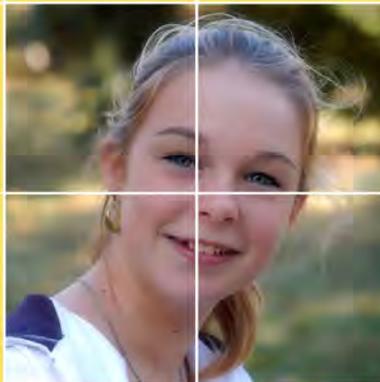


La formation personnelle et sociale

*Programme d'études
7^e année*



Programme d'études

7^e année

La formation personnelle et sociale



Ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance
2010

Avant-propos

Ce programme d'études s'adresse aux enseignants du cours de Formation personnelle et sociale (FPS) de la 7^e année. Il fournit l'information de base dont les enseignants auront besoin pour la mise en oeuvre du programme d'études et offre des suggestions pour les aider à concevoir des expériences d'apprentissage ainsi que des stratégies pour évaluer le rendement scolaire.

Remerciements

Le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance désire remercier la conseillère pédagogique, Veronica d'Entremont, et les membres du Comité de révision.

Également, le ministère désire remercier Lori MacPherson et son comité pour le travail effectué dans le développement du document en anglais.

Table des matières

1 Introduction

- Avant-propos
- Remerciements

2 Cadre théorique

Les orientations de l'éducation publique

- Philosophie et buts de l'éducation 3
- Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires 5
- Énoncé de principe relatif au français parlé et écrit 7
- Énoncé de principe relatif à l'intégration des technologies de
l'information et de communication 8
- Énoncé de principe relatif aux élèves ayant des besoins particuliers 8

L'orientation et les composantes pédagogiques du programme de FPS

- L'objectif du programme d'études de FPS 12
- Apprendre à faire de bons choix 12
- Les résultats d'apprentissage 13
 - Les résultats d'apprentissage généraux (R.A.G.) 14
 - Le choix en matière de bien-être 14
 - Le choix en matière de relations humaines 14
 - Le choix en matière d'apprentissage pour la vie 15
 - Les résultats d'apprentissage spécifiques (R.A.S.) 15
- Comment utiliser le plan du programme en quatre colonnes 16
- Contextes d'apprentissage et d'enseignement 17
 - Sujets délicats 17
 - Santé sexuelle 17
 - Conseils pédagogiques 17
 - Pratiques pédagogiques préconisées pour enseigner la sexualité 18
 - L'appréciation et l'évaluation des apprentissages 19
 - Le temps d'enseignement 20
 - Les ressources pédagogiques 20
- Modèle de portfolio vie-travail de l'élève 21
- Vue d'ensemble des résultats du programme d'études 22

3 Programme d'études

- Le choix en matière de bien-être** 25
 - Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É 25
- Le choix en matière de relations humaines** 51
 - Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É 51
- Le choix en matière d'apprentissage pour la vie** 71
 - Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É 71

4 Annexe 87

Les orientations de l'éducation publique

Philosophie et buts de l'éducation

L'objectif fondamental du système d'éducation publique de l'Île-du-Prince-Édouard est de voir au développement des élèves afin que chacun d'entre eux puisse occuper une place de choix dans la société.

Les buts de l'éducation publique veulent permettre à l'élève :

- de développer une soif pour l'apprentissage, une curiosité intellectuelle et une volonté d'apprendre tout au long de sa vie;
- de développer l'habileté à penser de façon critique, à utiliser ses connaissances et à prendre des décisions informées;
- d'acquérir les connaissances et les habiletés de base nécessaires à la compréhension et à l'expression d'idées par l'entremise de mots, de nombres et d'autres symboles;
- de comprendre le monde naturel et l'application des sciences et de la technologie dans la société;
- d'acquérir des connaissances sur le passé et de savoir s'orienter vers l'avenir;
- d'apprendre à apprécier son patrimoine et à respecter la culture et les traditions d'autrui;
- de cultiver un sens d'appréciation personnelle;
- d'apprendre à respecter les valeurs communautaires, de cultiver un sens des valeurs personnelles et d'être responsable de ses actions;
- de développer une fierté et un respect pour sa communauté, sa province et son pays;
- de cultiver un sens de responsabilité envers l'environnement;
- de cultiver la créativité, y compris les habiletés et des attitudes se rapportant au lieu de travail;
- de maintenir une bonne santé mentale et physique et d'apprendre à utiliser son temps libre de façon efficace;
- d'acquérir une connaissance de la deuxième langue officielle et une compréhension de l'aspect bilingue du pays;
- de comprendre les questions d'égalité des sexes et la nécessité d'assurer des chances égales pour tous;
- de comprendre les droits fondamentaux de la personne et d'apprécier le mérite des particuliers.

Bien que ces buts semblent énormes pour le système d'éducation publique, il est important de se rappeler que la responsabilité d'y faire face est partagée. Le système d'éducation publique pourra, avec l'appui et la participation active de la famille et d'autres éléments de la communauté, s'acquitter de son mandat.

¹ Ministère de l'éducation et ressources humaines. *Une philosophie d'éducation publique pour les écoles de l'Île-du-Prince-Édouard*, novembre 1989, p. 1-4

Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires

L'élaboration de certains programmes communs pour les provinces atlantiques a débuté en 1995. C'est alors que des résultats d'apprentissage transdisciplinaires ont été établis pour tous les élèves du Canada atlantique. Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires sont des énoncés décrivant les connaissances, les habiletés et les attitudes qu'on attend de la part de tous les élèves qui obtiennent leur diplôme de fin d'études secondaires. L'atteinte de ces résultats d'apprentissage les préparera à continuer à apprendre tout au long de leur vie. Les attentes y sont décrites non en fonction de matières individuelles mais plutôt en termes de connaissances, d'habiletés et d'attitudes acquises au cours du programme. Les résultats d'apprentissage transdisciplinaires suivants forment le profil de formation des finissants au Canada atlantique :

Expression artistique

Les finissants seront en mesure de porter un jugement critique sur diverses formes d'art et de s'exprimer par les arts.

Ils pourront, par exemple,

- utiliser diverses formes d'art pour formuler et exprimer leurs idées, leurs perceptions et leurs sentiments;
- faire preuve de leur compréhension de la contribution des arts à la vie quotidienne, à l'identité et à la diversité culturelles ainsi qu'à l'économie;
- faire preuve de leur compréhension des idées, des perceptions et des sentiments des autres tels qu'ils sont exprimés par l'entremise de diverses formes d'art;
- faire preuve de leur compréhension de l'importance des ressources culturelles telles que le théâtre, les musées et les galeries d'art;

Civisme

Les finissants seront en mesure d'apprécier, dans un contexte local et mondial, l'interdépendance sociale, culturelle, économique et environnementale.

Ils pourront, par exemple,

- faire preuve de leur compréhension du développement durable et des incidences d'un tel développement sur l'environnement;
- faire preuve de leur compréhension des systèmes politique, social et économique du Canada dans un contexte mondial;
- expliquer l'importance de l'économie mondiale pour le renouveau économique et l'épanouissement de la société;
- faire preuve de leur compréhension des forces sociales, politiques et économiques qui ont façonné notre passé et notre présent, et planifier l'avenir en fonction de ces connaissances;
- se pencher sur des questions en matière de droits de la personne et reconnaître diverses formes de discrimination;
- déterminer les principes véhiculés et les mesures entreprises par les sociétés équitables, pluralistes et démocratiques;

- faire preuve de leur compréhension de leur identité et de leur héritage culturels et de ceux des autres ainsi que de l'apport du multiculturalisme dans la société.

Communication

Les finissants seront capables de comprendre, de parler, de lire et d'écrire une langue (ou plus d'une), d'utiliser des concepts et des symboles mathématiques et scientifiques afin de penser logiquement, d'apprendre et de communiquer efficacement.

Ils pourront, par exemple,

- explorer leurs idées, leurs apprentissages, leurs perceptions et leurs sentiments, y réfléchir et les exprimer;
- faire preuve de leur compréhension des faits et des relations exprimés sous forme de mots, de nombres, de symboles, de graphiques et de diagrammes;
- présenter, à une diversité d'auditeurs, de l'information et des directives claires, logiques, concises et précises;
- faire preuve d'une connaissance de la langue seconde;
- accéder à de l'information, la traiter, l'évaluer et la partager;
- interpréter et évaluer des données et les exprimer dans un langage courant;
- réfléchir de façon critique sur les idées présentées par l'entremise d'une diversité de médias et les interpréter.
-

Technologie

Les finissants seront en mesure d'utiliser diverses technologies, de faire preuve d'une compréhension des applications technologiques et d'appliquer les technologies appropriées à la solution de problèmes.

Ils pourront, par exemple,

- trouver, évaluer, adapter, créer et partager de l'information, et ce, en faisant appel à une diversité de ressources et de moyens technologiques;
- faire preuve de leur compréhension des technologies existantes et en évolution et les utiliser;
- faire preuve de leur compréhension des incidences de la technologie sur la société;
- faire preuve de leur compréhension des questions d'ordre moral qui se posent relativement à l'utilisation des outils technologiques dans un contexte local et mondial.

Développement personnel

Les finissants seront en mesure de poursuivre leur apprentissage et de mener une vie active et saine.

Ils pourront, par exemple,

- montrer qu'ils sont prêts à intégrer le monde du travail ou à poursuivre leur apprentissage;
- prendre des décisions judicieuses et en accepter la responsabilité;
- travailler et étudier de façon déterminée, à la fois individuellement et en groupe;
- faire preuve de leur compréhension du rapport qui existe entre la santé et le mode de vie;
- établir des distinctions entre de nombreux choix de carrière;
- faire preuve d'une capacité d'adaptation et d'une habileté en communications interpersonnelles et posséder des qualités de gestionnaire;
- faire preuve de curiosité intellectuelle et d'esprit d'initiative;
- réfléchir de façon critique sur des questions d'ordre moral.

Résolution de problèmes

Les finissants seront capables d'utiliser les stratégies et les méthodes nécessaires à la solution de problèmes, y compris les stratégies et les méthodes faisant appel à des concepts reliés au langage, aux mathématiques et aux sciences.

Ils pourront, par exemple,

- recueillir, traiter et interpréter de l'information de façon critique afin de prendre des décisions éclairées;
- utiliser une diversité de stratégies et d'optiques en faisant preuve de souplesse et de créativité afin de résoudre des problèmes;
- proposer des idées et questionner leurs propres postulats et ceux des autres;
- résoudre des problèmes de façon individuelle et collective;
- cerner, décrire, formuler et reformuler des problèmes;
- formuler et vérifier des hypothèses;
- questionner, observer des relations, faire des inférences et tirer des conclusions;
- constater, décrire et interpréter différents points de vue et faire la distinction entre un fait et une opinion.

**Énoncé de principes
relatif au français parlé
et écrit**

Les finissantes et finissants seront conscients de l'importance et de la particularité de la contribution des Acadiennes, des Acadiens et des francophones à la société canadienne. Ils reconnaîtront leur langue et leur culture comme base de leur identité et de leur appartenance à une société dynamique, productive et démocratique dans le respect des valeurs culturelles des autres.

Les finissantes et les finissants seront capables, par exemple:

- de s'exprimer couramment à l'oral et à l'écrit dans un français correct en plus de manifester le goût de la lecture et de la communication en français;
- d'accéder à l'information en français provenant des divers médias et de la traiter;
- de faire valoir leurs droits et d'assumer leurs responsabilités en tant que francophones;
- de démontrer une compréhension de la nature bilingue de Canada et des liens d'interdépendance culturelle qui façonnent le développement de la société canadienne.

Énoncé de principe relatif à l'intégration des technologies de l'information et des communications

La technologie informatique occupe déjà une place importante dans notre société où l'utilisation de l'ordinateur est impérative. Les jeunes sont appelés à vivre dans une société dynamique qui change et évolue constamment. Compte tenu de l'évolution de la société, le système d'éducation se doit de préparer les élèves à vivre et à travailler dans un monde de plus en plus informatisé.

En milieu scolaire, l'ordinateur doit trouver sa place dans tous les programmes d'études et à tous les ordres d'enseignement. C'est un outil puissant qui donne rapidement accès à une multitude d'informations touchant tous les domaines de la connaissance. La technologie moderne en diversifie sans cesse les usages et en facilite l'accessibilité comme moyen d'apprentissage scolaire, au même titre que les livres, le tableau noir et la craie.

L'intégration de l'ordinateur dans l'enseignement doit d'une part assurer l'acquisition de connaissances et d'habiletés techniques en matière d'informatique et, d'autre part, améliorer et diversifier les moyens d'apprentissage mis à la disposition des élèves et des enseignants. Pour réaliser ce second objectif, l'élève doit être amené à utiliser fréquemment l'ordinateur comme outil de création, de production, de communication et de recherche. L'élève, seul ou en équipe, saura utiliser l'ordinateur comme moyen d'apprentissage en appliquant ses connaissances à la résolution de problèmes concrets, en réalisant divers types de projets de recherche et en effectuant des productions dans un contexte d'information ou de création.

Énoncé de principe relatif aux élèves ayant des besoins particuliers

Le présent programme d'études est inclusif et est conçu pour aider tous les apprenants à réaliser leur potentiel grâce à une grande variété d'expériences d'apprentissage. Le but du programme est de donner à tous les élèves l'accès aux mêmes possibilités d'apprentissage.

De nombreux facteurs influent sur le développement personnel et social des élèves. Quand ils conçoivent des expériences d'apprentissage pour leurs élèves, les enseignants doivent tenir compte des besoins d'apprentissage, des expériences, des intérêts et des valeurs de tous leurs élèves.

La différenciation

Une stratégie particulièrement utile à l'enseignant est la différenciation. Il s'agit d'une stratégie qui reconnaît que tous les élèves sont capables d'apprendre, mais qu'ils ne le font pas tous nécessairement au même rythme ni de la même manière. Les enseignants doivent continuellement chercher de nouvelles stratégies et se constituer leur propre répertoire de stratégies, de techniques et de matériel qui facilitera l'apprentissage des élèves dans la majorité des situations. La différenciation de l'enseignement ne constitue pas une stratégie d'enseignement spécialisé mais plutôt une stratégie qui prône l'équilibre, qui reconnaît les différences entre les élèves et qui agit sur ces différences.

Pour reconnaître et valoriser la diversité chez les élèves, les enseignants doivent envisager des façons :

- d'établir un climat et de proposer des expériences d'apprentissage affirmant la dignité et la valeur de tous les apprenants de la classe;
- de donner l'exemple par des attitudes, des actions et un langage inclusifs qui appuient tous les apprenants;
- d'adapter l'organisation de la classe, les stratégies d'enseignement, les stratégies d'évaluation, le temps et les ressources d'apprentissage aux besoins des apprenants et de mettre à profit leurs points forts;
- de donner aux apprenants des occasions de travailler dans divers contextes d'apprentissage, y compris les regroupements de personnes aux aptitudes variées;
- de relever la diversité des styles d'apprentissage des élèves et d'y réagir;
- de mettre à profit les niveaux individuels de connaissances, de compétences et d'aptitudes des élèves;
- de concevoir des tâches d'apprentissage et d'évaluation qui misent sur les forces des apprenants;
- de veiller à ce que les apprenants utilisent leurs forces comme moyen de s'attaquer à leurs difficultés;
- d'utiliser les forces et les aptitudes des élèves pour stimuler et soutenir leur apprentissage;
- d'offrir des pistes d'apprentissage variées
- de souligner la réussite des tâches d'apprentissage que les apprenants estimaient trop difficiles pour eux.

La diversité culturelle et sociale

La diversité culturelle et sociale est une ressource qui vise à enrichir et à agrandir l'expérience d'apprentissage de tous les élèves. Non seulement ont-ils cette ressource à leur disposition, les élèves la portent aussi en eux, la rendant ainsi exploitable dans la salle de classe. Au sein d'une communauté d'apprenants, les élèves ainsi sensibilisés à la diversité culturelle et sociale peuvent comprendre et exprimer des points de vue et des expériences variés, teintés de leurs traditions, leurs valeurs, leurs croyances et leur bagage culturel. Ils

apprennent ainsi que plusieurs points de vue sont possibles et développent un plus grand respect pour la différence. Ils sont ainsi encouragés à accepter d'autres façons de voir le monde.

Les élèves ayant des besoins particuliers

Les résultats du programme énoncés dans le présent guide sont jugés importants pour tous les apprenants et servent de cadre à un éventail d'expériences d'apprentissage pour tous les élèves, y compris ceux qui ont besoin de plans éducatifs individuels.

Pour obtenir les résultats voulus, certains élèves peuvent avoir besoin de matériel spécialisé, par exemple, des machines braille, des instruments grossissants, des traitements de texte avec vérification orthographique et autres programmes d'ordinateur, des périphériques comme des synthétiseurs vocaux et des imprimés en gros caractères. On peut compter dans les résultats relatifs à l'oral et à l'écoute toutes les formes de communication verbale et non verbale, notamment, le langage gestuel et les communicateurs.

Les enseignants doivent adapter les contextes d'apprentissage de manière à offrir du soutien et des défis à tous les élèves et utiliser avec souplesse le continuum des énoncés des résultats attendus dans le cadre du programme de manière à planifier des expériences d'apprentissage convenant aux besoins d'apprentissage des élèves. Si des résultats particuliers sont impossibles à atteindre ou ne conviennent pas à certains élèves, les enseignants peuvent fonder l'établissement des objectifs d'apprentissage de ces élèves sur les énoncés de résultats du programme général, sur les résultats à atteindre à des étapes clés du programme et sur des résultats particuliers du programme pour les niveaux antérieurs et postérieurs, en guise de point de référence.

L'utilisation d'expériences d'apprentissage et de stratégies d'enseignement et d'apprentissage variées, ainsi que l'accès à des ressources diversifiées pertinentes au contenu et au contexte, contribuent à rejoindre les différents styles d'apprenants d'une classe et favorisent l'apprentissage et le succès. L'utilisation de pratiques d'évaluation diversifiées offre également aux élèves des moyens multiples et variés de démontrer leurs accomplissements et de réussir.

Certains élèves seront en mesure d'atteindre les résultats d'apprentissage visés par la province si l'on y apporte des changements aux stratégies d'enseignement, à l'organisation de la salle de classe et aux techniques d'appréciation de rendement. Par contre, si ces changements ne suffisent pas à permettre à un élève donné d'atteindre les résultats d'apprentissage visés, alors un plan éducatif individualisé (P.E.I.) peut être élaboré.

Les élèves qui ont des besoins spéciaux bénéficient de la diversité des

groupements d'élèves permettant le maximum d'interactions entre l'enseignant et les élèves, et entre les élèves. Voici divers groupements possibles :

- enseignement à la classe complète;
- enseignement à de petits groupes;
- apprentissage en petits groupes;
- groupes d'apprentissage coopératif;
- enseignement individuel;
- travail indépendant;
- apprentissage avec partenaire;
- enseignement par un pair;
- travail à l'ordinateur supervisé par l'enseignant.

Tenir compte des élèves doués ou talentueux

Les enseignants devraient adapter leur enseignement pour stimuler l'apprentissage des élèves doués et utiliser la progression d'énoncés de résultats du programme pour planifier des expériences significatives. Par exemple, les élèves qui ont déjà obtenu les résultats du programme s'appliquant à leur niveau particulier peuvent travailler à l'obtention de résultats relevant du niveau suivant.

Dans la conception des tâches d'apprentissage destinées aux apprenants avancés, les enseignants devraient envisager des moyens permettant aux élèves d'améliorer leurs connaissances, leur processus mental, leurs stratégies d'apprentissage, leur conscience d'eux-mêmes et leurs intuitions. Ces apprenants ont aussi besoin de maintes occasions d'utiliser le cadre des résultats du programme général pour concevoir eux-mêmes des expériences d'apprentissage qu'ils pourront accomplir individuellement ou avec des partenaires.

Bon nombre des suggestions visant l'enseignement et l'apprentissage offrent des contextes permettant l'accélération et l'enrichissement, par exemple, l'accent sur l'expérience, l'enquête et les perspectives critiques. La souplesse du programme en ce qui concerne le choix des textes permet aussi d'offrir des défis et de rehausser l'apprentissage pour les élèves ayant des aptitudes linguistiques spéciales.

Les élèves doués ont besoin d'occasions de travailler dans le cadre de types de regroupements divers, notamment, des groupes d'apprentissage réunissant des degrés d'aptitude différents ou semblables, des groupes réunissant des intérêts différents ou semblables et des groupes de partenaires.

L'orientation et les composantes pédagogiques du programme de formation personnelle et sociale

L'objectif du programme d'études de FPS

La formation personnelle et sociale concerne l'apprentissage des habitudes, des comportements, des interactions et des décisions se rapportant à la vie quotidienne en santé et à la planification du futur. La maison, l'école et la communauté jouent un rôle important, car elles contribuent au développement personnel des élèves en santé, en leur fournissant la possibilité d'examiner l'information et d'acquérir, de pratiquer et de démontrer des stratégies permettant de relever les défis de la vie et de la façon de vivre.

L'objectif du programme d'études sur le développement personnel et social est de rendre les élèves capables de poser des choix bien éclairés, sains, et de développer des comportements qui contribuent à leur bien-être et à celui des autres.

Apprendre à faire de bons choix

- Les choix sont fondés sur les attitudes, les croyances et les valeurs. La famille est le principal éducateur dans le développement des attitudes et des valeurs de l'élève. L'école et la communauté jouent un rôle crucial et de soutien dans ce qui vient s'ajouter à ces attitudes et valeurs.
- Afin de poser des choix responsables et sains, les élèves doivent savoir comment chercher des renseignements appropriés et précis. Ils tirent les enseignements des choses reliées à la santé à partir de plusieurs sources, notamment la maison, l'école, les pairs, la communauté et les médias. Ce programme aide les élèves à identifier les sources d'information valables et à devenir des consommateurs avertis d'informations reliées à la santé.
- Les élèves développent des compétences dans la prise de décision qui appuient les pratiques d'hygiène de vie informées, ils deviennent responsables de leur santé, apprennent à prévenir et à réduire les risques, et ils peuvent prendre soin d'eux-mêmes et des autres.
- Les élèves concentrent leurs efforts sur la sécurité et la prévention des blessures, et ils élaborent des stratégies permettant d'évaluer les risques, de réduire les préjudices potentiels et d'identifier les systèmes de soutien applicables à eux-mêmes et aux autres. Les élèves apprennent à connaître les produits, les substances et les comportements qui peuvent nuire à leur santé. Ils acquièrent également des stratégies utilisables dans les situations risquées.
- On encourage les élèves à promouvoir et à conserver la santé comme une ressource valorisée et valable, et à examiner les questions et les facteurs de santé qui font la promotion de la bonne santé ou la limitent. Ils acquièrent une compréhension de leurs comportements individuels ainsi que des facteurs sociaux

- et environnementaux qui ont tous des effets sur leur santé.
- Dans un environnement d'acceptation, de compréhension, de respect et de bienveillance, les élèves peuvent apprendre à reconnaître et à exprimer leurs sentiments personnels et leurs émotions, ainsi qu'à apprécier leurs forces et leurs talents, et ceux des autres. Les élèves ont la possibilité d'accepter et d'apprécier la diversité et le caractère unique, tant d'eux-mêmes que des autres, dans notre société planétaire. On met l'accent sur les interactions saines et sécuritaires, et sur les relations bienveillantes. On développe les aptitudes à l'amitié, puis on les étend au travail en groupe.
- Les élèves créent et étendent des réseaux sécuritaires et favorables, pour eux et pour les autres, qui feront le lien entre la maison, l'école et la communauté.
- Les élèves acquerront l'aptitude à fixer des objectifs et commenceront à mettre en pratique leur capacité à influencer ou à maîtriser plusieurs résultats.
- Les élèves acquièrent des bases solides en matière de connaissances, aptitudes et attitudes de base pour l'employabilité. Les carrières réussies sont fondées sur une base de connaissance de soi, d'estime de soi, d'interactions saines, d'apprentissage permanent et de développement professionnel. Un aspect fondamental de l'éducation applicable à une carrière est de faire passer les élèves d'apprentis dépendants à citoyens indépendants, interdépendants, qui apportent leur contribution.
- Les élèves acquièrent de l'assurance et un sens de l'engagement envers leur famille, leur école et leur communauté grâce aux possibilités d'interactions entre pairs, au bénévolat et à l'engagement significatif dans les activités.
- Les élèves développent des compétences pratiques directement reliées à l'éducation complémentaire, la recherche d'emploi, l'exploration de l'avancement professionnel.

Les résultats d'apprentissage

L'orientation de l'enseignement de la formation personnelle et sociale se cristallise autour de la notion de **résultats d'apprentissage**. Un résultat d'apprentissage décrit clairement le comportement en précisant les habiletés, les connaissances mesurables et les attitudes observables acquises par un élève au terme d'une situation d'apprentissage. Un résultat d'apprentissage n'est ni un objectif ni une stratégie. Il aborde l'enseignement d'un point de vue différent : l'objectif précisait ce que l'enseignant doit faire; le résultat, de son côté, décrit ce que l'élève doit avoir appris au terme d'une année.

Il existe deux niveaux de résultats d'apprentissage au sein du programme de FPS:

- Les résultats d'apprentissage généraux (R.A.G.)
- Les résultats d'apprentissage spécifiques (R.A.S.)

Les résultats
d'apprentissage généraux
(R.A.G.)

Trois résultats généraux servent de fondement au programme d'études de FPS. Les résultats d'apprentissage généraux du programme d'études sont interdépendants. Chacun doit se réaliser grâce à une variété d'expériences. L'accent porte sur le bien-être général. Les élèves apprennent à améliorer les attitudes et les comportements qui reflètent des choix sains et réduisent les effets dommageables possibles. Ils développent la responsabilité personnelle en matière de santé et ils démontrent la compassion pour les autres.

Le choix en matière de bien-être

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

Au cours de leurs années scolaires, les élèves étudient la vie active, les habitudes de santé positives, la croissance et le changement, l'image corporelle, la nutrition, la sensibilisation à la toxicomanie, la sensibilisation à la violence, selon ce qui convient à leur développement. Chaque année scolaire met en évidence différents aspects de ces questions de santé importantes.

L'étude de la sécurité pour soi et pour les autres à la maison, à l'école et dans la communauté commence durant les premières années scolaires et se poursuit tout au long du programme.

*Le choix en matière de relations
humaines*

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

Les élèves apprennent les caractéristiques des relations saines. Ils et elles apprennent que le développement et le maintien des bonnes relations exigent des habiletés de communication, d'écoute, d'expression des besoins et des émotions et la capacité de faire une rétroaction. Ils et elles se renseignent sur les réseaux de soutien, les mentors, et ils développent de saines relations et une interdépendance positive.

Les élèves apprennent comment maintenir les relations et comment traiter avec le changement et les transitions dans une variété de rôles de la vie.

Ils et elles apprennent également à valoriser leurs forces et leurs dons, et ceux des autres, ainsi que leur individualité.

*Le choix en matière
d'apprentissage pour la vie*

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

Les élèves commencent à développer des pratiques, des connaissances et des compétences reliées au développement de la carrière en première année. Ils apprennent à respecter la propriété des autres et à comprendre les concepts de la responsabilité.

L'autodétermination et la responsabilité personnelle se développent au fur et à mesure que les élèves apprennent à organiser et à gérer leurs propres ressources en termes de temps, d'énergie et de propriété personnelle.

L'élève commence par reconnaître ses forces, ses intérêts, ses attributs et ses compétences et ceux des autres: il ou elle commence alors à comprendre que les occasions et les possibilités d'apprentissage sont toujours présentes et ce, pour la vie.

Les expériences et découvertes d'apprentissage des services fournissent à l'élève l'occasion d'apprendre, de pratiquer et de raffiner ses compétences tout en apportant une contribution importante à sa famille, à son école et à sa communauté.

**Les résultats
d'apprentissage spécifiques
(R.A.S.)**

Chaque résultat d'apprentissage général du programme d'études comprend des résultats d'apprentissage spécifiques que les élèves sont censés réaliser à la fin de chaque année. Les résultats d'apprentissage spécifiques à l'intérieur de chaque année sont appropriés au développement, s'ajoutent les uns aux autres et établissent des liens avec l'apprentissage antérieur.

Ainsi, les résultats d'apprentissage spécifiques du programme d'études sont progressifs et mènent à des capacités de penser plus complexes qui tiennent compte des dimensions interdépendantes de la santé physique, émotive et sociale, mentale et cognitive, spirituelle. Les résultats d'apprentissage spécifiques intègrent le potentiel des élèves à étendre et à raffiner leur apprentissage dans les situations de la vie réelle.

Selon le contexte d'apprentissage et les besoins de développement des élèves, les résultats peuvent être intégrés ou regroupés dans une année scolaire, s'il y a lieu.

Comment utiliser le plan du programme en quatre colonnes

Le programme d'études a été organisé en quatre colonnes afin de relier les expériences d'apprentissage aux résultats en:

- fournissant un éventail de stratégies d'apprentissage et d'enseignement associé à un résultat particulier ou à un groupe de résultats;
- démontrant la relation entre les résultats et les stratégies d'évaluation;
- suggérant au personnel enseignant des façons de faire des croisements à l'intérieur du programme;
- suggérant des ressources au personnel enseignant.

Première colonne : Résultats d'apprentissage spécifiques

La première colonne montre les résultats d'apprentissage spécifiques en décrivant ce que l'élève est censé connaître, est capable de faire et apprécier d'ici la fin de l'année.

Les résultats d'apprentissage spécifiques sont définis au moyen d'un système de codification : par exemple, B-7.6, R-7.3 ou V-7.7. La lettre dans l'abréviation fait référence au résultat général – Bien-être, Relations ou Apprentissage pour la vie. Le chiffre après le tiret correspond au niveau scolaire, et le chiffre final fait référence au numéro d'ordre du résultat particulier.

Sujets délicats – le symbole ♥ sert à identifier les résultats qui devraient être traités avec tact.

Deuxième colonne : Élaboration – Stratégies d'apprentissage et d'enseignement

Cette colonne offre un éventail de stratégies que le personnel enseignant et les élèves peuvent choisir. Il n'est pas nécessaire d'en choisir aucune.

Troisième colonne – Tâches pour l'enseignement et/ou l'évaluation

Cette colonne fournit des suggestions d'évaluation continue, cette dernière formant une partie intégrale de l'expérience d'apprentissage.

Quatrième colonne: Ressources et Notes

Cette colonne fournit des renseignements supplémentaires au personnel enseignant, notamment les titres de ressources documentaires de soutien, les croisements à l'intérieur du programme d'études, les ressources supplémentaires et les liens sur le Web. Les articles en annexe tels que les notes de référence pour les enseignants, les renseignements pour l'élève et les feuilles d'activité sont également indiqués dans cette colonne.

Contextes d'apprentissage et d'enseignement

Sujets délicats

Le symbole du coeur ♥ est utilisé pour identifier les résultats que l'on devrait traiter avec tact. Il est important de connaître vos élèves et d'examiner les résultats qui devraient être traités soigneusement. Examinez les possibilités de la communauté en faisant votre planification. Recherchez les semaines ou les mois désignés tels que la Semaine de la prévention de la violence verbale ou le Mois des maladies du coeur pour traiter des sujets qui complètent le programme d'études de FPS.

Santé sexuelle

Les résultats en sexualité humaine sont en caractères gras et inclus dans les choix de bien-être. Avant d'aborder l'un ou l'autre de ces résultats, vous devez fournir des renseignements sur le contenu aux parents. L'attente minimale consiste à les informer par lettre. Un formulaire d'inclusion doit être signé par le parent/tuteur et retourné à l'école. (Une lettre type se trouve à l'annexe.) Les écoles peuvent décider de tenir une rencontre d'information ou de discuter du programme à des événements tels que la « soirée de rencontre des enseignantes et enseignants ».

Conseils pédagogiques

Il est très important d'établir un climat de confiance dans la classe de FPS. Voici quelques suggestions pour vous aider.

- Inviter les membres compétents de la communauté pour approfondir l'enseignement.
- Être disposé à rechercher des renseignements pour aborder des sujets ou répondre aux questions que les élèves posent. Rester toujours dans les limites du programme d'études établi.
- Savoir où et quand envoyer les élèves chercher de l'aide.
- Établir les règles de base dès la première leçon et les faire respecter régulièrement pour créer un climat de confiance et de respect en classe.
- Renforcer les valeurs universelles, notamment l'honnêteté et le respect des droits et des sentiments d'autrui tout au long du cours.
- Présenter l'information d'une façon impartiale et sans s'ériger en juge et tâcher d'aider les élèves à acquérir les connaissances, les aptitudes et les attitudes qui leur permettront de prendre des décisions favorables à la santé.
- Parler des sujets et répondre aux questions grâce à des exposés factuels plutôt qu'à des énoncés de valeurs.
- Rappeler aux élèves que les questions fondées sur les valeurs sont personnelles de même qu'elles sont influencées par nos familles,

nos amis, notre école, les médias, notre culture et notre religion et les encourager à discuter de ce genre de questions avec leurs parents ou leurs tuteurs.

