

Le *Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé (ÉP-ÉS)* a été développé pour appuyer l'enseignement d'*Éducation physique et Éducation à la santé de la maternelle à la 12^e année : Programme d'études : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*.

L'outil vise à faciliter la planification, l'évaluation et le suivi des progrès des élèves, en illustrant :

1. La correspondance de tous les résultats d'apprentissage spécifiques (RAS) actuels d'ÉP-ÉS de la maternelle à la 10^e année avec les diverses sections du bulletin provincial pour cette matière (Motricité, Gestion de la condition physique, Modes de vie sains et Comportements liés à l'apprentissage);
2. Le regroupement des résultats d'apprentissage d'ÉP-ÉS en fonction des thèmes principaux du programme pour chaque paire de niveaux scolaires (la maternelle n'étant pas groupée), appelés dans cet outil *grands domaines d'apprentissage*;
3. L'identification des *objectifs de rendement*, un autre terme utilisé dans ce planificateur pour résumer les connaissances, les habiletés et les attitudes auxquelles on s'attend des élèves pour l'atteinte des résultats dans chaque sous-groupe de RAS;
4. Le regroupement des RAS d'ÉP-ÉS qui correspondent aux *comportements liés à l'apprentissage* du bulletin provincial pour le développement de la responsabilité sociale;
5. La confection d'un modèle d'identification de ressources pédagogiques selon les *grands domaines d'apprentissage* identifiés dans la section des *modes de vie sains* de ce planificateur.

Veillez noter que les regroupements de RAS, les *grands domaines d'apprentissage* et les *objectifs de rendement* identifiés dans ce planificateur sont des suggestions aux fins uniques de cet outil et ne visent pas à établir l'importance relative des RAS. Tous les RAS du *Cadre des résultats d'apprentissage* demeurent obligatoires.

Catégorie d'ÉP-ÉS : Motricité

L'élève acquiert des concepts de motricité et la capacité de les utiliser de manière sécuritaire et fonctionnelle dans une gamme d'activités et d'environnements physiques.

