus approfondie et précise au fil du temps. Au niveau primaire, la planification de carrière est généralement abordée dans le cadre de l'éducation à la santé. Le contenu est alors souvent directement associé à l'acquisition de la connaissance de soi, aux compétences d'interaction avec les autres et à la sensibilisation quant à l'importance de l'évolution et du changement. Il est aussi orienté vers le développement de la connaissance des liens existant entre le travail et l'apprentissage, de l'importance de la responsabilité personnelle et de bonnes habitudes de travail ainsi que de la façon dont le

travail est lié aux besoins et fonctions de la société. Le contenu doit aussi mettre l'accent sur l'importance et la diversité du travail et sur la connaissance des différents métiers et professions et de l'évolution des rôles au fil du temps.

Les résultats d'apprentissage des élèves présentés dans ce programme d'études sont fondés sur les compétences décrites dans le Plan directeur pour le design en développement vie-travail. Le plan directeur définit les compétences, connaissances et attitudes essentielles à la gestion efficace des rôles dans la vie, l'apprentissage et le travail au 21^e siècle. Ce cadre a été élaboré grâce à la collaboration de représentants du Centre national en vie-carrière, de Partenaires en info-carrière Canada, du ministère du Développement des ressources humaines du Canada ainsi que de partenaires de toutes les provinces et de tous les territoires canadiens. La pierre angulaire du plan directeur est la matrice de onze compétences regroupées en trois sections, qui servent de fondement aux résultats généraux du programme exposé dans ce document.

En plus du plan directeur, deux organisateurs de compétences sont mentionnés dans les résultats du programme d'études. Ces cadres sont fondés sur des recherches effectuées auprès d'employeurs et offrent un tableau complet des compétences exigées de tous les travailleurs canadiens :

- [Les compétences essentielles](#) ont été déterminées et validées par le gouvernement du Canada et par d'autres organismes nationaux et internationaux. Elles sont utilisées dans presque tous les emplois et tout au long de la vie sous diverses formes et à divers degrés de complexité.
- [Les compétences relatives à l'employabilité](#) ont été élaborées par le Conference Board du Canada. Elles présentent aussi un organisateur des compétences communes à tous les emplois.

Tout au long du programme d'études, les élèves auront la possibilité d'explorer et de perfectionner ces compétences pour mieux se préparer aux occasions d'apprentissage ainsi qu'au monde du travail.

Diversité

Dans le programme d'études sur le mieux-être personnel, on reconnaît que les valeurs, comportements, priorités et actions liés au mieux-être personnel reflètent les divers facteurs contextuels qui influencent le mode de vie des gens. Le programme permet de comprendre que l'intérêt que portent les individus et les groupes sociaux aux pratiques relatives à la santé et à l'activité physique, et l'importance qu'ils y accordent, sont diversifiés et, par conséquent, requièrent différentes approches et stratégies. Par exemple, au moment de promouvoir des choix alimentaires sains, il est important d'être conscient que certains élèves peuvent avoir chez eux un accès limité à certains aliments, en raison de l'insécurité alimentaire ou des préférences familiales. C'est pourquoi il est recommandé de faire très attention au moment de formuler les défis exigeant que les élèves apportent des aliments précis pour leurs dîners ou leurs collations. Cependant, cela ne veut pas forcément dire qu'un enseignant doit éviter de discuter des choix alimentaires sains, car tous les élèves tireront profit d'apprendre que les choix sains sont souvent moins chers que leur équivalent en mauvais aliments (p. ex., des crudités en collation à la place d'une barre de chocolat).

3.2 Description du programme d'études

Le programme sur le mieux-être personnel aborde les dimensions physique, mentale et intellectuelle, émotionnelle, sociale, spirituelle, environnementale et professionnelle de la santé présentées dans la Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick. Il est conçu pour motiver les élèves et les aider à maintenir et à améliorer leur santé, à réduire les comportements à risque pour leur santé et à acquérir une meilleure connaissance d'eux-mêmes. Il comprend simplement l'apprentissage sur les habitudes, les comportements, les interactions et les décisions liés à un mode de vie sain et à la planification de l'avenir. Il est de nature personnelle et comprend des sujets tels qu'une alimentation saine, l'activité physique, la croissance et le développement sains, la sécurité personnelle, les émotions, l'appréciation de la diversité, les relations, les forces et les qualités personnelles ainsi que le monde du travail qui reposent sur les valeurs et les croyances personnelles transmises dans le contexte familial, scolaire et communautaire.

3.3 Volets et résultats du programme

Volets du programme

Le programme d'études sur le mieux-être personnel a été divisé en plusieurs volets. Chaque volet présente les résultats d'apprentissage prescrits qui sont axés sur un même centre d'intérêt. Voici les quatre volets :

Mieux-être : comme le stipule la Stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick, « le mieux-être est l'état de santé et de bien-être optimal des individus et des groupes. Il s'agit de la capacité des gens et des communautés de réaliser leur plein potentiel, tant sur le plan de la santé que de la réalisation des buts. La poursuite active d'une bonne santé et l'élimination des obstacles personnels et sociaux à un mode de vie sain sont des éléments clés pour atteindre le mieux-être. »

Le mieux-être général est un équilibre entre le bien-être émotionnel, intellectuel, physique, social, environnemental, professionnel et spirituel qui permet aux élèves d'atteindre leur plein potentiel dans la communauté scolaire. Le mieux-être personnel découle d'un engagement à faire des choix qui favorisent un style de vie basé sur des attitudes et des comportements sains.

Dans cette matière, les élèves acquièrent les connaissances nécessaires pour adopter et maintenir un mode de vie sain et sécuritaire. Parmi les sujets traités se trouvent une alimentation saine, des habitudes personnelles saines, les avantages de l'activité physique, la croissance et le développement ainsi que le mauvais usage de substances.

Santé mentale: capacité des gens à avoir des sentiments, à penser et à agir d'une telle manière que leur capacité à profiter de la vie et à surmonter les difficultés s'en trouve améliorée. Il s'agit d'un bien-être émotionnel et spirituel qui respecte l'importance de la culture, de l'équité, de la justice sociale, des relations et de la dignité personnelle.

