
Secondaire 1

4. Gestion personnelle et relations humaines

L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.

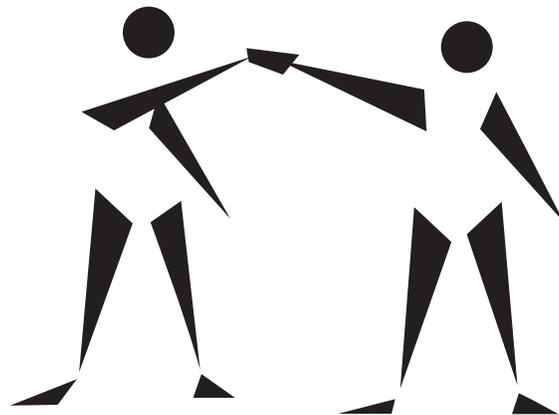




Tableau synthèse de Gestion personnelle et relations humaines

L'élève doit être capable de se connaître lui-même, de prendre des décisions favorables à sa santé, de coopérer avec les autres en toute équité et de bâtir des relations positives avec eux.

Lettre	Domaine	Sous-domaines	Indicateurs d'attitudes
A	Développement personnel	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conscience et estime de soi 2. Établissement d'objectifs 3. Processus de prise de décisions et de résolution de problèmes 	<p><i>L'élève doit :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 4.1 Manifester une attitude positive à l'égard de l'apprentissage, de sa croissance et de sa santé. 4.2 Être sensible aux besoins et aux capacités des autres. 4.3 Faire preuve d'un bon sens des responsabilités dans son travail et ses jeux. 4.4 Manifester le désir de jouer franc-jeu et de travailler en collaboration avec les autres. 4.5 Faire preuve d'une attitude positive à l'égard du changement. 4.6 Aimer participer et apprendre.
	Relations humaines	<ol style="list-style-type: none"> 1. Responsabilités sociales 2. Rappports 3. Résolution de conflits 4. Stratégies d'évitement et de refus 	
	Développement affectif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sentiments et émotions 2. Facteurs de stress 3. Effets du stress 4. Stratégies de gestion du stress 	
A	Développement et application des habiletés de gestion personnelle et des habiletés sociales dans le contexte de l'activité physique et du maintien d'habitudes de vie saines	<ol style="list-style-type: none"> 1. Établissement d'objectifs et planification 2. Prise de décisions et résolution de problèmes 3. Habiletés interpersonnelles 4. Habiletés de résolution de conflits 5. Habiletés de gestion du stress 	

Connaissances

Habiletés



Tableau synoptique du résultat d'apprentissage général n° 4 — Gestion personnelle et relations humaines

		<i>Sous-domaines</i>										M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2				
<i>Connaissances</i>	<i>Domaine A</i>	1. Conscience et estime de soi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		2. Établissement d'objectifs	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		3. Processus de prise de décisions et de résolution de problèmes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		4. Stratégies d'évitement et de refus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<i>Habiletés</i>	<i>Domaine B</i>	1. Responsabilités sociales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		2. Rapports	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		3. Résolution de conflits	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		4. Stratégies d'évitement et de refus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<i>Habiletés</i>	<i>Domaine C</i>	1. Sentiments et émotions	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		2. Facteurs de stress	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		3. Effets du stress	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		4. Stratégies de gestion du stress	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<i>Habiletés</i>	<i>Domaine A</i>	<i>Sous-domaines</i>		M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2												
		1. Établissement d'objectifs et planification	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																		
		2. Prise de décisions et résolution de problèmes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		3. Habiletés interpersonnelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		4. Habiletés de résolution de conflits	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

éveil acquisition ou développement maintien



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.A.1 *L'élève sera apte à :*

Exposer ses points forts, ses valeurs et ses stratégies pour s'épanouir (p. ex. améliorer ses points forts ou ses faiblesses, refaçonner ses pensées négatives, penser de manière positive, faire preuve de persévérance dans la poursuite des objectifs en dépit des obstacles) **et avoir une image de soi positive.**

Suggestions pour l'enseignement

Pourquoi j'ai de quoi être fier

- Inviter les élèves à trouver leurs forces personnelles en énumérant :
 - les caractéristiques qui les rendent intéressants;
 - des termes positifs pour se décrire eux-mêmes;
 - les raisons pour lesquelles ils ont de bons amis;
 - les qualités qui font d'eux de bons travailleurs et élèves;
 - les activités dans lesquelles ils performant bien;
 - des réalisations dont ils sont fiers.