- Employer les termes et les définitions exacts (pas d'argot) en parlant de la santé en matière de sexualité.
- Employer des termes non sexistes comme « partenaire » au lieu de « petit ami ».
- Recourir à des activités « brise-glace » et à l'humour pour aider les élèves à se sentir plus à l'aise.
- Encourager les élèves à poser des questions et à employer la stratégie de la boîte aux questions.

Pratiques pédagogiques préconisées pour enseigner la sexualité

Jeu de rôles

- Donne aux élèves une occasion d'assumer les rôles d'autrui, donc de tenir compte du point de vue de l'autre.
- Permet d'explorer des solutions de façon sûre et d'acquérir des connaissances en matière de santé sexuelle.
- Tend à inciter les élèves à apprendre.
- Favorise et développe la pensée critique et créative, les attitudes, les valeurs ainsi que les aptitudes interpersonnelles et sociales.

Boîte aux questions

- L'anonymat permet aux élèves de poser des questions relatives à la sexualité sans risque de gêne.
- L'intervalle entre les leçons permet aux enseignants de préparer une réponse pour éviter d'être pris au dépourvu.
- Le fait de tirer parti des « moments propices à l'enseignement » est efficace et peut enrichir la matière étudiée en classe.

Formation en petits groupes

- Donne l'occasion de réfléchir à une idée et d'échanger d'autres idées et points de vue.
- Renforce l'assurance des élèves.
- Améliore le développement social et personnel.

Discussions en classe

- Aide à établir un bon climat dans la salle de classe.
- Amène les élèves à s'intéresser à la santé sexuelle.
- Rend l'attitude des élèves plus positive envers eux-mêmes et le milieu d'apprentissage.

Expérience multimédia

- Attire l'attention du groupe.
- Stimule les discussions.
- Illustre des concepts complexes et abstraits.

L'appréciation et l'évaluation des apprentissages

Les termes « mesure » et « évaluation » sont souvent utilisés de manière interchangeable, mais ils font référence à des processus vraiment différents.

Mesure : signifie le processus systématique de cueillette d'informations sur l'apprentissage de l'élève.

Techniques de mesure

- Observation informelle/formelle : informations recueillies pendant le déroulement de la leçon. Lorsque l'observation est utilisée formellement, l'élève sera mis au courant de ce qui est observé et des critères évalués. Informellement, il pourrait s'agir d'une vérification fréquente, mais brève d'un critère donné. Les résultats pourraient être inscrits au moyen d'une liste de vérification, d'une échelle d'évaluation ou de notes écrites. Ne pas oublier d'organiser les critères, de préparer les formulaires d'enregistrement, de s'assurer que tous les élèves soient observés durant une période de temps raisonnable.
- Performance : encourage l'apprentissage grâce à une participation active. Il pourrait s'agir d'une démonstration ou d'une présentation. La performance est le plus souvent évaluée au moyen de l'observation.
- Inscription dans le journal : offre la possibilité à l'élève d'exprimer ses pensées et ses idées d'une manière réfléchie. Il permet à l'élève d'examiner ses forces et ses faiblesses, attitudes, intérêts et nouvelles idées.
- Entrevue : favorise la compréhension et l'application de concepts. Passer un élève en entrevue permet au personnel enseignant de confirmer que l'apprentissage a dépassé la mémoire factuelle. Elle peut être brève ou longue. L'élève devrait connaître les critères d'évaluation de l'entrevue formelle. Cette technique d'évaluation ouvre des possibilités à l'élève dont les techniques de présentation sont plus fortes que les habiletés à l'écrit.
- Interrogation papier et crayon : peut être formatif ou sommaire. (Évaluation ou test écrit.)
- Présentation : exige de l'élève qu'il analyse et interprète des informations et qu'il ou qu'elle les communique ensuite. La présentation peut se faire sous forme orale, écrite, avec des images, comme un résumé de projet, par vidéo ou logiciel.
- Portfolio : permet à l'élève d'être au centre du processus. L'élève peut décider de ce qui entre dedans, comment l'utiliser, comment

l'évaluer. Cela permettra un enregistrement à long terme de la croissance de l'apprentissage et des habiletés.

Évaluation est le processus d'analyse, de réflexion et de résumé des informations reliées à la mesure, et décision ou jugement rendu fondé sur les informations recueillies. La mesure fournit les données et le processus d'évaluation donne un sens aux données. Lorsque les élèves sont conscients des résultats pour lesquels ils ou elles sont responsables, et des critères par lesquels leur travail sera mesuré et évalué, ils et elles peuvent prendre des décisions éclairées sur les façons les plus efficaces de montrer leur apprentissage.

Le temps d'enseignement

La formation personnelle et sociale (FPS) est un sujet obligatoire de la 7^e à la 9^e année. L'affectation de temps basée sur la directive ministérielle N° MD99-05 est comme suit :

Enseignement de la formation personnelle et sociale
7^e à la 9^e année
4 à 6 % (12 à 18 minutes par jour ou environ 37 à 55 h/année)

Les ressources pédagogiques

Ressources autorisées :

7^e année

- *Objectif santé 1*, texte de l'élève
- *Objectif santé 1*, Guide d'enseignement
- *Programme d'études de FPS de l'Île-du-Prince-Édouard 7^e année*

8^e année

- *Objectif santé 2*, texte de l'élève
- *Objectif santé 2*, Guide d'enseignement
- *Programme d'études de FPS de l'Île-du-Prince-Édouard 8^e année*

9^e année

- Guide pédagogique *Choix pour des relations positives entre les jeunes*
- Guide pour la sécurité au travail
- *Programme d'études de FPS de l'Île-du-Prince-Édouard 9^e année*

Modèle de portfolio vie-travail de l'élève

Les résultats attendus pour le portfolio vie-travail de l'élève sont intégrés à l'ensemble du programme d'études pour les élèves de la 7^e à la 9^e année. Le présent modèle a été élaboré afin de fournir à l'enseignant un portrait détaillé de la manière dont les résultats du portfolio sont mis à contribution de la 7^e à la 9^e année. Le travail sur le portfolio se poursuit au secondaire.

Niveau	Résultat <i>L'élève devrait pouvoir</i>	Ressources et attentes
7 ^e FPS	<ul style="list-style-type: none"> Recueillir des données à insérer dans un portfolio personnel de l'élève qui démontreront ses intérêts, atouts et aptitudes (V-7.5) 	<ul style="list-style-type: none"> Introduction au portfolio Commencer à recueillir des articles qui peupleront le portfolio Cerner ses aptitudes et intérêts personnels <i>Objectif santé 1</i>, Manuel de l'élève et guide d'enseignement
8 ^e FPS	<ul style="list-style-type: none"> Recueillir des données à insérer dans un portfolio personnel de l'élève qui démontreront ses intérêts, atouts et aptitudes (V-8.5) 	<ul style="list-style-type: none"> Continuer à recueillir des articles démontrant les aptitudes et réussites voulues Explorer les carrières relatives à ses aptitudes et intérêts personnels <i>Objectif santé 2</i>, Manuel de l'élève et guide d'enseignement
9 ^e FPS	<ul style="list-style-type: none"> Créer un portfolio vie-travail (V- 9.5) 	Articles de base à produire <ul style="list-style-type: none"> Page couverture Table des matières Narration biographique Description chronologique Objectifs Documentation
Secondaire et au-delà	<ul style="list-style-type: none"> Choisir certains thèmes sur lesquels concentrer son portfolio vie-travail et continuer à l'améliorer Manifester sa compréhension de la démarche visant à établir une carrière Présenter son portfolio vie-travail à un auditoire S'exercer à sélectionner des portions de son portfolio afin d'en faire la présentation (p.ex., pour l'entrée au collège, un emploi particulier, ou à d'autres fins) 	<ul style="list-style-type: none"> Choisir certains thèmes sur lesquels concentrer son portfolio vie-travail et continuer à l'améliorer Interpréter, évaluer et se servir de l'information relative aux carrières Se mettre à la recherche de débouchés de carrière Écrire des réflexions au sujet des articles contenus dans le portfolio

VUE D'ENSEMBLE DES RÉSULTATS DU PROGRAMME D'ÉTUDE

7^e année**CHOIX EN MATIÈRE DE BIEN-ÊTRE – RAG :**

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

Résultats d'apprentissage spécifiques**CHOIX EN MATIÈRE DE RELATIONS –RAG:**

Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Résultats d'apprentissage spécifiques**Santé personnelle**

L'élève devrait pouvoir...

- comparer ses choix personnels en matière de santé aux normes de la santé (B-7.1)
- examiner les aspects de la propreté et des soins personnels et évaluer les incidences de la publicité relative aux soins personnels et aux produits de beauté sur les choix et les habitudes en matière de soins personnels (B-7.2)
- analyser les méthodes et les messages utilisés par les médias pour promouvoir certaines images corporelles et certains choix de modes de vie (B-7.3)
- faire le lien entre les facteurs qui influencent les choix alimentaires personnels et les besoins nutritifs des adolescents (B-7.4)
- analyser les facteurs sociaux susceptibles d'influencer le refus ou l'acceptation de certaines substances nocives (B-7.5)

Sécurité et responsabilité

L'élève devrait pouvoir

- analyser la définition, les conséquences et les effets éventuels de diverses formes de harcèlement (B-7.6)
- analyser et apprécier des perspectives personnelles différentes en matière de sécurité (B-7.7)
- déterminer les caractéristiques propres à la résilience (B-7.8)

Santé sexuelle

L'élève devrait pouvoir

- examiner le processus de procréation de l'être humain et reconnaître les malentendus liés au développement sexuel (B-7.9)
- déterminer les effets des influences sociales sur la sexualité, sur les rôles des hommes/femmes, et sur l'équité (B-7.10)
- examiner les facteurs qui influent sur la prise de décisions personnelles en matière de comportement sexuel responsable (B-7.11)
- examiner l'abstinence et les décisions de retarder l'activité sexuelle comme des choix sains (B-7.12)

Comprendre et exprimer ses sentiments

L'élève devrait pouvoir...

- analyser en quoi les modèles de pensée influencent les sentiments (R-7.1)
- analyser les besoins en soutien à court terme et à long terme du point de vue émotionnel (R-7.2)
- cerner les sources de stress caractérisant les relations et décrire des méthodes positives pour faire face à ces agents stressants (R-7.3)
- analyser la rétroaction constructive et la mettre en pratique (R-7.4)

Interactions

L'élève devrait pouvoir

- examiner les caractéristiques inhérentes aux relations saines et élaborer des stratégies pour nouer ce type de relations et les renforcer (R-7.5)
- explorer et évaluer les incidences de la violence que l'on retrouve dans les médias sur les relations (R-7.6)
- évaluer et personnaliser l'efficacité de divers modes de résolution de conflits (R-7.7)

Rôles des groupes et processus

L'élève devrait pouvoir

- analyser les effets possibles découlant de l'appartenance à un groupe, à une équipe ou à un gang (R-7.8)
- développer des habiletés d'établissement des objectifs en groupe (R-7.9)

CHOIX EN MATIÈRE D'APPRENTISSAGE POUR LA VIE – RAG: Les élèves utiliseront diverses ressources afin d'explorer les rôles qu'ils seront appelés à jouer dans la vie, ainsi que les défis et les responsabilités qui s'y rattachent.

Résultats d'apprentissage spécifiques

Stratégies d'apprentissage

L'élève devrait pouvoir

- acquérir de meilleures stratégies et compétences organisationnelles et d'étude en analysant les divers modes d'apprentissage des gens. (V-7.1)
- découvrir des stratégies pour élargir sa capacité personnelle d'apprentissage. (V-7.2)
- distinguer entre choix et coercition dans la prise de décision pour soi et pour les autres. (V-7.3)
- établir et réviser les objectifs et priorités à court et à long terme en se basant sur la connaissance de ses intérêts, de ses aptitudes et de ses compétences. (V-7.4)

Rôles de la vie et perfectionnement professionnel

L'élève devrait pouvoir

- recueillir des données pour constituer un portfolio avec des preuves témoignant de ses intérêts, de ses atouts et de ses compétences. (V-7.5)
- examiner les facteurs qui peuvent influencer sur les plans futurs de rôles de la vie, d'études et de carrière. (V-7.6)

Bénévolat

L'élève devrait pouvoir

- déterminer les connaissances et les compétences de la classe et les utiliser pour faire la promotion de la santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.7)
- appliquer des compétences de groupe efficaces afin de concevoir et d'appliquer un plan d'amélioration de la santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.8)

Choix en matière de bien-être



Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É

<p>Santé personnelle</p> <p><i>L'élève devrait pouvoir</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • comparer ses choix personnels en matière de santé aux normes de la santé (B-7.1) • examiner les aspects de la propreté et des soins personnels et évaluer les incidences de la publicité relative aux soins personnels et aux produits de beauté sur les choix et les habitudes en matière de soins personnels (B-7.2) • analyser les méthodes et les messages utilisés par les médias pour promouvoir certaines images corporelles et certains choix de modes de vie (B-7.3) 	<ul style="list-style-type: none"> • faire le lien entre les facteurs qui influencent les choix alimentaires personnels et les besoins nutritifs des adolescents (B-7.4) • analyser les facteurs sociaux susceptibles d'influencer le refus ou l'acceptation de certaines substances nocives (B-7.5)
<p>Sécurité et responsabilité</p> <p><i>L'élève devrait pouvoir</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • analyser la définition, les conséquences et les effets éventuels de diverses formes de harcèlement (B-7.6) 	<ul style="list-style-type: none"> • analyser et apprécier des perspectives personnelles différentes en matière de sécurité (B-7.7) • déterminer les caractéristiques propres à la résilience (B-7.8)
<p>Santé sexuelle</p> <p><i>L'élève devrait pouvoir</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • examiner le processus de procréation de l'être humain et reconnaître les malentendus liés au développement sexuel (B-7.9) • déterminer les effets des influences sociales sur la sexualité, sur les rôles des hommes/femmes, et sur l'équité (B-7.10) <p>* On a besoin de la permission écrite des parents afin d'enseigner les résultats d'apprentissage en matière de santé sexuelle.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • examiner les facteurs qui influent sur la prise de décisions personnelles en matière de comportement sexuel responsable (B-7.11) • examiner l'abstinence et les décisions de retarder l'activité sexuelle comme des choix sains (B-7-12)

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Créez un projet personnel d'amélioration de santé fixé sur trois à cinq choix de santé personnels. Inclure un but pour chaque choix et chaque stratégie pour atteindre chaque but. Suivez votre projet pour au moins un mois et enregistrez votre progrès. (B-7.1) • Complétez les phrases suivantes: <ul style="list-style-type: none"> - « Pour rester sain, j'ai besoin d'être physiquement actif...» - « Mon activité physique...» - « Pour rester sain, les adolescents ont besoin de manger...» - « Mes habitudes alimentaires...» - « Pour se détendre, les adolescents ont besoin de...» - « Je fais le temps pour me détendre...» - « Les adolescents ont besoin de dormir...» - « Mon sommeil...» - « La réflexion est une partie intégrale de la bonne santé parce que...» - « Je réfléchis en...» (B-7.1) <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trouvez deux publicités de produits de soins personnels que vous détestez et expliquez pourquoi vous vous opposez à leurs techniques et aux messages. (B-7.2) • Trouvez deux publicités de produits de soins personnels similaires. Expliquez pourquoi les annonceurs publicitaires pourraient avoir choisi les techniques et les messages qu'ils ont utilisé et évaluez leur efficacité. (B-7.2) 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 2 (p. 15-27) Chap. 3 (p. 28-35) Chap. 4 (p. 50)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 2 (pp. 32-45) Chap. 3 (pp. 56-60) Chap. 4 (p. 90)</p> <p>Renseignements de base à l'intention de l'enseignant</p> <p>Un objectif ou une attente est ce à quoi vous voulez parvenir. Il peut être à court terme, comme avoir une bonne nuit de sommeil. Il peut être à moyen terme comme faire des économies pour s'acheter un jeu d'ordinateur, ou il peut être à long terme, comme la planification de la carrière que vous choisirez.</p> <p>Quand vous fixez un objectif, pensez aux points suivants :</p> <p>Objectifs – Vos objectifs doivent être réalistes.</p> <p>Obstacles – Reconnaissez les obstacles qui pourraient vous empêcher d'atteindre votre objectif. Trouvez des solutions potentielles.</p> <p>Plan d'action - Préparez un plan étape par étape pour atteindre votre objectif.</p> <p>Regardez, écoutez, apprenez – Il se peut que vous ayez besoin de faire des recherches pour trouver de quelles habiletés ou informations vous aurez besoin.</p> <p>Succès: Mesurez votre succès tout le long. Soyez fier de votre progrès.</p> <p><i>Objectif Santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 4 (p. 46-47, 51-54) <i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 4 (p. 83, 91-93)</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> analyser les méthodes et les messages utilisés par les médias pour promouvoir certaines images corporelles et certains choix de modes de vie (B-7.3) <p>♥</p>	<p>SANTÉ PERSONNELLE</p> <p>L'image corporelle peut être définie comme l'image mentale que quelqu'un a de son corps, avec les sentiments et les pensées qui y sont associés. Une image corporelle, cela s'apprend. Elle reflète et renforce en même temps l'estime de soi. Selon des études canadiennes, deux tiers des adolescentes et deux cinquièmes des adolescents ne sont pas satisfaits de leur poids.</p> <ul style="list-style-type: none"> Réunir et montrer des photos de célébrités et de mannequins qui représentent le « corps parfait » à différentes époques et dans différentes cultures. En classe, discuter des images corporelles. <p>Demander :</p> <p>Comment la perception du corps parfait a-t-elle évolué?</p> <p>Qu'est-ce que les mannequins femmes d'aujourd'hui ont en commun?</p> <p>Qu'est-ce que les mannequins hommes ont en commun?</p> <p>Quand vous regardez ces photos, comment vous sentez-vous par rapport à votre propre corps?</p> <p>Souhaitez-vous ressembler à ces mannequins?</p> <p>Pensez-vous que vous vous aimeriez davantage?</p>

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Concevez un dépliant pour l'adolescence faisant la promotion de l'image corporel positif et de l'approbation de soi. <p><i>Interrogation papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Écrivez une lettre à l'éditeur d'une revue qui fait la promotion du « corps parfait ». Inclure trois raisons pour lesquelles ce message est nuisible aux adolescents et pour lesquelles la revue doit promouvoir une perspective équilibrée. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans des petits groupes ou en paires, créer un scénarimage (storyboard), une bande dessinée ou une présentation Powerpoint pour une annonce publicitaire promouvant l'approbation de soi et une perspective réaliste sur l'image corporelle. 	<p><i>Objectif santé 1</i> – manuel de l'élève Chap. 4 (p. 51-57)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 4 (pp. 91-97)</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> faire le lien entre les facteurs qui influencent les choix alimentaires personnels et les besoins nutritifs des adolescents (B-7.4) ♥ 	<p>SANTÉ PERSONNELLE</p> <p>Pour ce qui est de cet objectif, les élèves réfléchissent à la raison pour laquelle les gens font de mauvais choix alimentaires même s'ils savent ce qu'est bien manger, et même s'ils connaissent les quantités nécessaires pour être en santé. Plusieurs facteurs peuvent influencer leurs choix alimentaires; entre autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> la faim; les moyens financiers (l'argent à dépenser); l'influence de la famille; les choix alimentaires personnels; l'influence des amis et de l'entourage; la publicité; le temps disponible; le stress/la pression/les conflits, que ce soit à l'école ou chez soi; l'activité physique; le facteur socioculturel (pression exercée pour que l'on soit mince). <p>La pensée actuelle en matière d'enseignement des habitudes alimentaires suggère qu'il vaut mieux se concentrer sur les choix sains et positifs que les élèves peuvent faire en ce qui a trait à l'alimentation et à l'activité physique. Plutôt que d'utiliser le terme « régime », les enseignants devraient se concentrer sur des phrases positives comme « faire des choix alimentaires sains », « manger avec modération » et « alimentation saine ».</p> <p>Demander aux élèves de :</p> <ul style="list-style-type: none"> Dresser la liste alphabétique de leurs aliments favoris. Identifier un aliment favori pour chaque lettre de l'alphabet. Discuter des facteurs qui influencent les choix alimentaires en tenant compte de la publicité, de la pression de l'entourage et des préférences. Prendre connaissance de la brochure <i>Bien manger avec le Guide alimentaire canadien</i> et identifier les composantes d'une alimentation saine pour les adolescents. Deux par deux, identifier cinq endroits où ils achètent de la nourriture qu'ils mangent en dehors de chez eux. Pour chacun de ces endroits, identifier les choix alimentaires disponibles qui sont conformes aux directives du <i>Guide alimentaire canadien</i>.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> En groupe classe, faites un remue-méninges de régimes alimentaires à la mode et des modèles d'alimentation sains, tels que le végétarisme, les régimes hyperprotéinés, ou les régimes de moindre graisse. En paires, choisissez un régime alimentaire ou un modèle d'alimentation sain. En utilisant un diagramme de Venn pour comparer le régime ou le modèle alimentaire avec les besoins nutritifs identifiés dans le <i>Guide alimentaire canadien</i>, partagez des conclusions avec la classe. <p><i>Interrogation papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Identifier une revue populaire qui fait la promotion des choix de nourriture malsains dans ses publicités. Écrire une lettre à cette revue en leur conseillant de repenser leurs annonces. Inclure trois raisons pour lesquelles la promotion de l'alimentation malsaine est une mauvaise idée et trois raisons pour lesquelles la promotion de l'alimentation saine est une bonne idée. Discutez de l'importance de l'activité physique comme un moyen d'équilibrer la consommation de nourriture. 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 3 (p. 36-40)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 3 (pp. 61-67)</p> <p><i>Bien manger avec le Guide alimentaire canadien</i> http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index_f.html Cliquer sur <i>Obtenez votre exemplaire</i> pour commander le guide</p> <p>www.cancer.ca</p> <p>www.dietitians.ca/public/content/information_francais/index.asp</p> <p>www.healthyeatingisinstore.ca</p> <p>Notes de référence pour les enseignants (annexe)</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions												
<ul style="list-style-type: none"> analyser les facteurs sociaux susceptibles d'influencer le refus ou l'acceptation de certaines substances nocives (B-7.5) ♥ 	<p>SANTÉ PERSONNELLE</p> <p>Bien qu'il existe de nombreuses sortes de drogues et de substances nocives différentes, il est possible de les grouper en quatre catégories principales :</p> <p>Les neurodépresseurs ralentissent le rythme cardiaque, abaissent la pression artérielle et détendent les muscles. Ils peuvent également modifier l'humeur.</p> <p>Les stimulants sont des drogues qui augmentent le rythme cardiaque et la pression artérielle.</p> <p>Les hallucinogènes modifient les perceptions. Ils peuvent entraîner des pertes de mémoire et des changements de personnalité.</p> <p>Les substances inhalées sont des substances que l'on respire ou que l'on aspire. Elles peuvent donner la sensation d'être désorienté et donner des vertiges. Elles peuvent causer des maux de tête ou des troubles de la vision. Une utilisation répétée peut entraîner des dommages au niveau des poumons, des reins et du cerveau.</p> <ul style="list-style-type: none"> Les drogues les plus dangereuses contre lesquelles les élèves devraient être avertis sont les suivantes : <table data-bbox="532 877 1455 1031"> <tr> <td>Alcool</td> <td>Héroïne</td> <td>Tabac</td> </tr> <tr> <td>Substances inhalées</td> <td>Cannabis</td> <td>Amphétamines</td> </tr> <tr> <td>Cocaïne/Crack</td> <td>Hallucinogènes</td> <td></td> </tr> <tr> <td>MDMA (Ecstasy)</td> <td colspan="2">(Voir <i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement, p. 125)</td> </tr> </table> Lancer des idées pour constituer une liste de substances que les élèves pourraient choisir d'utiliser ou de refuser. En ayant recours à l'activité « Vrai ou faux » (Annexe), examiner certains mythes sur l'alcool et le cannabis, deux substances que les élèves de la 7^e année sont susceptibles de rencontrer. Par petits groupes, dresser une liste des facteurs sociaux qui influent sur la décision d'utiliser ou de refuser des substances particulières. <p>Discuter de l'acronyme REFUS.</p> <p>Réellement poser des questions sur l'activité.</p> <p>Examiner toutes les conséquences.</p> <p>Faire en sorte de trouver des alternatives. Suggérer différentes choses à faire.</p> <p>Utiliser la persuasion. Avoir de l'assurance.</p> <p>Savoir énoncer toutes les conséquences et les problèmes, et être capable de s'extraire de la situation.</p> <p>On cherche en particulier à faire en sorte que les élèves reconnaissent qu'une mauvaise utilisation des médicaments sur ordonnance revient à consommer des substances nocives. Points à prendre en considération :</p> <ul style="list-style-type: none"> Un médicament sur ordonnance s'obtient avec une prescription délivrée par un médecin. Ce médicament est destiné à une personne précise pour traiter un problème de santé précis. Il faut porter attention aux informations importantes qui figurent sur l'étiquette des médicaments délivrés sur ordonnance. Parler de « littératie en matière de santé » avec les élèves. 	Alcool	Héroïne	Tabac	Substances inhalées	Cannabis	Amphétamines	Cocaïne/Crack	Hallucinogènes		MDMA (Ecstasy)	(Voir <i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement, p. 125)	
Alcool	Héroïne	Tabac											
Substances inhalées	Cannabis	Amphétamines											
Cocaïne/Crack	Hallucinogènes												
MDMA (Ecstasy)	(Voir <i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement, p. 125)												

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Faites un travail de recherche sur une substance (par ex., le tabac, une drogue illégale, l'alcool). Préparez un dépliant pour vos pairs qui énumère les effets nuisibles de cette substance et offrez des suggestions sur comment traiter de la pression des pairs qui encourage l'utilisation ou l'abus de cette substance. • Concevoir une série d'affiches intitulées <i>Moi, je dis oui</i>, encourageant les bonnes compétences de prise de décision. Les afficher autour de l'école. <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Compléter les déclarations suivantes dans votre journal : <ul style="list-style-type: none"> - « Les facteurs qui peuvent influencer les adolescents à utiliser des substances particulières (par ex., le tabac, une drogue illégale, l'alcool) incluent . . . » - « Les facteurs qui peuvent influencer les adolescents à refuser des substances particulières (par ex., le tabac, une drogue illégale, l'alcool) incluent. . . » - « Une stratégie de refus qui fonctionne bien pour moi est . . . » 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 5 (p. 60-73)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 5 (pp. 111-118, 120-124)</p> <p>Invitez un conférencier extérieur à venir expliquer devant la classe comment faire face à la pression que l'on peut subir pour consommer des substances nocives.</p> <p>Annexe: Notes de référence « Vrai ou faux » (activité)</p> <p>RENSEIGNEMENTS DE BASE À L'INTENTION DES ENSEIGNANTS</p> <p>Alors que de nombreux élèves de 7^e année déclarent ne pas avoir l'intention de consommer de la drogue ou de l'alcool, les croyances, les attitudes et les comportements changent avec le temps durant les premières années du secondaire. D'après le sondage sur la consommation de drogue sur l'Île-du-Prince-Édouard, seuls 10,3 % des élèves en 7^e année ont utilisé de l'alcool au cours de l'année passée et seuls 5,4 % d'entre eux ont consommé du cannabis. Toutefois, une fois en 9^e année, 38,8 % auront consommé de l'alcool, et 20,4 % auront consommé du cannabis (selon les chiffres de 2002). Malgré ce que les élèves déclarent en 7^e année, certains changeront d'attitude au cours des deux années suivantes. Ceci est dû en grande partie à l'influence grandissante de nouveaux facteurs personnels, sociaux ou interpersonnels, environnementaux ou culturels dans leur vie. Cette composante du programme permet aux élèves d'aborder les types de facteurs susceptibles d'influer sur leurs décisions en ce qui a trait à l'alcool, au cannabis et à d'autres drogues.</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions						
<ul style="list-style-type: none"> analyser la définition, les conséquences et les effets éventuels de diverses formes de harcèlement (B-7.6) 	<p>SÉCURITÉ ET RESPONSABILITÉ</p> <p>Harcèlement – C'est le fait de tourmenter ou d'ennuyer quelqu'un de manière répétée.</p> <p>Effets du harcèlement :</p> <ul style="list-style-type: none"> Vous vous sentez sans défense; Vous vous blâmez vous-même; Vous craignez que l'auteur(e) du harcèlement ne se venge si vous prenez des mesures; Vous laissez tomber des activités pour éviter des lieux où l'auteur(e) du harcèlement pourrait se trouver; Vous perdez votre confiance en vous; Vous perdez votre intérêt pour l'école et pour les activités que vous aimez; Vous commencez à souffrir de maux de tête ou vous vous sentez malade. <hr/> <table border="0"> <tr> <td style="vertical-align: top;">verbal</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> – adresser des menaces – faire des critiques cinglantes ou de cruelles plaisanteries – passer des commentaires sur la religion, les vêtements, la culture, l'apparence ou le sexe d'une personne – répandre des rumeurs sur une personne – laisser des messages téléphoniques injurieux ou menaçants </td> </tr> <tr> <td style="vertical-align: top;">physique</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> – pousser, bousculer – bloquer le passage à quelqu'un – toucher, flatter ou pincer une personne sans son consentement – effectuer tout autre contact physique non sollicité </td> </tr> <tr> <td style="vertical-align: top;">visuel</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> – envoyer à quelqu'un des courriels, des photos ou des dessins injurieux – montrer des objets offensants </td> </tr> </table> <hr/> <p>représailles – se venger d'une personne qui s'est plainte d'être harcelée</p> <hr/> <p>* Le harcèlement sexuel consiste à harceler quelqu'un sur le plan sexuel. Tous les comportements décrits dans ce tableau peuvent constituer du harcèlement.</p> <ul style="list-style-type: none"> Demandez aux élèves de définir le harcèlement et de donner des exemples de différentes sortes de harcèlement. Invitez les élèves à discuter pourquoi ils croient qu'on s'imagine souvent qu'il est difficile d'avouer à quelqu'un d'autre qu'on est harcelé. Faites-leur penser à une liste de personnes auxquelles une personne peut parler si elle est harcelée. Cette liste pourrait comprendre les parents ou d'autres membres de la famille, des enseignantes ou enseignants, le directeur ou la directrice de l'école, le conseiller scolaire et l'infirmière hygiéniste. 	verbal	<ul style="list-style-type: none"> – adresser des menaces – faire des critiques cinglantes ou de cruelles plaisanteries – passer des commentaires sur la religion, les vêtements, la culture, l'apparence ou le sexe d'une personne – répandre des rumeurs sur une personne – laisser des messages téléphoniques injurieux ou menaçants 	physique	<ul style="list-style-type: none"> – pousser, bousculer – bloquer le passage à quelqu'un – toucher, flatter ou pincer une personne sans son consentement – effectuer tout autre contact physique non sollicité 	visuel	<ul style="list-style-type: none"> – envoyer à quelqu'un des courriels, des photos ou des dessins injurieux – montrer des objets offensants
verbal	<ul style="list-style-type: none"> – adresser des menaces – faire des critiques cinglantes ou de cruelles plaisanteries – passer des commentaires sur la religion, les vêtements, la culture, l'apparence ou le sexe d'une personne – répandre des rumeurs sur une personne – laisser des messages téléphoniques injurieux ou menaçants 						
physique	<ul style="list-style-type: none"> – pousser, bousculer – bloquer le passage à quelqu'un – toucher, flatter ou pincer une personne sans son consentement – effectuer tout autre contact physique non sollicité 						
visuel	<ul style="list-style-type: none"> – envoyer à quelqu'un des courriels, des photos ou des dessins injurieux – montrer des objets offensants 						