Dans cette matière, les élèves apprendront à reconnaître leurs propres émotions et celles des autres, à élaborer des stratégies visant à maîtriser leurs émotions, mais aussi à savoir quand ils doivent aller chercher de l'aide.

Relations : notre santé mentale et notre bien-être physique reposent principalement sur notre capacité à établir des relations étroites. Le processus permettant de bâtir des relations commence au sein de notre famille, puis s'élargit à la naissance de nouvelles amitiés. Toutes les relations favorisent le développement de compétences en communication interpersonnelle et offrent des expériences permettant d'ajuster les émotions et les sentiments. Les relations saines sont agréables et respectueuses, et elles créent de nombreuses occasions qui influencent l'estime de soi. Pour obtenir une relation saine, les deux parties doivent en assumer la responsabilité et adopter une communication efficace. Dans cette matière, les élèves apprendront à valoriser l'unicité des autres; ils apprendront aussi les caractéristiques d'une relation saine et des stratégies de résolution des conflits.

Vie-carrière : la vie-carrière est un processus qui s'étend tout au long de la vie. Il consiste à gérer les apprentissages qui se produisent dès le plus jeune âge, qui se renforcent ensuite graduellement et qui jettent les bases pour aider et préparer les élèves à prendre des décisions éclairées en matière d'éducation, de carrière ou d'emploi. Il s'agit d'un processus continu à vie grâce auquel les élèves intègrent leurs expériences d'apprentissage personnel, familial, scolaire et communautaire afin de

faciliter la prise de décisions relatives à leur carrière et à leur style de vie, ce qui les aidera pendant les transitions aux différentes étapes de leur vie personnelle et professionnelle. Le fait d'exposer les élèves aux possibilités de carrière dès leur plus jeune âge leur permet de faire le lien entre ce qu'ils apprennent à l'école (leurs aptitudes scolaires) et ce que les gens font « dans la vraie vie ». Le fait de mieux faire connaître aux élèves les types de compétences dont ils pourraient avoir besoin pour des emplois futurs potentiels donne un sens à leur apprentissage et les aidera à comprendre le genre d'application qu'ils pourront faire des matières scolaires auxquelles ils sont exposés dans leurs premières expériences éducatives. Les programmes efficaces d'éducation au choix de carrière permettent aussi d'améliorer le rendement scolaire des élèves, de réduire les taux de décrochage à l'école secondaire et d'améliorer la qualité de vie globale des collectivités et de leurs citoyens.

Dans cette matière, les élèves perfectionneront leur concept d'eux-mêmes en étudiant leurs intérêts, leurs aptitudes, leurs forces et leur personnalité. Ils analyseront la façon dont leurs intérêts, aptitudes, forces et passions sont liés à des métiers. Ils exploreront diverses carrières et examineront la façon dont les bonnes habitudes de travail peuvent s'appliquer aussi au milieu de travail.

Résultats

Le programme d'études du Nouveau-Brunswick est établi en termes de résultats d'apprentissage généraux, de résultats d'apprentissage spécifiques et d'indicateurs de réussite.

Les résultats d'apprentissage généraux (RAG) sont les énoncés d'ordre général des principaux apprentissages attendus des élèves dans chacun des volets ou sous-volets. Ces résultats d'apprentissage demeureront les mêmes, quels que soient les niveaux scolaires auxquels on fera référence.

Mieux-être

1. *Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.*

Santé mentale

2. *Les élèves développeront une santé mentale positive.*

Relations

3. *Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.*

Vie-carrière

4. *Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.*

Les résultats d'apprentissage spécifiques (RAS) sont des énoncés qui désignent des concepts spécifiques et les compétences connexes qui sont étayées par la compréhension et les connaissances acquises par les élèves selon les exigences pour leur niveau scolaire. Vous trouverez un tableau récapitulatif des résultats spécifiques à la page 18.

Tableau récapitulatif des résultats d'apprentissage

Mieux-être

Résultat d'apprentissage général	Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.		
	3 ^e année	4 ^e année	5 ^e année
Résultat d'apprentissage spécifique	1.1 reconnaître l'importance d'une alimentation saine et d'une activité physique régulière pour maintenir un mode de vie sain;	1.1 examiner les avantages d'une alimentation saine et d'une activité physique régulière pour maintenir un mode de vie sain;	1.1 évaluer les habitudes de santé personnelles et leur lien avec le mieux-être;
	1.2 décrire les habitudes personnelles qui permettent d'améliorer la santé;	1.2 expliquer les stratégies favorisant la croissance et le développement sains;	1.2 analyser les répercussions de l'emploi de stratégies favorisant la croissance et le développement sains;
	1.3 décrire comment les différences visibles et invisibles rendent chaque personne unique et précieuse;	1.3 identifier les changements qui se produisent pendant la puberté;	1.3 expliquer les changements corporels qui se produisent pendant la puberté.
	1.4 identifier les stratégies favorisant la croissance et le développement sains;	1.4 identifier les pratiques d'hygiène personnelle liées à la puberté et au bien-être;	1.4 expliquer l'importance des pratiques d'hygiène personnelle liées à la puberté;
	1.5 distinguer entre les substances bienfaites et	1.5 décrire les stratégies à utiliser pour éviter d'utiliser des	1.6 discuter des facteurs qui peuvent influencer sur la bonne ou

	les substances nocives et leurs effets sur la santé, et;	substances nocives, et;	la mauvaise utilisation de substances, et;
	1.6 décrire les comportements et les procédures qui contribuent à la sécurité personnelle.	1.6 évaluer les façons de minimiser les risques dans des situations potentiellement dangereuses.	1.7 sélectionner les pratiques de sécurité personnelle qui favorisent la prévention des blessures.