Jeu du « Je »

- Demander aux élèves de former des groupes de deux et de dire, à tour de rôle, quelque chose à leur sujet (en trente secondes) concernant leurs forces, leurs convictions et leurs succès. Inviter chaque élève à commencer ses phrases par « Je ». Après trente secondes, leur demander de laisser la parole à leur partenaire. Après que les deux élèves de chaque groupe auront parlé, inviter chacun à résumer les qualités de son ou sa partenaire.

Caractéristiques par code de couleur

- Former de petits groupes d'élèves et fournir à chacun un ensemble de cartes de couleur portant les consignes suivantes :

Jaune *Indique une qualité positive à ton sujet.*

Bleu *Mentionne une réalisation dont tu es fier.*

Orange *Indique une raison pour laquelle les gens te respectent.*

Vert *Indique une qualité que tu admires chez un ami.*

Rouge *Fais un compliment à un membre du groupe.*

- Inviter les élèves à écrire une réponse à chaque carte et ensuite à partager leurs réponses, chacun leur tour, avec leur groupe.

Enseignements du cercle d'influences

- Encourager les élèves à examiner leurs propres forces et valeurs et les stratégies personnelles qui favorisent la réussite individuelle et une image positive de soi. Les inviter à discuter des liens qui existent entre les quatre aspects du cercle d'influences autochtone et les éléments examinés (voir les Remarques pour l'enseignant).

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.4.S2.A.1

ÉF : S1.5.1.1



Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Inviter les élèves à répondre dans leur journal aux questions ci-dessous :
 - *Comment mon meilleur ami me décrirait-il?*
 - *Comment mes parents ou tuteurs me décriraient-ils?*
 - *Comment aimerais-je que les gens me décrivent?*

Remarques pour l'enseignant

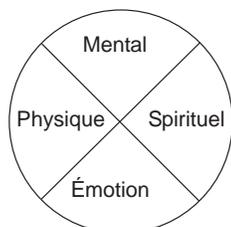
Glossaire

Estime de soi

Lien avec la philosophie autochtone

Pendant des siècles, bon nombre d'Autochtones ont utilisé le cercle d'influences comme outil d'apprentissage et d'enseignement. Le cercle d'influences aide la personne à s'orienter et à trouver un sens à la vie; il lui enseigne qu'il faut trouver l'équilibre entre les aspects physique, mental, émotif et spirituel pour maintenir la santé mentale, spirituelle et physique.

Le cercle d'influences



<i>Spirituel</i>	L'aspect spirituel de la nature humaine permet aux gens de voir au-delà de la situation présente pour découvrir le sens de la vie.
<i>Émotif</i>	L'aspect émotif désigne la nécessité pour tout être humain d'être aimé et d'avoir un sentiment d'appartenance.
<i>Physique</i>	L'aspect physique correspond à un corps humain fort et en santé.
<i>Mental</i>	L'aspect mental permet aux humains de penser et d'avoir un contrôle conscient sur leur environnement.

Adapté avec la permission de la Division scolaire de Winnipeg, *North American Indigenous Games : Teacher's Resource*, 2002. Winnipeg (Man.), Division scolaire de Winnipeg, 2001, p. 172.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

CANADA, DÉVELOPPEMENT DES RESSOURCES HUMAINES CANADA. *Exploite tes talents*, Hull, Développement des ressources humaines Canada, 2000, 1 dépliant. (DREF CV)

GOSSELIN, Wayne. *Portfolio scolaire et professionnel*, Vanier, Centre franco-ontarien de ressources pédagogiques, 1999, coll. « Pédagogie Performance Professionnalisme ». (DREF 371.42 G679p)

HELLESOE, Cynthia. *The Esteem Theme Game*, Board game. Dartmouth (N.-É.), The Esteem Theme Co., 2001.