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Avez-vous déjà vu quelqu'un se faire harceler? Qu'avez-vous fait? Qu'auriez-vous pu faire? Croyez-vous que faire quelque chose aurait affecté les actes du harceleur ou de la victime? Si oui, comment? <p><i>Représentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Avec un partenaire, simulez une scène de harcèlement ou d'intimidation. La scène devrait montrer où le harcèlement prend place, les personnes impliquées, l'effet sur la victime, et les gestes posés par la victime ou d'autres personnes pour faire cesser le harcèlement. 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 6 (p. 80-84)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 6 (pp. 145-147)</p> <p>Les résultats d'apprentissage sur la sexualité devraient couvrir la section sur l'abus sexuel à la page 146 du guide d'enseignement.</p> <p>Annexe: Notes de référence pour les enseignants</p> <p>film et guide pédagogique: <i>Brise le silence</i></p> <p>film : <i>L'intimidation</i></p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> analyser et apprécier des perspectives personnelles différentes en matière de sécurité (B-7.7) 	<p>SÉCURITÉ ET RESPONSABILITÉ</p> <p>Discuter de thèmes comme « Qu'est-ce que signifie être en sécurité? » et « Quelles sortes de choses font les élèves pour rester en sécurité sur les plans physique, social et émotionnel? »</p> <p>Sécurité physique : se protéger d'un danger, de dommages physiques ou de blessures corporelles.</p> <p>Sécurité sociale : avoir le sentiment de ne courir aucun danger, se sentir en sécurité, se sentir aimé et digne de confiance.</p> <p>Sécurité émotionnelle : être conscient de ses émotions et être libre de les exprimer de manière positive et confidentielle.</p> <p>Sécurité sur Internet : être conscient de ce qu'est Internet, de la façon dont cela fonctionne, et des risques et dangers potentiels associés aux activités en ligne.</p> <ul style="list-style-type: none"> Demander aux élèves de faire rapidement la liste de 12 conseils de sécurité pour n'importe quel domaine de leur vie. Leur rappeler de penser à la sécurité chez eux, à l'école, dans leurs activités sportives ou autres activités physiques. Réponses possibles : fermer les portes de son domicile, porter un casque lorsque l'on fait du bicycle, regarder des deux côtés de la rue avant de traverser, éviter de communiquer des renseignements personnels sur soi-même quand on participe à un clavardoir (chat room) sur Internet, faire en sorte que son domicile soit équipé d'un extincteur et d'un détecteur de fumée, et dire à ses parents où l'on va lorsque l'on sort. <p>Les élèves devraient comparer leur liste avec un partenaire.</p> <p>Définir ce qu'est un comportement à risque, et donner des exemples de ce qu'est un comportement à risque pour différentes personnes. Discuter dans quelle mesure chaque personne a le droit de fixer ses propres limites en matière de sécurité. Faire une liste de problèmes de sécurité et sonder la classe afin d'identifier l'éventail des points de vue personnels par rapport à ce qui est considéré comme sécuritaire. Discuter de la façon de respecter et d'accepter les autres qui ont des idées différentes des nôtres sur la sécurité.</p> <p>Comportement à risque : poser une action quand les conséquences de ladite action ne sont pas connues.</p> <p>Limites personnelles en matière de sécurité : La frontière que l'on établit entre ce que l'on pense être sécuritaire et ce que l'on pense être dangereux.</p> <ul style="list-style-type: none"> Demander aux élèves d'écrire dans leur bloc-notes les risques associés à ces activités : jouer au volleyball, fumer des cigarettes, aller dans une nouvelle école, répandre une rumeur, essayer des comprimés qui ne nous appartiennent pas, apprendre à cuisiner, suivre un régime à la mode, et poser sa candidature à travail à temps partiel. Inviter les élèves à comparer leurs réponses à celles d'un partenaire. Sont-elles les mêmes ou pas? Expliquer pourquoi.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Performance</i></p> <ul style="list-style-type: none"> En paires, produisez un scénario qui implique un risque à votre sécurité tel que sauter d'une falaise, le canotage sans gilet de sauvetage, ou être offert une boisson alcoolisée. Préparez un jeu de rôles court dans lequel on demande à une personne de participer dans ce comportement risqué mais utilise la communication assurée pour refuser. <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Décrivez trois paramètres de sécurité que vous avez pour vous. Comment ces paramètres vous protègent-ils physiquement, émotionnellement et socialement? Comment communiquez-vous ces paramètres ou limites aux autres? Fournissez des exemples de stratégies que vous utiliserez pour honorer ces limites et évitez à succomber aux pressions des pairs. Donnez un exemple d'une occasion quand vous n'étiez pas confortable à partager vos idées. Pourquoi étiez-vous inconfortable? Que feriez-vous la prochaine fois pour que vous soyez plus à l'aise à vous exprimer? 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 6 (p. 74-79)</p> <p>Annexe: « Quelques idées pour favoriser et préserver un sens personnel de la sécurité »</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 6 (pp. 139-145)</p> <p>Internet 101 - www.internet101.ca</p> <p>Trousse 101: Naviguer sur Internet en sécurité – Guide de l'éducateur (Disponible à la bibliothèque de l'école)</p> <p>Notes de référence pour les enseignants (annexe)</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> • déterminer les caractéristiques propres à la résilience (B-7.8) ♥ 	<p>SÉCURITÉ ET RESPONSABILITÉ</p> <p>La résilience, ou bien encore la <i>résistance</i>, est la capacité que les gens ont à surmonter les aléas de la vie; c'est l'aptitude des gens à faire face aux événements difficiles de la vie. Les adolescents peuvent faire beaucoup de choses pour arriver à gérer les difficultés qu'ils peuvent rencontrer dans leur vie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avoir une apparence positive; • Fixer des objectifs qui leur sont propres; • Acquérir de bonnes techniques de prise de décision; • Apprendre à s'autocontrôler; • S'engager dans des activités sérieuses en tant que bénévole ; • Garder le sens de l'humour. <ul style="list-style-type: none"> • En classe, discuter ensemble pour dresser une liste de choses qui sont résilientes (par ex., une trampoline). • Discuter de ce qui rend une personne résistante. Quelles sont les caractéristiques nécessaires? (par ex., être responsable, positif, optimiste, plein de ressources, sûr de soi, déterminé, souple, serviable, avoir le sens de l'humour)

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Un jeune homme qui avait déjà appartenu à un gang de rue a déclaré : « Les jeunes peuvent éviter le trouble, s'ils peuvent aller quelque part en bonne compagnie. » Discuter de quelle manière cette citation se rattache à la capacité de s'en sortir, de rebondir. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Avec un partenaire, faites une recherche sur une personne qui a surmonté une sérieuse difficulté dans sa vie. Faites une vidéo ou une bande audio dans laquelle vous et votre partenaire expliquez qui est la personne et comment il ou elle a vaincu l'obstacle. Créez une affiche qui montre une caractéristique de la capacité de s'en sortir, de rebondir. 	<p><i>Objectif santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 6 (p. 85-87)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 6 (pp. 149-151)</p> <p>Annexe: « Je peux me débrouiller »</p>

Renseignements appropriés aux résultats en santé sexuelle (B-7.9 à B-7.12)

Santé sexuelle

- Les parents et les tuteurs conserveront le droit d'exempter leur enfant de l'enseignement à l'école des résultats en santé sexuelle (B-7.9 à B-7.12). (Voir la lettre type — en annexe). L'école fournira d'autres expériences d'apprentissage aux élèves qui auront été exemptés.

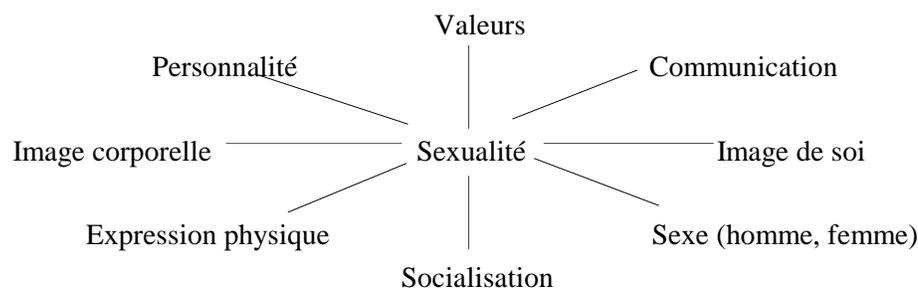
Le cadre

Au début de cette unité, il est important d'établir ou de renforcer les règles, l'atmosphère et les responsabilités en classe. Les règles peuvent faire l'objet d'une classe ou l'enseignant, l'enseignante peut décider d'en faire l'exposé. On peut trouver des idées à ce sujet en annexe.

Le personnel expliquera les résultats de cette section ainsi que la justification de l'étude d'un tel sujet.

L'éducation sexuelle :

- fournira des possibilités d'explorer les attitudes, les sentiments, les valeurs et les opinions morales qui peuvent influencer les choix concernant le sexe et la santé sexuelle;
- fournira des renseignements précis aux élèves afin de les aider à accroître leurs connaissances et leurs capacités à poser des choix de comportement sains et informés qui ont des effets positifs sur la santé sexuelle;
- valorisera l'image de soi et la confiance en soi;
- préparera les élèves dans l'immédiat et pour l'avenir, qu'ils choisissent d'être actifs sexuellement ou non;
- traitera du « où » et du « comment » les ados peuvent obtenir des renseignements exacts au sujet de la sexualité. Veuillez vous assurer que vos suggestions (livres, sites Web, vidéos, personnes-ressources) sont appropriées.
- En classe, discutez et clarifiez le sens de **la sexualité**. Créez une toile au tableau ou sur un tableau de feuilles volantes. Invitez les élèves à dévoiler certains aspects d'eux-mêmes qui contribuent à leur sexualité. La plupart des élèves auront déjà discuté de certains aspects des concepts de la sexualité en 6^e année; cela servira alors de révision. Vous pouvez utiliser la circulaire « La sexualité, c'est... » (en annexe) pour clarifier chacun des aspects de la sexualité apparaissant sur la toile.



- Une activité brise-glace se trouve dans l'annexe. Vous pouvez vous en servir comme partie de votre présentation.
- Lisez l'histoire « C'est moi » (en annexe) et discutez-en avec la classe.

Quel est le sujet de l'histoire?

Quel était le principal message? Y en avait-il plus d'un?

(Les qualités de chacun sont uniques et particulières; ça vaut la peine de les remarquer et d'en vanter les mérites.)

Ressources en annexe et notes :

Lettre type aux parents et tuteurs

Table séquentielle

Méthodes pédagogiques

Conseils pédagogiques

Faits concernant les relations sexuelles au Canada

— Renseignements destinés au personnel enseignant

Établir des règles de base

Climat dans la classe

La sexualité, c'est...

Activité brise-glace

C'est moi!

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions								
<ul style="list-style-type: none"> examiner le processus de procréation de l'être humain et reconnaître les malentendus liés au développement sexuel (B-7.9) 	<p>SANTÉ SEXUELLE</p> <p>Ce résultat vise surtout à faire reconnaître aux élèves qu'il y a beaucoup de mythes et d'incompréhensions au sujet de la puberté et de la reproduction, et à identifier les bonnes sources d'information et de soutien. En traitant des mythes et angoisses entourant l'adolescence, les enseignantes et enseignants peuvent encourager les élèves à accepter ce moment de changement comme étant normal et sain.</p> <p>Afin de discuter de sexualité humaine, les élèves doivent connaître l'anatomie et la physiologie du sexe.</p> <p>En 6^e année, les élèves identifient les éléments de base du système reproducteur de la femme (utérus, vagin, ovaires, trompes de Fallope) et du système reproducteur de l'homme (testicules, scrotum, urètre, pénis) et les fonctions de base de chacun. Ils acquièrent également une connaissance de base des menstruations, de la fécondation, de la conception, de la grossesse et du développement foetal.</p> <p>Vous pouvez choisir à partir des suggestions de ressources dans la colonne 4 afin de faciliter cette révision et de mieux satisfaire les besoins des élèves.</p> <p>C'est à l'aide de la Boîte aux questions (voir annexe ou page 3 dans <i>Objectif Santé 1</i> Guide d'enseignement) qu'on peut le mieux aborder ce résultat. Au cours de cette unité, encouragez les élèves à soumettre leurs questions. (On trouve certains éléments types de la boîte de questions dans <i>Objectif Santé 1</i> Guide d'enseignement, p. 87 et 88)</p> <p>Les enseignants devraient essayer de répondre à toutes les questions, ou d'expliquer la raison pour ne pas répondre à une question en particulier. On devrait essayer d'encourager les élèves à consulter l'information exacte.</p> <ul style="list-style-type: none"> Demandez aux élèves d'explorer les sources d'informations exactes concernant la puberté et le développement sexuel. Cette liste devrait comprendre : <table data-bbox="565 1444 1333 1633"> <tbody> <tr> <td>parents</td> <td>médecins</td> </tr> <tr> <td>enseignants</td> <td>infirmières</td> </tr> <tr> <td>conseillers scolaires</td> <td>bibliothèque de l'école</td> </tr> <tr> <td>travailleurs du secteur de l'hygiène publique</td> <td>bibliothèque communautaire</td> </tr> </tbody> </table> 	parents	médecins	enseignants	infirmières	conseillers scolaires	bibliothèque de l'école	travailleurs du secteur de l'hygiène publique	bibliothèque communautaire
parents	médecins								
enseignants	infirmières								
conseillers scolaires	bibliothèque de l'école								
travailleurs du secteur de l'hygiène publique	bibliothèque communautaire								

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Papier et crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrivez trois incompréhensions communes associées au développement sexuel. Choisissez une incompréhension et écrivez une brève explication qui élimine l'incompréhension en fournissant une explication claire et précise. <p><i>Papier et crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Feuilles de travail individuelles/jeux-questionnaires. (voir l'annexe) 	<p><i>Objectif santé 1</i> - Manuel de l'élève Chap. 4 (p. 41 à 57)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> - Guide d'enseignement Chap. 4 (p. 83 à 88) Feuilles reproductibles (p. 99 à 103)</p> <p>Annexe: « Feuilles à reproduire et feuilles de travail » « Vocabulaire » « Le cycle menstruel » « Production de spermatozoïdes » « Menstruations et production de spermatozoïdes » « Cartes sur les menstruations et la production de spermatozoïdes » « Conception » « Implantation » « Mots sur la fécondation et à la grossesse » « Stades du développement foetal » « Faux jumeaux » « Jumeaux identiques »</p>

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

Attentes - *L'élève devrait pouvoir...*

- **déterminer les effets des influences sociales sur la sexualité, sur les rôles des hommes/femmes, et sur l'équité (B-7.10)**

Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions

SANTÉ SEXUELLE

(Ce résultat porte sur les rôles sexuels)

La perception que les ados ont d'eux-mêmes peut être fortement influencée par les médias, la culture et les attitudes qui les entourent. Les images d'ados dans les films, les paroles de chanson, la publicité, les vidéoclips et les autres formes de médias renforcent souvent les stéréotypes et le comportement sexuels. Ces influences peuvent mener à une compréhension déformée de la sexualité et des rôles sexuels. Il est important d'aider les élèves à reconnaître et à comprendre ces influences et messages, et à faire la distinction entre ceux qui sont sains et positifs et ceux qui sont malsains et négatifs.

En classe, discutez les termes suivants pour en assurer la compréhension.

Rôles sexuels - les caractéristiques et le comportement auxquels on s'attend chez un homme ou une femme.

Équité - justice.

Media - les formes industrielles des communications de masse (p. ex. la publicité, la télévision, les films, la musique, les nouvelles, Internet).

Culture - les croyances, les coutumes et les traditions d'un groupe de personnes en particulier.

- Divisez les élèves en petits groupes et invitez-les à discuter des scénarios d'une activité de « stéréotypes sexistes ». (Annexe)
- Faites faire aux élèves une entrée de journal de trois minutes sur ce que ça signifie d'être une fille ou un garçon de 13 ans dans votre école.
- Invitez les élèves à réfléchir à différentes idées sur ce que cela signifie d'être un homme ou une femme. Affichez les idées sur un tableau.
- Créez un sondage afin de recueillir des renseignements sur ce qui intéresse les filles et les garçons de votre âge. Les intérêts ont-ils tendance à être propres à chaque sexe? Qu'est-ce que ces intérêts nous apprennent au sujet de la sexualité et de l'actualisation de soi?

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> À l'aide d'images et de titres de revue, créez un collage qui exprime ce qu'<i>être une femme</i> ou <i>être un homme</i> signifie pour vous. <p><i>Papier et crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Faites une recherche sur une culture ou une société dans laquelle les rôles sexuels sont différents des rôles sexuels types de la société canadienne. <p><i>Journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Écrivez un paragraphe sur ce que cela signifie d'être un homme ou une femme aujourd'hui. 	<p><i>Objectif santé 1</i> - Guide d'enseignement Chap. 4 (p. 95)</p> <p>Annexe activité « Stéréotypes sexistes »</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> • examiner les facteurs qui influent sur la prise de décisions personnelles en matière de comportement sexuel responsable (B-7.11) 	<p>SANTÉ SEXUELLE</p> <p>Parfois, les ados sentent une pression de s'engager dans des activités sexuelles, et ils ne savent pas quoi répondre. Ils pourraient être tentés de dire « non », mais ils ne sont pas certains maintenant. Ils sont peut-être confus à propos de leurs sentiments, croyant qu'ils ne devraient pas continuer, mais en même temps, ils veulent continuer. La prise de décision en matière de comportement sexuel responsable exige de bonnes capacités à prendre des décisions. Les personnes ont besoin de définir le problème, de penser aux choix, puis de prendre une décision personnelle judicieuse. Elles ont besoin de savoir comment s'affirmer. Elles doivent avoir de bonnes capacités de refuser, savoir quand dire « non ». Elles doivent comprendre que « non » veut dire « non ». Les gens doivent respecter leurs décisions mutuelles, pratiquer le contrôle de soi-même et s'imposer des limites.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En les faisant travailler en petits groupes, demandez aux élèves de créer un tableau pour inscrire les facteurs qui influencent les décisions concernant leur comportement sexuel. <p>Considérez les en-têtes suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - valeurs personnelles (p. ex. objectifs éducatifs) - valeurs familiales (p. ex. croyances religieuses) - responsabilité (p. ex. contraception) - conséquences (p. ex., risque de ITS) - pression des pairs (p. ex. amis s'engageant dans des activités sexuelles) - occasion sociale. (p. ex., fête sans chaperon) <ul style="list-style-type: none"> • Invitez les élèves à penser aux raisons pour lesquelles ils s'impliquent dans des relations sexuelles. Identifiez les sources de pression et discutez-en. • En classe, discutez : <ul style="list-style-type: none"> – Comment le fait de ne pas prendre de décision est une décision? Expliquez les énoncés suivants:. – Les décisions au sujet des relations sexuelles devraient être prises par deux partenaires égaux. Ces décisions devraient refléter les valeurs et les désirs des deux partenaires. Pourquoi l'égalité est-elle si importante? – Pourquoi la capacité de s'affirmer est-elle importante quand un couple prend des décisions au sujet des relations sexuelles? – « Non » veut dire « non », et cette décision devrait être respectée par les deux personnes. • Pensez à une liste de manières que peut utiliser une personne pour dire « non » aux pressions d'une autre personne afin de s'engager dans des relations sexuelles.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrivez trois valeurs personnelles et familiales qui pourraient influencer la prise de décision d'un ado en matière de comportement sexuel. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les médias passent plusieurs messages aux ados en matière de comportement sexuel. Recueillez des annonces et des articles de diverses publications pour les ados, et identifiez les messages sous-entendus au sujet du comportement sexuel qui se trouvent dans chacun. 	<p><i>Objectif santé 1</i> - Manuel de l'élève Chap. 5 (p. 66 et 67)</p> <p><i>Objectif santé 1</i> – guide d'enseignement Chap. 5 (p. 120 et 121)</p>

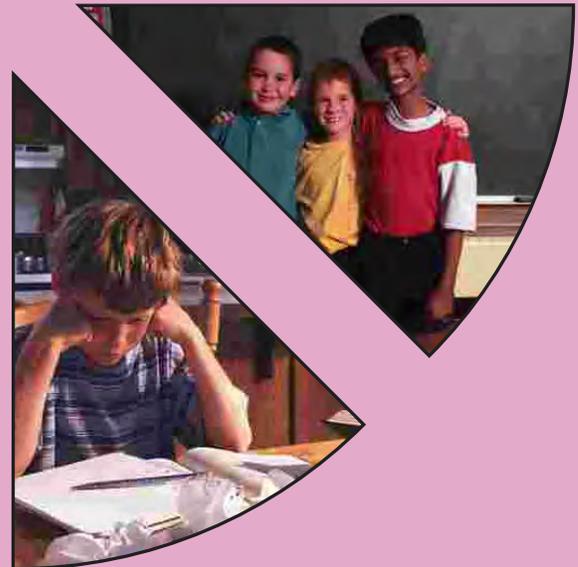
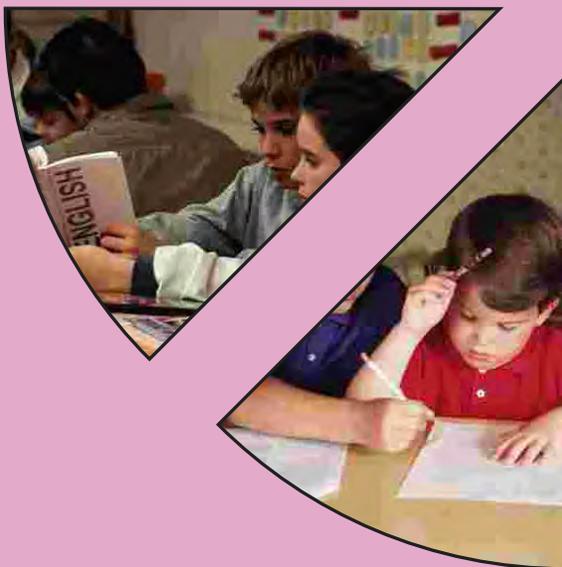
Résultat d'apprentissage général : Les élèves feront des choix responsables et informés portant sur leur santé, leur sécurité personnelle et celles d'autrui.

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestion
<ul style="list-style-type: none"> • examiner l'abstinence et les décisions de retarder l'activité sexuelle comme des choix sains (B-7-12) 	<p>SANTÉ SEXUELLE</p> <p>La puberté est une période durant laquelle les adolescents se développent tant physiquement qu'émotionnellement. Ils font l'expérience de nouvelles pensées et émotions. Ils peuvent se sentir attirés sexuellement par d'autres personnes et ils forment de nouvelles sortes de relations. Ils prendront également des décisions au sujet d'un comportement sexuel responsable. L'abstinence est une décision que peuvent prendre les ados.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En classe, discutez de l'abstinence et définissez la notion. Abstinence - peut signifier différentes choses pour différentes personnes. Pour certains, cela signifie ne pas avoir de contact physique avec d'autres personnes. Pour d'autres, cela pourrait signifier d'avoir des contacts limités, permettant certaines activités, mais pas les rapports sexuels. L'abstinence est sécuritaire à 100 % seulement si elle comprend l'élimination de tout comportement sexuel intime impliquant contact avec les organes sexuels, les organes sexuels avec les organes sexuels ou le liquide corporel avec les organes génitaux. • Pensez aux raisons pourquoi les élèves choisissent de s'abstenir des activités sexuelles. (Annexe - « Retarder les rapports sexuels ou en avoir ») • Préparez une liste des qualités nécessaires à l'abstinence dans une relation personnelle. • Pensez aux pressions auxquelles les ados peuvent faire face pour devenir parties à une relation sexuelle. Discutez des raisons pour lesquelles il est difficile de dire non dans de telles situations. (Voir l'annexe)

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Écrivez une lettre à un petit ami fictif (ou à une petite amie fictive) et indiquez au moins trois raisons convaincantes pour lesquelles vous ne devriez pas avoir une vie sexuelle active en ce moment dans votre vie. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Travailler à l'aide des six étapes pour prendre une décision (<i>Objectif santé 1</i>, Manuel de l'élève, p. 63) pour traiter de la situation suivante : <p>Votre petit ami (ou petite amie) vous dit qu'il veut avoir des rapports sexuels avec vous, mais vous ne voulez pas.</p>	<p><i>Objectif santé 1</i> - Guide d'enseignement Chap. 5 (p. 119 à 121)</p> <p>Annexe:</p> <p>« Retarder les rapports sexuels ou en avoir »</p> <p>« Méthode : Abstinence/Remise à plus tard »</p>

Choix en matière de relations



Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É

Comprendre et exprimer ses sentiments

L'élève devrait pouvoir

- analyser en quoi les modèles de pensée influencent les sentiments (R-7.1)
- analyser les besoins en soutien à court terme et à long terme du point de vue émotionnel (R-7.2)

- cerner les sources de stress caractérisant les relations et décrire des méthodes positives pour faire face à ces agents stressants (R-7.3)
- analyser la rétroaction constructive et la mettre en pratique (R-7.4)

Interaction

L'élève devrait pouvoir

- examiner les caractéristiques inhérentes aux relations saines et élaborer des stratégies pour nouer ce type de relations et les renforcer (R-7.5)
- explorer et évaluer les incidences de la violence que l'on retrouve dans les médias sur les relations (R-7.6)

- évaluer et personnaliser l'efficacité de divers modes de résolution de conflits (R-7.7)

Rôles des groupes et processus

L'élève devrait pouvoir

- analyser les effets possibles découlant de l'appartenance à un groupe, à une équipe ou à un gang (R-7.8)

- développer des habiletés d'établissement des objectifs en groupe (R-7.9)

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Attentes - <i>L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> analyser en quoi les modèles de pensée influencent les sentiments (R-7.1) 	<p>COMPRENDRE ET EXPRIMER SES SENTIMENTS</p> <p>Façon de penser : La manière dont une personne pense le plus souvent à propos de quelque chose; la façon dont elle essaie de comprendre une chose ou de l'expliquer.</p> <p>Sur un tableau, inscrivez ce que se disent ou pensent les élèves dans différentes situations, par exemple, lorsqu'ils :</p> <ul style="list-style-type: none"> - gagnent une course; - atteignent un but; - perdent quelque chose; - se querellent avec un ami. <p>Invitez les élèves à examiner la définition des expressions pensée positive, pensée « tout ou rien », surgénéralisation et perfectionnisme. Comment ces expressions s'appliquent-elles aux réactions des élèves inscrites sur le tableau?</p> <p>Pensée positive : Le fait de penser positivement permet d'agir avec une attitude positive. Cette confiance en soi aide à trouver des solutions aux problèmes et à essayer de nouvelles choses.</p> <p>Pensée « tout ou rien » : La façon de penser d'une personne qui n'accepte que ses propres actions ou opinions.</p> <p>Surgénéralisation : La pensée qui se limite à n'accepter qu'un seul résultat possible, lequel est habituellement négatif.</p> <p>Perfectionnisme : Une façon de penser selon laquelle une personne n'est satisfaite que lorsque tout est fait sans aucune erreur.</p> <p>Demandez aux élèves d'utiliser le tableau pour indiquer les sentiments qui découlent des différentes façons de penser.</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Tenez un journal pendant une semaine et inscrivez-y les pensées positives et négatives. À la fin de la semaine, dressez une liste des pensées positives observées. Relevez les pensées négatives et décrivez comment vous pourriez les transformer en pensées positives. Expliquez comment ces pensées ont influencé vos sentiments. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 7 (p. 88-93)</p> <p><i>Objectif santé 1-</i> Guide d'enseignement Chap. 7 (p. 164-168)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> analyser les besoins en soutien à court terme et à long terme du point de vue émotionnel (R-7.2) ♥ 	<p>COMPRENDRE ET EXPRIMER SES SENTIMENTS</p> <p>Les élèves doivent savoir qu'au courant de leur vie, il leur arrivera d'avoir besoin d'un appui pour traverser des périodes difficiles et composer avec le stress. Des changements relatifs aux amitiés ou la perte d'une personne en raison d'un décès ou d'un déménagement sont des causes fréquentes de stress chez les adolescents. Les réactions peuvent varier et les adolescents peuvent avoir des symptômes émotionnels comme la dépression, la colère, le ressentiment ou les larmes. Ils se sentent isolés par rapport à ceux qui les entourent. Sur le plan physique, ils peuvent se nourrir de manière excessive ou insuffisante, avoir de la difficulté à dormir, être distraits et être incapables de prendre des décisions. Ils pourraient même aller jusqu'à consommer des drogues ou de l'alcool. Les élèves doivent savoir que ces symptômes sont reliés aux événements qui marquent leur vie, et qu'il n'y a aucune honte à avoir des symptômes ou à demander de l'aide.</p> <p>Donnez des situations où vous ou vos amis pourriez avoir besoin d'aide pour traverser une période difficile ou gérer des émotions.</p> <ul style="list-style-type: none"> Dressez une liste de personnes qui pourraient vous aider ou aider un ami, y compris les parents, les enseignants, les conseillers scolaires, les agents de santé communautaire, les mentors ou autres adultes de confiance. En paires, demandez aux élèves d'utiliser les scénarios suivants dans lesquels un élève de 7^e année pourrait avoir besoin d'un soutien émotionnel, et organisez un jeu de rôles au cours duquel un élève demande de l'aide et du soutien. Léo est frustré parce qu'il a de la difficulté dans ses travaux scolaires, particulièrement en mathématiques. Diane vient d'apprendre qu'elle est diabétique et elle trouve difficile de participer à des activités sociales avec ses amis. Raymond vient de déménager avec son père, et il se sent débordé par ses nouvelles responsabilités qui comprennent la préparation des repas et sa propre lessive.

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Interrogation papier-crayon/Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrivez cinq situations dans lesquelles un élève de 7^e année pourrait avoir besoin d'un soutien émotionnel à court terme et trois situations dans lesquelles il pourrait avoir besoin d'un tel soutien à long terme. Comment pourriez-vous aider dans chaque situation? Avec un partenaire, faites un jeu de rôles de l'une de ces situations. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 7 (p. 96-98)</p> <p><i>Objectif santé 1 - Guide d'enseignement</i> Chap. 7 (p. 170-171)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

<i>Attentes - L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● cerner les sources de stress caractérisant les relations et décrire des méthodes positives pour faire face à ces agents stressants (R-7.3) ♥ 	<p>COMPRENDRE ET EXPRIMER SES SENTIMENTS</p> <p>En classe, discutez du stress - qu'est-ce que le stress et quels sont ses effets sur une personne.</p> <p>Stress : Tension ou pression pouvant entraîner des changements d'ordre physique et émotionnel.</p> <p>Demandez aux élèves de travailler en paires ou en petits groupes pour échanger et dresser une liste de situations qui peuvent causer du stress dans une relation.</p> <p>Réponses possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • mettre fin à une amitié • composer avec la maladie ou la blessure d'un membre de la famille • se disputer avec un ami ou une personne à l'école • contrarier ses parents • avoir des problèmes avec un frère ou une sœur • être témoin d'arguments entre ses parents <p>Demandez aux élèves de décrire comment une personne stressée peut se sentir. En classe, échangez sur des façons de gérer le stress dans une relation.</p> <p>Certains moyens de faire face au stress de façon positive :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Parler avec un ami. Il pourrait avoir le même problème. • Parler avec un parent ou un autre adulte en qui on a confiance. • Accepter l'aide des amis lorsqu'ils l'offrent. • Rester en contact avec les personnes chères. • Accepter qu'il y a des choses qu'on ne peut pas changer ou maîtriser, et se concentrer sur celles que l'on peut changer. • S'attaquer au problème. <p>Certaines personnes peuvent offrir de l'aide :</p> <ul style="list-style-type: none"> • conseiller scolaire • agent de santé communautaire • médecin • travailleur social • psychologue • conseiller en matière de deuil

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Créez une affiche sur la promotion de moyens positifs de traiter du stress dans les relations. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 7 (p. 94-99)</p>
<p><i>Papier et crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrivez trois sources courantes de stress dans les relations. Décrivez trois stratégies positives permettant de traiter ce type de stress. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 7 (p. 171-173)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Attentes - <i>L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> analyser la rétroaction constructive et la mettre en pratique (R-7.4) 	<p>COMPRENDRE ET EXPRIMER SES SENTIMENTS</p> <p>La communication consiste à envoyer et à recevoir des messages. La rétroaction est une réponse à un message qui a été envoyé. Elle permet à celui qui a envoyé le message de savoir que le message a été reçu et compris. La rétroaction donne une réaction au message et elle peut être positive (p. ex. les pouces tournés vers le haut) ou négative (p. ex. une remarque qui vous dit que ce que vous pensez est sans valeur). Le centre d'intérêt de ce résultat est une rétroaction positive.</p> <p>Rétroaction : La réaction démontrée par le récepteur d'une information qui permet à l'émetteur de juger de l'efficacité du message envoyé.</p> <p>En petits groupes, dressez une liste de moyens pour donner de la rétroaction. Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> langage corporel (hocher la tête ou sourire) ton de la voix choix des mots <p>Discutez de ce que l'on ressent lorsqu'il n'y pas ou presque pas de rétroaction dans une conversation.</p> <p>Discutez pourquoi certaines personnes ont de la difficulté à recevoir de la rétroaction. Par exemple, certaines personnes acceptent difficilement des compliments, parce qu'elles n'ont pas une opinion positive à propos d'elles-mêmes. Dressez une liste de réponses bienveillantes à un compliment.</p> <p>Discutez des moyens de rassembler des commentaires à propos de vous-mêmes afin de devenir un meilleur apprenant.</p> <p>Discutez des moyens de donner de la rétroaction à une personne pour lui dire qu'elle est aimée, qu'elle est appréciée ou qu'elle a fait un bon travail.</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Rédigez une liste de conseils pour donner et recevoir de la rétroaction. (5 de chacun) Avec un partenaire, trouvez deux exemples d'une rétroaction positive qui pourrait être donnée à une personne à l'école, à la maison et à un ami. Les exemples doivent être aussi réalistes que possible. Faites un jeu de rôles de ces situations pour vous exercer à donner et à recevoir de la rétroaction positive. <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Rédigez trois rétroactions constructives pour vous-mêmes. Expliquez pourquoi vous méritez ces rétroactions et comment elles peuvent vous aider. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 7 (p. 98) Chap. 8 (p. 103-104)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 7 (p. 170-171) Chap. 8 (p. 187-188)</p> <p>Renseignements de base à l'intention des enseignants (Annexe)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

<i>Attentes - L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● examiner les caractéristiques inhérentes aux relations saines et élaborer des stratégies pour nouer ce type de relations et les renforcer (R-7.5) 	<p>INTERACTIONS</p> <p>Les relations sont les liens que l'on établit avec les autres. Une relation sera solide si chaque personne donne et reçoit du soutien, de l'amitié, du temps et du respect.</p> <p>Les personnes qui ont des relations saines font un effort pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> • avoir une bonne communication; • se sentir à l'aise de partager de l'information; • se comprendre; • se soucier l'une de l'autre; • collaborer avec l'autre; • s'apprécier mutuellement. <p>Invitez les élèves à énumérer trois personnes qui sont importantes dans leur vie. Demandez-leur d'indiquer deux choses auxquelles ils peuvent s'attendre de chaque personne et deux choses que ces personnes peuvent s'attendre d'eux.</p> <p>Demandez aux élèves de travailler en petits groupes ou avec un partenaire pour élaborer un plan d'action afin d'améliorer l'atmosphère et les relations à l'école. Comment pourrait-on promouvoir la compassion, le partage ainsi que l'appréciation des différences et des valeurs des autres?</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Interrogation papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Énumérez et décrivez dix façons de créer et de maintenir des relations saines avec les autres. • Décrivez une situation où il serait préférable de mettre fin à une relation plutôt que d'essayer de l'améliorer. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 8 (p. 100-106)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 8 (p. 186-190)</p>
<p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Créez une affiche ou écrivez un poème qui explique pourquoi l'amitié est importante. 	