Santé mentale

Résultat d'apprentissage général	Les élèves développeront une santé mentale positive.		
	3 ^e année	4 ^e année	5 ^e année
Résultats d'apprentissage spécifiques	2.1 reconnaître l'importance de parler des émotions;	2.1 décrire toute une gamme d'émotions;	2.1 identifier les sources et les signes de stress ainsi que les façons de le gérer;
	2.2 démontrer des stratégies d'autoapaisement visant à gérer les réactions émotionnelles, et;	2.2 identifier les stratégies permettant de gérer les réactions émotionnelles, et;	2.2 démontrer des méthodes de gestion des réactions émotionnelles, et;
	2.3 examiner les réactions émotionnelles et leur influence sur le comportement.	2.3 reconnaître les sentiments exprimés par les autres.	2.3 identifier les stratégies permettant d'aller chercher de l'aide pour soi-même et pour les autres.

Relations

Résultat d'apprentissage général	Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.		
	3 ^e année	4 ^e année	5 ^e année
Résultats d'apprentissage spécifiques	3.1 démontrer une acceptation et une appréciation de la diversité;	3.1 décrire la mesure dans laquelle le fait d'apprécier la diversité peut avoir une influence positive sur les relations;	3.1 analyser la façon dont la diversité améliore les relations au sein des communautés;
	3.2 identifier les stratégies pour établir et renforcer les amitiés;	3.2 identifier l'importance de la communication pour établir et maintenir les amitiés;	3.2 décrire les réactions empathiques et leurs répercussions sur les relations interpersonnelles;
	3.3 expliquer ce qu'est l'intimidation et les façons de la prévenir et d'intervenir lorsqu'elle a lieu, et;	3.3 identifier les divers types d'intimidation et les bonnes stratégies pour y répondre, et;	3.3 expliquer les répercussions d'une agression relationnelle, et;
	3.4 explorer les stratégies de résolution des conflits.	3.4 appliquer les stratégies de résolution de conflits.	3.4 décrire les stratégies visant à résoudre les conflits dans diverses relations interpersonnelles.

Vie-carrière

Résultat d'apprentissage général	Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.		
	3 ^e année	4 ^e année	5 ^e année
Résultats d'apprentissage spécifiques	4.1 explorer les intérêts, les compétences et les forces nécessaires pour se forger un concept de soi positif;	4.1 relier les intérêts, compétences et les forces au concept de soi positif;	4.1 acquérir de nouveaux intérêts et de nouvelles compétences, et forces afin de se forger un concept de soi positif et de l'améliorer;
	4.2 reconnaître la mesure dans laquelle les compétences, et les intérêts influence les choix de carrière, et;	4.2 relier les compétences et les intérêts à des carrières précises, et;	4.2 examiner des carrières précises et leur lien avec ses compétences et ses intérêts;
	4.3 reconnaître l'importance et la diversité du travail.	4.3 expliquer les bonnes habitudes de travail à l'école qui peuvent être transférées au milieu de travail.	4.3 intégrer à l'école, à la maison et dans la collectivité de bonnes habitudes de travail qui peuvent être transférées au milieu de travail, et;
			4.4 décrire la mesure dans laquelle un emploi peut changer au fil du temps en raison de l'évolution des besoins de la société.

4. Résultats d'apprentissage

Mieux-être

RAG 1 :	Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.
----------------	--

À la fin de leur 3^e année, les élèves pourront :

RAS 1.1	reconnaitre l'importance d'une alimentation saine et d'une activité physique régulière pour maintenir un mode de vie sain;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Alimentation saine; Guide alimentaire canadien; quatre groupes alimentaires; étiquetage des aliments; lignes directrices canadiennes en matière d'activité physique; bonne hydratation; stratégies d'augmentation de l'activité physique (c.-à-d. diminuer le temps passé devant un écran); bienfaits à court terme et à long terme de l'activité physique.	Je peux décrire ce qu'est une alimentation saine. Je peux trier les divers aliments dans leur groupe alimentaire. Je peux énumérer les aliments qui n'appartiennent pas aux quatre groupes alimentaires. Je peux énumérer des choix d'aliments sains pour les repas et les collations. Je peux expliquer pourquoi il est important de boire de l'eau. Je peux décrire une activité physique modérée à vigoureuse et donner ses bienfaits. Je peux énumérer les différentes activités physiques qui stimulent différentes parties de mon corps. Je peux énumérer trois bienfaits à court terme de l'activité physique.	
Ressources		

RAG 1, 3^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.3	décrire comment les différences visibles et invisibles rendent chaque personne unique et précieuse;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
<p>Unicité des personnes, ce qui inclut les différences visibles (couleur de la peau, des cheveux et des yeux, traits du visage, taille et forme du corps – croissance et développement, présence ou non de handicaps, vêtements, possessions, etc.) et les différences invisibles (capacités d'apprentissage, compétences, talents, valeurs et croyances personnelles et culturelles, antécédents familiaux (orientation sexuelle) identité de genre, préférences personnelles, etc.).</p>	<p>Je peux énumérer les différences visibles. Je peux énumérer les différences invisibles. Je peux décrire ce qui me rend unique et précieux.</p>	
Ressources		
<p>Rubriques : Grade 3 Site Web : Écoute partie 2 (Ont.)</p>		

RAS 1.4	identifier les stratégies favorisant la croissance et le développement sains;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
<p>Modèle de prise de décision; établissement des objectifs (c.-à-d. les objectifs « SMART »).</p>	<p>Je peux énumérer les étapes à suivre pour prendre une décision éclairée. Je peux expliquer pourquoi il est important d'établir des objectifs. Je peux décrire la façon d'établir des objectifs.</p>	
Ressources		
<p>Rubriques : Grade 3 Site Web : Document : Se fixer des objectifs SMART</p>		

RAG 1, 3^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.5		distinguer entre les substances bienfaitantes et les substances nocives et leurs effets sur la santé, et;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Exemples de substances bienfaitantes (p. ex., l'insuline) et de substances nocives (p. ex., le tabac, cigarettes électronique, l'alcool); utilisation et abus de substances; dépendances.		Je peux décrire la différence entre une substance bienfaitante et une substance nocive. Je peux énumérer trois substances bienfaitantes. Je peux énumérer trois substances nocives. Je peux faire la différence entre une bonne utilisation et l'abus de substances.	
Ressources			
Rubriques : Grade 3		Sites Web : Le tabac	Document :