VIAU, François, *Autochtones canadiens : avant l'arrivée de l'homme blanc*, Clarence Creek (Ont.), Kabulânlak, 1990, 35 p. (DREF B.M./971.00497/V623a)

Audiovisuel :

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576)

Nos vies, nos racines : une célébration de la jeunesse autochtone, [enregistrement vidéo], [Wallaceburg, Ont.] : Walpole Island Heritage Centre, London (Ont.), Kem Murch Productions, 1992, 1 vidéocassette de 34 min, guide éducatif. (DREF JWKB / V8641 + G)

Organisations/sites Web :

CANADA. DÉFENSE NATIONALE. *Les religions au Canada : Spiritualité autochtone*, [en ligne], 2004, <http://www.forces.gc.ca/hr/religions/frgraph/religions23_f.asp>, (mai 2005). [Historique et définition de la spiritualité autochtone incluant le cercle d'influences]

INFOPSY. *Comment développer l'estime de soi*, [en ligne], 2001, <<http://www.redpsy.com/infopsy/estime2.html>>, (mai 2005). [Suggestions d'activités pour développer l'estime de soi]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagename=CHN-RCS%2FPPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]

---. *Qu'est-ce que le cercle d'influences?*, [en ligne], 2003, <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?pagename=CHN-RCS/CHNResource/FAQCHNResourceTemplate&cid=1007051>>, (mai 2005). [Définition du cercle d'influences des peuples de l'Ile de la Grande Tortue]

* L'information contenue dans cette ressource de langue anglaise est jugée suffisamment importante pour s'ajouter aux ressources françaises.

4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Suggestions pour l'évaluation

Recherche sur une carrière

- Inviter les partenaires de chaque groupe à vérifier mutuellement les résultats de leur recherche pour s'assurer qu'il y a une réponse satisfaisante pour chacun des cinq points.

Recherche sur une carrière – Liste de vérification

L'élève :

- a décrit la carrière choisie;
- a déterminé le niveau d'instruction nécessaire (études secondaires, postsecondaires) pour cette carrière;
- a indiqué à quel endroit au Manitoba (ou ailleurs) on peut suivre ce programme d'études;
- a précisé le métier ou la profession et indiqué dans quels milieux ou établissements peut travailler la personne qui a suivi ce programme;
- a indiqué le salaire de base des personnes qui ont choisi cette carrière.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

BÉNÉVOLES CANADA. *Le bénévolat, ça marche! : façonnez votre avenir*, Ottawa, Bénévoles Canada, 2000, 1 livret pour les jeunes, 1 guide des parents des jeunes bénévoles, 1 guide des parents et jeunes bénévoles, 1 guide de l'animateur des jeunes bénévoles et 2 affiches. (DREF en traitement)

CONSEIL DE RESSOURCES HUMAINES EN BIOTECHNOLOGIE ET GROUPE DE TRAVAIL NATIONAL SUR LE DÉVELOPPEMENT DES CARRIÈRES EN BIOTECHNOLOGIE. *Les Carrières de la biotechnologie*, Montréal, Ma carrière inc., Ottawa, 1999, 162 p. (DREF 660.6023 C316)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV : Perspectives d'emploi et marché du travail : cahier de matériel d'apprentissage individualisé; cours : planification de son projet de formation*, Montréal, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d)

GABALDA, Jacques, et autres. *La médecine et ses métiers*, Paris, Hachette, 1991, 78 p., coll. « Échos ». (DREF 610.92/G112m)

Audiovisuel :

Chiropraticien - Physiothérapie, [enregistrement vidéo], réalisé par Marc FABAS et Maurice AUGER en collaboration avec Éducation Manitoba, Winnipeg, Société Radio-Canada, 1989, coll. « Carrières », 1 vidéocassette de 30 min. (DREF JBSJ/ V5307)

CONSEIL DE RESSOURCES HUMAINES EN BIOTECHNOLOGIE. *BioTech : trousse de carrières en biotechnologie : un outil multimédia de sensibilisation aux carrières*, [CD-ROM], Montréal, Ma Carrière inc., Ottawa, 1999, 1 disque compact, 1 guide pour les enseignants, 1 affiche, 1 guide des ressources. (CD-ROM 660.6023 B615)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

Être... pour de vrai : trousse d'animation : version 9^e-10^e année (14 à 16 ans), [ensemble multi-média] réalisé par Bill BARRY en collaboration avec Centre national en vie-carrière (Canada), Développement des ressources humaines Canada et Partenaires en info-carrière (Canada), Memramcook (N.-B), 2001, coll. « Jouer...pour de vrai », (DREF M.-M. 371.42 B279 9^e-10^e)