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

<i>Attentes - L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● explorer et évaluer les incidences de la violence que l'on retrouve dans les médias sur les relations (R-7.6) ♥ 	<p>INTERACTIONS</p> <p>(Il est recommandé de lire les notes de référence pour les enseignants dans l'annexe avant d'aborder ce sujet.)</p> <p>En classe, échangez des idées et dressez une liste d'exemples précis de scènes violentes qui sont présentées à la télévision, dans les livres, au cinéma, dans les vidéos de musique, dans les jeux informatiques et dans les jeux vidéos.</p> <p>En petits groupes, choisissez trois exemples dans la liste. Pour chaque exemple, répondez aux questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pourquoi la violence est-elle employée? • Qu'est-il arrivé après la violence? • Comment les gens réagiraient-ils à la même situation dans la vraie vie? <p>Suggérez des moyens non violents pour résoudre les problèmes énumérés dans la liste dressée par les élèves de la classe.</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Interrogation papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Écrivez une lettre au rédacteur en chef d'un magazine ou d'un journal, au producteur d'un réseau de télévision ou à un producteur de musique pour exprimer vos préoccupations au sujet des incidences sur les relations que provoque la violence dans les médias. Précisez pourquoi la violence est malsaine ou problématique pour les jeunes. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Choisissez une représentation de la violence dans les médias et faites-en la critique. <p>Examinez :</p> <ul style="list-style-type: none"> Quelle image les médias tentent-ils de transmettre? À quel point la représentation est-elle réaliste? Quel message la représentation donne-t-elle au public? Quel message cette représentation donne-t-elle à propos des relations? <p>Partagez votre critique et discutez-en avec la classe.</p> <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Relevez le défi de prendre une pause des médias pendant deux semaines. Remplacez la télévision, les vidéos et les jeux informatiques par des promenades à pied, des sports, de la lecture et des activités en famille. Tenez un journal sur la façon dont cette pause influence vos attitudes, vos actions et vos relations. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 8 (p. 111-112)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 8 (p. 192-193)</p> <p>Renseignements de base à l'intention des enseignants (Annexe)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

<i>Attentes - L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> évaluer et personnaliser l'efficacité de divers modes de résolution de conflits (R-7.7) 	<p>INTERACTIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> Organisez un remue-méninges sur les types de conflits qu'un élève type de 7^e année pourrait avoir. Définissez les termes suivants et discutez-en : <ul style="list-style-type: none"> Gagnant-gagnant : Une solution qui demande des efforts, mais dont les résultats satisfont en bout de ligne les deux parties. Gagnant-perdant : Une solution qui satisfait une personne, mais pas l'autre. Perdant-perdant : Une solution qui ne satisfait personne. Créez des scénarios mettant en cause deux élèves qui sont des amis, un élève et un parent ou un élève et un enseignant. Distribuez aux élèves (regroupés en équipes de deux) des cartes portant les mentions « gagnant-gagnant », « gagnant-perdant » ou « perdant-perdant ». Demandez-leur ensuite de préparer de courts jeux de rôles sur l'un des scénarios et d'utiliser le style de résolution de conflits indiqué sur la carte. Après chaque présentation, déterminez quel a été le style de jeu de rôles. Discutez-en. Dans le cas d'une résolution gagnant-gagnant, les élèves devraient reconnaître qu'ils doivent procéder comme suit : <ul style="list-style-type: none"> Première étape : Trouvez quel est le problème. Il s'agit peut-être d'un simple malentendu. Deuxième étape : Discutez du problème; demeurez calme; évitez les insultes, l'impolitesse et les sautes d'humeur; ne faites pas la tête/la moue; ne boudez pas. Déterminez ce que chaque personne désire. Troisième étape : S'il est impossible d'obtenir ce que vous voulez, trouvez la meilleure solution qui saura vous satisfaire tous les deux.

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rédigez un paragraphe sur une résolution de conflit « gagnant-gagnant » à laquelle vous avez déjà pris part. Décrivez ce que vous avez dit ou fait, comment l'autre personne a réagi, les choses que vous devez améliorer et la façon dont vous vous y prendrez la prochaine fois. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Faites trois bandes dessinées illustrant trois différents styles de résolution de conflits : <ul style="list-style-type: none"> - « gagnant-gagnant » - « gagnant-perdant » - « perdant-perdant » 	<p><i>Objectif santé 1 -</i></p> <p>Manuel de l'élève Chap. 8 (p. 107-110)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i></p> <p>Guide d'enseignement Chap. 8 (p. 190-192)</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Attentes - L'élève devrait pouvoir...

Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions

- analyser les effets possibles découlant de l'appartenance à un groupe, à une équipe ou à un gang (R-7.8)

RÔLES DES GROUPES ET PROCESSUS

Groupe : Des personnes qui se regroupent parce qu'elles ont quelque chose en commun.

Équipe : Un groupe de personnes qui travaillent ensemble vers un but commun.

Gang : Un groupe de personnes qui s'unissent pour faire des activités illégales et des actes de violence.

Effets potentiels d'appartenir à . . .

Un groupe

- passer du temps avec des personnes qui partagent vos intérêts
- sentiment d'appartenance
- acquérir de nouvelles compétences
- source d'encouragement et de soutien
- source de plaisir

Une équipe

- capable de travailler vers un but commun
- acquérir des aptitudes pour la communication
- acquérir des aptitudes pour la collaboration
- s'améliorer dans la prise de décisions et la résolution de problèmes

Un gang

- partager une identité commune
- sentiment de protection
- difficile de s'en sortir, une fois qu'on en fait partie

- Dressez une liste de groupes dont vous faites partie ou dont vous avez déjà fait partie.
- Discutez des raisons pour lesquelles les élèves choisissent de faire partie d'un groupe.
- Lisez l'histoire *Une belle leçon de vie* et faites le lien entre sa signification et l'appartenance à un groupe.

L'histoire est présentée sur la page suivante...

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Pensez à votre groupe d'amis. Décrivez en quoi celui-ci ressemble à un gang (deux exemples) et en quoi il diffère d'un gang (trois exemples). <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Écrivez à propos d'un groupe qui est important pour vous. Il peut s'agir d'un groupe d'amis, de membres de la famille, d'un club ou autre. Décrivez le groupe et expliquez pourquoi il est important. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 9 (p. 113-123)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 9 (p. 206-214)</p>
<p style="text-align: center;">Une belle leçon de vie</p> <p>L'automne prochain, lorsque vous verrez les oies se diriger vers le sud pour l'hiver dans leur vol typique en « V », vous pourriez vous demander ce que la science a découvert au sujet de cette manière bien caractéristique de voler. Le mouvement des ailes de chaque oie qui précède crée un déplacement d'air tel qu'il entraîne la suivante dans son sillage. En volant en « V », tout le volier d'oies augmente d'au moins 71 % la distance de vol que chaque oiseau aurait parcouru seul.</p> <p>Si une oie quitte la formation pour faire cavalier seul, elle subit la résistance de l'air. Aussi s'empresse-t-elle de rejoindre la volée pour profiter de l'attraction fournie par l'oiseau qui la précède. Quand l'oie de tête est fatiguée, elle laisse sa place à la pointe de la volée à une autre. Par leurs cris, les autres oies encouragent celles du peloton de tête à conserver leur vitesse de croisière.</p> <p>Enfin, si une oie est malade ou blessée, deux autres l'accompagnent dans sa descente au sol. Elles lui apportent de l'aide jusqu'à ce qu'elle puisse reprendre son vol. C'est seulement dans le cas où l'oie malade viendrait à mourir que ses deux compagnes s'envoleraient pour rejoindre leur volée migratoire.</p>	

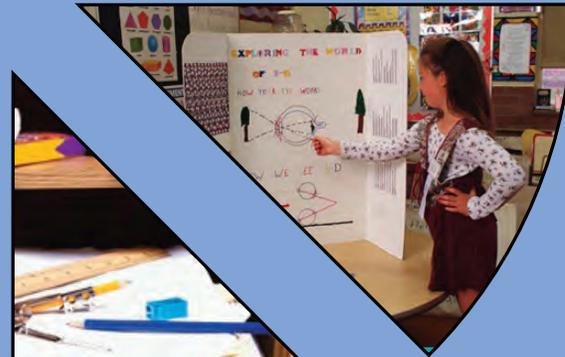
Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

<i>Attentes - L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées - Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● développer des habiletés d'établissement des objectifs en groupe (R-7.9) 	<p>RÔLES DES GROUPES ET PROCESSUS</p> <p><u>Travailler ensemble vers un but</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fixez-vous un but et convenez de travailler ensemble. N'oubliez pas d'écrire le but de façon à ce que tout le monde puisse le voir. 2. Faites un plan d'action. Énumérez les étapes pour atteindre votre but. Indiquez les tâches à accomplir et les ressources dont vous aurez besoin. Fixez des délais. 3. À côté de chaque tâche sur la liste, écrivez le nom du membre qui se chargera de cette tâche. 4. Prévoyez des rencontres pour revoir le but et vérifier les progrès de chaque personne. Aidez-vous les uns les autres, au besoin. 5. Célébrez la réussite de l'équipe. Félicitez-vous. <ul style="list-style-type: none"> • Dressez une liste de groupes dont vous faites partie et déterminez les buts possibles de chacun. • Discutez du processus qu'utilisent les groupes pour fixer des buts. Par exemple: <ul style="list-style-type: none"> - décider d'un but; - planifier la marche à suivre pour atteindre le but; - définir les rôles de chaque membre. • Définissez le terme « collaboration » et discutez-en. <p>Collaboration : Le fait de bien travailler ensemble pour atteindre un but.</p>

Résultat d'apprentissage général : Les élèves acquerront des compétences efficaces en relations interpersonnelles, en faisant preuve de responsabilité, de respect et de compassion afin d'établir et de maintenir des interactions saines.

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Performance</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • En classe ou en petits groupes, fixez des buts pour l'année scolaire. Considérez des buts portant sur : <ul style="list-style-type: none"> - les solutions aux changements climatiques - le bénévolat - les réalisations de l'élève <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Élaborez une liste de contrôle de la grandeur d'une affiche sur les facteurs qu'un groupe doit prendre en compte dans l'établissement de ses buts. <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrivez rapidement par écrit (cinq minutes) comment vous pouvez aider un groupe dont vous faites partie à fixer des buts de façon efficace et équitable. 	<p><i>Objectif santé 1 -</i> Manuel de l'élève Chap. 9 (p. 119-120, 124-127)</p> <p><i>Objectif santé 1 -</i> Guide d'enseignement Chap. 9 (p. 209-211, 214-217)</p>

Choix en matière d'apprentissage pour la vie



Résultats d'apprentissage spécifiques de l'Î-P-É

Stratégies d'apprentissage

L'élève devrait pouvoir

- acquérir de meilleures stratégies et compétences organisationnelles et d'étude en analysant les divers modes d'apprentissage des gens. (V-7.1)
- découvrir des stratégies pour élargir sa capacité personnelle d'apprentissage. (V-7.2)

- distinguer entre choix et coercition dans la prise de décision pour soi et pour les autres. (V-7.3)
- établir et réviser les objectifs et priorités à court et à long terme en se basant sur la connaissance de ses intérêts, de ses aptitudes et de ses compétences. (V-7.4)

Rôles de la vie et perfectionnement professionnel

L'élève devrait pouvoir

- recueillir des données pour constituer un portfolio avec des preuves témoignant de ses intérêts, de ses atouts et de ses compétences. (V-7.5)

- examiner les facteurs qui peuvent influencer sur les plans futurs de rôles de la vie, d'études et de carrière. (V-7.6)

Bénévolat

L'élève devrait pouvoir

- déterminer les connaissances et les compétences de la classe et les utiliser pour faire la promotion de la santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.7)

- appliquer des compétences de groupe efficaces afin de concevoir et d'appliquer un plan d'amélioration de la santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.8)

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

<i>Attentes – L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> acquérir de meilleures stratégies et compétences organisationnelles et d'étude en analysant les divers modes d'apprentissage des gens. (V-7.1) 	<p>STRATÉGIES D'APPRENTISSAGE</p> <p>Un style d'apprentissage est la façon utilisée par une personne pour absorber l'information. Les élèves exploreront divers styles d'apprentissage et découvriront qu'ils préfèrent probablement un ou deux d'entre eux. La manière utilisée par une personne pour apprendre est son style d'apprentissage personnel. L'apprenant visuel apprend le mieux en regardant ce qu'il apprend. Il veut lire et voir des images et des diagrammes. L'apprenant auditif apprend mieux en entendant et en écoutant. il veut écouter les nouvelles informations. L'apprenant kinesthésique apprend le mieux en touchant et en faisant de nouvelles choses. Il veut un rapport physique et aime apprendre en mettant la main à la pâte.</p> <ul style="list-style-type: none"> Faire du remue-méninges sur les divers modes d'apprentissage des gens. Créer un arbre conceptuel de son mode privilégié d'apprentissage, y compris sa méthode d'étude et de collecte d'information. Examiner pourquoi il est important d'utiliser divers modes d'apprentissage. <p>Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> – pour améliorer ses capacités; – pour profiter au maximum de toutes les possibilités d'apprentissage. <ul style="list-style-type: none"> Examiner pourquoi les gens privilégient certains modes d'apprentissage. Examiner les inconvénients de ne compter que sur un mode privilégié d'apprentissage.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrire une stratégie d'organisation ou d'étude utilisée. Expliquer comment cette stratégie permet de devenir un meilleur apprenant. Expliquer comment cette stratégie correspond à son mode d'apprentissage personnel. 	<p><i>Objectif Santé 1 – Manuel de l'élève</i> Chap. 1 (p. 1-11)</p> <p><i>Objectif Santé 1 – Guide d'enseignement</i> Chap. 1 (p. 11-18)</p> <p>Renseignements de base à l'intention de l'enseignant (annexe)</p>

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

Attentes - L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées -Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> découvrir des stratégies pour élargir sa capacité personnelle d'apprentissage. (V-7.2) 	<p>STRATÉGIES D'APPRENTISSAGE</p> <p>Le discours intérieur est un outil de réflexion important. L'élève peut ainsi se voir sous un autre angle ainsi que ses capacités. Les énoncés suivants : « Je ne peux pas le faire! » ou « C'est trop difficile! » ne sont pas productifs. Indiquer plutôt à l'élève de trouver et d'adapter des énoncés positifs tels que : « Je possède des compétences que je peux utiliser. » Le discours intérieur permet aussi aux élèves d'accomplir des petites tâches tout en se félicitant du succès remporté à chaque étape.</p> <p>Discours intérieur – Il s'agit d'un dialogue privé que l'on entretient avec soi-même. Un discours intérieur positif insuffle de la confiance et du courage. Un discours intérieur négatif décourage d'agir.</p> <p>Affirmations – Il s'agit d'un autre moyen de s'encourager. Ce sont des affirmations positives telles que : « J'écoute bien ».</p> <p>Visualisations – Il s'agit de représentations visuelles dans sa tête. Il faut se voir en train de faire des choses positives.</p> <ul style="list-style-type: none"> Examiner les stratégies employées par les athlètes comme la visualisation et le discours intérieur pour se focaliser et améliorer leur rendement. Faire du remue-méninges pour des affirmations qui soulignent des qualités personnelles positives des personnes dans la classe. Organiser un penser-préparer-partager sur les obstacles d'apprentissage et le bon rendement. Choisir trois stratégies pour surmonter les obstacles et augmenter la capacité d'apprentissage. Par exemple, si l'angoisse constitue un obstacle avant de subir un test, utiliser une technique de relaxation avant et pendant le test afin de diminuer l'angoisse et d'obtenir de meilleurs résultats.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrire trois situations de sa vie où il est possible d'utiliser le discours intérieur ou la visualisation pour améliorer son rendement ou sa capacité personnelle d'apprentissage. Décrire le discours intérieur ou le scénario de visualisation à utiliser dans l'une de ces situations. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Créer des affiches décrivant des stratégies qui renforcent la capacité personnelle d'apprentissage. <p><i>Papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Faire des recherches sur un athlète connu et présenter les stratégies particulières qu'il utilise pour améliorer son rendement athlétique. 	<p><i>Objectif Santé 1 – Manuel de l'élève</i> Ch. 1 (p. 12-14)</p> <p><i>Objectif Santé 1 – Guide d'enseignement</i> Chap. 1 (p. 18-21)</p>

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

Attentes – L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● distinguer entre choix et coercition dans la prise de décision pour soi et pour les autres. (V-7.3) 	<p>STRATÉGIES D'APPRENTISSAGE</p> <p>À la lumière de ce résultat, les élèves examinent la distinction entre choix et coercition. Ils voient que le choix signifie le pouvoir de décider. Ils peuvent ressentir de la pression de la part des pairs, mais le choix leur revient. Les élèves devraient pouvoir faire la distinction entre pression et coercition. La coercition est beaucoup plus forte que la pression des pairs. Lorsqu'une personne sent qu'elle ne peut pas dire « non » parce qu'elle ressent de la gêne, de l'intimidation, de l'isolement ou qu'elle n'est pas à l'aise, elle subit une forme de coercition.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En tant que groupe, examiner et définir les expressions choix et coercition. Choix – Être en mesure de prendre les décisions qui s'appliquent à soi-même. Coercition – Le fait d'obliger une personne à faire ce qu'elle ne veut pas faire. • Faire un remue-méninges sur les choix faits au cours de la dernière semaine, du dernier mois ou de la dernière année. • Faire un remue-méninges sur des exemples de coercition dans sa vie; par exemple, regarder un film d'horreur avec ses grands frères et sœurs qui se moquent de sa peur. • Repasser ses aptitudes de base en matière de refus, notamment : <ul style="list-style-type: none"> – dire « non » et en donner la raison – dire « non merci » – dire « non » et partir.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Établir une liste de cinq déclarations qu'utilisent les gens pour exercer de la pression sur les autres, par exemple : « Tout le monde le fait ». Fournir une réponse possible pour chacune des déclarations. Partager avec la classe. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> À l'aide d'un diagramme Venn, faire la comparaison entre la notion de choix et de coercition dans la prise de décision. 	<p><i>Objectif Santé 1 – Manuel de l'élève</i> Chap. 5 (p. 64-67)</p> <p><i>Objectif Santé 1 – Guide d'enseignement</i> Chap. 5 (p. 116-118)</p>

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

<i>Attentes – L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● indiquer et réviser les objectifs et priorités à court et à long terme en se basant sur la connaissance de ses intérêts, de ses aptitudes et de ses compétences. (V-7.4) 	<p>STRATÉGIES D'APPRENTISSAGE</p> <p>Grâce au résultat B-7.1, l'élève apprend à établir des objectifs et à créer des plans d'action pour les atteindre. À la lumière de ce résultat, les élèves apprennent ce que sont des objectifs à long terme, comment ces derniers doivent être réalistes et comment un plan d'action peut les aider à les atteindre.</p> <p>Examiner la déclaration suivante :</p> <p>« Le plus important lorsqu'il s'agit d'objectifs c'est d'en avoir un. » [Traduction] ~Geoffrey F. Abert</p> <ul style="list-style-type: none"> • En travaillant en petits groupes, dresser la liste des objectifs potentiels que pourrait avoir un élève type de la 7^e année dans les domaines suivants : études, famille, autoperfectionnement, relations et participation à la vie communautaire. Afficher la liste pour en discuter en classe. (Une liste type est incluse dans l'annexe.) • Examiner les avantages liés à l'établissement des objectifs et indiquer au moins 10 possibilités d'en établir pour la 7^e année. • Examiner l'importance de revoir et de réviser les objectifs.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Indiquer un objectif personnel ou social à long terme à atteindre au cours de l'année scolaire. Diviser l'objectif en petites sections à court terme et élaborer un plan d'action. Indiquer au moins trois moyens de revoir cet objectif au cours de l'année. 	<p><i>Objectif Santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 10 (p. 132-134, 139-141)</p> <p><i>Objectif Santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 10 (p. 230-236)</p> <p>Renseignements de base à l'intention de l'enseignant (annexe)</p> <p>« Certaines choses qui sont importantes pour les élèves de la 7^e année » (annexe)</p>

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

Attentes – L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● recueillir des données pour constituer un portfolio avec des preuves témoignant de ses intérêts, de ses atouts et de ses compétences. (V-7.5) 	<p>RÔLES DE LA VIE ET PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL</p> <p>En tant que groupe, examiner et définir le terme « portfolio ».</p> <p>Un portfolio est un ensemble d'éléments recueillis et organisés en fonction d'une personne donnée.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faire un remue-méninges sur les catégories à inclure dans un portfolio visant les intérêts et les compétences personnels. Par exemple : <ul style="list-style-type: none"> - but et plans d'action - attestations des compétences - attestations des intérêts - attestations des talents - renseignements sur les projets d'études - renseignements sur la carrière professionnelle. <p>En 7^e année, demander aux élèves d'établir leurs compétences et intérêts personnels. Utiliser le programme logiciel <i>Career Cruising</i> pour ce faire. Cette information est ensuite conservée aux fins d'utilisation ultérieure.</p> <p>Les élèves de la 7^e année doivent être mis au courant des portfolios et de l'utilisation de ces derniers afin de donner des exemples de leur apprentissage et de leurs réalisations. Ils doivent être encouragés à conserver tout ce qui pourrait en faire partie (p. ex. un certificat de cours de gardiennage). Dans la mesure du possible, inviter un conférencier pour qu'il présente son portfolio.</p> <p>Le processus de constitution d'un portfolio comprend quatre étapes :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Recueillir (7^e et 8^e année) 2. Sélectionner 3. Réfléchir 4. Partager <p>Les élèves de la 7^e année doivent conserver un échantillon de leurs travaux en classe et tout autre document qui atteste les compétences et les réalisations pertinentes. Demander aux élèves de choisir et d'utiliser un système de rangement de tous les travaux jusqu'à ce que des sélections de portfolio soient effectuées en 9^e année. Les boîtes d'entreposage, les enveloppes manilles, les boîtes de pizza inutilisées et les reliures à trois anneaux constituent de bons choix. Indiquer aux élèves que les photos peuvent étayer les compétences.</p>

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Portfolio</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Créer une page de portfolio qui illustre ses compétences ou intérêts dans un domaine particulier. 	<p><i>Objectif Santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 10 (p. 135-138)</p> <p><i>Objectif Santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 10 (p. 232-233)</p> <p>Inviter des gens de la collectivité à venir en classe pour montrer leurs portfolios et examiner comment ils s'y sont pris pour les monter ainsi que le but qu'ils servent. Parmi les conférenciers peuvent figurer un architecte, un écrivain, un nouvel enseignant ou un élève de l'école secondaire.</p> <p><i>Career Cruising</i> (programme d'ordinateur) www.careercruising.com (Chercheur d'emplois à partir de liens professionnels)</p> <p>Renseignements de base à l'intention de l'enseignant (annexe)</p>

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

<i>Attentes – L'élève devrait pouvoir...</i>	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● examiner les facteurs qui peuvent influencer les plans futurs de rôles de la vie, d'études et de carrière. (V-7.6) 	<p>RÔLES DE LA VIE ET PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL</p> <p>En ce qui concerne les résultats V-7.4 et V-7.5, les élèves ont appris à établir des objectifs, à faire des plans et à prendre des mesures. À la lumière de ce résultat, les élèves voient comment ils peuvent utiliser cette information quand vient le temps de penser à leur avenir et de le planifier. Les élèves sont invités à réfléchir aux effets des nouvelles découvertes et des nouvelles technologies sur l'éducation et les compétences requises en vue d'obtenir un emploi dans l'avenir.</p> <p>Technologie : Utilisation des nouvelles connaissances et des nouvelles découvertes pour créer de nouveaux produits et processus.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En petits groupes, indiquer les découvertes et les inventions qui ont changé nos vies. Dresser une autre liste des nouvelles découvertes et des nouvelles technologies qui entraîneraient de grands changements dans nos vies et notre monde. Partager avec la classe. • En organisant une table ronde, partager les intérêts actuels en prévision d'une carrière future. Indiquer les motifs de ses préférences personnelles. (Parmi les raisons peuvent figurer les modèles de rôle, les gens de son entourage, les études et la formation requises ainsi que le coût, les revenus potentiels, les matières préférées à l'école, les intérêts et les compétences.) Examiner comment les rôles familiaux et les attentes des autres peuvent influencer sur les intérêts et les choix professionnels.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Demander aux élèves de prendre quelques minutes pour réfléchir aux choses qu'ils aiment maintenant, aux rêves qu'ils entretiennent pour l'avenir, à ce qu'ils aimeraient faire après avoir obtenu leur diplôme et aux études qu'ils doivent poursuivre pour le faire. Consigner leurs pensées dans leurs journaux. Décrire une carrière à laquelle on s'intéresse à l'heure actuelle et indiquer au moins trois facteurs qui influencent cet intérêt. <p><i>Présentation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Chercher un cheminement de carrière intéressant et partager ses découvertes avec la classe. <p><i>Entrevue</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Interroger trois adultes au sujet des facteurs qui ont influencé leurs choix de carrière. Partager avec la classe. 	<p><i>Objectif Santé 1</i> – Manuel de l'élève Chap. 10 (p. 128-131, 139-141)</p> <p><i>Objectif Santé 1</i> – Guide d'enseignement Chap. 10 (p. 228-230, 233-234)</p>

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

Attentes – L'élève devrait pouvoir...	Explications détaillées – Stratégies d'enseignement et suggestions
<ul style="list-style-type: none"> ● déterminer les connaissances et les compétences de la classe et les utiliser pour faire la promotion de la santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.7) ● appliquer des compétences de groupe efficaces afin de créer et d'appliquer un plan d'amélioration de santé à l'école et dans la collectivité. (V-7.8) 	<p>BÉNÉVOLAT</p> <p>Faire un remue-méninges sur les projets d'apprentissage en matière de services qui pourraient améliorer la santé à l'école ou dans la collectivité.</p> <p>Exemples de projets d'apprentissage en matière de services</p> <p>But : Faire de l'école un endroit agréable pour tous.</p> <p>Projets possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Créer des affiches avec des messages positifs sur l'amitié, la coopération, la compréhension transculturelle, l'entraide à l'école et d'autres sujets. • Lancer des campagnes à l'échelle de l'école pour éliminer les dénigrement. Créer des affiches, organiser des activités à l'heure du midi et faire participer le personnel de l'école. • Lancer les campagnes en utilisant des affiches, des macarons et des tableaux d'affichage pour inciter les élèves à atteindre des résultats scolaires plus élevés. Créer des prix spéciaux pour favoriser l'amélioration. Organiser des mini-ateliers et des programmes de tutorat. • Planifier des jours d'appréciation du personnel ou des bénévoles de l'école. <p>But : Embellissement de l'école.</p> <p>Projets possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiser des campagnes de nettoyage à l'école. • Planter des fleurs et des arbres près des écoles. • Organiser des temples de la renommée comportant des photos de diplômés qui se distinguent. • Parrainer des campagnes afin d'éliminer les déchets à l'école. • Peindre des murales dans les couloirs ou sur les murs. <p>But : Apporter une contribution positive aux personnes âgées dans la collectivité.</p> <p>Projets possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rédiger des lettres aux personnes âgées qui sont confinées à la maison et qui aimeraient recevoir du courrier. • Adopter des grands-parents au sein de la collectivité. • Planifier des repas de fête à l'intention des personnes âgées qui vivent dans les foyers de soins. • Inviter des personnes âgées à des journées spéciales d'échange et de discussion. • Fabriquer des cadeaux à la main pour des occasions spéciales. • Envoyer des cartes d'anniversaire faites à la main aux personnes qui fêtent leur 80^e anniversaire de naissance ou plus. <p>But : Faire une contribution aux jeunes familles vivant dans la collectivité.</p> <p>Projets possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planifier des fêtes spéciales pour les enfants à la garderie. • Présenter des spectacles de marionnettes dans une école élémentaire. • Faire participer les enfants à des projets de bricolage simples dans le cadre de programmes après les heures d'école. • Lire des histoires aux enfants à l'école élémentaire. • Organiser sur place des services de garderie pour des réunions spéciales qui se tiennent à l'école à l'intention des parents et de la collectivité. <p>But : Amélioration des conditions de vie des gens qui s'en sortent difficilement dans la collectivité.</p> <p>Projets possibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer des repas et les servir dans des centres communautaires. • Ramasser des produits alimentaires, des vêtements et des jouets afin de les distribuer dans des refuges locaux. • Découvrir la situation des sans-abri dans la région et rédiger des lettres aux représentants de la collectivité leur faisant part de votre préoccupation et leur proposant des stratégies d'amélioration de leurs conditions de vie.

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

Tâches utiles pour l'évaluation et la mesure	Ressources et notes
<p><i>Rendement</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sélectionner un projet à faire en classe. <ul style="list-style-type: none"> – Indiquer comment on peut utiliser les connaissances et les compétences des personnes dans la classe. – Préparer un énoncé des objectifs accompagnés des dates d'échéance. – Établir et attribuer des tâches précises à effectuer par les membres de la classe. – Exécuter le projet, en consignait chaque activité dans un journal de projet. – En tant que groupe, évaluer le projet à diverses étapes ainsi qu'à la fin du projet. (V-7.7, V-7.8) <p><i>Inscription dans le journal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Créer un arbre conceptuel pour illustrer ce que vous avez retenu du projet d'apprentissage en matière de services. (V-7.7, V -7.8) <p><i>Papier-crayon</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Indiquer par écrit en quoi le projet s'est avéré bénéfique, pour soi ainsi que pour les autres participants, les élèves et le personnel de l'école. (V-7.7, V-7.8) 	<p><i>Objectif Santé 1 – Manuel de l'élève</i> Chap. 9 (p.120, p. 124-127)</p> <p><i>Objectif Santé 1 – Guide d'enseignement</i> Chap. 9 (p. 210-211, 214-217)</p> <p>Renseignements de base à l'intention de l'enseignant (annexe)</p>

ANNEXE

SUGGESTIONS VISANT À INCITER LA PRISE DE BONNES DÉCISIONS EN MATIÈRE D'ALIMENTATION

Ce que peuvent faire les élèves :

- Reconnaître le fait que leurs habitudes alimentaires sont influencées par des facteurs externes tant positifs que négatifs.
- S'engager à en apprendre un peu plus sur la manière dont ces facteurs les influencent individuellement.
- Faire un remue-méninges afin de trouver des stratégies qui leur permettront de vaincre les influences néfastes.

Ce que les parents peuvent faire :

- Donner l'exemple en adoptant de saines habitudes alimentaires et en vivant une vie active.
- Manifester de la tolérance à l'égard de personnes dont la forme et la taille du corps sont différentes.
- Promouvoir l'importance de la santé et du mieux-être plutôt que l'importance de l'apparence du corps.
- Discuter de leurs expériences non réussies en matière de diètes à la mode.
- Expliquer le succès mitigé des stratégies « santé » à court terme et rapides, comme les diètes à la mode.
- Discuter avec les adolescents des stratégies publicitaires et de l'influence qu'elles ont sur le panier d'épicerie familial.
- Promouvoir auprès des adolescents une image de soi positive et une estime de soi solide.
- Reconnaître la forte influence des pairs chez les adolescents.
- Inciter les adolescents à prendre de bonnes décisions en matière d'alimentation et les appuyer dans leurs choix.