RAS 1.6		décrire les comportements et les procédures qui contribuent à la sécurité personnelle.	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Repérer/prévenir les situations dangereuses (feu, blessure, leurre d'enfant, etc.); cybersécurité; utiliser le bon équipement dans toutes les activités (p. ex. porter un casque pour faire du vélo, bien utiliser l'équipement de la structure de jeu); commotions cérébrale, approcher les animaux de façon sécuritaire; sécurité en matière d'allergie (rôle passif pour la prévention des réactions allergiques).		Je peux confier à un adulte de confiance quelque chose qui m'est difficile à communiquer. Je peux reconnaître les renseignements personnels et énumérer les façons de les protéger. Je peux dire lorsque les éléments d'une situation ne sont pas sécuritaires. Je peux énumérer des comportements qui assureront ma sécurité et celle des autres.	
Ressources			
Rubriques : Grade 3		Sites Web : S.O.S. Sécuro Parachute Canada	Document : Guide du jeune cycliste (Ontario)

RAG 1, 3^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

[Enfants avertis](#)

[Allergies Alimentaires Canada](#)

[Connaitre les allergies](#)

[Asso. d'information sur l'allergie et
l'asthme](#)

RAG 2, 3^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

Santé mentale

RAG 2 : Les élèves développeront une santé mentale positive.

À la fin de leur 3^e année, les élèves pourront :

RAS 2.1	reconnaitre l'importance de parler des émotions;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Définition de la santé mentale positive; émotions fondamentales (joie, tristesse, colère et peur).	Je peux décrire ce qu'est un sentiment. Je peux parler de mes sentiments sans gêne. Je peux reconnaître les sentiments des autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3	Site Web : Enfants avertis	Documents : Les sentiments (PDF, Alb.) La face cachée des émotions (guide, PDF Québec)

RAG 2, 3^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

RAS 2.2	démontrer des stratégies d'autoapaisement visant à gérer les réactions émotionnelles, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Stratégies d'autoapaisement : respirer profondément, espace privilégié, méditation, activité physique, gestion sensorielle, parler à un ami, etc.	Je peux adopter des stratégies qui me permettent de me calmer.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3 Vidéos : Médiation guidée pour les enfants Médiation guidée pour les enfants – Un cœur tranquille et sage	Sites Web : Le ballon Des techniques de respiration (RECIT Québec)	Ressource : Tous les enfants peuvent être des superhéros,

RAS 2.3	examiner les réactions émotionnelles et leur influence sur le comportement.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Diverses réactions émotionnelles vécues par des personnes dans différentes situations.	Je peux énumérer les émotions que les autres ressentent dans différentes situations.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3	Site Web : Le programme DIRE	Ressource : Tous les enfants peuvent être des superhéros,

RAG 3, 3^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

Relations

RAG 3

Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

À la fin de leur 3^e année, les élèves pourront :

RAS 3.1	démontrer une acceptation et une appréciation de la diversité;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Diversité (acceptation/appréciation/célébration), exemples de diversité, y compris la diversité familiale.	Je peux énumérer des façons de faire preuve d'empathie envers les autres. Je peux nommer diverses façons d'aider les autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3	Sites Web : Le programme DIRE Diversité sexuelle et de genre – ressource pédagogique inclusive du N.-B. Racines de l'empathie acelf BAP	Documents : Effaçons les préjugés pour le bon (Ontario) Ulysse et Alice : une famille avec deux mamans – guide d'accompagnement
Vidéo : Asthma Tech – Cultiver l'empathie	Ressource : Mes deux maisons - Melanie Walsh	

RAG 3, 3^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

RAS 3.2		identifier les stratégies pour établir et renforcer les amitiés;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Qualités d'un bon ami (gentil, honnête, juste, d'agréable compagnie, serviable, etc.); se faire des amis et les garder (respect, communication, résolution de conflit).		Je peux décrire ce qu'est un bon ami. Je peux trouver trois façons différentes d'être un bon ami. Je peux nommer des façons de garder des amis.	
Ressources			
Rubriques : Grade 3		Sites Web: PREVNet Enfants avertis	Ressource : Tous les enfants peuvent être des superhéros, p. 99

RAS 3.3		expliquer ce qu'est l'intimidation et les façons de la prévenir et d'intervenir lorsqu'elle a lieu, et;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Définition de l'intimidation; stratégies de prévention de l'intimidation; où chercher de l'aide; différence entre l'intimidation et les conflits.		Je peux donner la définition de l'intimidation. Je peux faire la distinction entre l'intimidation et les conflits. Je peux énumérer trois façons de gérer les conflits. Je peux énumérer trois façons de faire face à l'intimidation.	
Ressources			
Rubriques : Grade 3		Sites Web: PREVNet Enfants avertis Bien-être@l'école	Document :

RAG 4, 3^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

Développement vie-carrière

RAG 4

Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

À la fin de leur 3^e année, les élèves pourront :

RAS 4.1	explorer les intérêts, les compétences et les forces nécessaires pour se forger un concept de soi positif;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Forces; estime de soi positive; conscience de soi; prendre soin de son moi intérieur.	Je peux énumérer les choses que j'aime faire. Je peux énumérer ce à quoi je suis bon. Je peux partager mes forces personnelles avec les autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAG 4, 3^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

RAS 4.2	reconnaitre la mesure dans laquelle les compétences et les intérêts peuvent influencer les choix de carrière, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Exploration de carrière; aptitudes transférables.	Je peux repérer les emplois offerts dans ma collectivité. Je peux énumérer les emplois qui m'intéressent. Je peux faire le lien entre ce à quoi je suis bon et divers emplois.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3	Sites Web : Voyages en français Quand je serai grand (BAP)	Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAS 4.3	reconnaitre l'importance et la diversité du travail.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Importance du travail, stéréotypes basés sur le genre et professions.	Je peux décrire pourquoi le travail est important. Je peux décrire un stéréotype basé sur le genre.	
Ressources		
Rubriques : Grade 3	Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)	