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
Développement de la motricité 5-6.Mot.1 Utilisation d'habiletés motrices déterminées et propres à des activités dans le cadre de plusieurs expériences et contextes d'activités physiques.	Repérer, analyser et corriger les erreurs dans la réalisation de séquences de mouvements personnelles.	C15A1. Détecter, analyser et corriger ses erreurs dans la réalisation de tâches faisant appel aux habiletés motrices fondamentales.	C16A1. Décrire des applications des habiletés motrices fondamentales dans diverses formes d'activité physique.
		C15B1. Cerner les facteurs personnels de développement moteur sur lesquels on peut exercer un certain contrôle.	C16B1. Cerner les facteurs personnels de développement moteur sur lesquels on n'a aucun contrôle.
	Effectuer des extensions et des variations de mouvements tout en appliquant les principes de biomécanique.	C15B2. Énoncer les principes biomécaniques applicables au contrôle du mouvement lors des activités nécessitant de l'équilibre.	C16B2. Énoncer les principes biomécaniques applicables au lancement et à la réception d'objets.
		H15A1. Se déplacer seul ou avec d'autres, avec ou sans obstacles, en appliquant des principes de mécanique pour accroître autant que possible le contrôle de ses mouvements de locomotion.	H16A1. Exécuter des extensions ou des variations des mouvements fondamentaux de locomotion en appliquant des principes de mécanique pour accroître autant que possible la vitesse, la hauteur ou la distance.
		H15A2. Exécuter des mouvements de manipulation en appliquant des principes de mécanique pour accroître autant que possible le contrôle au cours de déplacements effectués seul ou avec les autres.	H16A2. Exécuter des mouvements de manipulation en appliquant des principes de mécanique pour accroître autant que possible la précision et la distance.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		H15A3. Prendre avec aisance diverses positions du corps qui font appel à l'équilibre statique en appliquant les principes de mécanique nécessaires et en employant des appareils variés.	H16A3. Réaliser des tâches qui font appel à l'équilibre dynamique en appliquant les principes de mécanique nécessaires et en recherchant la meilleure stabilité possible.
	Combiner et appliquer des habiletés motrices et des concepts déterminés dans diverses catégories d'activités physiques.	H15B1. Employer des combinaisons d'habiletés motrices déterminées dans une variété de jeux et d'activités qui se jouent individuellement ou deux contre deux, y compris des activités innovatrices.	H16B1. Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés motrices déterminées dans une variété de jeux et de sports qui se jouent individuellement ou à deux (simple/double), y compris des jeux issus de diverses cultures.
		H15B2. Employer des combinaisons d'habiletés motrices déterminées dans une variété de jeux et de sports collectifs, y compris des activités innovatrices.	H16B2. Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés motrices déterminées dans une variété de jeux et de sports collectifs, y compris des jeux issus de diverses cultures.
		H15C1. Démontrer une maîtrise fonctionnelle des habiletés motrices déterminées dans des activités se pratiquant en plein air sur le terrain de l'école ou dans des activités spéciales.	H16C1. Réaliser des tâches qui font appel à des habiletés motrices déterminées et à des variations de celles-ci et qui se pratiquent au moyen de matériel varié et dans des environnements variés.
		H15D1. Démontrer une maîtrise fonctionnelle des positions et des mouvements fondamentaux dans les activités rythmiques où il y a des enchaînements répétitifs et qui illustrent au moins deux styles ou deux traditions différents.	H16D1. Démontrer une maîtrise fonctionnelle des positions et des mouvements fondamentaux dans les activités rythmiques où il y a des enchaînements répétitifs et qui illustrent au moins deux styles ou deux traditions différents.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		H15D2. Démontrer une maîtrise fonctionnelle de combinaisons d'au moins deux habiletés motrices déterminées et des concepts relatifs à la motricité dans des enchaînements de mouvements gymniques.	H16D2. Démontrer une maîtrise fonctionnelle de combinaisons d'au moins deux habiletés motrices déterminées et des concepts relatifs à la motricité dans des enchaînements de mouvements gymniques.
	Manifester une compréhension des concepts liés à la qualité du mouvement et des liens entre la conception et l'exécution de séquences de mouvements.	C15B3a. Concevoir des suites de mouvements incluant des hauteurs, des parcours et des directions variés.	C16B3. Concevoir des suites de mouvements réalisés en groupe exploitant diverses qualités et diverses formations.
		C15B3c. Reconnaître les qualités de l'effort dans une suite de mouvements effectuée avec d'autres.	
		C15B3d. Employer le concept des relations pour décrire le mouvement des objets ou des personnes.	
Compréhension de la motricité 5-6.Mot.2 Emploi de la terminologie, des règles et des stratégies dans le cadre de la participation à des jeux préparatoires et pour leur arbitrage.	Identifier des stratégies offensives et défensives simples employées dans divers jeux préparatoires.	C15C3. Déterminer des stratégies de jeu collectif efficaces au moyen de la résolution de problèmes.	C16C3. Décrire des stratégies offensives et défensives simples employées dans les jeux préparatoires menant à divers sports.
	Montrer une compréhension du franc-jeu et de l'esprit d'équipe manifestés par soi-même ou par les autres dans le cadre de diverses activités physiques.	C15C4. Manifester une bonne compréhension de l'esprit d'équipe et du franc-jeu dans diverses formes d'activité physique.	C16C4. Donner des exemples de franc-jeu et de bon esprit d'équipe manifestés par d'autres dans diverses formes d'activité physique.
	Mettre en pratique les règles et la terminologie propres à la participation, à l'arbitrage et à la planification de jeux préparatoires.	H15B3. S'acquitter de fonctions d'officiel simples lors d'activités se déroulant en classe.	H16B3. Collaborer avec d'autres pour planifier, organiser et arbitrer des activités physiques.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C15C1. Appliquer les règles propres aux jeux préparatoires à titre de participant ou d'officiel.	C16C1. Adapter les règles de jeux préparatoires selon des critères prédéterminés lors d'activités de résolution de problèmes.
		C15C2. Employer les termes généraux associés aux jeux et aux autres activités préparatoires.	C16C2. Employer les termes spécifiques à des jeux et à d'autres activités préparatoires déterminés.
Gestion des risques associés à l'activité physique 5-6.Mot.3 Utilisation de pratiques sécuritaires pour la prise en charge des risques dans le cadre d'activités physiques.	Manifester une compréhension des pratiques sécuritaires, des règles de sécurité et des comportements pour la participation et l'utilisation du matériel dans le cadre d'activités physiques et d'environnements spécifiques.	C35A1. Manifester une bonne compréhension des règles de sécurité alors qu'il aide d'autres personnes à pratiquer des formes habituelles ou modifiées d'activité physique.	C36A1. Manifester une bonne compréhension des règles de sécurité alors qu'il aide d'autres personnes à pratiquer des formes habituelles ou modifiées d'activité physique.
			C36A2. Déterminer comment les conditions environnementales peuvent accroître les risques liés aux activités en plein air.
		C35A3. Donner les raisons pour lesquelles la pratique de l'activité physique nécessite une tenue vestimentaire adéquate.	C36A3. Reconnaître les raisons qui justifient le port d'une tenue vestimentaire adaptée aux conditions météorologiques et environnementales existantes lors de la pratique d'une forme ou d'une autre d'activité physique.
		C35A4. Élaborer des lignes directrices et adopter des comportements en vue de se protéger contre les dangers liés à l'utilisation du matériel et des installations.	C36A4. Élaborer des lignes directrices et adopter des comportements en vue de se protéger contre les dangers liés à l'utilisation du matériel et des installations.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C35A5a. Manifester une bonne compréhension des dangers propres à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel.	C36A5a. Manifester une bonne compréhension des dangers propres à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel.
		C35A5b. Énoncer les règles de sécurité aquatiques et décrire les dangers propres aux activités aquatiques.	C36A5b. Décrire les étapes à suivre en cas d'urgence consécutive à un accident de bicyclette.
		C35B2. Décrire des manières applicables à lui-même et aux autres de réagir adéquatement dans des situations dangereuses causées par des facteurs environnementaux.	
		H35A1. Adhérer à des règles et des pratiques établies pour assurer la sécurité des participants, notamment lorsqu'ils utilisent du matériel lors d'activités physiques spécifiques.	H36A1 Adhérer à des règles et des pratiques établies pour assurer la sécurité des participants, notamment lorsqu'ils utilisent du matériel lors d'activités physiques spécifiques.