Ce que peuvent faire les collectivités :

- Appuyer les adolescents ou d'autres personnes qui veillent à discréditer les pratiques publicitaires douteuses ou moralement répréhensibles.
- Établir des programmes qui contribuent à bâtir l'estime de soi et favorisent une image de soi positive chez les adolescents.
- Faire des choix judicieux en ce qui a trait aux entreprises qu'elles sollicitent pour des commandites qui visent des programmes et des services communautaires s'adressant aux adolescents.

LES FACTEURS QUI INFLUENT SUR NOS HABITUDES ALIMENTAIRES

Il existe une multitude de facteurs qui influent sur nos habitudes alimentaires. Ainsi, la faim, les préférences individuelles, le niveau d'activité, le revenu et d'autres facteurs socioculturels influencent les choix alimentaires des gens.

Chez les adolescents, certains facteurs jouent un rôle particulier dans leur décision de s'alimenter. Par exemple, la pression par les pairs, l'image qu'ils ont d'eux-mêmes et leur estime de soi, ainsi que la publicité et les médias peuvent avoir une incidence néfaste sur les choix alimentaires des adolescents. En reconnaissant et en examinant en profondeur les facteurs qui jouent un rôle sur la prise de décisions en matière d'alimentation, on peut en réduire l'influence néfaste.

Une analyse des stratégies publicitaires et des méthodes de communication de masse peut contribuer à aider les adolescents à découvrir la raison pour laquelle ils trouvent tel aliment ou telle boisson si irrésistible. Les agences de publicité tirent généralement avantage d'une gamme choisie de techniques afin de promouvoir leurs produits. En étant conscients de la façon dont ces techniques incitent les gens à consommer certains produits spécifiques et en les reconnaissant, les adolescents peuvent ainsi faire l'analyse de leurs habitudes de consommation, y compris leur consommation d'aliments. On trouvera ci-dessous les stratégies principales utilisées en publicité.

- L'humour
- La référence à la sexualité
- Les primes, les rabais ou les bons de réduction
- La musique attirante
- L'appel des émotions
- Les témoignages de gens célèbres, de gens estimés ou de gens ordinaires
- L'usage de bébés ou d'animaux faisant appel à l'instinct maternel ou paternel
- Les couleurs attirantes
- La promesse d'une cure miracle

FAIRE LA PART DES CHOSES

L'objectif de la présente activité est de procurer une base pour la discussion ainsi que l'occasion d'examiner certains mythes qui courent au sujet de la consommation d'alcool et de cannabis, deux substances que des jeunes de septième année risquent fort d'expérimenter.

- Expliquez-leur que le fait d'être mal informé au sujet de la consommation d'alcool et d'autres drogues peut avoir de sérieuses conséquences. Il faut être bien renseigné à leur sujet afin d'éviter de sérieux ennuis.
- Demandez aux élèves de former des équipes de deux ou de trois et distribuez à chacune un exemplaire du document intitulé « *Quiz – Vrai ou faux?* ». Si vous préférez, vous pouvez faire l'exercice en groupe avec toute la classe en projetant les questions à l'aide d'un rétroprojecteur.
- Dites aux élèves de répondre à chaque énoncé par V (vrai) ou par F (faux).
- Une fois le contrôle terminé, révisez les réponses une par une avec toute la classe en vous servant du document intitulé « *Vrai ou faux? – Réponses* ». Demandez à un élève de chaque équipe de se faire le porte-parole pour son équipe. Demandez aux élèves de lever la main afin de voir qui a répondu « vrai » et qui a répondu « faux » à chacune des questions. Inscrivez les chiffres de 1 à 10 au tableau afin de garder le compte du nombre d'équipes qui ont répondu vrai ou faux à chacune des dix questions.
- Une fois les réponses inscrites au tableau, révisez chaque énoncé en vous servant du guide de réponses.
- Lorsque vous aurez révisé chaque énoncé ensemble, la classe pourra discuter des résultats. Les questions ci-dessous peuvent servir de guide de discussion.
 - Avez-vous été surpris par certaines réponses? Lesquelles?
 - La question numéro 2 vous a-t-elle surpris parce qu'on y a classé l'alcool parmi les drogues? Pensez-vous que l'alcool était une drogue? Comprenez-vous pourquoi l'alcool est classé comme une drogue?

QUIZ – VRAI OU FAUX?

Discutez en groupe de chacun des énoncés suivants. Décidez ensemble s'ils sont vrais ou faux.

1. Il est moins dangereux de fumer du cannabis que de boire de l'alcool ou de prendre d'autres drogues.
2. On peut faire une surdose d'alcool de la même façon que l'on peut faire une surdose de drogue.
3. Il est illégal pour quiconque de posséder du cannabis, peu importe son âge.
4. Le fait de boire de la bière peut entraîner d'aussi sérieux problèmes de santé que le fait de boire des spiritueux.
5. Il est dangereux de boire de l'alcool quand on prend des médicaments sur ordonnance ou en vente libre.
6. En ce qui concerne l'alcool, une des choses les plus dangereuses à faire pour un adolescent est de boire de l'alcool avec l'intention de se soûler.
7. L'alcool est un stimulant qui donne la sensation d'euphorie.
8. Lors d'un sondage fait auprès d'élèves de l'Île-du-Prince-Édouard, ces derniers ont déclaré que le fait qu'ils consomment de l'alcool avait provoqué des tensions entre eux et leur famille et leurs amis.
9. Le fait de consommer du cannabis diminue la capacité d'une personne à conduire une voiture.
10. Des recherches ont démontré que le fait de fumer du cannabis peut provoquer un cancer pulmonaire.

VRAI OU FAUX

1. **Faux** -Le cannabis peut affecter la mémoire à court terme, altérer la prise de décision et provoquer des accidents. Une consommation régulière à plus long terme peut endommager les poumons et entraîner la dépendance. De récentes recherches indiquent qu'une consommation régulière à long terme peut poser des problèmes de santé mentale chez les personnes qui y sont vulnérables.
2. **Vrai** -Une surdose d'alcool se présente sous la forme d'un empoisonnement à l'alcool. Si le taux d'alcool dans le sang augmente suffisamment (quand on boit beaucoup d'alcool en peu de temps), cela peut couper la respiration et provoquer une perte de conscience et la mort. La consommation d'alcool peut également causer la mort quand le buveur perd connaissance, vomit et suffoque ou s'étouffe avec sa vomissure. Quand une personne s'évanouit après avoir bu, il est de notre devoir de l'aider.
3. **Vrai** -La possession et la consommation de marijuana sont illégales partout au Canada, quel que soit l'âge des coupables.
4. **Vrai** -Les buveurs de bière risquent de développer des problèmes de santé qui sont aussi graves que ceux des buveurs de spiritueux, comme le whisky, le rhum, le gin, la vodka, les liqueurs et le vin. Le genre d'alcool que l'on boit a moins d'impact sur la santé que la quantité, la régularité et la durée de sa consommation.
5. **Vrai** -Quand l'alcool est mélangé à des médicaments (d'ordonnance ou en vente libre ainsi que des drogues illégales), il peut produire des résultats imprévisibles. Certaines combinaisons sont potentiellement dangereuses parce qu'elles peuvent multiplier les effets de l'un et de l'autre plutôt que de s'y ajouter tout simplement. Par exemple, l'alcool peut avoir des effets potentiellement dangereux quand il est mélangé à des comprimés d'aspirine, des antihistaminiques, que l'on trouve dans les remèdes contre le rhume, la toux et les allergies, la marijuana, les calmants, les tranquillisants et les somnifères. En outre, les conséquences vont d'un comportement gravement perturbé à la surdose et au coma.
6. **Vrai** -S'enivrer veut dire avoir une mauvaise coordination motrice combinée à moins d'inhibitions et à un mauvais jugement. Cette combinaison d'effets augmente considérablement le risque de se blesser, d'avoir un accident, de se bagarrer, de prendre une surdose ou d'adopter un autre comportement dangereux. Avec le temps, d'autres problèmes peuvent se poser, allant du fait de distraire une personne de ses objectifs à la dépendance à l'alcool (l'alcoolisme). Cela peut poser de nombreux autres problèmes, y compris des conflits avec la famille, les amis et la loi.
7. **Faux** -L'alcool est en fait un dépressur qui ralentit les fonctions du système nerveux central, y compris le cerveau. C'est pourquoi les gens se sentent détendus peu après qu'ils ont consommé de l'alcool. Ce dernier affaiblit également la partie du cerveau qui contrôle les inhibitions, ce qui réduit la maîtrise de soi. Toutefois, le cerveau ralentit suffisamment pour entraîner le sommeil ou la perte de conscience si on consomme beaucoup trop d'alcool. Étant donné que le cerveau contrôle le rythme cardiaque et respiratoire, la coordination musculaire, la mémoire et la pensée, le ralentissement de ses fonctions aura un effet dépressant sur le corps. L'alcool peut accorder un soulagement temporaire contre la tristesse ou le cafard, mais il n'améliore pas les circonstances qui provoquent ces sentiments.

VRAI OU FAUX (suite)

8. **Vrai** - Quatorze pour cent (ou 1,4 sur 10) ont déclaré avoir consommé de l'alcool au cours des 12 mois précédant l'enquête et ont fait état de tensions avec la famille ou les amis après avoir bu.

Voici d'autres problèmes liés à l'alcool chez les élèves qui ont consommé de l'alcool :

Ont endommagé des choses après avoir bu	23,0 %
Blessures	19,6 %
Relations sexuelles non planifiées	16,9 %
Problèmes d'argent	12,7 %
Ont conduit sous l'influence de l'alcool	17,1 %
Problème avec la police	7,7 %
Problèmes de devoirs	3,7 %

9. **Vrai** - Le cannabis peut influencer sur l'équilibre, le jugement, les réactions, la mémoire et les perceptions d'une personne. La conduite d'un véhicule sous l'influence du cannabis est illégale et dangereuse, particulièrement quand elle est combinée à de l'alcool.
10. **Vrai** - La fumée du cannabis contient jusqu'à 50 % plus de goudron et de produits chimiques cancérigènes que les cigarettes. Si on y ajoute le fait qu'un fumeur de cannabis tend à inhaler cette fumée plus profondément dans les poumons et à la retenir plus longtemps, cela veut dire qu'on peut avoir des problèmes pulmonaires (p. ex., une bronchite et des maladies pulmonaires importantes comme l'emphysème et le cancer) en fumant moins de joints que de cigarettes. La fumée nuit également au système immunitaire, qui repousse toute infection ou maladie du corps.

NOTES

Certaines questions et réponses de cet exercice ont été adaptées des résultats de la plus récente Enquête de l'Île-du-Prince-Édouard sur la consommation de drogues par les élèves, Van Til L. et C. Poulin (2002). *Enquête de 2002 sur la consommation de drogues par les élèves de l'Î.-P.-É. : Rapport technique.* Charlottetown, Î.-P.-É. Ministère de la Santé et des Services sociaux de l'Île-du-Prince-Édouard.

TECHNIQUES DE REFUS

Il y aura des moments où vos amis feront des choix qui vont à l'encontre de vos besoins, de vos convictions ou de vos objectifs.

Certains de ces choix peuvent être contraires à vos valeurs ou aux valeurs de votre famille et de votre culture. Le fait de dire « non » n'est pas toujours facile, d'autant plus que vous ne voulez pas blesser les gens. Il faut apprendre à dire « non » sans se sentir coupable.

Les lignes directrices suivantes vous aideront à résister à l'influence négative des camarades.

- **Posez des questions pour en savoir davantage sur l'activité.** Réfléchissez aux conséquences auxquelles vos amis n'ont pas pensé.
- **Énoncez fermement votre décision.** Dites « non » immédiatement. Regardez-les dans les yeux. Faites-leur bien comprendre que vous savez ce que vous voulez. Dites-le d'une voix forte.
- **Ne donnez pas de longues explications ou excuses.** Cela leur permettra davantage de remettre vos explications en question. On ne peut pas sortir perdant d'une discussion si on ne s'y engage pas.
- **Continuez à dire « non » si les pressions persistent,** sans donner d'excuse ou d'explication. Continuez tout simplement à dire : « je sais ce que vous voulez, mais je ne veux pas le faire ».
- **Donnez une excuse du genre « je ne me sens pas bien ou je dois rentrer chez moi ».** Entendez-vous sur un mot code avec vos parents pour qu'ils viennent vous chercher dès que vous leur communiquez ce code au téléphone.
- **Évitez les situations** où vous savez que vous subirez des pressions pour faire des choses qui vont à l'encontre de vos valeurs et vos convictions.
- **Faites-vous un allié.** Quand vous faites venir un ami dans le groupe pour qu'il se mette d'accord avec vous, cela diminue les pressions que la majorité peut vous faire subir.
- **Proposez quelque chose d'autre.** Il s'agit d'une manœuvre dilatoire. Cette tactique peut vous aider à éviter les pressions quand il est difficile de dire « non ». Le recours à une manœuvre dilatoire ne veut pas dire que vous direz « oui » plus tard, mais vous aurez ainsi le temps de vous sortir de cette situation ou de songer à d'autres façons de refuser en cas de récurrence.
- **Changez de sujet** ou faites semblant de ne pas avoir entendu la question.
- **Riez** de cette situation.
- **Faites-vous des amis** qui respectent vos sentiments, vos convictions et vos valeurs.

TECHNIQUES DE REFUS

Voici quelques façons particulières de dire « non ».

« *Non, merci.* »

« *Jamais ! Ma famille me renierait.* »

« *Je me suis déjà fait une idée là-dessus et je ne veux plus en parler.* »

« *Je suis bien comme je suis.* »

« *J'ai des objectifs de carrière et cela me ferait du tort.* »

Techniques de persuasion.

Les gens utilisent plusieurs méthodes pour essayer de persuader les autres de faire certaines choses. Quand on connaît ces techniques, il devient plus facile de résister aux pressions.

Voici certaines des techniques les plus courantes.

- **Tendance** - « tous les autres le font. » Vous pourriez répondre en disant : « formidable! Alors je présume que vous n'aurez pas de problème à trouver quelqu'un que le fera. »
- **Insultes** - « Tu n'es qu'une mauviette. » Vous pourriez répondre en disant : « Merci pour cette analyse de caractère ».
- **Affaire en or ou sans frais** - « C'est quoi ton problème? Ça ne te coûtera rien. » Vous pourriez répondre en disant : « ça coûtera bien plus que vous ne pourrez jamais imaginer ».
- **Attaque personnelle** - Au lieu d'aborder la question, on vous attaque verbalement. Reconnaissez que cette attaque vise à vous convaincre de faire quelque chose que vous ne voulez pas faire.
- **Persistance** - La personne persiste à dire la même chose pour vous faire fléchir. La meilleure façon de répondre est de continuer à lui redire la même chose.
- **Témoignage d'estime** - Une personne célèbre ou que vous connaissez fait ce que vous refusez de faire. Dites fermement que vous décidez de votre propre conduite et que les autres ne décident pas pour vous.
- **Nouveauté** - La personne tente de vous convaincre d'essayer une substance ou une technique parce qu'elle est toute nouvelle. Répondez en disant quelque chose du genre « elle a beau être nouvelle, la réponse est la même ».
- **Snobisme** - Les gens peuvent essayer de justifier certains choix en disant « nous le méritons tout de même. Nous pouvons nous en accommoder ». Répondez en disant : « j'ai le droit de prendre mes propres décisions ».

JEU DE RÔLES AXÉ SUR LA PRISE DE DÉCISION

- Expliquez aux élèves qu'ils vont utiliser leurs outils en mettant en scène des histoires de prise de décisions. Les directives concernant la taille du groupe de chaque histoire sont comme suit :
 - Histoire n° 1** : au moins trois élèves; peut convenir à quatre ou cinq élèves
 - Histoire n° 2** : trois élèves
 - Histoire n° 3** : trois élèves
 - Histoire n° 4** : au moins trois élèves; peut convenir à quatre ou cinq élèves
 - Histoire n° 5** : au moins trois élèves; peut convenir à quatre ou cinq élèves
 - Histoire n° 6** : au moins quatre élèves; peut convenir à un plus grand nombre
 - Histoire n° 7** : trois élèves
- Distribuez une des sept histoires de prise de décision du document de l'élève (l'annexe) à chacun des groupes. Demandez aux élèves de lire leur histoire et de décider qui tiendra chaque rôle. Certains rôles consistent à exercer une influence négative tandis que d'autres à résister à cette influence et à refuser l'alcool ou le cannabis. Dans chaque jeu de rôle, les élèves doivent démontrer certaines des techniques qu'ils ont apprises. Accordez-leur environ 10 à 15 minutes pour pratiquer leurs rôles. Chaque groupe a deux à trois minutes pour présenter son jeu de rôles.
- Demandez à chaque équipe de présenter son jeu de rôles. Après chaque sketch, posez les questions suivantes à la classe :
 - Quels sont les avantages identifiés par la personne qui exerçait une influence négative?
 - Quelles sont les techniques qu'on a vu utiliser pour refuser l'alcool ou le cannabis?
 - Y avait-il d'autres possibilités auxquelles vous pouvez penser?

Limitez chaque discussion à deux ou trois minutes.

- Une fois que tous les groupes ont fait leur présentation, conclure la séance en posant les questions suivantes : qu'avez-vous appris sur la résistance à l'influence négative des camarades? Pensez-vous être capable d'utiliser certaines des techniques, dont nous avons discuté, dans la vraie vie?

HISTOIRES DE PRISE DE DÉCISIONS - MISE EN PRATIQUE

Histoire n° 1 : Ton choix

Vous et votre meilleur ami êtes invités à une soirée du vendredi chez un camarade de classe et vous y allez. Au cours de la soirée, d'autres jeunes que vous ne connaissez pas si bien vous invitent à aller dans une autre salle pour écouter de la musique et fumer du cannabis ensemble. Ils vous disent que vous vous sentirez en pleine forme après quelques bouffées. Vous ne voulez pas le faire - que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 2 : Ton choix, 2^e partie

(Cette histoire est tout à fait la même, mais... elle comporte un rebondissement inattendu.)

Vous et votre meilleur ami êtes invités à une soirée du vendredi chez un camarade de classe et vous y allez. Au cours de la soirée, une amie (que vous côtoyez d'habitude et qui est arrivée à la soirée avant vous) vous invite à aller dans une autre salle pour écouter de la musique et fumer de la marijuana ensemble. Votre amie vient de l'essayer et vous dit que vous vous sentirez en pleine forme après quelques bouffées. Vous ne voulez pas le faire - que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 3 : C'est une soirée de révision

Vous êtes chez une amie tôt dans la soirée. C'est la veille d'un examen de maths à l'école et vous étudiez ensemble. Les parents de votre amie sont allés faire des courses, mais son frère aîné est à la maison. Il entre dans la cuisine, où vous étudiez, et prend une bière dans le réfrigérateur. Il vous en offre une en disant qu'elle vous détendra et rendra votre révision plus facile. Vous ne voulez pas le faire - que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 4 : Bière sous pression

Deux de vos amis vous invitent chez l'un d'entre eux. Ils se vantent du fait qu'il y a de la bière dans le garage et qu'ils vont en boire. Bien que ce sont vos amis et que vous aimez leur compagnie, vous ne pensez pas vraiment que c'est une bonne idée de prendre de la bière du garage et de la boire, donc vous ne voulez pas le faire. Que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 5 : Apportez votre vin

Vos amis préparent une petite fête pour célébrer le 13^e anniversaire d'Amanda. Celle-ci est la première de votre groupe à atteindre l'âge de 13 ans et vous voulez que ce soit exceptionnel. L'une des filles propose de faire la fête avec des boissons comme le font les parents. Ils ont tous vu le buffet à liqueurs de luxe avec tous ses verres et ses bouteilles chez vous, donc Stacey vous suggère de prendre un peu de chacune de ces bouteilles et de l'apporter à la fête. Vous ne voulez pas le faire - que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 6 : Un repas bien arrosé

C'est l'Action de grâce en cette fin de semaine et vos parents sont partis, en vous laissant la passer chez un ami. La famille a préparé un gros repas avec beaucoup de nourriture, en présence d'un bon nombre de parents. Au début du dîner, quand tout le monde commence à manger, l'un des adultes verse du vin dans le verre de chacun des convives, y compris celui de votre ami et le vôtre. Vous n'avez jamais bu de vin chez vous. Vous ne voulez pas le faire - que pouvez-vous dire ou faire?

Histoire n° 7 : Derrière le volant

Vous vous trouvez chez votre meilleur ami en train de réaliser un projet scolaire. Vous travaillez plus longtemps que prévu et il est tard maintenant. Vous emballez vos affaires pour rentrer chez vous à pied. Au moment où vous descendez l'allée avec votre ami, le frère aîné de celui-ci arrive dans sa voiture et offre de vous conduire chez vous. Vous pouvez sentir l'odeur du cannabis venant de la vitre ouverte et vous remarquez quelques bouteilles vides dans la voiture. Vous ne voulez pas monter dans la voiture, mais vous craignez également d'arriver tard à la maison. Que pouvez-vous dire ou faire?

QUELQUES IDÉES POUR S'OCCUPER DU HARCÈLEMENT

Les enseignants doivent :

- connaître la politique de votre école sur le harcèlement et les procédures recommandées pour traiter les plaintes;
- servir de modèles en s'abstenant de faire des commentaires dégradants sur qui que ce soit ou de se prononcer contre les remarques humiliantes des autres;
- prendre toutes les plaintes au sérieux et aider les élèves à suivre la bonne procédure pour signaler les incidents qui se produisent à l'école;
- s'acquitter d'une responsabilité légale et morale en rapportant tous les cas d'abus d'enfants de moins de 18 ans aux Services à l'enfance et à la famille de l'Île-du-Prince-Édouard (1 800 341-6868).

Quelques idées pour freiner le harcèlement et l'intimidation à l'école et dans la communauté.

Les élèves peuvent :

- organiser un projet de sensibilisation des camarades à l'intimidation à l'école et dans la communauté;
- organiser les activités d'un mois de la prévention de la violence à l'école;
- planifier des assemblées dans des écoles sûres qui ont à cœur le bien-être de leurs élèves et y participer;
- créer et installer des affiches comportant des messages positifs dans toute l'école.

Les parents peuvent :

- servir de modèle et s'attendre à un bon comportement à la maison, tant avec les amis qu'avec les membres de la famille;
- superviser les activités à la maison et dans la communauté;
- assister aux présentations spéciales de l'école.

Les communautés peuvent :

- parrainer les pièces de théâtre qui portent sur la prévention du harcèlement et de la violence;
- former les chefs de groupes et de clubs de jeunes, comme les guides, les scouts ou les cadets, pour établir les normes relatives au comportement et aborder la question du harcèlement d'une façon logique.

QUELQUES IDÉES POUR FAVORISER ET PRÉSERVER UN SENS PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ

Les élèves peuvent :

- faire appel à leurs compétences d'affirmation de soi pour établir et maintenir des limites pour leur sécurité personnelle en refusant de se faire conduire par des personnes qu'ils ne connaissent pas;
- refuser de laisser des étrangers entrer dans la maison quand ils sont seuls;
- parler à leurs parents au sujet des questions de sécurité;
- exprimer leurs craintes ou leurs soucis au sujet de la sécurité à l'école ou dans la communauté;
- marcher en groupes dans des secteurs peu familiers ou après la tombée de la nuit;
- rester attentifs à ce qui se passe autour d'eux quand ils sortent, comme le fait d'être vigilants près des voitures garées et des buissons;
- s'assurer de se faire conduire à la maison après la tombée de la nuit;
- porter de la monnaie pour tout appel téléphonique d'urgence;
- signaler toutes les activités ou les situations suspectes aux autorités compétentes.

Les parents peuvent :

- reconnaître les sentiments de crainte des adolescents et en discuter;
- donner des conseils pratiques pour rester en sécurité dans des circonstances particulières;
- faire la connaissance des amis des adolescents ainsi que leurs parents;
- inclure les amis dans les activités familiales;
- élaborer des stratégies avec des adolescents pour rester en sécurité en tant que famille;
- les emmener aux activités et les en ramener après la tombée de la nuit;
- établir des règles claires et bien préciser les conséquences; surveiller le va-et-vient des adolescents;
- encourager l'indépendance en ajustant les limites et les heures à partir desquelles il est interdit de sortir au fur et à mesure que les adolescents grandissent.

Les communautés peuvent :

- soutenir le programme Surveillance de quartier ou Surveillance des zones rurales;
- encourager les voisins à prendre la responsabilité de surveiller le comportement des jeunes dans les quartiers résidentiels et commerciaux;
- encourager les écoles à adopter des règles et des limites cohérentes;
- demander aux professionnels et aux fournisseurs de soins de travailler directement avec les adolescents pour mieux connaître les questions de tutelle et de garde.

JE PEUX ME DÉBROUILLER

Je peux me débrouiller.

Je suis maître de mon destin.

Je peux trouver des solutions à mes problèmes.

Je ne suis pas seul.

Les gens s'occupent de moi.

Je laisse ma marque dans le monde!

La **résilience**, c'est la capacité de se mettre au-dessus des circonstances difficiles de la vie. Il y a plusieurs choses que les adolescents peuvent faire pour traiter les difficultés qu'ils rencontrent dans la vie.

Avoir une attitude positive

Les gens pleins d'espoir sont des gens qui veulent relever de nouveaux défis. Ils continuent d'aller de l'avant parce qu'ils s'attendent à ce que de bonnes choses se produisent. Il y a quatre façons importantes de penser qui influent sur une attitude positive.

- Si les choses ne se passent pas comme vous le voulez, ce n'est pas si pire.
- Vous pouvez contrôler la plupart des circonstances de la vie qui peuvent vous rendre malheureux.
- Vous pouvez compter sur vous-même.
- Le passé ne vous définit pas, mais vos attitudes, vos actions et vos valeurs le font.

Fixez des objectifs pour vous-même

Le fait d'élaborer des plans et de les concrétiser peut vous aider à obtenir ce dont vous avez besoin. Le fait d'établir des objectifs et de prendre des mesures pour les réaliser peut vous aider à devenir ce que vous voulez. Le pragmatisme présente cinq avantages :

- Vous devenez autonome. Vous ne laissez personne d'autre décider de votre vie pour vous.
- Vous éprouvez de la fierté. Vous ne vous contentez pas de suivre les ordres ou de faire ce qu'on attend de vous.
- Vous faites bouger les choses. Vous n'attendez pas en espérant qu'elles se produisent.
- Vous gérez votre temps plus efficacement. La volonté de faire davantage vous donne plus de liberté d'explorer d'autres choses que vous voulez faire.
- Les gens qui se fixent des objectifs ne s'ennuient pas et ne sont pas ennuyeux.

JE PEUX ME DÉBROUILLER (suite)

Élaborer de bonnes techniques décisionnelles

Apprenez à prendre délibérément des décisions réfléchies. L'une des meilleures et plus simples façons de le faire, c'est de dresser des listes des bonnes et des mauvaises choses. Songez à une décision que vous devez prendre, puis faites-en ressortir autant de choses à faire (les bonnes choses) et à ne pas faire (les mauvaises choses) que vous le pouvez. Si la liste des bonnes choses est plus longue ou plus forte, faites-le. Si c'est celle des mauvaises choses qui l'est, ne le faites pas.

Apprendre à se contrôler

Apprenez à contrôler votre propre comportement pour vous assurer que vous faites tout ce que vous pouvez pour éviter les difficultés ou y survivre.

Posez-vous des questions comme celles-ci :

- Est-ce que je me sépare des circonstances négatives?
- Est-ce que j'ai toutes les ressources qui s'offrent à moi?
- Est-ce que je peux compter sur un mécanisme de soutien en cas de crise?
- Est-ce que je garde une attitude positive?
- Est-ce que je tire le meilleur parti de mes talents personnels?

Participer à des activités importantes de bénévolat

Les personnes qui se dévouent au bénévolat :

- ont de nombreuses occasions de reconnaître leurs talents;
- établissent des relations avec un grand nombre de personnes;
- se font connaître et respecter;
- se sentent fiers d'eux-mêmes;
- apprennent à respecter les autres;
- acquièrent de nouvelles compétences;
- acquièrent des aptitudes au commandement;
- apprennent à être patients, tolérants et compréhensifs.

Garder le sens de l'humour

- Riez de vous-même. Ne vous prenez pas trop au sérieux. Essayez d'adopter un point de vue plus positif en regardant le bon côté des choses.

GARDER SA LUCIDITÉ

Voici quelques conseils pour garder votre lucidité quand les choses semblent vous échapper :

- **délivrez-vous de tout stress indu**
- **mettez fin à toute relation malsaine**
- **réduisez le bruit qui vous entoure** – tant le bruit extérieur que les effets psychologiques du bruit intérieur
- **évitez l'angoisse de la dernière minute** en établissant un calendrier pour les devoirs, les études et les séances de pratique
- **utilisez un agenda et tenez-vous en à vos plans** – et récompensez-vous de temps en temps quand vous le faites!
- **recourez à l'automotivation positive**
- **faites preuve de souplesse** et rappelez-vous que la vraie vie connaît des interruptions imprévues qui vous obligeront à modifier vos plans
- **prenez des congés réguliers** de votre travail scolaire
- **mangez régulièrement et bien**
- **dormez suffisamment**

LETTRE D'AUTORISATION DES PARENTS OU DES TUTEURS IMPRIMÉE SUR PAPIER À EN-TÊTE DE L'ÉCOLE

Madame, Monsieur,

Comme vous le savez peut-être, un cours d'éducation sexuelle fait partie du programme de santé de votre enfant à l'école.

Voici les objectifs d'apprentissage du programme d'études de la 7^e année :

- décrire le processus de reproduction humaine et reconnaître les mauvaises interprétations du développement sexuel;
- déterminer les effets des influences sociales sur la sexualité;
- analyser les influences sur la prise de décisions personnelles pour établir un comportement sexuel responsable;
- démontrer sa compréhension quant au fait que l'abstinence et le report de l'activité sexuelle constituent des décisions responsables pour les adolescents.

Nous espérons que cela renforce vos efforts. Je vais encourager les élèves à discuter de ce qu'ils apprennent avec vous. Si vous avez besoin de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec l'école. Votre intérêt et votre soutien sont très importants.

Veuillez remplir le coupon ci-dessous et le renvoyer à l'école d'ici le _____.

(Un autre cours sera offert aux élèves qui seront dispensés.)

(Signature de l'enseignant ou du directeur)

Découpez et renvoyez le coupon ci-dessous.

Veuillez cocher une case :

J'autorise _____

Je n'autorise pas _____

mon enfant _____ à participer au cours d'éducation sexuelle de la 7^e année.

Je demande que d'autres dispositions soient prises.

(Signature du parent/tuteur)

PERMISSION LETTER FOR PARENTS/GUARDIANS
PRINTED ON SCHOOL LETTERHEAD

Dear Parent(s) / Guardian(s):

As you may be aware a sexuality unit is one component of your child's health program at our school.

The following learning outcomes will be addressed in the grade 7 curriculum:

- describe the human reproductive process, and recognize misunderstandings associated with sexual development
- identify the effects of social influences on sexuality
- analyze the influences on personal decision-making for responsible sexual behavior
- demonstrate an understanding that abstinence and postponement of sexual activity are responsible decisions for adolescents.

We hope you find this supports your efforts. I will encourage students to discuss what they are learning with you. Please contact the school if you would like further information. Your interest and support are greatly appreciated.

Please complete the form below and return it to the school by _____ .

(An alternative learning experience will be provided for those students who have been exempted.)

(Signature of Teacher/Principal)

Detach and return the form below.

Please check one box:

I give permission _____

I do not give permission _____

for _____ to participate in classes that address grade 7 sexual outcomes. I request that alternative arrangements be made.