RAG 1, 4^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

Mieux-être

RAG 1 : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

À la fin de leur 4^e année, les élèves pourront :

RAS 1.1	examiner les avantages d'une alimentation saine et d'une activité physique régulière pour maintenir un mode de vie sain;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Avantages d'une alimentation saine; quatre groupes alimentaires, étiquetage des aliments, choix alimentaires sains; avantages d'une bonne hydratation; bienfaits à court terme et à long terme de l'activité physique; temps passé devant un écran.	<p>Je peux énumérer les avantages d'une alimentation saine. Je peux repérer les étiquettes alimentaires et les utiliser pour faire des choix sains. Je peux choisir des boissons saines. Je peux expliquer les bienfaits à court terme de l'activité physique. Je peux énumérer les bienfaits à long terme de l'activité physique.</p>	
Ressources		
<p>Rubriques : Grade 4</p> <p>Vidéos : Introduction au Guide alimentaire canadien Légumes et fruits Produits céréaliers Lait et substituts Viandes et substituts</p>	<p>Sites Web : Guide alimentaire canadien Guide alimentaire canadien – Premières Nations Sois futé, bois santé! Sois futé, écran fermé! Directives canadiennes en matière d'activité physique EducationNutrition.ca</p> <p>Programme : A mon meilleur! 4,5,6</p>	<p>Documents : Éducation Nutrition: Activités sur le guide alimentaire (à utiliser après avoir visionné les vidéos)</p> <p>Ressources gratuites (formule de demande pour modèles d'aliments)</p>

RAG 1, 4^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.2		expliquer les stratégies favorisant la croissance et le développement sains;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Prise de décision; établissement d'objectifs; adopter des habitudes saines.		Je peux montrer des façons de prendre les bonnes décisions pour ma santé et mon bien-être. Je peux établir des objectifs à court terme pour moi-même.	
Ressources			
Rubriques : Grade 4		Programme : A mon meilleur! 4,5,6	Document : Se fixer des objectifs (PDF)

RAS 1.3		identifier les changements qui se produisent pendant la puberté;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
<p>Changements physiques qui se produisent pendant la puberté (utiliser le bon vocabulaire) : croissance de poils sur le corps, développement des seins, débuts des menstruations et émissions nocturnes, mue de la voix et changement de la silhouette, production d'odeurs corporelles, modification de l'apparence de la peau.</p> <p>Répercussions émotionnelles (excitation, gêne, confusion, peur) et sociales (changements dans les relations, moqueries dues aux changements, attraction aux autres) entraînées par ces changements.</p>		<p>Je peux énumérer les changements physiques qui se produisent pendant la puberté.</p> <p>Je peux énumérer les changements émotionnels qui se produisent pendant la puberté.</p> <p>Je peux énumérer les changements sociaux qui se produisent pendant la puberté.</p>	
Ressources			
Rubriques : Grade 4		Sites Web : Diversité sexuelle et de genre – ressource pédagogique inclusive du N.-B. Teaching Sexual Health – Puberty Lessons	Document: Exemple de leçon sur la conception universelle de l'apprentissage (anglais seulement) Puberty Changes Lesson

RAG 1, 4^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.4	identifier les pratiques d'hygiène personnelle liées à la puberté et au bien-être;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Augmentation de l'importance de prendre un bain ou une douche régulièrement; utiliser des produits d'hygiène; changer régulièrement de vêtements; santé bucco-dentaire; avantages du sommeil; bonnes habitudes de sommeil.	Je peux énumérer les pratiques d'hygiène personnelle liées aux changements de mon corps. Je peux énumérer les répercussions de certains aliments sur ma santé buccodentaire. Je peux énumérer trois raisons pour lesquelles il est sain de bien dormir. Je peux reconnaître quand je dors suffisamment.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4 Site Web: Sante buccodentaire		

RAS 1.5	décrire les stratégies à utiliser pour éviter d'utiliser des substances nocives, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Liste des substances nocives : tabac, alcool, drogues, cigarettes électroniques, boissons énergisantes, etc.; influence de la pression effectuée par les pairs; habileté à dire non.	Je peux décrire les substances nocives. Je peux donner des exemples de pression par les pairs. Je peux montrer ma capacité à prendre des décisions et mon habileté à refuser les offres de substances inappropriées.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4 Document: Dire « non » au tabac (Manitoba)		

RAG 1, 4^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.6	évaluer les façons de minimiser les risques dans des situations potentiellement dangereuses.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Stratégies de sécurité (système de jumelage, faire confiance à son instinct, etc.); les adultes de confiance; le respect des limites; les situations potentiellement dangereuses : activités en plein air, utilisation des technologies.	<p>Je peux évaluer les situations pour déterminer si elles sont sécuritaires ou non.</p> <p>Je peux adopter des stratégies de sécurité lorsqu'elles sont nécessaires.</p> <p>Je peux décrire les limites personnelles.</p> <p>Je peux décrire différents moyens d'assurer ma sécurité lorsque j'utilise les technologies.</p> <p>Je peux décrire différents moyens d'assurer ma sécurité lorsque je pratique des activités en plein air.</p>	
Ressources		
Rubriques : Grade 4	Sites Web : Enfants avertis Parachute Éducation sur la sécurité routière	Document: Enfants avertis - sécurité internet

RAG 2, 4^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

Santé mentale

RAG 2 : Les élèves développeront une santé mentale positive.