Catégorie d'ÉP-ÉS : Gestion de la condition physique

L'élève acquiert des notions de conditionnement physique et des habiletés qui contribuent au développement de sa condition physique grâce à une variété d'activités et d'expériences de développement de la condition physique.

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année		
Concepts de développement de la condition physique 5-6.CP.1 Compréhension des déterminants de la santé et de la condition physique pour le développement de la condition physique et des habiletés.	Reconnaître les déterminants de la santé et de la condition physique, ainsi que les facteurs qui contribuent au développement des qualités physiques.	C25A1. Reconnaître les déterminants de la condition physique et donner une forme d'exercice permettant d'améliorer chacun d'entre eux.	C26A1. Reconnaître les qualités physiques associées à la performance et les déterminants de la condition physique.		
		C25B1. Décrire les effets bénéfiques à long terme sur le plan de la condition physique d'activités de conditionnement physique nécessitant un effort modéré ou vigoureux.			
			C56B1. Reconnaître les bienfaits et les bienfaits socio-affectifs de la pratique quotidienne de l'activité physique.		
			C25C2. Manifester une bonne compréhension des facteurs ayant une incidence sur le développement des qualités physiques.	C26C2. Manifester une bonne compréhension des facteurs ayant une incidence sur le développement des qualités physiques.	
			C25C4. Déterminer les facteurs intrinsèques et extrinsèques qui incitent les gens à faire de l'exercice pour améliorer leur condition physique.	C26C4. Ajuster son comportement pour inciter les autres à participer et à faire des efforts.	
			Manifester une compréhension de la terminologie de base et des effets de l'exercice et de l'activité	C15B3b. Comprendre les termes décrivant l'action	