Interprète - Orthophoniste, [enregistrement vidéo], réalisé par Marc FABAS et Maurice AUGER en collaboration avec Éducation Manitoba, Winnipeg, Société Radio-Canada, 1989, coll. « Carrières », 1 vidéocassette de 30 min. (DREF JBSI / V5303)

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], Montréal, Gilles Sainte-Marie et associés, 1985, coll. « La santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMML / V6345)

Se donner des « elles », [enregistrement vidéo], réalisé par Ginette PELLERIN, Montréal, Office national du film du Canada, Regards de femmes, 1993, coll. « Femmes et travail », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF JXMP / V4390) (C.4.S2.A.1)

Zone X : l'avenir, [enregistrement vidéo], réalisé par Ministère d'État à la Jeunesse du Canada, Hull, (Québec), Musique Plus, 1994, coll. « L'école avant tout », 1 vidéocassette de 53 min. (DREF JYGM / V4424)

Organisations/sites Web :

CANADA. HRDCC. *Santé et éducation physique*, [en ligne], 2003, http://www.rhdcc.gc.ca/fr/pip/prh/information_carriere/produits/matiere_preferee/sante/optionsante.shtml, mars 2005. [Exploration de carrières en santé et éducation physique]

4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.A.2b *L'élève sera apte à :*

Déterminer quelles habiletés accroissent l'employabilité (c.-à-d. les habiletés nécessaires dans le contexte scolaire, les habiletés de gestion personnelle, les habiletés de travail collectif).

Suggestions pour l'enseignement

Compétences améliorant l'employabilité

- À partir du document intitulé *Compétences relatives à l'employabilité 2000⁺* (Conférence Board du Canada), inviter les élèves à trouver les définitions des trois catégories de compétences améliorant l'employabilité (compétences de base, compétences personnelles en gestion et compétences pour le travail d'équipe) et à indiquer les compétences énumérées sous chaque rubrique. Par exemple, les compétences de base comprennent les suivantes :
 - Communiquer;
 - Gérer l'information;
 - Utiliser les chiffres;
 - Réfléchir et résoudre des problèmes.



Consulter le DR S1-2 : *Compétences relatives à l'employabilité 2000⁺*

- Pour montrer de quelle façon les compétences sont utilisées en milieu de travail, demander aux élèves d'apparier les compétences appropriées avec l'activité d'acquisition de compétences et la catégorie énumérées dans l'annexe S1-3 (p. ex. l'activité d'acquisition de compétences « Écrire des courriels à des collègues » correspond la compétence *Communiquer* et à la catégorie *Compétence de base*).



Voir l'annexe S1-3 : *Appariement des compétences améliorant l'employabilité – Exercice et Corrigé.*

Lien curriculaire :

Voir RAS C.4.S1.B.2a (communication au sein d'un groupe).

Suggestions pour l'évaluation

Compétences améliorant l'employabilité

- Pour confirmer si les élèves comprennent les compétences souhaitables en vue de l'emploi, leur demander de partager avec leurs pairs les résultats de leur exercice d'appariement de ces compétences.



Voir l'annexe S1-3 : *Appariement des compétences améliorant l'employabilité – Exercice et Corrigé.*

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Les compétences « scolaires » améliorant l'employabilité énumérées pour le présent résultat d'apprentissage sont synonymes des compétences « de base » notées dans le DR S1-2 : Compétences relatives à l'employabilité 2000+.

Lien avec la philosophie autochtone

Le Manitoba Aboriginal Youth Career Awareness Committee (MAYCAC) offre de l'information sur les carrières, encourage les jeunes à planifier tôt leur carrière, fait la promotion de modèles de rôle autochtones positifs et offre des services de mentorat en emploi et des possibilités d'acquérir de l'expérience de travail. Proposer aux élèves de faire une recherche sur le but, les objectifs et les activités du MAYCAC et de déterminer leurs propres compétences améliorant l'employabilité.