À la fin de leur 4^e année, les élèves pourront :

RAS 2.1	décrire toute une gamme d'émotions;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Émotions fondamentales (joie, tristesse, colère, peur, dégoût, gêne et surprise) : par quoi elles se traduisent, ce qu'elles font ressentir, la façon dont elles s'expriment physiquement	Je peux décrire sept émotions fondamentales. Je peux discuter de la façon dont le fait de reconnaître mes sentiments m'aide à gérer mon comportement et mes interactions avec les autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4		Document: Scénario de comportements Les zones

RAS 2.2	identifier les stratégies permettant de gérer les émotions, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Stratégies : rire, activité physique, liens avec la nature, parler avec les autres, chercher de l'aide; techniques de relaxation, pleine conscience, etc.	Je peux énumérer cinq stratégies de gestion des émotions.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4		Document : Quiz – Stratégies

RAG 2, 4^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

RAS 2.3	reconnaitre les sentiments exprimés par les autres.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Émotions fondamentales (joie, tristesse, colère, peur, dégoût, gêne et surprise); empathie	Je peux reconnaître les émotions des autres. Je peux aider les autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4		Document :
Jeux : Enquête sur les émotions		

RAG 3, 4^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

Relations

RAG 3	Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.
--------------	---

À la fin de la 4^e année, les élèves pourront :

RAS 3.1	décrire la mesure dans laquelle le fait d'apprécier la diversité peut avoir une influence positive sur les relations;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Diversité (acceptation/appréciation/célébration); exemples de diversité, notamment la diversité familiale.	Je peux énumérer des façons de faire preuve d'empathie envers les autres. Je peux nommer diverses façons d'aider les autres.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4	Site Web : Diversité sexuelle et de genre – ressource pédagogique inclusive du N.-B.	Ressource : Le roi Salami - Nick Bland

RAG 3, 4^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

RAS 3.2	identifier l'importance de la communication pour établir et maintenir les amitiés;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Examen des avantages d'une relation positive (agréable, respectueuse, fondée sur le partage, la confiance et une bonne communication); caractéristiques d'une relation malsaine (délation, commérage, exclusion); moyens de communication (verbale ou non verbale, y compris les expressions faciales, le langage corporel, le langage textuel ou écrit); composantes d'une communication efficace (bonnes aptitudes à l'écoute, habileté à dire non, capacités de résolution de conflits).	Je peux décrire une relation saine. Je peux décrire une relation malsaine. Je peux énumérer différentes façons de communiquer avec les autres. Je peux énumérer et appliquer les bonnes aptitudes à l'écoute.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4 Site Web : Les Conflits Document : L'amitié c'est important (Québec)		

RAS 3.3	identifier les divers types d'intimidation et les bonnes stratégies pour y répondre, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Intimidation sociale, physique ou verbale, cyberintimidation (autoexploitation ou exploitation des pairs); intimidations homophobe, transphobe et biphobe.	Je peux énumérer les divers types d'intimidation. Je peux décrire les différentes façons de réagir aux divers types d'intimidation.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4 Document : Quiz – types d'intimidation		

RAG 3, 4^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

RAS 3.4	appliquer les stratégies de résolution de conflits.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Modèles de résolution des conflits (les modèles doivent inclure : comment parler et écouter, collaborer pour trouver des solutions positives, choisir une option qui convienne à tout le monde).	Je peux utiliser une stratégie pour résoudre un conflit.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4	Document : La résolution des conflits et la série AninaPaix Ressource : Collection : Attention! Intimidation - Teddy Slater Léon la cible - Katia Canciani	

RAG 4, 4^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

Vie-carrière

RAG 4

Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

À la fin de la 4^e année, les élèves pourront :

RAS 4.1	relier les intérêts, compétences et forces au concept de soi positif;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Définition du concept de soi positif; intérêts, compétences, forces et qualités personnelles.	Je peux décrire mes forces. Je peux décrire mes intérêts. Je peux décrire mes compétences. Je peux décrire mon caractère. Je peux expliquer le concept de soi positif. Je peux lier mes aptitudes, mes forces, mes intérêts et mes qualités personnelles à ce que je pense de moi-même.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAG 4, 4^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

RAS 4.2	relier les compétences et les intérêts à des carrières précises, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Exploration de carrière; prise de décision; autonomie individuelle.	Je peux décrire les métiers qui m'intéressent. Je peux faire le lien entre ce que je connais de moi-même et les métiers qui m'intéressent. Je peux énumérer cinq métiers que je découvre.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4 Vidéo: Votre cheminement de carrière		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAS 4.3	expliquer les bonnes habitudes de travail à l'école qui peuvent être transférées au milieu de travail.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Les habitudes personnelles (être à l'heure, reposé, organisé, poli, engagé, etc.) et leurs effets sur le rendement des élèves/employés.	Je peux décrire les habitudes que j'adopte à l'école et qui peuvent m'aider dans le milieu de travail.	
Ressources		
Rubriques : Grade 4		

RAG 1, 5^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

Mieux-être

RAG 1 : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

À la fin de leur 5^e année, les élèves pourront :

RAS 1.1		évaluer les habitudes de santé personnelles et leur lien avec le mieux-être;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
<p>Alimentation saine, carburant de l'organisme (glucides, lipides, protéines); hygiène du sommeil; hygiène personnelle; activité physique; dimensions du mieux-être (santé mentale); temps passé devant un écran; prévention de la propagation des maladies transmissibles (se faire vacciner, se laver les mains, éternuer dans sa manche, éviter la zone T).</p>		<p>Je peux comparer mes habitudes alimentaires sur une semaine aux recommandations du Guide alimentaire canadien pour manger sainement. Je peux décrire les différences entre les glucides, les lipides et les protéines et leur fonction. Je peux surveiller le temps que je passe devant un écran sur trois jours. Je peux discuter de la façon dont je me sens après une activité physique. Je peux comparer mon état lorsque je suis reposé à mon état lorsque je suis fatigué. Je peux faire le lien entre mes habitudes personnelles et la santé et le bien-être.</p>	
Ressources			
<p>Rubriques: Grade 5</p> <p>Vidéos : Introduction au Guide alimentaire canadien Légumes et fruits Produits céréaliers Lait et substituts</p>		<p>Sites Web : Guide alimentaire canadien Guide alimentaire canadien – Premières Nations Sois futé, bois santé! Sois futé, écran fermé! Directives canadiennes en matière d'activité physique</p>	
		<p>Document : Éducation Nutrition: Activités sur le guide alimentaire (à utiliser après avoir visionné les vidéos)</p> <p>Ressources: Bougez et mangez sainement Calculassiette Plani-Menus Mission 5421</p>	

RAG 1, 5^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

[Viandes et substituts](#)