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
	physique sur les systèmes cardiovasculaire, musculaire et squelettique.	des muscles et des articulations.	
		C25C1a. Reconnaître les termes associés aux fonctions du système cardio-vasculaire dans le contexte de l'activité physique.	C26C1a. Nommer les os principaux du système osseux humain et leurs fonctions.
		C25C1b. Décrire les effets des formes aérobies d'activité physique et de l'inactivité sur le système cardio-vasculaire.	C26C1b. Décrire les effets de l'exercice et de l'inactivité sur le système osseux humain.
	Montrer une compréhension des techniques d'étirement sécuritaires dans les activités d'échauffement (en préparation aux mouvements) et dans les exercices de flexibilité.	C35A2. Manifester une bonne compréhension des techniques applicables à des exercices d'étirement déterminés lors de l'échauffement ou du retour au calme.	
		C25C3. Manifester une bonne compréhension du principe voulant que les exercices d'étirement des grands groupes musculaires nécessitent, pour être efficaces, le maintien de la position étirée pendant un certain temps.	C26C3. Indiquer les bonnes techniques et les mouvements à éviter dans le cas des exercices d'étirement.
Participation active 5-6.CP.2 Participation aux activités physiques qui contribuent au développement de la condition physique personnelle.	Effectuer correctement les exercices et les activités conçus pour améliorer et maintenir la condition physique et en soutenir les efforts.	H25A1a. Montrer la bonne façon d'exécuter des exercices de conditionnement physique qui visent à améliorer et à entretenir les déterminants de la condition physique.	H26A1a. Pratiquer des exercices de conditionnement physique ou des activités physiques qui visent à améliorer et à entretenir les déterminants de la condition physique et les qualités physiques associées à la performance.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		H25A1b. Soutenir un effort continu pendant une certaine durée tout en maintenant son rythme cardiaque dans une zone cible.	H26A1b. Démontrer l'utilisation de la bonne technique pendant une activité physique aérobique d'une certaine durée tout en maintenant son rythme cardiaque dans une zone cible.
	Mettre au point un plan d'action personnel de vie quotidienne active, ainsi que des moyens de respecter ce plan.		C56B2. Donner des exemples de décisions responsables qui favorisent la pratique quotidienne de l'activité physique.
			C56B3. Indiquer les influences positives et négatives des médias et d'autres sources en ce qui concerne la promotion d'un mode de vie actif.
			H56A2. Élaborer un plan d'action personnel en vue de faire quotidiennement de l'activité physique, y compris les moyens à prendre pour pouvoir respecter ce plan.
Évaluation de la condition physique 5-6.CP.3 Utilisation de la technologie et d'outils pour mesurer et évaluer la condition physique personnelle.	Faire la démonstration de techniques de surveillance du rythme cardiaque pendant les activités aérobiques et du maintien de ce rythme dans une zone cible.	H25A2. Montrer comment mesurer le rythme cardiaque par un calcul rapide ou au moyen d'un instrument avant, pendant et après l'exercice et comparer le rythme mesuré aux zones cibles.	H26A2. Comparer son rythme cardiaque à l'effort aux zones cibles générales.
	Démontrer l'utilisation de stratégies d'évaluation pour surveiller les résultats de sa condition physique personnelle et la participation à des activités physiques.	H25A3a. Mesurer ses capacités par des tests ou des tâches simples liés aux déterminants de la condition physique.	H26A3a. Employer divers moyens pour enregistrer et organiser les résultats des tests de condition physique et la description de ses activités physiques.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		H25A3b. Comparer à divers moments de l'année scolaire les résultats qu'il obtient lors des tests de condition physique et son degré d'activité physique en vue de suivre l'évolution de sa condition physique et d'ajuster ses objectifs en conséquence.	H26A3b. Comparer à divers moments de l'année scolaire les résultats qu'il obtient lors des tests de condition physique et son degré d'activité physique en vue de suivre l'évolution de sa condition physique et d'ajuster ses objectifs en conséquence.
Premiers soins 5-6.CP.4 Démonstration des méthodes de premiers soins élémentaires pour les blessures et les troubles médicaux courants.	Manifester une compréhension des méthodes de premiers soins de base pour les blessures et les troubles médicaux courants.		C36B3. Manifester une bonne compréhension des blessures et des troubles médicaux courants ainsi que des règles élémentaires à suivre pour les premiers soins.
			H36A2. Montrer la marche à suivre applicable aux premiers soins élémentaires en cas de blessure ou de trouble courant.

Catégorie d'ÉP-ÉS : Modes de vie sains

L'élève acquiert des concepts et des habiletés pratiques personnelles et interpersonnelles de mieux-être, d'habitudes de vie saines et de relations interpersonnelles saines.