(Signature of Parent/ Guardian)

TABLE SÉQUENTIELLE DES OBJECTIFS ÉDUCATIFS EN MATIÈRE DE SANTÉ SEXUELLE (information pour les enseignantes et enseignants)

6 ^e année	7 ^e année
<ul style="list-style-type: none"> • Définition de la sexualité • Puberté • Appareil reproducteur de la femme <ul style="list-style-type: none"> - utérus - vagin - ovaires - trompes de Fallope - ovules • Appareil reproducteur de l'homme <ul style="list-style-type: none"> - testicules - scrotum - urètre - pénis - sperme • Introduction à ce qui suit : <ul style="list-style-type: none"> - la menstruation - la production du sperme - la fécondation - la conception - la grossesse - le développement du fœtus 	<ul style="list-style-type: none"> • Examiner le sens de la sexualité • Examiner la puberté <ul style="list-style-type: none"> - développement physique et affectif • Examiner et élargir <ul style="list-style-type: none"> Appareil reproducteur de la femme <ul style="list-style-type: none"> - utérus - vagin - ovaires - trompes de Fallope - ovules - col de l'utérus - lèvres - clitoris - hymen - vulve • Examiner et élargir <ul style="list-style-type: none"> Appareil reproducteur de l'homme <ul style="list-style-type: none"> - testicules - scrotum - urètre - pénis - sperme - épididyme - glandes - prépuce - canal déférent - vésicule séminale - prostate - glande de Cowper - sperme - érection - éjaculation • Examiner et élargir <ul style="list-style-type: none"> - Menstruation - Production de sperme - Fécondation - Conception - Implantation - Grossesse - Étapes du développement du fœtus - Génétique - détermination du sexe - Vrais et faux jumeaux - Rôles associés à chaque sexe - Prise décision pour un comportement sexuel responsable (mettre l'accent sur l'abstinence)

TABLE SÉQUENTIELLE DES OBJECTIFS ÉDUCATIFS EN MATIÈRE DE SANTÉ SEXUELLE (information pour les enseignantes et enseignants) - suite

8 ^e année	9 ^e année
<ul style="list-style-type: none"> • Examiner le sens de la sexualité • Examiner la puberté <ul style="list-style-type: none"> - Développement physique - Développement affectif - Développement sexuel - Développement social • Examiner l'appareil reproducteur de la femme <ul style="list-style-type: none"> - utérus - col de l'utérus - hymen - vagin - lèvres - vulve - ovaires - clitoris - ovules - trompes de Fallope • Examiner l'appareil reproducteur de l'homme <ul style="list-style-type: none"> - testicules - canal déférent - sperme - scrotum - vésicule séminale - érection - urètre - prostate - prépuce - pénis - glande de Cowper - glandes - sperme - épидидyme - érection - éjaculation • Examiner <ul style="list-style-type: none"> - Menstruation - Production de sperme - Fécondation - Conception - Implantation - Grossesse - Étapes du développement du foetus - Génétique - détermination du sexe - Vrais et faux jumeaux - Vrais jumeaux - Rôles associés à chaque sexe - Prise de décision pour un comportement sexuel responsable (mettre l'accent sur l'abstinence) - Violence physique, émotionnelle et sexuelle et négligence - Orientation sexuelle - Responsabilités et conséquences du fait d'être sexuellement actif ou active - ITS (8) - Contraceptifs typiques (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Examiner le sens de la sexualité • Examiner la puberté <ul style="list-style-type: none"> - Développement physique - Développement affectif - Développement sexuel - Développement social • Examiner l'appareil reproducteur de la femme <ul style="list-style-type: none"> - utérus - col de l'utérus - hymen - vagin - lèvres - vulve - ovaires - clitoris - ovules - trompes de Fallope • Examiner l'appareil reproducteur de l'homme <ul style="list-style-type: none"> - testicules - canal déférent - sperme - scrotum - vésicule séminale - érection - urètre - prostate - prépuce - pénis - glande de Cowper - glandes - sperme - épидидyme - érection - éjaculation • Agression sexuelle <ul style="list-style-type: none"> - Quatre genres typiques - Conséquences • Pratiques sexuelles plus sûres <ul style="list-style-type: none"> - Abstinence - Condoms (démonstration des condoms par une infirmière hygiéniste) - Contraception (examiner la méthode dès la 8^e année) - Activité sexuelle à faible risque • Grossesse et rôle parental <ul style="list-style-type: none"> - Processus de la grossesse et de l'accouchement - Mythes et réalités de la grossesse - Risque et impact de la grossesse - Options pour les femmes enceintes • ITS et VIH <ul style="list-style-type: none"> - Examiner les ITS et le VIH (8^e année) - Stratégies pour prévenir ou diminuer les risques d'ITS et de VIH <p>* Le caractère gras indique que c'est du nouveau pour ce niveau.</p>

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les façons les plus efficaces pour enseigner la sexualité à vos élèves :

Jeu de rôles

- Donne aux élèves une occasion d'assumer les rôles d'autrui, donc de tenir compte du point de vue de l'autre.
- Permet d'explorer des solutions de façon sûre et d'acquérir des connaissances en matière de santé sexuelle.
- Tend à inciter les élèves à apprendre.
- Favorise et développe la pensée critique et créative, les attitudes, les valeurs ainsi que les aptitudes interpersonnelles et sociales.

Boîte aux questions

- L'anonymat permet aux élèves de poser des questions relatives à la sexualité sans risque de gêne.
- L'intervalle entre les leçons permet aux enseignants de préparer une réponse pour éviter d'être pris au dépourvu.
- Le fait de tirer parti des « moments propices à l'enseignement » est efficace et peut enrichir la matière étudiée en classe.

Formation en petits groupes

- Donne l'occasion de réfléchir à une idée et d'échanger d'autres idées et points de vue.
- Renforce l'assurance des élèves.
- Améliore le développement social et personnel.

Discussions en classe

- Aide à établir un bon climat dans la salle de classe.
- Amène les élèves à s'intéresser à la santé sexuelle.
- Rend l'attitude des élèves plus positive envers eux-mêmes et le milieu d'apprentissage.

Expérience multimédia

- Attire l'attention du groupe.
- Stimule les discussions.
- Illustre des concepts complexes et abstraits.

CONSEILS PÉDAGOGIQUES

- Inviter les membres compétents de la communauté (p. ex., une infirmière hygiéniste) pour approfondir l'enseignement (avec l'approbation de l'administration).
- Être disposé à rechercher des renseignements pour aborder des sujets ou répondre aux questions que les élèves posent. Rester toujours dans les limites du programme d'études établi.
- Savoir où et quand envoyer les élèves chercher de l'aide.
- Établir les règles de base dès la première leçon et les faire respecter régulièrement pour créer un climat de confiance et de respect en classe.
- Renforcer les valeurs universelles, notamment l'honnêteté et le respect des droits et des sentiments d'autrui tout au long du cours.
- Présenter l'information d'une façon impartiale et sans s'ériger en juge et tâcher d'aider les élèves à acquérir les connaissances, les aptitudes et les attitudes qui leur permettront de prendre des décisions favorables à la santé.
- Parler des sujets et répondre aux questions grâce à des exposés factuels plutôt qu'à des énoncés de valeurs.

Énoncés de valeurs:

Ce n'est pas normal d'être homosexuel.
Trop de jeunes ont des rapports sexuels

Exposés factuels:

Certaines personnes sont homosexuelles.
Certains jeunes ont des rapports sexuels.

- Rappeler aux élèves que les questions fondées sur les valeurs sont personnelles de même qu'elles sont influencées par nos familles, nos amis, notre école, les médias, notre culture et notre religion et les encourager à discuter de ce genre de questions avec leurs parents ou leurs tuteurs.
- Employer les termes et les définitions exacts (pas d'argot) en parlant de la santé en matière de sexualité.
- Employer des termes non sexistes comme « partenaire » au lieu de « petit ami ».
- Recourir à des activités « brise-glace » et à l'humour pour aider les élèves à se sentir plus à l'aise.
- Encourager les élèves à poser des questions et à employer la stratégie de la boîte aux questions.

FAITS CONCERNANT LES RELATIONS SEXUELLES AU CANADA

(recueillis en 2006)

Expérience sexuelle

- l'âge moyen des canadiens de sexe masculin et féminin qui ont eu des rapports sexuels pour la première fois est de 16,5 ans.
- 28 % des adolescents âgés de 15 à 17 déclarent avoir eu des rapports sexuels au moins une fois. À l'âge de 20 à 24, ce pourcentage atteint 80 %.
- dans un rapport de 2005, 41 % des garçons âgés de 15 à 17 ans et 39 % de ceux qui étaient âgés de 18 à 19 ans ont déclaré avoir eu plus d'un partenaire sexuel au cours de l'année précédente.
- quant aux filles, le rapport indiquait que 29 % de celles qui étaient âgées de 15 à 17 ans et 31 % de celles qui étaient âgées de 18 à 19 ans avaient déclaré avoir eu un partenaire sexuel au cours de l'année précédente.

Éducation sexuelle

- les jeunes se tournent vers les parents et les tuteurs comme source principale d'information sur la santé sexuelle.
- une enquête chez les élèves de 9^e année au Canada a révélé que l'école était le plus souvent citée comme source principale d'information sur la sexualité humaine, la puberté, la contraception et le VIH ou le sida.
- plus de 85 % des parents conviennent que l'éducation en matière de santé sexuelle doit être offerte dans les écoles, à l'instar de 92 % des jeunes du secondaire.

Contraception

- les contraceptifs oraux (c.-à-d., la pilule) constituent la méthode de conception la plus courante chez les Canadiennes qui ont eu des rapports sexuels (32%), suivis du condom (21 %).
- 39 % des élèves de sexe féminin de 9^e année et 54 % des élèves de 11^e année ont pris la pilule la dernière fois qu'ils ont eu des rapports sexuels.
- le pourcentage des élèves de sexe masculin et féminin qui ont déclaré avoir porté un condom la dernière fois qu'ils ont eu des rapports sexuels a diminué de la 9^e à la 11^e année.

Grossesse chez les adolescentes

- chez les canadiennes de 15 à 19 ans, le taux de grossesse a diminué de 41,7 sur 1 000 en 1998 à 40,2 en 1999 et 38,2 en 2000.
- le nombre d'adolescentes qui ont donné naissance à un nouveau-né vivant a également diminué de 16,8 sur 1000 en 1997 à 12,1 en 2003.
- bien que ce ne soit pas scientifiquement concluant, l'utilisation de la pilule contraceptive par les filles correspondait à la baisse des taux de grossesse chez les adolescentes.

FAITS CONCERNANT LES RELATIONS SEXUELLES AU CANADA (suite)

Relations sexuelles plus prudentes

- Des adultes sexuellement actifs de 20 à 24 ans, 44 % ont déclaré avoir eu des rapports sexuels sans condom, comparativement à 33 % de ceux qui avaient 18 à 19 ans et 22 % de ceux qui avaient 15 à 17 ans.
- 29 % des partenaires de sexe masculin de 15 à 19 ans et 44 % de ceux qui ont 20 à 24 ans ne portent pas de condom.
- Des partenaires de sexe féminin, 51 % de celles qui ont 15 à 19 ans et 53 % de celles qui ont 20 à 24 ans n'exigent pas de condom.
- Des jeunes qui ont déclaré en 2003 avoir eu des rapports sexuels avec plusieurs partenaires au cours de l'année précédente, environ 3 sur 10 n'avaient pas porté de condom la dernière fois qu'ils avaient eu des rapports sexuels.

Infections transmises sexuellement (ITS)

- L'expression « infection transmise sexuellement (ITS) » est désormais utilisée plus souvent que « maladie transmise sexuellement (MTS) » pour inclure les infections asymptomatiques.
- En 2003, 854 817 personnes âgées de 15 à 49 ans, qui ont eu des rapports sexuels, ont déclaré qu'on avait diagnostiqué chez elles une infection transmise sexuellement.
- Il y a plus de 25 catégories d'ITS.
- Les ITS peuvent provoquer les verrues vénériennes, les boursouflures, l'infertilité, l'avortement spontané, le cancer et le décès.
- Bien que de nombreuses ITS soient guérissables, plusieurs ne le sont pas, notamment l'hépatite B, l'herpès génital, le virus du papillome humain (VPH) et le virus de l'immunodéficience humaine (VIH).

Virus du papillome humaine (VPH)

- Le VPH est l'infection transmise sexuellement la plus courante dans le monde.
- Plus de 80 types de VPH ont été identifiés de façon fiable, mais les chercheurs estiment qu'il y en a probablement plus de 200.
- On estime que 75 % des Canadiens auront au moins une infection au VPH durant leur vie.
- On le désigne souvent comme étant « discret », car la plupart des cas d'infection sont asymptomatiques.
- Le VPH se transmet lors de relations vaginales, orales ou anales ou lors de contacts intimes avec la peau d'une personne infectée.
- Il peut causer des verrues cutanées, des verrues génitales, des lésions précancéreuses et certains types de cancer.

Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)

- De 1985 à 2005, on a signalé en tout 60 160 résultats positifs pour le VIH à l'Agence de la santé publique du Canada.
- Au Canada, en 2005, environ 30 % des personnes infectées par le VIH ignoraient qu'ils l'étaient.
- La période moyenne qui s'écoule entre l'infection au VIH et le développement du SIDA est de 10 ans.

FAITS CONCERNANT LES RELATIONS SEXUELLES AU CANADA (suite)

Chlamydia

- La chlamydia est l'ITS la plus souvent signalée au Canada.
- Près de 63 000 cas de chlamydia ont été déclarés en 2004, soit le nombre le plus élevé depuis que la chlamydia est devenue une maladie à déclaration obligatoire en 1990.
- 40 à 70 % des cas de chlamydia ne présentent aucun symptôme. Les gens peuvent porter la maladie pendant plusieurs années sans le savoir.
- De 1997 à 2004, les taux chez les hommes ont augmenté de 58,7 à 129,5 cas par 100 000 habitants, soit plus du double, tandis que chez les femmes, ils ont augmenté de 57 %, passant de 167,8 à 263,2 par 100 000 habitants.
- Les femmes constituent plus de deux tiers de tous les cas déclarés. Plus de deux tiers des cas déclarés se trouvent dans le groupe d'âge des 15 à 24 ans.
- Les personnes qui utilisent des condoms régulièrement (taux de conformité de 100 %) connaissent des taux d'infection considérablement moins élevés que ceux des personnes qui les utilisent de façon irrégulière (taux de conformité de 25 à 27 %).
- De graves conséquences à long terme sur la santé sont attribuées à la chlamydia, notamment l'infertilité, les douleurs pelviennes chroniques et les grossesses ectopiques, qui peuvent mettre la vie du malade en danger.

Gonorrhée

- La gonorrhée arrive au deuxième rang des ITS les plus souvent déclarées au Canada.
- La plupart des hommes et des femmes ne manifestent aucun symptôme.
- Le taux de déclaration a pratiquement doublé de 14,9 par 100 000 en 1997 à 28,9 par 100 000 habitants en 2004.
- Contrairement à la chlamydia, les hommes constituent plus de 60 % des cas déclarés.

Syphilis

- La syphilis touche 3,5 par 100 000 habitants au Canada, un taux presque neuf fois plus élevé que celui de 1997 (0,4 par 100 000).
- Elle augmente chez les hommes et les femmes, mais bien plus chez les hommes. Les taux de 2004 concernant les hommes étaient quinze fois plus élevés que ceux de 1997 (6,3 c. 0,4 par 100,000 habitants).
- Les hommes de plus de 30 ans semblent être l'élément moteur : 82 % des cas masculins et 72 % de l'ensemble des cas visent des hommes âgés de 30 à 59 ans).

Source : www.masexualite.ca et la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada

ÉTABLIR DES RÈGLES DE BASE

VOCABULAIRE APPROPRIÉ

Employer les bons termes.

CONFORT ET SÉCURITÉ

Il est normal se sentir mal à l'aise.

Il est normal de laisser tomber.

Il est normal de poser une question de façon anonyme en utilisant la boîte aux questions.

Nous avons droit à nos propres convictions et opinions.

Nous sommes responsables de notre propre apprentissage.

RESPECTER LES AUTRES

Tout le monde a le droit de participer.

Levez la main avant de parler.

Écoutez les autres quand ils parlent.

Ne les interrompez pas.

Nous devons être sensibles à la diversité et faire attention à ne pas faire de remarques désobligeantes.

Nous pouvons être en désaccord avec un autre point de vue ou comportement sans nous ériger en juges.

VIE PRIVÉE ET CONFIDENTIALITÉ

Nous devons être aussi ouverts et honnêtes que possible, mais nous ne devons pas discuter de questions personnelles.

Ce que nous échangeons dans ce groupe doit rester confidentiel.

CLIMAT DANS LA CLASSE

Voici une liste de règles que vous pourriez proposer à vos élèves. On peut les modifier, en discuter ou les approfondir. Les règles facilitent l'établissement d'un climat de confiance au fur et à mesure qu'ils découvrent ce qu'on attend d'eux et de leurs camarades.

1. Soyez sensibles aux sentiments et aux paroles des autres. Tout le monde a droit à son opinion.
2. Respectez les sentiments, les valeurs et les opinions des autres.
3. Vous avez le droit de passer votre tour et de ne pas répondre à une question. Nous ne discuterons pas de comportements personnels en classe.
4. Essayez d'employer les termes exacts. Si vous ne connaissez pas le terme exact, employez l'expression que vous connaissez et je (l'enseignant) vous ferai connaître le terme approprié.
5. Ne rendez pas les questions ou les situations personnelles. Par exemple, vous devriez dire « on m'a dit... » au lieu de « ma tante m'a dit... ».
6. On ne doit pas faire circuler les commentaires que fait un élève en classe dans toute l'école sauf si l'élève en question demande expressément qu'on le fasse. Il est important d'être discret.
7. On doit répondre aux questions de la boîte aux questions, sinon on doit donner des explications quand on ne répond pas à certaines questions.
8. Ce serait intéressant pour vous de discuter des points soulevés en classe avec vos parents. Assurez-vous de les rapporter avec précision.
9. Parlez pour vous-même. Dites « je » quand vous faites part de vos sentiments et de vos opinions.

LA SEXUALITÉ C'EST...

- la façon de se sentir fille ou garçon
- la façon de se voir
- la façon de voir son corps
- la façon de s'entendre avec les autres
- le besoin d'affection et de rapprochement
- la capacité de distinguer le bon et le mal
- la façon dont on exprime l'amour et l'affection
- les sentiments et les décisions concernant le comportement sexuel
- l'expression globale du caractère féminin ou masculin d'une personne par des :
 - sentiments
 - convictions
 - attitudes
 - valeurs
 - comportements

La sexualité s'exprime par . . .

- l'altruisme
- l'apparence personnelle (l'habillement)
- les rôles (la famille)
- les actes sexuels

ACTIVITÉ « BRISE-GLACE »

Pour faire rire un peu le groupe et le détendre, demandez aux participants d'écouter les énoncés ci-dessous et de faire ce que vous dites. Lisez-les assez rapidement pour que les participants s'assoient et se lèvent en même temps. Changez ou ajoutez des énoncés pour adapter l'exercice à votre groupe.

- Levez-vous si vous aimez la pizza.
- Assoyez-vous si vous avez écouté la télévision hier soir.
- Levez-vous si vous jouez au hockey.
- Levez-vous si vous n'aimez pas le brocoli.
- Assoyez-vous si vous portez du bleu aujourd'hui.
- Assoyez-vous si votre couleur préférée est le vert.
- Assoyez-vous si vous avez vu un film au cinéma durant la dernière semaine.
- Levez-vous si vous aimez les frites et les hamburgers.
- Assoyez-vous si vous aimez écouter la musique.
- Levez-vous si vous trouvez qu'il est gênant de parler de sexe.

(Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive)

C'EST MOI!

Il n'y a qu'un seul MOI. Je suis unique. Deux facettes importantes me composent. Il y a le MOI intérieur et le MOI extérieur.

Le MOI extérieur correspond à ce que le monde peut voir de MOI : la manière dont j'agis, l'image que je véhicule, ce à quoi je ressemble, les choses que je fais.

Le MOI extérieur est très important. Il est mon messager et c'est plutôt le MOI extérieur qui, en grande partie, se charge de communiquer avec le monde. J'accorde de la valeur à ce que je fais, à mon apparence et à ce que je partage avec le monde.

Le MOI intérieur connaît tous mes sentiments, mes secrets intimes ainsi que mes nombreux rêves et espoirs. Je laisse parfois le monde entrevoir le MOI intérieur et d'autres fois je garde cette partie enfouie au plus profond de MOI.

Bien qu'il existe beaucoup de gens sur cette Terre, personne ne me ressemble exactement. Je suis entièrement responsable de MOI et plus j'apprends à me connaître, plus grande est la responsabilité que je suis capable d'assumer.

Mon MOI est ma responsabilité. Plus j'apprends à me connaître, plus je constate que je suis une personne digne d'être aimée.

Parfois, il se passe des choses qui échappent à mon contrôle. Je n'en reste pas moins formidable, pas moins spécial et mon potentiel n'en reste pas moins grand.

Ma vie est remplie de bonnes choses car je suis une bonne personne. J'ai accompli des choses dans ma vie parce que je suis une personne compétente. Je connais des personnes spéciales parce que je mérite à mon tour d'être connu. Je suis fier des nombreuses choses que j'ai accomplies dans ma vie.

J'ai aussi fait des erreurs au cours de ma vie. Je peux toutefois apprendre de celles-ci. J'ai également connu des personnes qui ne m'ont pas apprécié. Elles ont tout simplement raté l'occasion de connaître quelqu'un de formidable.

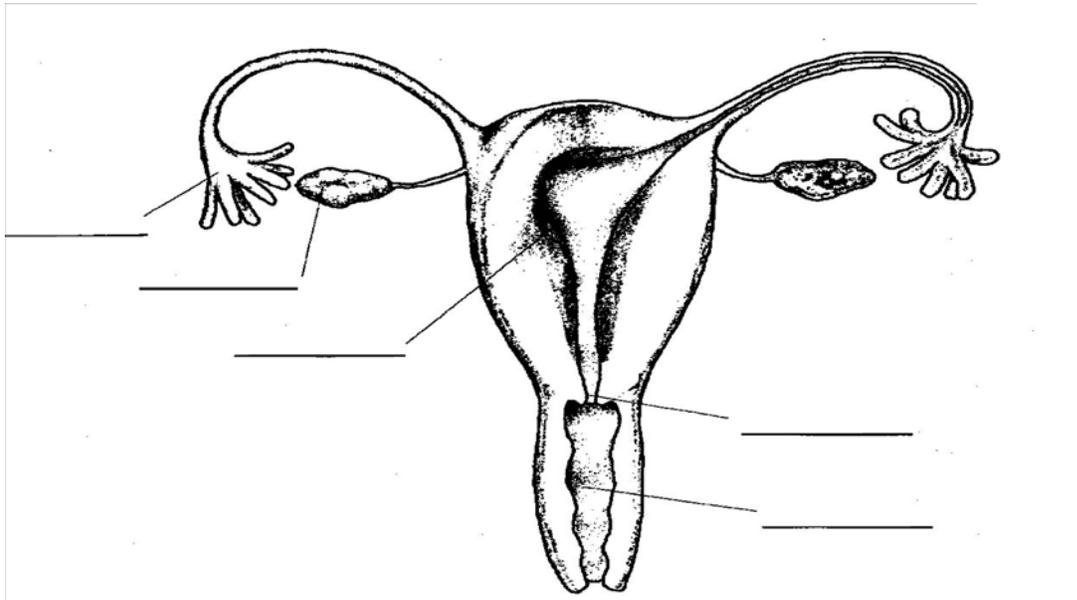
J'ai également perdu beaucoup de temps. Mais il n'est pas trop tard pour faire de nouveaux choix. Si j'éprouve des sentiments, si je peux réfléchir, m'enrichir et me tourner vers le droit chemin, les possibilités sont alors infinies.

Je prendrai des risques et saurai saisir les occasions qui se présentent et je ferai tout pour m'enrichir, grandir, aimer et célébrer la vie. **J'EN VAUX LA PEINE!**

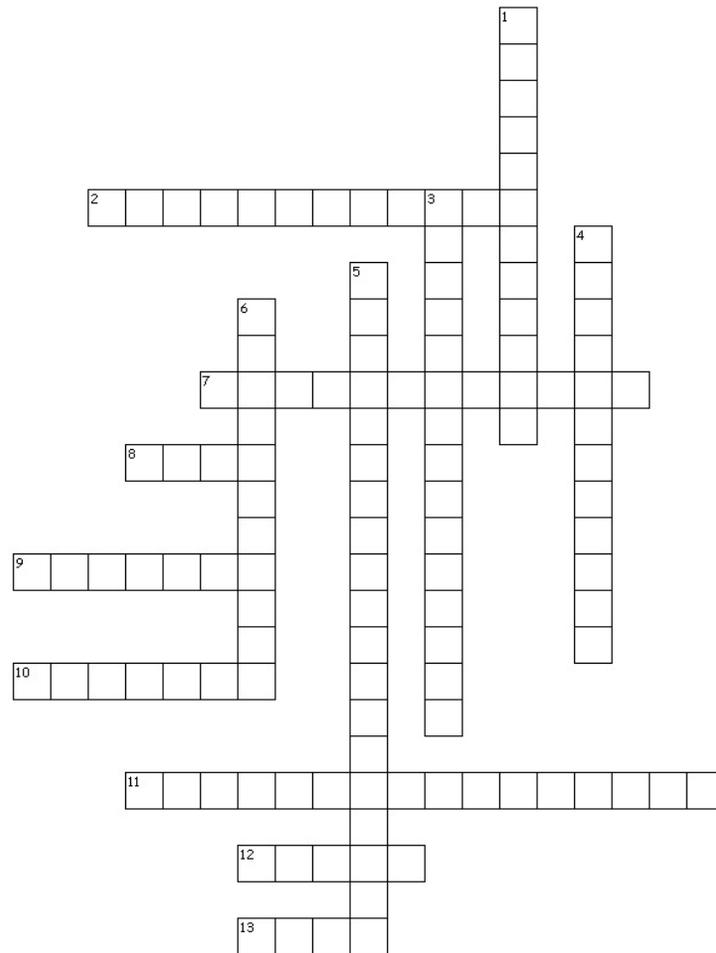
(Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive)

LA PUBERTÉ CHEZ LES FILLES : Changements étonnants à l'intérieur comme à l'extérieur des organes génitaux féminins

Veillez identifier chacun des organes génitaux féminins.



CHANGEMENTS ÉTONNANTS À L'INTÉRIEUR COMME À L'EXTÉRIEUR



Horizontal

2. Un produit qui empêche les odeurs sous les aisselles.
7. Les poils qui poussent près de nos parties génitales.
8. Une dermatose caractérisée par des boutons rouges sur la peau causés par des pores bouchés.
9. Un ensemble de changements physiques qui surviennent au fur et à mesure que notre corps et nos organes sexuels se développent.
10. Le processus de conserver le corps propre.
11. Une glande tubulaire qui secrète de la sueur.
12. Les glandes mammaires féminines.
13. Un petit orifice à la surface de la peau par lequel s'évacue le sébum.

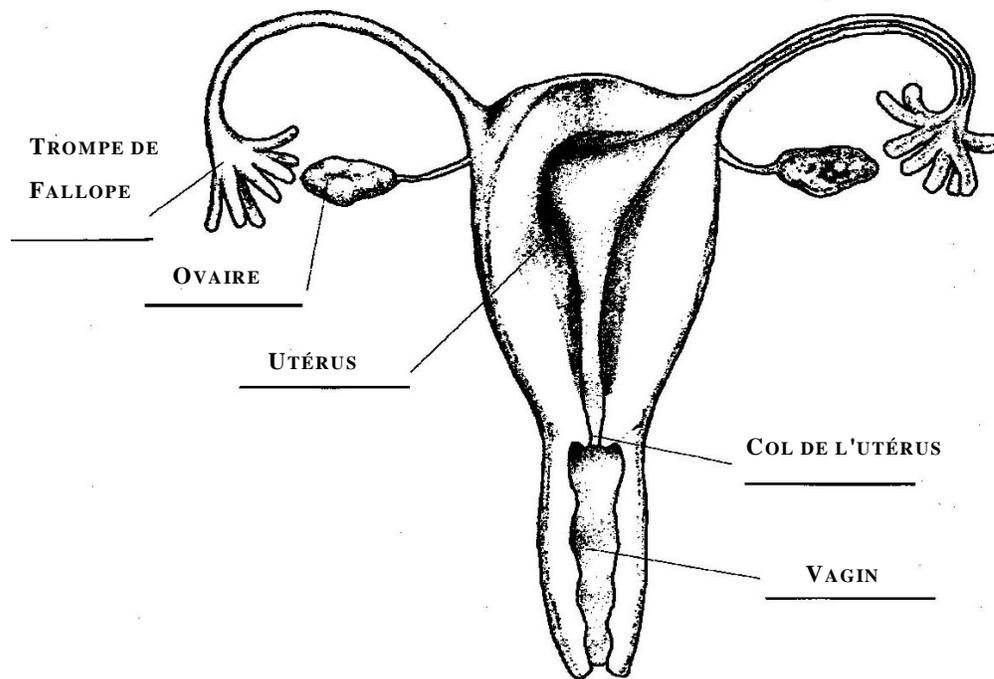
Vertical

1. Un médecin qui se spécialise dans les soins de la peau.
3. Un produit qui empêche la transpiration sous les aisselles.
4. Un sous-vêtement utilisé pour soutenir les seins des femmes.
5. La croissance rapide des dimensions et des formes corporelles.
6. La période de la vie où nous passons de l'enfance à l'âge adulte.

QUESTIONS DE DISCUSSION

1. Quels changements anticipez-vous durant vos années d'adolescence?
2. Quelles questions ou préoccupations avez-vous à cet égard?
3. Quels changements psychologiques anticipez-vous chez vos amis ou les membres de votre famille?
4. Quelles questions ou préoccupations avez-vous à cet égard?
5. À qui pouvez-vous vous adresser lorsque vous avez des questions sur ces changements physiques ou émotionnels?
6. Quels sont les aspects de la maturité et du vieillissement que vous attendez avec le plus d'impatience?
7. Quelles sont vos plus grandes préoccupations ou inquiétudes en ce qui concerne vos années d'adolescence?
8. Quels sont les renseignements que vous connaissez déjà? D'où les teniez-vous? De vos parents, de vos amis ou des médias? Avez-vous déjà reçu des renseignements faux à propos de la puberté?
9. À votre avis, pourquoi les filles deviennent souvent plus conscientes d'elles-mêmes lorsqu'elles grandissent et pourquoi ont-elles moins confiance en elles? Comment pouvez-vous éviter ces pièges menant à la maturité?
10. Comment sont représentées les femmes dans les médias? Quels sont les modèles négatifs et positifs courants que vous voyez à la télévision et dans les magazines?
11. Quels sont les aspects de votre personnalité que vous admirez? Comment conserver les aspects intéressants, amusants et vigoureux de votre personnalité alors que tant de changements ont lieu?
12. Quels comportements négatifs courants sont adoptés par certains adolescents? Comment peuvent-ils nuire à leurs études, à leurs carrières futures et à leurs relations avec les autres?
13. Comment pouvez-vous éviter des comportements dont les conséquences sont dangereuses ou négatives? Comment les adolescents peuvent-ils s'amuser de façon inoffensive et saine?
14. À votre avis, comment un régime alimentaire peut-il agir sur un corps en croissance? Quels sont les dangers de la suralimentation ou de la sous-alimentation? Quels aliments n'ont pas de valeur nutritive? Quels aliments contribuent à mieux vous épanouir sur le plan mental et physique?

ORGANES GÉNITAUX FÉMININS



MOTS CROISÉS – CORRIGÉ

Horizontal

2. Un produit qui empêche les odeurs sous les aisselles. – **DÉSODORISANT**
7. Les poils qui poussent près de nos parties génitales. – **POILS DU PUBIS**
8. Une dermatose caractérisée par des boutons rouges sur la peau causés par des pores bouchés. – **ACNÉ**
9. Un ensemble de changements physiques qui surviennent au fur et à mesure que notre corps et nos organes sexuels se développent. – **PUBERTÉ**
10. Le processus de conserver le corps propre. – **HYGIÈNE**
11. Une glande tubulaire qui secrète de la sueur. – **GLANDE SUDORIPARE**
12. Les glandes mammaires féminines. – **SEINS**
13. Un petit orifice à la surface de la peau par lequel s'évacue le sébum. – **PORE**

Vertical

1. Un médecin qui se spécialise dans les soins de la peau. – **DERMATOLOGUE**
3. Un produit qui empêche la transpiration sous les aisselles. – **ANTISUDORIFIQUE**
4. Un sous-vêtement utilisé pour soutenir les seins des femmes. – **SOUTIEN-GORGE**
5. La croissance rapide des dimensions et des formes corporelles. – **POUSSÉE DE CROISSANCE**
6. La période de la vie où nous passons de l'enfance à l'âge adulte. – **ADOLESCENCE**

CHANGEMENTS ÉTONNANTS À L'INTÉRIEUR COMME À L'EXTÉRIEUR

Développement sexuel humain

Dès la puberté, notre _____ à l'intérieur de notre cerveau commence à envoyer de petits messagers, appelés _____, dans tout notre corps. Les femmes possèdent deux petits organes en forme d'amande appelés _____, qui contiennent des milliers de petits _____. Ces glandes commencent à fabriquer de l'_____, qui est l'hormone responsable de bien des changements dans le corps de la femme pendant la puberté, y compris la _____, la _____ et la _____. De plus, à l'intérieur de l'un des ovaires, un _____ commencera à mûrir. Lorsqu'il atteindra la surface de l'ovaire, il franchira la surface et voyagera dans l'une des trompes de _____. Par la suite, il atteindra un organe, dont la forme ressemble à une poire renversée, appelé l'_____, qui sera ensuite tapissé de _____ et de _____, lesquels serviront à protéger l'ovule s'il est fécondé. Si l'ovule est fécondé, une femme devient _____.

Comment la fécondation se produit-elle? Un adolescent mâle a deux organes génitaux, appelés _____, qui produisent une hormone mâle appelée _____. Ces organes produisent également des _____, qui sont de minuscules cellules masculines qui se joignent à l'ovule pour provoquer la fécondation.

Comment les spermatozoïdes se rendent-ils à l'ovule? Un autre organe sexuel, appelé le _____, deviendra rigide ou en _____, lorsqu'il y aura afflux sanguin, ce qui permettra aux cellules mâles de circuler dans un canal appelé l'_____, où elles peuvent par la suite se déplacer pour aller rejoindre l'ovule féminin.