Lien avec les programmes en vie-carrière

Les compétences du *Plan directeur pour le ...* sont les compétences reconnues officiellement par le Manitoba dans le domaine de vie-carrière. Le programme *Être...pour de vrai...* est spécialement destiné aux élèves de S1 et S2. Il appuie les compétences du *Plan directeur* et offre des suggestions d'enseignement qui rejoignent le résultat d'apprentissage spécifique ci-dessus.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

BOUDRIAU, Stéphane, *Le CV par compétences : votre portefeuille pour l'emploi*, Montréal, Transcontinental inc., 2000, 269 p. coll. « Ma carrière et Affaires plus ». (DREF 650.14 B756c)

BROCHU, Ginette H., et autres. *L'éducation aux droits et aux responsabilités au secondaire : recueil d'activités*, Québec, Ministère de l'éducation, 1990, 129 p. (DREF 370.115/B863e)

CANADA, DÉVELOPPEMENT DES RESSOURCES HUMAINES CANADA. *Exploite tes talents*. Hull, Développement des ressources humaines Canada, 2000, 1 dépliant. (DREF CV)

CONSEIL DE RESSOURCES HUMAINES EN BIOTECHNOLOGIE ET GROUPE DE TRAVAIL NATIONAL SUR LE DÉVELOPPEMENT DES CARRIÈRES EN BIOTECHNOLOGIE. *Les Carrières de la biotechnologie*, Montréal, Ma carrière inc., Ottawa, 1999, 162 p. (DREF 660.6023 C316)

Coup d'œil sur les carrières, Ottawa, Développement des Ressources humaines Canada, Direction des information sur les carrières, 10 brochures. (DREF 331.79/C856)

GABALDA, Jacques, et autres. *La médecine et ses métiers*, Paris, Hachette, 1991, 78 p., coll. « Échos ». (DREF 610.92/G112m)

Les emplois de demain, Ottawa, Ministère d'Etat à la Jeunesse, 1990, 145-136 p. (DREF 331.702/E55)

MACPHERSON, Everett, et Darrell SAMSON. *Vers une carrière : cahier d'activités*, Nouvelle-Écosse, Ministère de l'Éducation, Section française, 1993, 2 cahiers. (DREF 331.702/M172v)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

MISENER, Judi. *Horizons 2000*, Montréal, Chenilière/McGraw-Hill, 2001, 275 p. (DREF 331.702 M678h)

Prêts, visez...Aspirez! 58 p. (DREF 331.1/P942)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV : Perspectives d'emploi et marché du travail : cahier de matériel d'apprentissage individualisé; cours : planification de son projet de formation*, Montréal, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV*, Montréal, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d)

Audiovisuel :

CONSEIL DE RESSOURCES HUMAINES EN BIOTECHNOLOGIE. *BioTech : trousse de carrières en biotechnologie : un outil multimédia de sensibilisation aux carrières / Conseil de ressources humaines en biotechnologie*, [CD-ROM], Montréal, Ma Carrière inc., Ottawa, 1999, 1 disque compact, 1 guide pour les enseignants, 1 affiche, 1 guide des ressources. (CD-ROM 660.6023 B615)

Emploi sur Internet, [enregistrement vidéo], réalisé par Roy MARTIN et Stéphane ETHIER en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1998, coll. « Branché », 1 vidéocassette de 7 min. (DREF 52133 / V0015) (C.4.S1.A.2a, C.4.S1.A.2b)

Être... pour de vrai : trousse d'animation : version 9^e-10^e année (14 à 16 ans), [ensemble multi-média] réalisé par Bill BARRY en collaboration avec Centre national en vie-carrière (Canada), Développement des ressources humaines Canada et Partenaires en info-carrière (Canada), Memramcook (N.-B.), 2001, coll. « Jouer...pour de vrai », (DREF M.-M. 371.42 B279 9^e-10^e)

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

Se donner des « elles », [enregistrement vidéo], réalisé par PELLERIN, Ginette, Montréal, Office national du film du Canada, Regards de femmes, 1993, coll. « Femmes et travail », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF JXMP / V4390) (C.4.S2.A.1)

Zone X : l'avenir, [enregistrement vidéo], réalisé par Ministère d'État à la Jeunesse du Canada, Hull (Québec), Musique Plus, 1994, coll. « L'école avant tout », 1 vidéocassette de 53 min. (DREF JYGM / V4424)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Organisations/sites Web :