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
Prise de décisions concernant la santé et le bien-être 5-6.ÉS.1 Recours à la planification, à la prise de décisions et à la résolution de problèmes concernant la santé et le bien-être.	Établir et revoir les objectifs et les priorités reliés à la santé et au bien-être personnels.	C45A2a. Indiquer comment un groupe peut se fixer des objectifs dans le contexte de l'apprentissage coopératif et de la constitution d'une équipe.	C46A2a. Se fixer des objectifs à court et à long terme et les modifier au besoin dans le domaine de la gestion personnelle.
		C45A2b. Montrer l'importance de faire preuve de maîtrise de soi et d'assumer la responsabilité de ses propres actes pour arriver à s'épanouir.	C46A2b. Déterminer quelles techniques de gestion du temps et quelles méthodes d'organisation peuvent être utiles pour planifier ses activités.
		C45A3. Reconnaître son influence et celle des autres dans l'établissement de ses priorités et dans ses prises de décisions en vue d'assumer pleinement ses responsabilités.	C46A3. Décrire l'effet des facteurs personnels et des facteurs sociaux sur les décisions qui devraient être prises de manière responsable en vue de favoriser sa santé.
		H45A1. Utiliser le processus d'établissement d'objectifs pour suivre le progrès d'un groupe par rapport à un objectif collectif.	H46A1. Évaluer et rectifier ses objectifs personnels dans les domaines sanitaire et scolaire en vue d'améliorer sa santé et son bien-être.
		H45A2. Établir des priorités conformes à un mode de vie sain et actif physiquement lors de la recherche d'une solution et faire ainsi preuve d'un bon jugement dans la prise de décisions.	H46A2. Déterminer les conséquences positives et négatives de solutions éventuelles dans le cadre du processus de prise de décisions et de résolution de problèmes.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
Sécurité personnelle et des autres (A) 5-6.ÉS.2 Compréhension des préoccupations concernant la sécurité dans les activités de la vie quotidienne et des mesures de soutien offertes.	Examiner et décrire les préoccupations en matière de sécurité et les moyens d'obtenir de l'aide à domicile, à l'école et dans la communauté.	C35B1. Examiner les préoccupations de la population dans le domaine de la sécurité, notamment celles qui sont véhiculées par les médias au sujet des voies publiques, de la circulation automobile, du transport en autobus, des véhicules récréatifs et des endroits sans surveillance.	C36B1. Décrire des situations sécuritaires et des situations dangereuses à domicile, à l'école et ailleurs lorsqu'il doit veiller sur lui-même et sur d'autres personnes.
		C35B4. Désigner les personnes et les organismes de son milieu de vie qui favorisent la sécurité et la santé publiques.	C36B4. Indiquer comment obtenir de l'aide selon le type d'accident ou de situation dangereuse.
Sécurité personnelle et des autres (B) 5-6.ÉS.3 Compréhension des lignes directrices de sécurité et des méthodes permettant de traiter des situations de mauvais traitement et de harcèlement.	Décrire les lignes directrices et les stratégies permettant de prévenir ou d'éviter l'intimidation et le harcèlement dans diverses situations.	C45B4. Indiquer des stratégies permettant de prévenir ou d'éviter des situations embarrassantes ou dangereuses et montrer l'utilité ou la pertinence de ces stratégies.	
		C35B5a. Donner des exemples de mauvais traitements physiques et verbaux infligés aux autres.	
		C35B5b. Décrire les lignes directrices à suivre et les stratégies à employer pour faire échec à l'intimidation et au harcèlement dans diverses situations.	
	Identifier des stratégies pour se protéger et protéger les autres dans des situations de mauvais traitement, d'abus sexuel et de relations abusives possibles.	C35B6a. Indiquer les lignes directrices à suivre pour se protéger et pour protéger les autres dans des situations risquant d'entraîner des mauvais traitements de nature sexuelle.	