Qu'arrive-t-il si un ovule n'est pas fécondé? Un autre processus survient, appelé _____, ou « avoir ses règles ». Environ une fois par mois, si l'ovule n'est pas fécondé, la muqueuse de sang et de tissus descendra dans un petit orifice, appelé le _____, et dans le vagin. Ce liquide menstruel s'écoulera du corps pendant trois à cinq jours environ. Bon nombre de jeunes filles peuvent ressentir des crampes menstruelles, une fatigue occasionnelle, des maux de tête et même des sautes d'humeur. Ces symptômes sont appelés syndrome prémenstruel, ou _____ en raccourci. Le maintien d'un régime alimentaire sain et d'un régime d'exercices modéré peut contribuer à atténuer les effets de ce cycle de vie.

CHANGEMENTS ÉTONNANTS À L'INTÉRIEUR COMME À L'EXTÉRIEUR

Développement sexuel humain

Dès la puberté, notre glande pituitaire à l'intérieur de notre cerveau commence à envoyer de petits messagers, appelés hormones, dans tout notre corps. Les femmes possèdent deux petits organes en forme d'amande appelés ovaires, qui contiennent des milliers de petits ovules. Ces glandes commencent à fabriquer de l'estrogène, qui est l'hormone responsable de bien des changements dans le corps de la femme pendant la puberté, y compris la pousse de cheveux, la poussée de croissance et la poussée des seins. De plus, à l'intérieur de l'un des ovaires, un ovule commencera à mûrir. Lorsqu'il atteindra la surface de l'ovaire, il franchira la surface et voyagera dans l'une des trompes de Fallope. Par la suite, il atteindra un organe, dont la forme ressemble à une poire renversée, appelé l'utérus, qui sera ensuite tapissé de sang et de tissus, lesquels serviront à protéger l'ovule s'il est fécondé. Si l'ovule est fécondé, une femme devient enceinte.

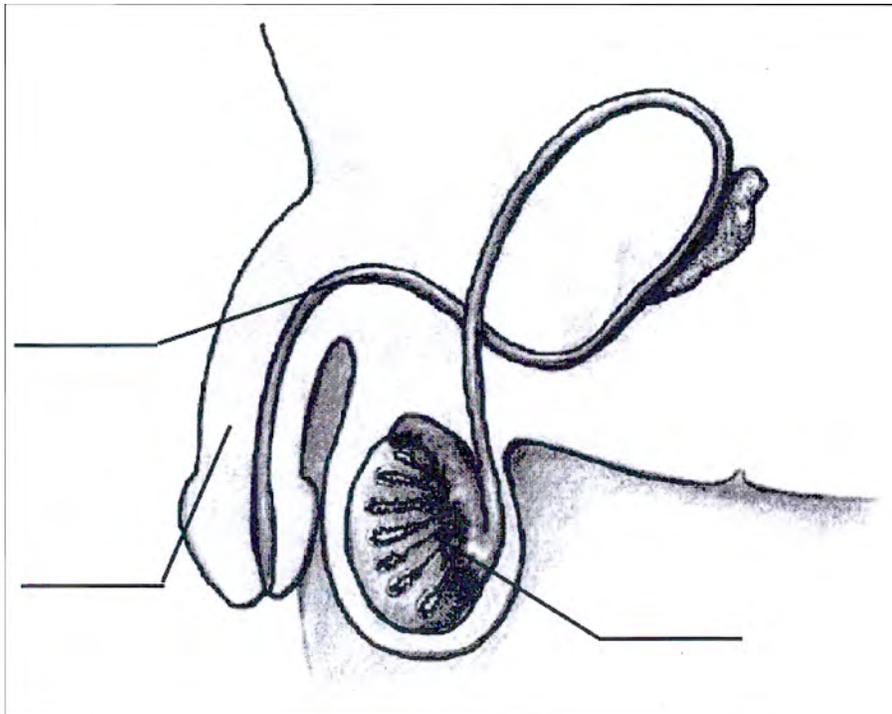
Comment la fécondation se produit-elle? Un adolescent mâle a deux organes génitaux, appelés testicules, qui produisent une hormone mâle appelée testostérone. Ces organes produisent également des spermatozoïdes, qui sont de minuscules cellules masculines qui se joignent à l'ovule pour provoquer la fécondation.

Comment les spermatozoïdes se rendent-ils à l'ovule? Un autre organe sexuel, appelé le pénis, deviendra rigide ou en érection, lorsqu'il y aura afflux sanguin, ce qui permettra aux cellules mâles de circuler dans un canal appelé l'urètre, où elles peuvent par la suite se déplacer pour aller rejoindre l'ovule féminin.

Qu'arrive-t-il si un ovule n'est pas fécondé? Un autre processus survient, appelé menstruation, ou « avoir ses règles ». Environ une fois par mois, si l'ovule n'est pas fécondé, la muqueuse de sang et de tissus descendra dans un petit orifice, appelé le col de l'utérus, et dans le vagin. Ce liquide menstruel s'écoulera du corps pendant trois à cinq jours environ. Bon nombre de jeunes filles peuvent ressentir des crampes menstruelles, une fatigue occasionnelle, des maux de tête et même des sautes d'humeur. Ces symptômes sont appelés syndrome prémenstruel, ou SPM en raccourci. Le maintien d'un régime alimentaire sain et d'un régime d'exercices modéré peut contribuer à atténuer les effets de ce cycle de vie.

LA PUBERTÉ CHEZ LES GARÇONS :
Changements étonnants à l'intérieur comme à l'extérieur des
organes génitaux masculins

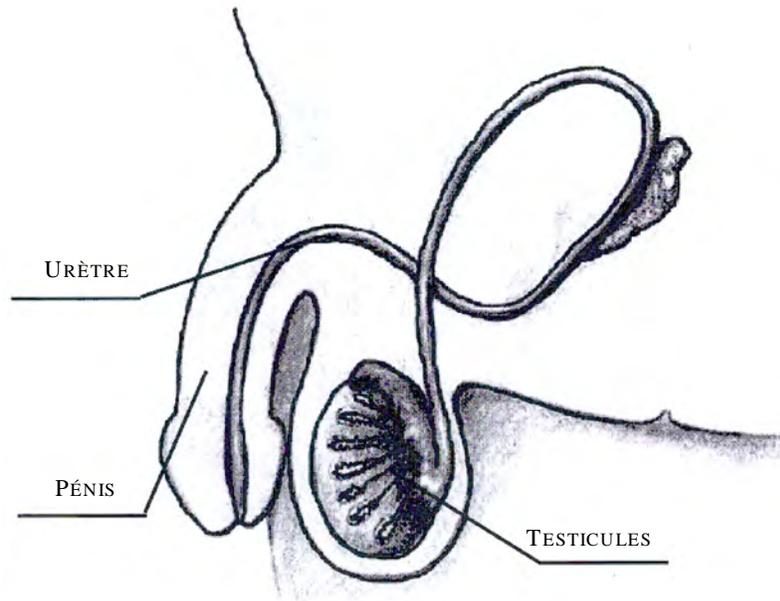
Veillez identifier chacun des organes génitaux masculins.



QUESTIONS DE DISCUSSION

1. Quels sont les aspects de la maturité et du vieillissement que vous attendez avec le plus d'impatience?
2. Quelles sont vos plus grandes préoccupations ou inquiétudes en ce qui concerne vos années d'adolescence?
3. Quels sont les renseignements que vous connaissez déjà? D'où les tenez-vous? De vos parents, de vos amis ou des médias? Avez-vous déjà reçu des renseignements faux à propos de la puberté?
4. Selon vous, comment votre relation avec vos parents changera-t-elle en vieillissant? Quels sont les avantages à entretenir une communication ouverte et honnête avec vos parents? Que pouvez-vous faire pour mieux maintenir une telle relation?
5. Pourquoi tant d'adolescents ont envie de se rebeller? Est-ce une partie naturelle de la vie afin de manifester son indépendance et sa liberté?
6. Quels sont des exemples de comportements négatifs ou dangereux auxquels peuvent parfois mener ces sentiments de rébellion? Comment peuvent-ils nuire à leurs études, à leurs carrières futures et à leurs relations avec les autres?
7. Comment pouvez-vous éviter des comportements dont les conséquences sont dangereuses ou négatives? Comment les adolescents peuvent-ils s'amuser et faire preuve d'indépendance de façon inoffensive et saine?
8. À votre avis, comment un régime alimentaire peut-il agir sur un corps en croissance? Quels sont les dangers de la suralimentation ou de la sous-alimentation? Quels aliments n'ont pas de valeur nutritive? Quels aliments contribuent à mieux vous épanouir sur le plan mental et physique?
9. Comment l'exercice peut-il aider un corps en croissance? À votre avis, l'exercice comporte-t-il également des bienfaits psychologiques? Que faire pour que l'exercice fasse partie intégrante de votre vie?
10. Quelles sont certaines des émotions que ressentent les adolescents mâles? À votre avis, qu'est-ce qui entraîne certains sentiments de solitude, de colère ou de dépression?
11. Quelles sont certaines des pressions ressenties par les garçons qui les incitent à s'occuper seuls de leurs problèmes et à ne pas rechercher de conseils ou d'aide auprès des autres? Pourquoi est-ce ainsi, selon vous?
12. Lorsque vous avez des sentiments de solitude, de colère ou de dépression, quelles mesures pouvez-vous prendre pour atténuer ces sentiments?
13. Quelles qualités admirez-vous chez les autres et chez vos amis? Qu'entend-on par véritable ami? Qu'est-ce que vous respectez réellement chez les autres?
14. Et vous? Comment pouvez-vous être un ami pour les autres et acquérir leur confiance et leur respect?

ORGANES GÉNITAUX MASCULINS



FEUILLE DE VOCABULAIRE À APPARIER

DIRECTIVES : Lisez chacun des mots ci-dessous, mettez un F si le mot fait partie de l'appareil génital féminin, un M s'il fait partie de l'appareil génital masculin, un D s'il fait partie des deux, et un N s'il ne fait pas partie de ni l'un ni l'autre.

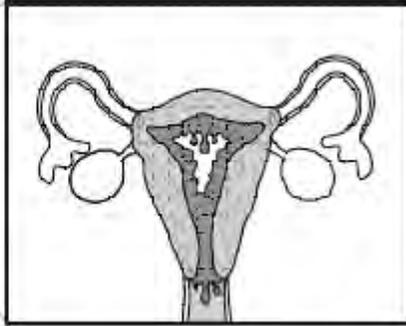
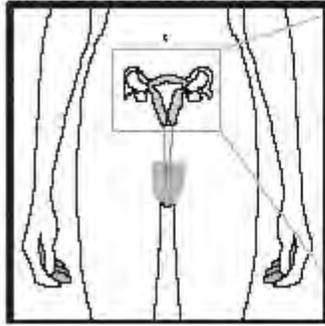
- | | | | |
|----------|------------------|----------|---------------------|
| _____1. | testostérone | _____16. | trompes de Fallope |
| _____2. | lèvres | _____17. | pollution nocturne |
| _____3. | spermatozoïdes | _____18. | estrogène |
| _____4. | organes génitaux | _____19. | scrotum |
| _____5. | poils du pubis | _____20. | ovulation |
| _____6. | puberté | _____21. | sperme |
| _____7. | éjaculation | _____22. | érection |
| _____8. | hormones | _____23. | progestérone |
| _____9. | ovaires | _____24. | urètre |
| _____10. | col de l'utérus | _____25. | placenta |
| _____11. | menstruation | _____26. | prépuce |
| _____12. | testicules | _____27. | hymen |
| _____13. | vagin | _____28. | prostate |
| _____14. | vessie | _____29. | clitoris |
| _____15. | utérus | _____30. | vésicules séminales |

FEUILLE DE VOCABULAIRE À APPARIER

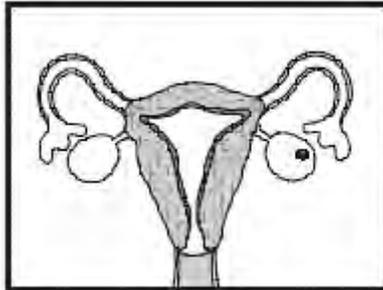
DIRECTIVES : Lisez chacun des mots ci-dessous, mettez un F si le mot fait partie de l'appareil génital féminin, un M s'il fait partie de l'appareil génital masculin, un D s'il fait partie des deux, et un N s'il ne fait pas partie de ni l'un ni l'autre.

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| <u> D </u> 1. testostérone | <u> F </u> 16. trompes de Fallope |
| <u> F </u> 2. lèvres | <u> M </u> 17. pollution nocturne |
| <u> M </u> 3. spermatozoïdes | <u> F </u> 18. estrogène |
| <u> D </u> 4. organes génitaux | <u> M </u> 19. scrotum |
| <u> D </u> 5. poils du pubis | <u> F </u> 20. ovulation |
| <u> D </u> 6. puberté | <u> M </u> 21. sperme |
| <u> M </u> 7. éjaculation | <u> M </u> 22. érection |
| <u> D </u> 8. hormones | <u> F </u> 23. progestérone |
| <u> F </u> 9. ovaires | <u> D </u> 24. urètre |
| <u> F </u> 10. col de l'utérus | <u> F </u> 25. placenta |
| <u> F </u> 11. menstruation | <u> M </u> 26. prépuce |
| <u> M </u> 12. testicules | <u> F </u> 27. hymen |
| <u> F </u> 13. vagin | <u> M </u> 28. prostate |
| <u> N </u> 14. vessie | <u> F </u> 29. clitoris |
| <u> F </u> 15. utérus | <u> M </u> 30. vésicules séminales |

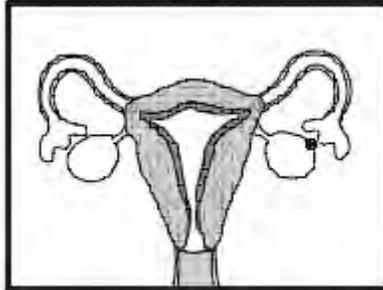
CYCLE MENSTRUEL



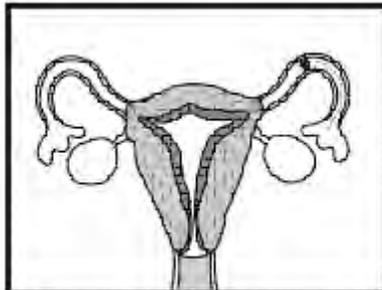
DÉBUT DU CYCLE (MENSTRUATION)



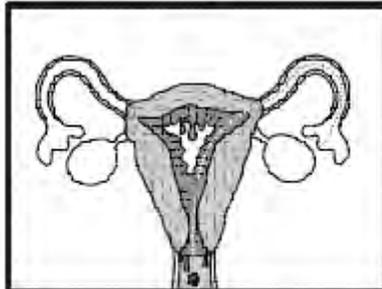
L'OVULE COMMENCE À MÛRIR
(L'ENDOMÈTRE COMMENCE À ÉPAISSIR
EN VUE D'UNE GROSSESSE)



LIBÉRATION D'UN OVULE MÛR
(OVULATION)

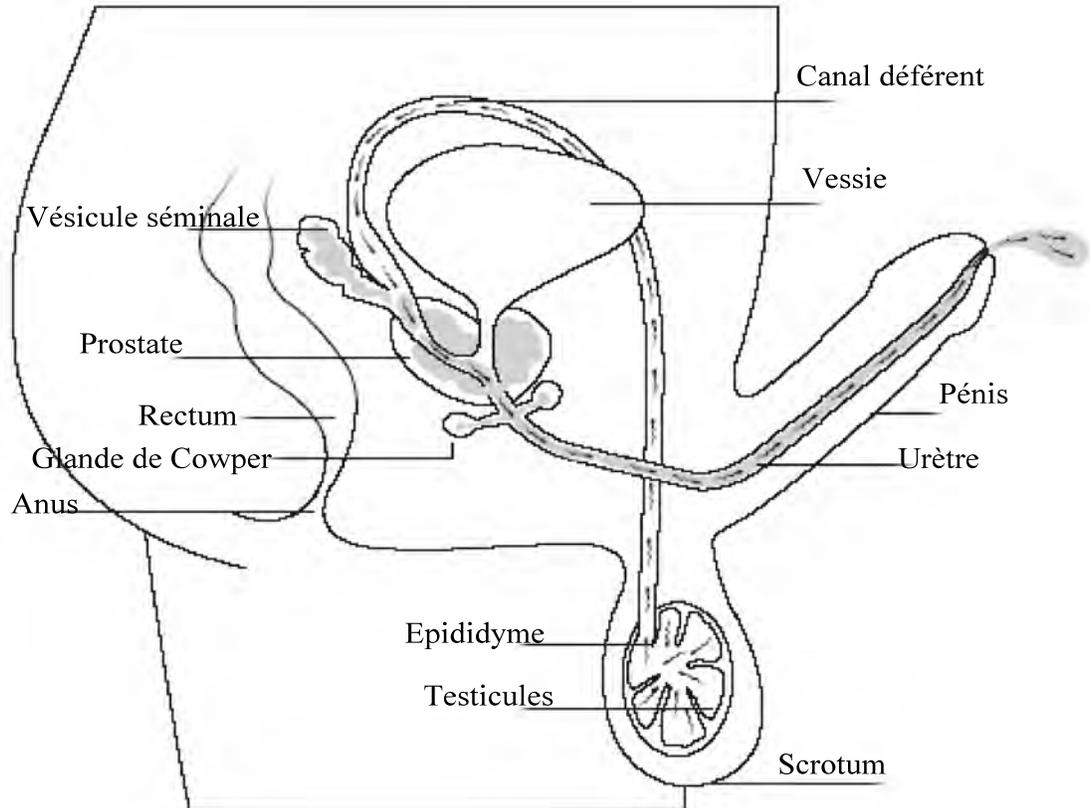


L'OVULE SE REND À L'UTÉRUS



DÉBUT DU PROCHAIN CYCLE
(MENSTRUATION)

PRODUCTION DE SPERMATOZOÏDES



MENSTRUATION ET PRODUCTION DE SPERMATOZOÏDES

Directives : Répondez aux questions suivantes.

- | | | |
|------|------|--|
| Vrai | Faux | 1. Les spermatozoïdes sont produits dans les testicules. |
| Vrai | Faux | 2. Les pollutions nocturnes sont courantes chez les garçons pendant la puberté . |
| Vrai | Faux | 3. Les spermatozoïdes matures sont emmagasinés dans le canal déférent. |
| Vrai | Faux | 4. Les spermatozoïdes quittent le corps par l'urètre |
| Vrai | Faux | 5. Le sperme contient du liquide séminal et des spermatozoïdes. |
| Vrai | Faux | 6. Le liquide menstruel contient l'endomètre de l'utérus. |
| Vrai | Faux | 7. Les ovules mûrissent avant de quitter l'ovaire. |
| Vrai | Faux | 8. La menstruation est provoquée par des changements hormonaux. |
| Vrai | Faux | 9. La durée des cycles menstruels peut varier pendant la puberté. |
| Vrai | Faux | 10. La menstruation dure habituellement de trois à sept jours. |

CARTES SUR LA MENSTRUATION ET LA PRODUCTION DE SPERMATOZOÏDES

Directives : Fabriquez un jeu de cartes pour chaque petit groupe d'élèves. Distribuez à chaque groupe un jeu de cartes brassées. Demandez aux participants d'illustrer correctement les étapes du cycle menstruel et de la production des spermatozoïdes.

L'endomètre de l'utérus se détache

L'ovulation a lieu (un ovule est libéré de l'ovaire)

L'endomètre de l'utérus s'épaissit avec du sang

L'ovule se déplace dans la trompe de Fallope

L'ovule entre dans l'utérus

**CARTES SUR LA MENSTRUATION
ET LA PRODUCTION DE SPERMATOZOÏDES (SUITE)**

Les spermatozoïdes sont fabriqués dans les testicules

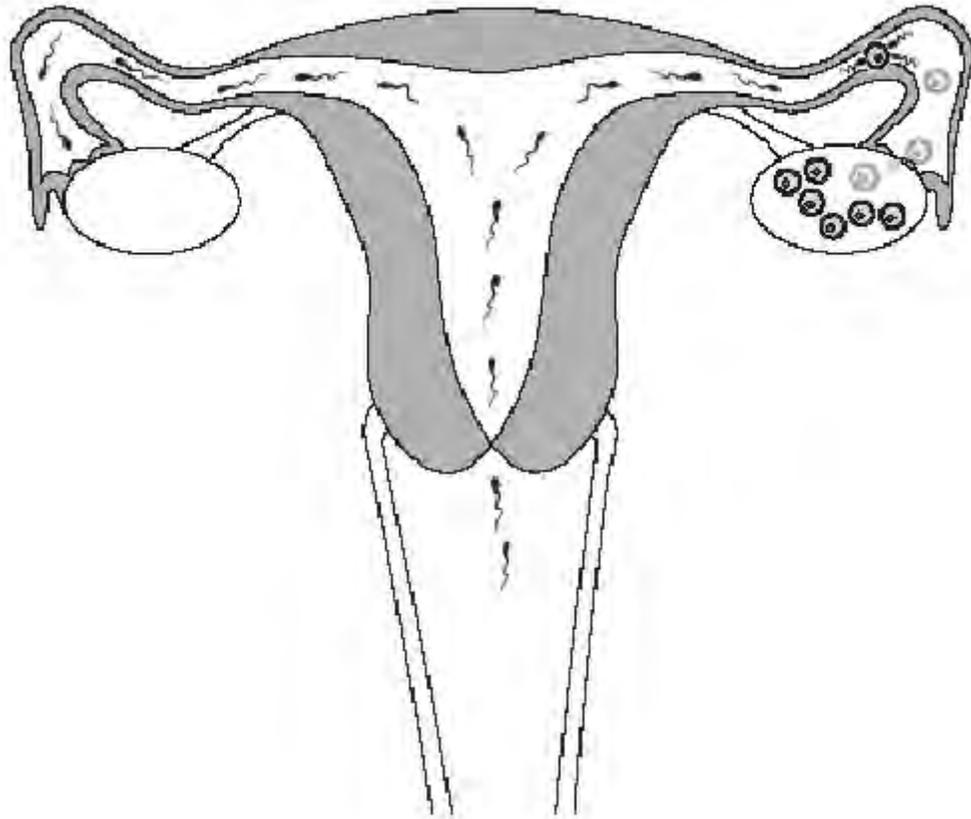
Les spermatozoïdes mûrissent dans dans l'épididyme

Les spermatozoïdes remontent le canal déférent

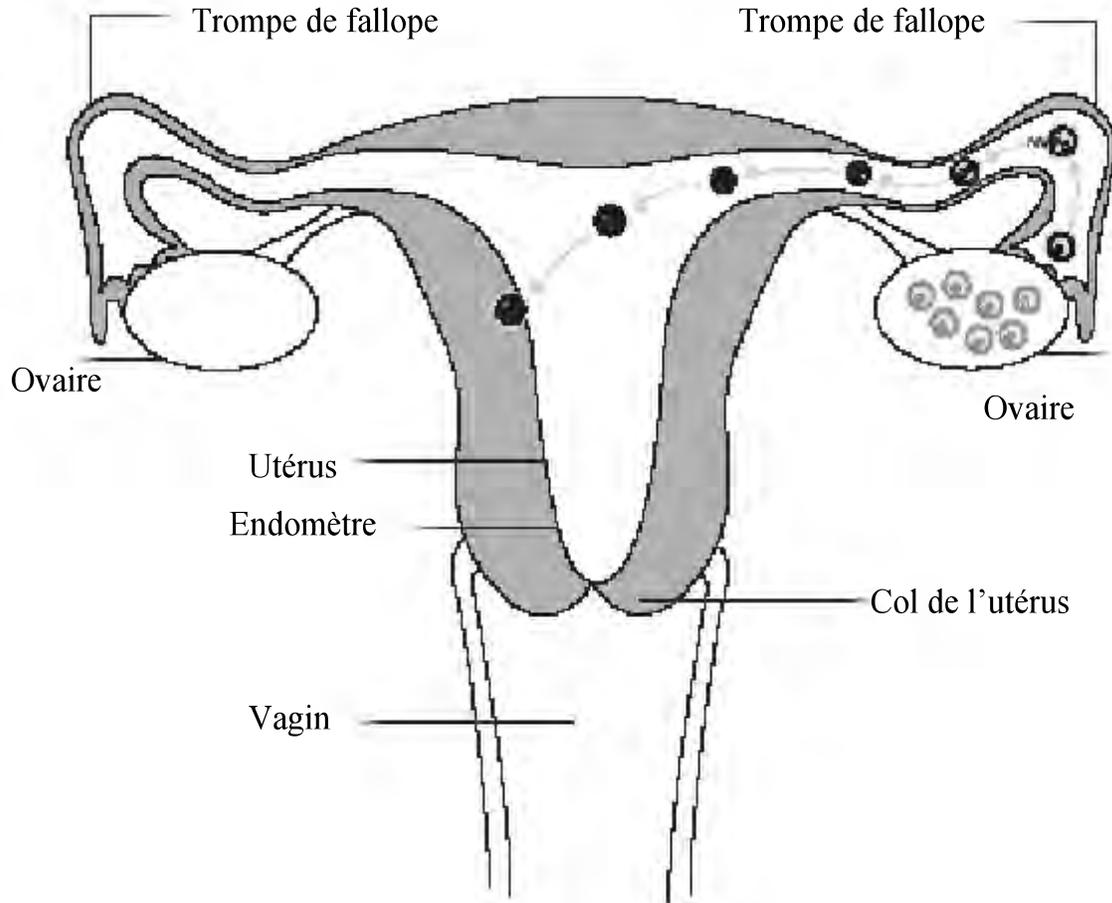
Les spermatozoïdes se mélangent avec le sperme

Les spermatozoïdes quittent le pénis (éjaculation)

CONCEPTION



IMPLANTATION



MOTS SUR LA FÉCONDATION ET LA GROSSESSE

Trouvez la définition de chaque mot.

1. fertile
2. fécondation
3. planter
4. implantation
5. embryon
6. fœtus
7. placenta
8. sac amniotique
9. cordon ombilical
10. canal génital

Définitions

- a) l'union d'un ovule et d'un spermatozoïde
- b) fixer fermement ou planter
- c) la capacité de reproduire
- d) la barrière entre la mère et le bébé en gestation et le point par où passent les nutriments, l'oxygène et les déchets
- e) le vagin
- f) le bébé en gestation à partir de la fécondation jusqu'à la huitième semaine de gestation
- g) une membrane fine entourant tout le bébé en gestation
- h) le bébé en gestation à partir de la huitième semaine de gestation jusqu'à la naissance
- i) un lien entre le bébé et le placenta composé de deux artères et d'une veine
- j) le processus par lequel l'ovule fertilisé s'attache à l'endomètre de l'utérus

STADES DE DÉVELOPPEMENT FŒTAL

Directives : Numérotez les *Stades de développement fœtal* dans le bon ordre (1 à 9).

_____ Le développement des organes du fœtus est presque terminé.

_____ L'embryon est maintenant appelé fœtus.

_____ L'ovule fécondé descend la trompe de Fallope jusque dans l'utérus.

_____ La femme enceinte peut sentir le bébé donner des coups de pied.

_____ L'ovule et le spermatozoïde s'unissent.

_____ Le bébé grossit.

_____ L'ovule fécondé est désigné sous embryon.

_____ Le bébé commence son séjour dans le monde extérieur.

_____ L'ovule fécondé s'attache à l'endomètre de l'utérus.

STADES DE DÉVELOPPEMENT FŒTAL

Directives : Numérotez les *Stades de développement fœtal* dans le bon ordre (1 à 9).

___6___ Le développement des organes du fœtus est presque terminé.

___5___ L'embryon est maintenant appelé fœtus.

___2___ L'ovule fécondé descend la trompe de Fallope jusque dans l'utérus.

___7___ La femme enceinte peut sentir le bébé donner des coups de pied.

___1___ L'ovule et le spermatozoïde s'unissent.

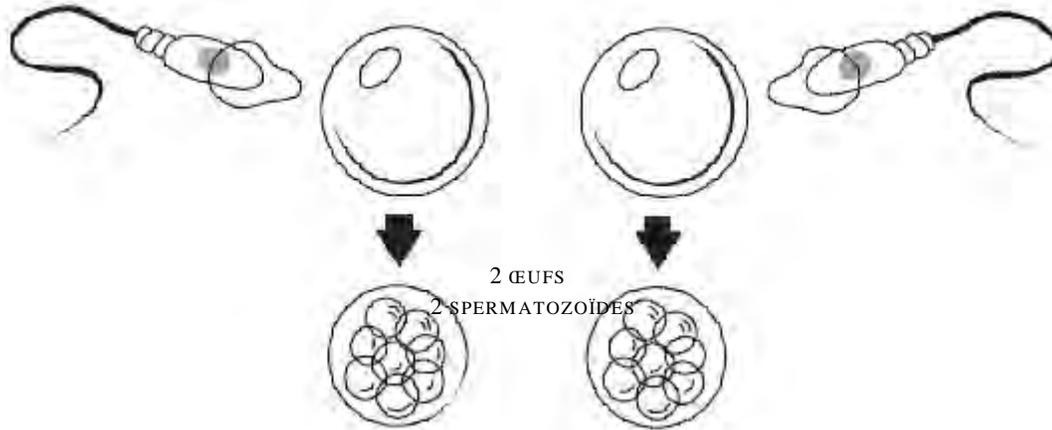
___8___ Le bébé grossit.

___4___ L'ovule fécondé est désigné sous embryon.

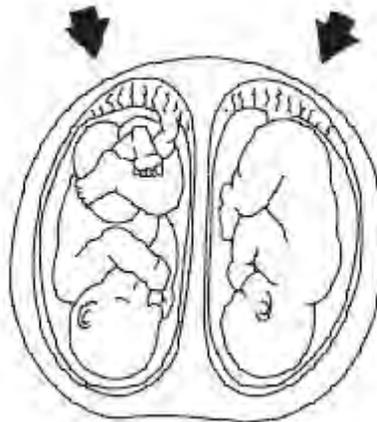
___9___ Le bébé commence son séjour dans le monde extérieur.