[Éducationnutrition.ca](#)

(Pour commander [ses ressources gratuites](#))

RAS 1.2	analyser les répercussions de l'emploi de stratégies favorisant la croissance et le développement sains;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Prise de décisions; établissements d'objectifs.	Je peux me fixer des objectifs personnels et examiner leurs répercussions sur ma santé et mon bien-être.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		

RAG 1, 5^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.3	expliquer les changements corporels qui se produisent pendant la puberté;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Changements hormonaux qui ont des répercussions sur la croissance physique et émotionnelle, etc.	Je peux décrire brièvement la fonction des hormones dans le corps pendant la puberté.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5	Site Web : Always Changing	Documents : Exemple de leçon sur la conception universelle de l'apprentissage (anglais seulement) Croissance et Développement de 9 à 12 ans (Américain)
Video: Puberty (Always Changing/Growing)		

RAG 1, 5^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

RAS 1.4	expliquer l'importance des pratiques d'hygiène personnelle liées à la puberté;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Pratiques d'hygiène personnelle liées à la puberté (maintenir le système reproducteur propre et sain).	Je peux discuter des pratiques d'hygiène personnelle reliées aux changements qui se produisent dans mon corps et les inclure dans ma routine quotidienne.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5 Site Web : Always Changing		

RAS 1.5	discuter des facteurs qui peuvent influencer sur la bonne ou la mauvaise utilisation de substances, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Pression des pairs; médias sociaux; normes culturelles; traditions; dépendances; bonne et mauvaise utilisation de substances.	Je peux donner un exemple de bonne et de mauvaise utilisation de substances. Je peux faire la différence entre la pression positive et la pression négative des pairs. Je peux expliquer la mesure dans laquelle les médias influencent la prise de décision. Je peux expliquer la façon dont les normes culturelles et les traditions peuvent influencer la prise de décision. Je peux utiliser mes aptitudes à la prise de décisions et ma capacité à dire non pour gérer les pressions m'incitant à mal utiliser des substances. Je peux indiquer les comportements qui entraîneraient une dépendance.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5 Documents : L'alcool, publicité et jeunes (Habilo Médias) La cigarette électronique		

RAG 1, 5^e année : Les élèves prendront des décisions responsables et éclairées afin de favoriser et de maintenir un mode de vie sain.

[Ensemble pour une jeunesse sans tabac](#)

[iMinds Education à la santé](#)

RAS 1.6	sélectionner les pratiques de sécurité personnelle qui favorisent la prévention des blessures.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Stratégies de sécurité (système de jumelage, faire confiance à son instinct, etc.); les adultes de confiance; le respect des limites; les situations potentiellement dangereuses (activités en plein air, utilisation des technologies, sécurité par rapport aux chiens); sécurité en matière d'allergies.	Je peux choisir des stratégies pour rester en sécurité dans différentes situations.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5	Site Web : Les gestes non sécuritaires (RECIT- Québec)	Document : Cyclisme pour les écoliers

RAG 2, 5^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

Santé mentale

RAG 2 : Les élèves développeront une santé mentale positive.

À la fin de leur 5^e année, les élèves pourront :

RAS 2.1	identifier les sources et les signes de stress ainsi que les façons de le gérer;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Activité physique (yoga); habitudes de sommeil; modèle CAR; relaxation; lien avec la famille et les amis; pleine conscience; méditation.	Je peux énumérer des sources de stress. Je peux énumérer des manifestations du stress. Je peux nommer trois façons de réduire le stress.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5	Sites Web : Le ballon Leçons sur le stress – trousse à outils Être sur la bonne voie - modèle CAR	Document : Ma Moulton et moi Santé Psychologique Affiche Portrait de la santé psychologique

RAG 2, 5^e année : Les élèves développeront une santé mentale positive.

RAS 2.2	démontrer des méthodes de gestion des émotions, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Émotions (tous les sentiments sont acceptables), comportements appropriés et inappropriés (tous les comportements ne sont pas acceptables); émotions difficiles : colère; tristesse, peur, gêne (manifestation physique des sentiments).	Je peux faire la différence entre la façon dont je me sens et la façon dont j'agis. Je peux déterminer à quoi ressemblent les émotions difficiles. Je peux discuter des moyens de maîtriser les émotions difficiles.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Document : Les zones

RAS 2.3	identifier les stratégies permettant d'aller chercher de l'aide pour soi-même et pour les autres.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Établir des réseaux d'adultes et de pairs offrant un soutien individuel; façons d'accéder à du soutien ou à de l'aide; obstacles à la recherche de soutien ou d'aide (c.-à-d. le manque de confidentialité, de confiance, etc.); stratégies visant à surmonter les obstacles.	Je peux demander de l'aide pour moi-même. Je peux demander de l'aide pour mes amis ou pour d'autres personnes. Je peux nommer les personnes et les lieux vers lesquels m'orienter pour obtenir de l'aide.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Sites Web : Programme D.I.R.E. Enfants avertis

RAG 3, 5^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et aptitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

Relations

RAG 3	Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et attitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.
--------------	---

À la fin de leur 5^e année, les élèves pourront :

RAS 3.1	analyser la façon dont la diversité améliore les relations au sein des communautés;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
La diversité (acceptation / appréciation / célébration) ; exemples de la diversité, y compris la diversité de la famille	Je peux examiner comment la diversité renforce une communauté. Je peux étudier les moyens de célébrer la diversité de la communauté.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5	Sites Web : Diversité sexuelle et de genre – ressource pédagogique inclusive du N.-B. Enfants avertis Au-delà de la souffrance	

RAG 3, 5^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et aptitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

RAS 3.2		décrire les réactions empathiques et leurs répercussions sur les relations interpersonnelles;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Empathie (réactions non verbales : position et orientation du corps); expressions faciales; position des bras et des jambes; contact visuel; ton de la voix, etc.		Je peux donner des exemples de communication non verbale. Je peux expliquer ce qu'est l'empathie. Je peux discuter de l'importance de l'empathie dans mes relations avec les autres.	
Ressources			
Rubriques: Grade 5		Site Web : Cultiver l'empathie	
Programme : Racines de l'empathie			

RAS 3.3		expliquer les répercussions d'une agression relationnelle, et;	
Concepts et contenu		Énoncés « Je peux »	
Définition d'une agression relationnelle; diverses formes d'agressions relationnelles; comportements socialement acceptables visant à contrer l'agression relationnelle.		Je peux expliquer ce qu'est une agression relationnelle. Je peux donner des exemples d'agression relationnelle. Je peux expliquer les répercussions d'une agression relationnelle. Je peux discuter des différentes manières de mettre fin à une agression relationnelle.	
Ressources			
Rubriques: Grade 5		Site web : Activité sur l'intimidation (Habilo Médias)	

RAG 3, 5^e année : Les élèves appliqueront les connaissances, compétences et aptitudes nécessaires afin d'établir et de maintenir des relations saines.