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C35B6b. Donner des signes caractéristiques de mauvais traitements dans les rapports qu'entretiennent les gens entre eux.	
Développement mental affectif 5-6.ÉS.4 Illustration de stratégies de gestion du stress à employer dans divers contextes.	Décrire les émotions associées à la perte d'un être cher, les stratégies qui conviennent pour exprimer ces sentiments et les sources d'aide.		C46C1a. Déterminer des stratégies pour échanger et exprimer ses émotions de manière acceptable.
			C46C1b. Reconnaître les diverses émotions que l'on peut éprouver lorsqu'on subit la perte d'un être cher, y compris les étapes que l'on traverse alors, et indiquer où l'on peut obtenir de l'aide.
	Décrire les réponses du corps au stress et cerner des stratégies de gestion du stress dans diverses situations.		C46C2. Indiquer les traits de personnalité qui facilitent la gestion du stress et augmentent la capacité d'une personne à résister aux épreuves de la vie.
			C46C3. Décrire les phases du syndrome général d'adaptation (SGA) qui constitue la réaction de l'organisme soumis à un stress.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
			C46C4a. Indiquer des stratégies de gestion du stress qui permettent de maîtriser sa colère dans diverses situations.
			H46A5. Employer des stratégies de gestion du stress dans diverses situations typiques.
Habitudes de santé personnelles 5-6.ÉS.5 Compréhension des pratiques quotidiennes de maintien de la santé personnelle.	Décrire les méthodes de prise en charge de l'hygiène personnelle et mettre au point des plans d'action à cet effet.		C56A1. Indiquer pourquoi les pratiques régulières d'hygiène sont importantes pendant l'adolescence.
			C56A2. Nommer des pratiques et des politiques qui favorisent la santé publique à l'école et ailleurs.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C55A3. Décrire sommairement les soins d'hygiène dentaire personnelle et les soins fournis par les spécialistes pour prévenir l'accumulation de plaque dentaire, la mauvaise haleine, la carie dentaire et les maladies dentaires.	
			H56A1. Élaborer un plan d'action concernant les pratiques quotidiennes d'hygiène personnelle pendant l'adolescence.
Nutrition 5-6.ÉS.6 Compréhension des choix alimentaires et des besoins visant à maintenir un corps sain.	Manifester une compréhension des avantages de faire de bons choix alimentaires et de pratiquer une activité physique régulière.		C56C1a. Indiquer les choix alimentaires à faire et les types d'activité physique à pratiquer pour se maintenir en bonne santé.
			C56C1b. Décrire les effets bénéfiques conjugués que l'on obtient sur le plan de la santé en choisissant des aliments sains et en faisant de l'activité physique quotidiennement.
	Identifier et évaluer ses habitudes alimentaires quotidiennes personnelles et décrire des stratégies de résolution de problèmes à cet effet.		C56C2. Indiquer les habitudes à prendre en matière d'aliments solides et de fluides pour répondre aux besoins de l'organisme lorsqu'on pratique diverses formes d'activité physique.

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
			H56A3a. Évaluer son alimentation personnelle pendant une période de 1 à 3 jours comparativement aux apports quotidiens recommandés.
			H56A3b. Employer des stratégies de résolution de problèmes pour améliorer son alimentation et faire de l'activité physique quotidiennement de manière à se maintenir en bonne santé.
Prévention de l'utilisation et de l'abus d'alcool et d'autres drogues 5-6.ÉS.7 Compréhension des stratégies visant à prévenir ou à éviter l'utilisation et la consommation abusive de certaines substances.	Faire la distinction entre les substances médicales et non médicales, identifier leurs effets sur les systèmes du corps humain et connaître leur utilisation appropriée.	C55D1. Distinguer entre les substances médicales et les substances non médicales et indiquer leurs usages appropriés.	
		C55D2. Décrire les effets de la consommation de diverses substances sur les systèmes du corps humain.	
	Comprendre les stratégies visant à prévenir ou à éviter l'utilisation et la consommation abusive de certaines substances.	C55D3. Cerner les influences des pairs, de la culture, des médias et de la société relativement à la consommation et à l'abus de certaines substances.	
		H55A4. Appliquer des stratégies en vue de prévenir ou d'éviter la consommation ou l'abus de certaines substances dans diverses situations types.	