___3___ L'ovule fécondé s'attache à l'endomètre de l'utérus.

FAUX JUMEAUX

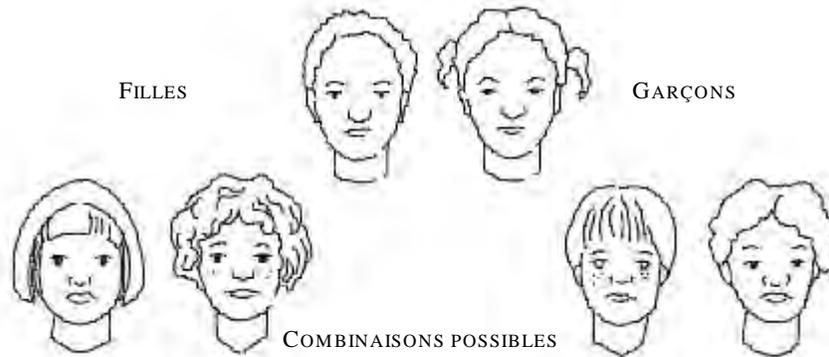


CHROMOSOME
DIFFÉRENT

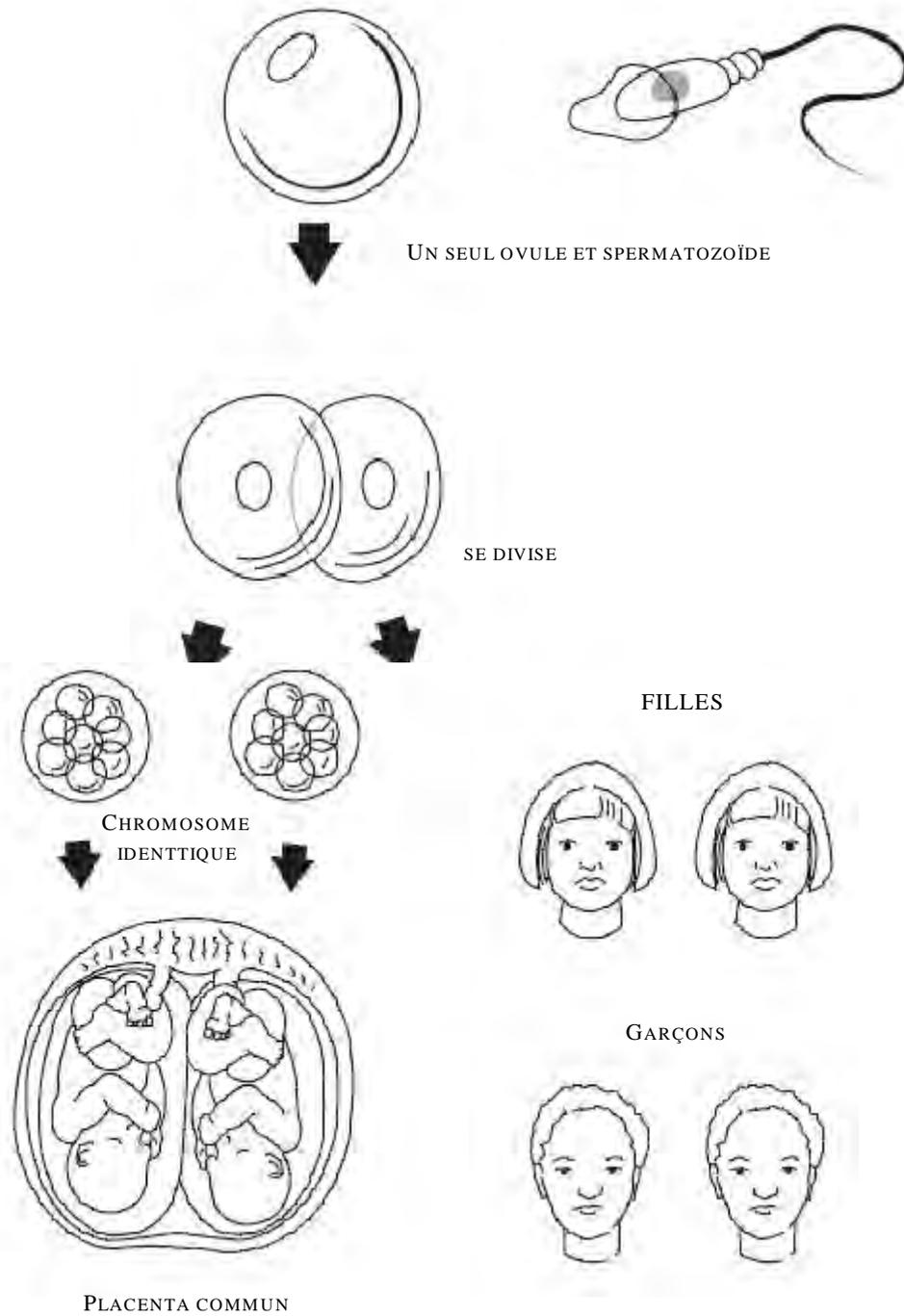


PLACENTA SÉPARÉ

FILLE ET GARÇON



JUMEAUX IDENTIQUES



STÉRÉOTYPES HOMMES-FEMMES

Structure:	Petits groupes de travail
Durée :	30 minutes
Documents :	Document de travail intitulé « Stéréotypes hommes-femmes », tableau ou grandes feuilles

Marche à suivre

1. **Dites** aux élèves que l'activité sert à définir ce que l'on entend par « agir comme un homme » ou « agir comme une femme ». Faites remarquer que ces messages constituent en fait des stéréotypes.
2. **Demandez** aux participants de former des équipes de trois ou de quatre. Donnez à chaque groupe un scénario tiré du document de travail. Dites-leur de discuter du scénario en équipe.
3. Parmi toute la classe, **demandez** à un volontaire de chaque équipe de résumer la discussion du groupe.
4. **Expliquez** à la classe que les rôles assignés à chacun des sexes représentent des stéréotypes ou des règles que les garçons et les filles sont censés respecter dans la vie.
 - On associe certains sens particuliers à l'idée d'agir comme un homme ou comme une femme.
 - Demandez aux élèves d'expliquer certaines de ces sens (p. ex.: on encourage les hommes à être forts et robustes et les femmes à être attentives et douces. Notez ces idées au tableau.
5. **Demandez** aux élèves où les hommes apprennent ces rôles (p. ex.: des personnes qu'ils côtoient, des médias, etc.– demandez des exemples précis). Demandez-leur ensuite où les femmes apprennent ces rôles.
6. **Discutez** de la façon dont les stéréotypes et les rôles assignés à chacun des sexes sont renforcés.
 - ▶ Quels mots utilise-t-on pour dénigrer les garçons et les filles qui dévient de ces rôles?
 - ▶ De quelle façon ces étiquettes renforcent-elles les stéréotypes?
 - ▶ Comment se sent-on quand on est la victime de ces injures?
7. **Pour conclure**, expliquez en quoi ces stéréotypes peuvent être néfastes parce qu'ils limitent nos horizons. Cela ne signifie pas que les garçons ne doivent pas réparer les voitures et les filles cuisiner. Le problème tient au fait qu'on nous oblige à exercer certains rôles pour s'intégrer. Il est important que chacun de nous prenions nos propres décisions qu sujet de notre identité, de nos gestes et de nos relations avec autrui.

STÉRÉOTYPES HOMMES-FEMMES

1. Mohammed rentre à pied depuis l'école en transportant sa maquette de science pour la montrer à sa famille. Certains de ses camarades de classe le rattrapent à la course et le bousculent. Mohammed se met à pleurer en voyant tomber sa maquette.

Scénario A :

Mohammed a le droit de pleurer. Pourquoi?

Scénario B :

Mohammed ne devrait pas pleurer. Pourquoi?

2. Fatima a envie d'aider son professeur à faire tourner le projecteur, à déplacer les tables et à transporter des boîtes. Mais le professeur demande toujours l'aide d'un garçon. Fatima pense qu'elle est tout aussi forte que certains des garçons.

Scénario A :

Fatima devrait offrir son aide au professeur. Pourquoi?

Scénario B :

Fatima ne devrait pas offrir son aide. Pourquoi?

3. Lynne aimerait recevoir un modèle réduit d'avion pour son anniversaire. Ses amies ne cessent de lui dire qu'elle devrait demander une trousse de fabrication de bijoux à la place, parce que les modèles réduits ne conviennent pas aux filles.

Scénario A :

Lynne devrait demander un modèle réduit. Pourquoi? Comment se sent-elle en adoptant cette solution?

Scénario B :

Lynne ne devrait pas demander de modèle réduit. Pourquoi? Comment se sent-elle en adoptant cette solution?

4. Scott souhaiterait garder l'enfant de sa voisine lorsqu'elle va à l'épicerie, mais c'est sa soeur jumelle qui remplit toujours cette tâche.

Scénario A :

Scott devrait avoir la chance d'aller garder l'enfant. Pourquoi?

Scénario B :

Scott ne devrait pas avoir la chance d'aller garder l'enfant. Pourquoi?

STÉRÉOTYPES HOMMES-FEMMES (SUITE)

5. Antoine suit des cours de ballet depuis l'âge de 5 ans. Il vient de remporter un prix. Antoine n'a jamais parlé de ses cours à ses camarades de classe.

Scénario A :

Antoine devrait le dire à ses amis. Pourquoi?

Scénario B :

Antoine ne devrait pas en parler à ses amis. Pourquoi?

6. Jeanne veut se joindre à l'équipe de hockey. Certains garçons lui ont dit qu'elle ne pouvait pas. Jeanne pense qu'elle est aussi bonne que les garçons et ne comprend pas pourquoi ils ne veulent pas d'elle.

Scénario A :

Jeanne devrait pouvoir se joindre à l'équipe. Pourquoi?

Scénario B :

Jeanne ne devrait pas avoir le droit de se joindre à l'équipe. Pourquoi?

(Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive)

RETARDER LES RAPPORTS SEXUELS OU EN AVOIR DISCUSSION DE GROUPE

Objectif :	Les élèves dresseront les raisons pour lesquelles les jeunes choisissent de retarder les rapports sexuels ou d'en avoir.
Structure :	Activité en grand groupe
Temps :	20 minutes
Documents :	Tableau à papier ou tableau noir

Remarque :

En présentant ainsi les sujets, cela permet aux enseignants de ne pas devoir préconiser l'abstinence et offre aux élèves l'occasion de clarifier leurs propres valeurs. En demandant aux élèves d'examiner pourquoi les jeunes en général choisissent une trajectoire par rapport à une autre, cela les met en situation d'« observateur objectif ». En ce sens, ils n'ont pas à se sentir obligés de partager leurs croyances ou opinions personnelles.

***Remarque :** Cette activité peut avoir lieu en grand groupe ou en petits groupes de discussion. Les petits groupes devront choisir une personne qui prend note de leurs réponses et une personne qui donne un compte rendu lorsque le grand groupe se réunira. Vous pouvez discuter de chacune des réponses au moment où elle sera soulevée et prolonger l'activité en permettant aux élèves de décider eux-mêmes des raisons qui sont « suffisamment bonnes » pour avoir des rapports sexuels.*

Marche à suivre

Sur le tableau noir ou le tableau à papier, tracez un diagramme simple. Organisez un remue-méninges concernant les raisons pour lesquelles les élèves choisissent de retarder les rapports sexuels puis celles pour lesquelles ils choisissent d'en avoir. Les réponses-types sont incluses.

Raisons pour lesquelles les jeunes choisissent de retarder les rapports sexuels...

- ▶ Croyances religieuses ou culturelles
- ▶ Ils ne sont pas prêts.
- ▶ Ils ne veulent rien cacher à leurs parents.
- ▶ Pour éviter de se sentir coupables, par crainte ou par désappointement.
- ▶ Ils ne veulent pas se soucier des infections transmissibles sexuellement (ITS) ou de possibilité de grossesse (car l'abstinence est la seule méthode totalement efficace pour prévenir les ITS et la grossesse).
- ▶ Ils ont ainsi plus de temps pour les amis et d'autres activités.
- ▶ Ils ont ainsi plus de temps pour faire épanouir la relation.

RETARDER LES RAPPORTS SEXUELS OU EN AVOIR **DISCUSSION DE GROUPE (suite)**

- ▶ Préoccupation à l'égard de sa réputation
- ▶ La conviction personnelle que les rapports sexuels n'appartiennent qu'à un certain type de relation.
- ▶ La conviction que des rapports sexuels précoces peuvent nuire à une relation (avec un partenaire, des amis ou des parents).
- ▶ La personne a eu des relations sexuelles auparavant et a décidé qu'elle n'était pas prête pour cela (pour toutes les raisons susmentionnées : ce n'est pas parce qu'une personne a déjà consenti à des rapports sexuels qu'elle n'a pas le droit de refuser).

Raisons pour lesquelles les jeunes choisissent d'avoir des rapports sexuels...

- ▶ « Hormones » / désir / curiosité
- ▶ Pour exprimer son amour à son partenaire.
- ▶ Se sentir poussé par son partenaire ou d'autres.
- ▶ Pression « sociale », sentir que tout le monde en a et que vous n'êtes pas normal si vous n'en avez pas.
- ▶ Vouloir se sentir aimé ou voulu.
- ▶ Sensation agréable
- ▶ Susciter de l'amour chez l'autre pour empêcher qu'une relation ne se termine.
- ▶ Influence de l'alcool ou des drogues
- ▶ Ne pas savoir dire « non », se contenter de « suivre ».
- ▶ Les deux partenaires s'aiment véritablement et veulent l'exprimer de cette manière.
- ▶ Les personnes qui s'interrogent sur leur orientation sexuelle. Elles peuvent avoir des rapports sexuels dans le but d'essayer de déterminer si elles sont attirées par un partenaire du sexe opposé ou du même sexe.

(Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive)

(Adaptation autorisée du Programme de santé sexuelle en milieu scolaire d'Ottawa-Carleton.

Région d'Ottawa-Carleton (2000). Ottawa. Auteur.)

MÉTHODE : ABSTINENCE/REMISE À PLUS TARD

Comment cette méthode fonctionne-t-elle?

- ▶ Elle exclut les relations sexuelles vaginales, anales ou buccogénitales (orales).
- ▶ Toutefois, les points de vue sur la définition de l'abstinence divergent.
- ▶ Pour certains, elle se limite à l'échange de baisers.
- ▶ Pour d'autres, tout ce qui n'est pas relations sexuelles vaginales, anales ou buccogénitales est permis.
- ▶ Pour d'autres, la limite se situe entre les deux.
- ▶ Les gens doivent se fixer des limites pour eux-mêmes. Ils doivent les communiquer à leur partenaire.

Dans quelle mesure cette méthode est-elle efficace?

- ▶ L'abstinence est très efficace pour prévenir la grossesse, mais il faut la pratiquer constamment.
(L'éjaculation masculine près des parties génitales féminines exposées présente un risque de grossesse.)

Que faut-il faire pour l'employer?

- ▶ Les ITS peuvent se transmettre par contact buccogénital ou génito-génital.
- ▶ Il faut décider ce que sont vos limites (avant de vous retrouver dans une situation sexuelle).
- ▶ Il faut réfléchir à la façon dont vous voulez aborder le sujet avec votre partenaire. (Il faut examiner comment répondre aux questions et aux réactions de votre partenaire.)
- ▶ Il faut parler à son partenaire de ses limites.
- ▶ Certaines personnes souhaiteront peut-être éviter des situations où elles se sentent poussées ou incapables de respecter leurs limites, telles que rester à la maison seul avec son partenaire, se mettre en état d'ébriété).

Pourquoi choisit-on cette méthode?

- ▶ C'est une méthode très sûre contre les ITS et la grossesse.
- ▶ Elle convient aux jeunes qui ne sont pas prêts à avoir des rapports sexuels ou qui ne sont pas intéressés à être exposés au stress qui s'y associe.
- ▶ Elle convient aux jeunes qui veulent consacrer leur temps à autre chose avant d'avoir des rapports sexuels, soit les sports, l'école, les amis ou leur épanouissement personnel.
- ▶ Elle vient appuyer les croyances religieuses et les mœurs culturelles.

Pourquoi refuse-t-on de la choisir?

- ▶ La personne se sent véritablement prête. Elle est prête à assumer la responsabilité d'avoir des rapports sexuels (obtenir et payer une méthode anticonceptionnelle, acheter et utiliser des préservatifs pour éviter les ITS ou une grossesse non voulue).
- ▶ La personne se sent poussée par son partenaire ou ne veut pas le perdre.
- ▶ La personne a un désir sexuel. (Existe-il d'autres façons d'apaiser ses envies sexuelles sans avoir de rapports sexuels?)
- ▶ La personne n'est pas en mesure de communiquer ses limites personnelles.

(Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive)

RÉTROACTION

La rétroaction est un moyen d'indiquer à une autre personne ou à vous-même ce que certaines actions ont comme effet sur vous. La rétroaction permet à la personne de prendre conscience de la portée de ses mots ou de ses actions sur une autre personne.

La rétroaction constructive a pour but d'améliorer la situation. Voici des lignes directrices pour donner une rétroaction constructive.

DONNER UNE RÉTROACTION CONSTRUCTIVE

Centrez votre attention sur le comportement de la personne et non sur la personne elle-même. Décrivez le comportement observé au lieu de l'évaluer.

- ▶ Indiquez ce que vous ressentez en ayant recours au « je » au lieu du « tu ».
- ▶ Veillez à ce que vos commentaires soient précis. Évitez de faire des déclarations telles que « Tu fais toujours... » ou « Tu ne fais jamais... »
- ▶ Centrez votre attention sur le comportement que peut changer la personne et non sur ce dont l'emprise est limitée.
- ▶ Donnez une rétroaction dans les plus brefs délais possibles. Plus vous mettez de temps à donner une rétroaction, moins elle est efficace.
- ▶ Donnez la rétroaction dans un endroit privé.
- ▶ La rétroaction est toujours plus efficace lorsqu'on vous la demande.
- ▶ Ce n'est pas une rétroaction lorsque son but est de blesser - il s'agit alors d'une attaque personnelle.
- ▶ La rétroaction est une option. On peut ne pas être conscient des buts et des attentes de l'autre personne ou ne pas les comprendre. N'essayez pas d'expliquer les raisons derrière le comportement, limitez vos commentaires à ce que vous observez. Résistez à l'envie de donner des conseils ou d'indiquer à l'autre personne ce qu'elle doit changer.
- ▶ Il faut partager souvent une rétroaction positive.

RECEVOIR UNE RÉTROACTION

- ▶ Demandez une rétroaction des gens en qui vous avez confiance et que vous respectez.
- ▶ Recevez ouvertement une rétroaction.
- ▶ Ne soyez pas sur la défensive ou ne donnez pas d'excuses. N'essayez pas de justifier vos comportements.
- ▶ Prenez une grande respiration et comptez jusqu'à dix si vous vous sentez en colère.
- ▶ Discutez de la rétroaction.
- ▶ Reformulez la rétroaction et demandez d'autres clarifications. Posez des questions.
- ▶ Évaluez l'information. Même une rétroaction négative peut renfermer des éléments de vérité.
- ▶ Réfléchissez à la rétroaction et essayez d'en tirer profit.
- ▶ Indiquez ce que vous vous proposez de faire avec la rétroaction.
- ▶ Remerciez la personne de ses commentaires. Donner une rétroaction peut être aussi difficile que d'en recevoir une.

VIOLENCE DANS LES MÉDIAS ET RELATIONS

La télévision, la radio, la musique et les vidéos de musique, les jeux informatiques, les journaux et les magazines peuvent représenter des influences sociales puissantes.

- ▶ L'adolescent canadien moyen passe environ 22,4 heures par semaine devant un média de masse ou un autre.
- ▶ Avant la fin de l'école secondaire, la plupart des adolescents auront été témoins de 18 000 meurtres à l'écran et de plus de 300 000 annonces publicitaires.
- ▶ Avant la fin de l'école secondaire, la plupart des adolescents auront passé 11 000 heures à l'école et 15 000 heures devant le téléviseur.
- ▶ On compte environ 26 actes de violence par heure dans les émissions pour enfants et seulement 9 actes de violence pendant les émissions destinées aux adultes aux heures d'écoute.
- ▶ De nombreux jeux vidéos populaires sont basés sur la violence et les joueurs sont récompensés lorsqu'ils commettent un meurtre.
- ▶ Les auteurs de crimes violents à la télévision restent impunis dans 74 p. 100 des scènes de violence.
- ▶ Vingt-cinq pour cent des scènes de télévision violentes impliquent des armes de poing.
- ▶ Seulement quatre pour cent des émissions de télévision montrent des thèmes contre la violence.

Il y a des dangers potentiels dans la quantité de violence montrée dans les médias. Cette violence a plusieurs effets potentiels sur les enfants et les adolescents, y compris les effets suivants :

- ▶ Les enfants apprennent de nouvelles façons d'être agressifs en regardant la violence à la télévision.
- ▶ En voyant des personnages à la télévision obtenir ce qu'ils veulent en employant la violence, cela leur apprend à faire de même pour obtenir ce qu'ils veulent.
- ▶ Lorsque la télévision fait son entrée pour la première fois dans de petites villes éloignées, cela peut augmenter les actes de violence chez les enfants et les adolescents.
- ▶ Le type de crimes commis par les jeunes est en train de changer - comportement plus violent, davantage d'armes, comportement plus fréquent lié aux gangs - et certains croient que l'augmentation de la violence dans les médias est un facteur qui favorise ce changement.
- ▶ Les enfants et les adolescents peuvent avoir moins d'empathie à la douleur et à la souffrance des autres, notamment ceux qui ont été impliqués dans des crimes violents.
- ▶ La visualisation répétée des actes de violence peut désensibiliser les jeunes à la violence; ils peuvent devenir plus tolérants face aux actes de violence commis à l'école et dans la collectivité.
- ▶ Les adolescents sont moins susceptibles de venir en aide à une victime s'ils ont été désensibilisés par des expositions répétées à la violence.

VIOLENCE DANS LES MÉDIAS ET RELATIONS (suite)

Comment cette violence dans les médias influe-t-elle sur nos relations avec les gens qui nous entourent?

- ▶ Lorsque nous avons peu ou pas d'empathie pour une personne blessée, nous pouvons ne pas offrir de l'aide même lorsque nous sommes les seules personnes sur place.
- ▶ Lorsque nous croyons que la violence est la solution aux conflits, peut-être choisirons-nous de nous disputer - physiquement ou verbalement - avec nos frères et sœurs, nos parents, nos camarades de classe et nos partenaires - au lieu de chercher des solutions non violentes.
- ▶ Lorsque nous nous amusons à nous disputer avec nos amis et que nous les blessons, nous pouvons dire: « Oh, ne t'inquiète pas. Ce n'était qu'une mauvaise blague » au lieu de nous excuser.
- ▶ Lorsque nous voyons des personnages historiques qui se font exécuter injustement ou des villes qui se font bombarder pendant un film de guerre, nous pouvons réagir incorrectement - accepter ou même encourager la violence - au lieu de s'en préoccuper.
- ▶ Si nous croyons que des actes violents demeurent habituellement impunis, nous pouvons choisir la violence pour obtenir ce que nous voulons ou pour nous venger.

Que pouvez-vous faire pour conserver une vue réaliste de la violence?

- ▶ Soyez au courant du fait que la violence à la télévision est le plus souvent irréaliste. Le divertissement a recours au sensationnalisme, aux accessoires et aux cascades, aux effets spéciaux et aux histoires illustrées pour augmenter les cotes d'écoute. Le faux-semblant n'est pas la même chose que le réel.
- ▶ Lorsque vous voyez un incident violent, n'oubliez pas que la violence n'est pas le seul moyen choisi par les adultes pour résoudre leurs problèmes. Demandez-vous comment on aurait pu agir différemment et utiliser une solution non violente.
- ▶ Guettez les conséquences des actes violents perpétrés dans les émissions de télévision. Les conséquences sont-elles réalistes?
- ▶ Lorsque vous regardez les nouvelles, les événements sont-ils décrits d'un point de vue réaliste? À quelle fréquence les nouvelles couvrent-elles des événements positifs, non violents? Soyez réaliste par rapport à ce que vous voyez.
- ▶ Lorsque vous voyez des événements violents dans les médias, soyez conscient de votre propre réaction. Ressentez-vous de l'horreur, de l'empathie ou de la révolte, ou vous surprenez-vous à dire « eh, génial », ou à ne pas réagir du tout? Si vous n'éprouvez aucune réaction négative face à la violence, remettez-vous en question.
- ▶ Examinez bien vos méthodes de résolution des conflits. Employez-vous des méthodes non violentes pour les résoudre?

VIOLENCE DANS LES MÉDIAS ET RELATIONS (suite)

Idées pour favoriser la sensibilisation aux effets de la violence dans les médias

Les parents peuvent parler aux enfants de ce qu'ils voient et entendent dans les médias. Examinez la possibilité de discuter des questions suivantes afin de susciter des réflexions et d'aider les familles à prendre de bonnes décisions.

- ▶ Que pensent les enfants de ce qui arrive dans l'émission?
- ▶ Qu'est-ce qui est vrai et qu'est-ce qui est inventé? Discutez de la façon dont les émissions de télévision et les films sont réalisés et comment les accessoires et les cascades rendent réalistes les scènes d'action violentes.
- ▶ Que ressentent-ils par rapport à ce qu'ils voient? Sont-ils mal à l'aise? Qu'est-ce qui les rend mal à l'aise? Pourquoi?
- ▶ Lorsqu'il y a un incident violent, soulignez que la violence n'est pas le moyen habituellement utilisé par les adultes pour résoudre les problèmes. Comment le personnage aurait-il pu agir autrement? Existe-t-il une solution non violente?
- ▶ Les actions du personnage ont-elles des conséquences? Des gens ont-ils été blessés? Existe-t-il des conséquences réalistes pour le personnage? Quelles seraient les conséquences dans la vraie vie?
- ▶ Qu'auraient pu faire les témoins pour aider la victime de la violence? Pourquoi n'ont-ils rien fait? Pourquoi sont-ils intervenus?
- ▶ Les gens se comportent-ils réellement comme ce que l'on voit dans les annonces de magazines, les annonces publicitaires ou les émissions de télévision? À quel point la description de ces personnes est-elle réaliste?
- ▶ Les séquences d'actualités sont-elles un bon moyen d'évaluer ce qui se passe dans le vrai monde? Expliquez que, bien que la violence dans les nouvelles soit réelle, elle ne représente qu'une fraction minime de ce qui se passe dans le monde. Discutez comment les nouvelles sont choisies en fonction de leur valeur de divertissement et soulignez que souvent les événements positifs ne font jamais les manchettes. Rassurez les élèves que le monde n'est pas aussi violent ou effrayant que les nouvelles ne le laissent croire.
- ▶ Pourquoi les gens achètent-ils des tabloïds même s'ils savent que les histoires sont exagérées?
- ▶ Qui est propriétaire du média d'information? Découvrez combien de journaux, de stations de radio ou de réseaux de télévision sont détenus par la même entreprise. Découvrez les points de vue ou les partis pris de ces entreprises. Sont-elles plus portées à faire un reportage sur un conflit que sur un compromis?
- ▶ Quel est le rôle de la publicité dans les médias? Établissez les divers modes de persuasion utilisés par les annonceurs et discutez-en. Conteste les allégations défendues dans les annonces publicitaires.

LES CATÉGORIES D'INTELLIGENCE

Selon les recherches du docteur Howard Gardner, chaque personne possède neuf formes différentes d'intelligence. Le profil d'intelligence d'une personne varie d'une personne à l'autre, car chacun possède des forces dans chacune de ces catégories d'intelligence. Selon le docteur Gardner, chaque personne peut amener ces niveaux d'intelligence à un point de compétence. Selon cette théorie, chaque personne est intelligente mais de manière différente. En connaissant vos forces, il s'agit de s'appuyer sur ses habiletés les plus fortes pour favoriser ses habiletés les moins fortes.

-Verbales/linguistiques

-Visuelles/spatiales

-Logiques/mathématiques

-Musicales/rythmiques

-Physiques/kinesthésiques

-Interpersonnelles/sociales

-Interpersonnelles/introspectives

-Naturistiques

-Existentielles (C'est la dernière catégorie d'intelligence qui figure sur la liste du docteur Gardner. Elle inclut la capacité de comprendre la philosophie et la culture humaine. Une personne qui se pose de grandes questions intelligentes peut débattre et discuter des mystères de la vie et y réfléchir.)

IDÉES POUR ACQUÉRIR ET ENCOURAGER LES COMPÉTENCES EN MATIÈRE D'ÉTABLISSEMENT DE BUTS

Les élèves peuvent :

- ▶ partager avec leurs parents leurs espoirs et leurs rêves pour l'avenir;
- ▶ réfléchir à ce qu'ils veulent accomplir maintenant et plus tard;
- ▶ demander à leurs parents, à leurs sœurs et frères plus âgés les buts qu'ils se sont fixés et qu'ils ont atteints;
- ▶ choisir un mentor adulte dont les intérêts et les aptitudes sont similaires aux siens et lui parler de ses buts;
- ▶ prendre part à un sport, suivre des leçons ou adhérer à un club où il est important d'apprendre et de se fixer des buts.

Les parents peuvent :

- ▶ demander aux adolescents ce que sont leurs rêves et leurs espoirs pour l'avenir;
- ▶ discuter de moyens d'établir des objectifs moins grands afin d'atteindre les objectifs plus grands et les rêves;
- ▶ aider les adolescents à voir les devoirs à la maison et à l'école comme des moyens de se fixer des buts et de les atteindre;
- ▶ aider les adolescents à mettre leurs buts en ordre de priorité et à conserver leur aspect réaliste;
- ▶ encourager les adolescents lorsqu'ils réalisent leurs buts (grands ou petits, peu importe);
- ▶ établir ensemble des buts familiaux, en empruntant des stratégies efficaces d'établissement de buts;
- ▶ marquer la réalisation d'un but familial en organisant une activité familiale favorite.

Les collectivités peuvent :

- ▶ appuyer des programmes de mentorat qui jumèlent des bénévoles adultes avec des adolescents dont les intérêts sont similaires afin qu'ils puissent partager les buts et les réalisations;
- ▶ utiliser les médias pour décerner des prix aux adolescents de la localité ayant réalisé des buts importants.

CERTAINS ÉLÉMENTS IMPORTANTS POUR LES ÉLÈVES DE LA 7^E ANNÉE

Repassez les éléments suivants. Ajoutez au bas de la liste d'autres éléments que vous considérez importants. Puis encerclez les trois éléments qui vous apparaissent le plus importants.

- ▶ argent et richesse
- ▶ obtenir de bonnes notes
- ▶ faire partie d'une église
- ▶ exceller dans les sports
- ▶ être fort physiquement
- ▶ être populaire à l'école
- ▶ avoir un meilleur ami
- ▶ avoir beaucoup d'amis
- ▶ avoir une vie privée
- ▶ porter des vêtements à la mode
- ▶ être en mesure de faire vos propres choix
- ▶ que vos parents aient une bonne opinion de vous
- ▶ être un bon exemple à suivre pour ses jeunes frères et sœurs
- ▶ avoir les mêmes choses (téléphone cellulaire, lecteur audionumérique MP3) que les autres enfants

Autres :

IDÉES POUR FAVORISER ET ENCOURAGER LA CRÉATION D'UN PORTFOLIO PERSONNEL

Les élèves peuvent :

- ▶ collectionner les certificats, les récompenses, les lettres et les protéger;
- ▶ demander des lettres de recommandation pour le travail de bénévolat effectué à l'école;
- ▶ prendre des photos des projets en étapes;
- ▶ observer les compétences des autres;
- ▶ mettre en ordre de priorités les domaines de développement futur;
- ▶ acquérir l'habileté de remarquer les signes de compétences personnelles.

Les parents peuvent :

- ▶ partager avec les adolescents des observations en matière de compétences;
- ▶ appuyer les efforts des adolescents de collectionner et de sélectionner des échantillons de travail afin de les inclure dans les dossiers de présentation et de réfléchir sur leur travail;
- ▶ aider les jeunes à acquérir des compétences;
- ▶ servir de mentors;
- ▶ prendre des photos des projets;
- ▶ offrir une rétroaction positive en vue d'acquérir des compétences;
- ▶ partager leurs propres preuves de compétences et d'acquisition de compétences.

Les collectivités peuvent :

- ▶ accorder de l'importance aux dossiers de présentation en posant des questions à cet effet au cours des entrevues d'emploi ou de placement des bénévoles;
- ▶ offrir une rétroaction sur les dossiers présentés par les jeunes dans la collectivité;
- ▶ servir de mentors en partageant leurs propres dossiers de présentation sur des activités d'acquisition de compétences;
- ▶ offrir des occasions d'acquérir des expériences de bénévolat;
- ▶ fournir des lettres de référence qui font état d'observations et de preuves de compétences.

IDÉES POUR AMÉLIORER LA SANTÉ SCOLAIRE ET COMMUNAUTAIRE

Les élèves peuvent :

- ▶ être conscients des préoccupations locales en matière de santé dans la collectivité, telles que la pollution, le tabagisme, les dangers en eau, le matériel agricole ou récréatif dangereux;
- ▶ proposer des projets communautaires pour s'occuper des préoccupations locales en matière de santé;
- ▶ participer à des initiatives de nettoyage des terrains de jeu et communautaires.

Les parents peuvent :

- ▶ parler aux adolescents de la protection solaire, de la fumée secondaire, de la pollution et de la sécurité des véhicules à moteur;
- ▶ donner l'exemple en matière de bonnes habitudes de santé personnelles à la maison et en public;
- ▶ faire des suggestions pour des projets de santé communautaire menés par les élèves;
- ▶ se porter volontaires pour superviser des projets de santé communautaire menés par les élèves.

Les collectivités peuvent :

- ▶ réagir aux propositions des élèves face aux projets de santé communautaire;
- ▶ présenter des exposés dans les écoles sur les préoccupations de santé communautaire en ayant recours à des professionnels et des organismes locaux;
- ▶ maintenir des normes adéquates en matière de santé et de sécurité dans les usines, les fabriques et les entreprises locales.

LE BÉNÉVOLAT

L'apprentissage par le service est un processus de fixation de buts et d'action qui a une influence positive sur les autres. Tous les élèves peuvent y participer. Il offre des avantages à tous ceux qui y participent.

Pour les élèves, les avantages sont :

- ▶ renforcer les connaissances et les compétences scolaires en les appliquant aux problèmes réels;
- ▶ établir des relations positives avec diverses gens;
- ▶ faire la connaissance de personnes possédant des bagages différents;
- ▶ découvrir de nouveaux intérêts et de nouvelles habiletés;
- ▶ établir des buts et franchir les étapes pour les atteindre;
- ▶ travailler en collaboration;
- ▶ assumer des rôles de leadership;
- ▶ apprendre l'importance d'aider les autres et de s'en occuper.

Pour les enseignants, les avantages sont :

- ▶ avoir des relations constructives et étroites avec les élèves;
- ▶ atteindre les élèves qui ont des difficultés à suivre le programme scolaire standard;
- ▶ établir des partenariats avec les parents, l'école et la collectivité;
- ▶ promouvoir la visibilité de l'école au sein de la collectivité;
- ▶ favoriser l'esprit d'appartenance et de fierté scolaires;
- ▶ tisser des liens de collégialité avec les autres membres du personnel.

Pour l'école et la collectivité, les avantages sont :

- ▶ favoriser l'interdépendance entre les élèves, l'école et la collectivité;
- ▶ améliorer l'ambiance scolaire en encourageant les élèves à travailler ensemble de manières positives;
- ▶ une vue plus positive des jeunes de la part de la collectivité, ce qui entraîne un appui plus solide à l'endroit des jeunes et des écoles;
- ▶ une plus grande sensibilisation à l'égard des besoins et des préoccupations de la collectivité;
- ▶ une plus grande mobilisation communautaire afin de s'attaquer à des questions importantes.