RAS 3.4	décrire les stratégies visant à résoudre les conflits dans diverses relations interpersonnelles.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Divers modèles de résolution des conflits : diverses relations (c.-à-d. la famille, les amis, l'enseignant, le chauffeur d'autobus, l'entraîneur, les voisins); changements qui peuvent se produire en amitié.	Je peux sélectionner les bonnes stratégies pour résoudre les conflits dans différentes situations.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		

RAG 4, 5^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

Vie-carrière

RAG 4

Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

À la fin de leur 5^e année, les élèves pourront :

RAS 4.1	acquérir de nouveaux intérêts et de nouvelles compétences et forces afin de se forger un concept de soi positif et de l'améliorer;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Intérêts, compétences, forces, qualités personnelles et concept de soi positif.	Je peux parler de l'une de mes compétences, de mes forces ou de mes qualités personnelles et de ce que j'ai fait pour la développer. Je peux choisir une compétence, une force ou une qualité personnelle et élaborer un plan pour l'améliorer.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAG 4, 5^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

RAS 4.2	examiner des carrières précises et sur leur lien avec ses compétences et ses intérêts;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Intérêts, compétences, forces, qualités personnelles et passions.	Je peux reconnaître les emplois qui correspondent à mes compétences, intérêts et passions. Je peux reconnaître les emplois qui ne correspondent pas à mes compétences, intérêts et passions.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)
Vidéo: Votre cheminement de carrière		

RAS 4.3	intégrer à l'école, à la maison et dans la collectivité de bonnes habitudes de travail qui peuvent être transférées au milieu de travail, et;	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Habitudes personnelles (être à l'heure, reposé, organisé, poli, engagé, etc.).	Je peux choisir une habitude personnelle et élaborer un plan pour l'améliorer. Je peux faire le lien entre les bonnes habitudes de travail à l'école (et leurs avantages) et celles dont j'aurai besoin au travail. Je peux analyser la façon dont les bonnes habitudes de travail sont directement liées à la réussite au travail et dans la vie en général.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

RAG 4, 5^e année : Les élèves apprendront à se connaître et à explorer le monde du travail.

RAS 4.4	décrire la mesure dans laquelle un emploi peut changer au fil du temps en raison de l'évolution des besoins de la société.	
Concepts et contenu	Énoncés « Je peux »	
Changements de technologie; nouveaux emplois; influence du genre sur le choix d'un travail (stéréotypes); équité salariale; Premières Nations; nouveaux arrivants; faible statut socio-économique; capacités.	Je peux donner des exemples de changements qui se sont produits dans les emplois qui m'intéressent. Je peux énumérer les stéréotypes associés à certains emplois. Je peux énumérer les avantages à éliminer les stéréotypes qui limitent les choix d'emploi.	
Ressources		
Rubriques: Grade 5		Document : Passeport-compétences (PDF, Ontario)

5. Bibliographie

Contenu commun

CAST <http://www.cast.org/>

FONDATION D'ÉDUCATION DES PROVINCES ATLANTIQUES. *The Atlantic Canada Framework for Essential Graduation Learnings in Schools*, 2015.

NELSON, Loui Lord. *Design and Deliver: Planning and Teaching Using Universal Design for Learning*, 1^{re} édition, Paul H. Brookes Publishing Co., 2013.

Sujet précis

CENTRE CANADIEN DE PROTECTION DE L'ENFANCE. *Enfants avertis : programme la sécurité personnelle*, Winnipeg (Manitoba), 2011.

BEZANSON, L., Sareena HOPKINS et Donnalee BELL. *Building Better Career Futures*, 2^e édition, Fondation canadienne pour le développement de la carrière, Ottawa, 1998.

BATES, Heidi et Karena ECCLES. *Wellness curricula to improve the health of children and youth: a review and synthesis of related literature*, Alberta Education (Alberta), 2008.

BENHAM-DEAL, T., et B. HODGES. *Role of 21st century schools in promoting health literacy*, National Education Association Health Information Network, Washington, DC., 2009.

CONSORTIUM CONJOINT PANCANADIEN POUR LES ÉCOLES EN SANTÉ. *Qu'est-ce que l'approche globale de la santé en milieu scolaire?*, 2013. Sur Internet : www.jcsh-cces.ca.

MORRISON, William, et Patricia PETERSON. *Le milieu scolaire comme terrain propice à la promotion de la santé mentale positive : Meilleures pratiques et perspectives*, 2^e édition, Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé, 2013.

CENTRE NATIONAL EN VIE-CARRIÈRE. *Plan directeur pour le design en développement vie-travail*, 2009.

TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION. *Career Development Intermediate: A Curriculum Guide* (version temporaire), 2012.

GOUVERNEMENT DU NOUVEAU-BRUNSWICK. *Plan d'action-emploi pour les personnes ayant un handicap au Nouveau-Brunswick 2012-2017*, 2012.

GOUVERNEMENT DU NOUVEAU-BRUNSWICK. *Plan d'action pour la santé mentale au Nouveau-Brunswick 2011-2018*, 2011.

STANDING COUNCIL ON SCHOOL EDUCATION AND EARLY CHILDHOOD. *Australian Blueprint for Career Development*, 2012.