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
Sexualité 5-6.ÉS.8 Compréhension des changements physiques et socio-affectifs, ainsi que des responsabilités personnelles associées à la puberté.	Décrire la structure et la fonction du système reproducteur et du système endocrinien chez les humains.	C55E1a. Décrire la structure et les fonctions des systèmes reproducteur et endocrinien des êtres humains.	
	Identifier les changements physiques, sociaux et affectifs associés à la puberté.	C55E1b. Décrire les changements physiques associés à la puberté et les soins d'hygiène qui sont importants.	
		C55E1c. Décrire l'effet de l'hérédité sur la croissance et sur les caractéristiques qui différencient une personne des autres.	
		C55E2. Indiquer les changements socio-affectifs associés à la puberté.	

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
	Décrire des stratégies décisionnelles reliées aux enjeux de la puberté.	C55E3c. Indiquer les responsabilités qui accompagnent les changements physiques, sociaux et affectifs pendant la puberté.	
		H55A5. Appliquer la méthode enseignée de prise de décisions dans des situations types relatives aux problèmes vécus lors de la puberté.	
	Discuter de questions sociales et culturelles concernant la sexualité, l'orientation sexuelle, l'identité sexuelle et l'expression de genre.	C55E3a. Indiquer les influences auxquelles il est soumis en ce qui concerne la sexualité et les rôles assignés à chacun des sexes.	
		C55E3b. Indiquer comment les phénomènes sociaux et culturels agissent sur la sexualité et les rôles assignés à chacun des sexes.	
	Décrire les caractéristiques et les effets du VIH et du sida sur le système immunitaire.	C55E4a. Identifier les caractéristiques et les effets du VIH et du sida sur le système immunitaire.	

Comportements d'apprentissage d'ÉP-ÉS : Responsabilité sociale

L'élève fait preuve de sens civique et de sociabilité contribuant à faire de la classe, de l'école et de la communauté dans son ensemble des environnements positifs, sécuritaires et bienveillants.

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C45A1. Indiquer comment les autres peuvent influencer sur son image de soi et sur les sentiments qu'il éprouve envers soi.	C46A1. Décrire les caractéristiques individuelles qui contribuent au développement de l'identité personnelle, de la confiance en soi et de l'autonomie.
		C45B1a. Décrire des comportements qui dénotent le respect des droits des autres et qui ménagent leur susceptibilité.	C46B1a. Indiquer les influences sociales qui favorisent les bonnes décisions ou qui leur nuisent.
		C45B1b. Reconnaître le rôle de divers événements et activités pour mieux connaître et mieux comprendre des gens de sa culture et d'autres cultures.	C46B1b. Situer le rôle actif qu'il doit jouer et les responsabilités qu'il doit assumer dans divers contextes sociaux.
		C45B2a. Décrire des comportements verbaux et non verbaux qui facilitent la communication en vue d'entretenir de bonnes relations ou des comportements qui nuisent à celles-ci.	C46B2a. Nommer divers styles de communication et donner leurs caractéristiques.
		C45B2b. Reconnaître des qualités qui sont importantes pour établir et maintenir des liens d'amitié.	C46B2b. Indiquer les comportements qui sont importants pour pouvoir coopérer avec les autres.
		C45B3a. Indiquer des composantes de la gestion de la colère et des stratégies permettant de garder la maîtrise de soi dans divers contextes.	

Planificateur d'Éducation physique et Éducation à la santé - 5^e et 6^e années - ÉBAUCHE, 2 septembre 2016

5 ^e et 6 ^e années - Grands domaines d'apprentissage	5 ^e et 6 ^e années - Objectifs de rendement	RAS 5 ^e année	RAS 6 ^e année
		C45B3b. Indiquer des idées fausses véhiculées par les médias qui peuvent causer ou nourrir des conflits.	
		C45B3c. Manifester une bonne compréhension des étapes du processus de résolution de conflits et des stratégies de résolution de conflits pour résoudre des désaccords et désamorcer des conflits.	
		H45A3. Employer ses habiletés interpersonnelles pour s'entendre avec les autres lorsqu'il faut prendre collectivement des décisions dans le cadre d'activités scolaires.	H46A3. Employer ses habiletés interpersonnelles pour intégrer les autres dans divers types d'activité physique.
		H45A4. Montrer comment, dans diverses situations typiques de conflits, on peut trouver une issue favorable pour toutes les personnes concernées.	