Le Conference Board du Canada

255 chemin Smith

Ottawa, On K1H 8M7

Tél. : (613) 526-3280

Site Web : <<http://www.conferenceboard.ca/>>

CANADA. EMPLOISETC.CA. *Emplois, travailleurs, formation et carrières*, [en ligne], 2005, <<http://www.emploisetc.ca/home.jsp;jsessionid=1978B5C85CBF57B6CD65C3EF63D29531.jvm8>>, (mai 2005). [Renseignements multiples en recherche d'emploi et de carrières]

Manitoba Aboriginal Youth Career Awareness Committee (MAYCAC)

Ressources humaines et Développement des compétences Canada

Bureau le plus près de chez vous :

<http://www.rhdcc.gc.ca/fr/passerelles/pres_de_chez_vous/regions/bureaux/mb.shtml>, (mai 2005).

Site Web : <<http://www.rhdcc.gc.ca/fr/accueil.shtml>>



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.A.3 L'élève sera apte à :

Décrire les facteurs (p. ex. famille, valeurs, connaissances dans le domaine de la santé, influence des pairs, médias, tendances sociales, prérequis, coûts) **qui influent sur ses décisions.**

Suggestions pour l'enseignement

Facteurs qui influencent la prise de décisions

- Demander aux élèves de former deux groupes selon leur choix d'une des deux catégories suivantes (essayer de répartir les élèves également entre les deux groupes) :
 - habitudes de vie saines et actives pour un jeune de 17 ans;
 - plan de carrière judicieux pour un jeune de 17 ans.
- Inviter les deux groupes à créer et à afficher une liste synthèse de facteurs qui influencent la prise de décisions des jeunes de leur âge pour leur catégorie respective.
- Demander aux élèves d'énumérer, chacun pour soi, dix facteurs qui les inciteraient à prendre des décisions en vue d'adopter des habitudes qui favorisent un mode de vie sain et actif ou un plan de carrière judicieux.

Liens curriculaires :

Voir RAS C.4.S1.B.1b (facteurs qui influencent les choix d'activités physiques).

Sc. nat. Biologie (S3B-O-P3)

Suggestions pour l'évaluation

Journal/réflexion : Facteurs qui influencent la prise de décisions

- Inviter les élèves à décrire dans leur journal la façon dont chacun des dix facteurs qu'ils ont choisis influence leur prise de décisions en vue d'un mode de vie actif et sain ou d'un plan de carrière fructueux.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

Coup d'œil sur les carrières, Ottawa, Développement des Ressources humaines Canada, Direction des informations sur les carrières, 10 brochures. (DREF 331.79/C856)

L'ABBÉ, Yvon. *La violence chez les jeunes : compréhension et intervention*, Montréal, Association scientifique pour la modification du comportement, Sciences et culture, 1995, 207 p. (DREF 362.7083 / V795)

Les emplois de demain, Ottawa, Ministère d'Etat à la Jeunesse, 1990, 145-136 p. (DREF 331.702/E55)

MACPHERSON, Everett, et Darrell SAMSON. *Vers une carrière : cahier d'activités*, Nouvelle-Écosse, Ministère de l'Éducation, Section française, 1993, 2 cahiers. (DREF 331.702/M172v)

MISENER, Judi. *Horizons 2000*, Montréal, Chenilière/McGraw-Hill, 2001, 275 p. (DREF 331.702 M678h)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV*, Montréal, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d)

Audiovisuel :

Emploi sur Internet, [enregistrement vidéo], réalisé par Roy MARTIN et Stéphane ETHIER en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1998, coll. « Branché », 1 vidéocassette de 7 min. (DREF 52133 / V0015)

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMML / V6345)

Se donner des « elles », [enregistrement vidéo], réalisé par Ginette PELLERIN, Montréal, Office national du film du Canada, Regards de femmes, 1993, coll. « Femmes et travail », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF JXMP / V4390)

Organisations/sites Web :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Page d'accueil*. [en ligne], 2005, <<http://www.cahperd.ca/fra/index.cfm>>, (mai 2005). [Site dédié à l'éducation physique et à la santé]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagenome=CHN-RCS%2FPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.1a *L'élève sera apte à :*

Montrer comment nouer des relations harmonieuses (p. ex. témoigner du respect, se montrer bienveillant, offrir son aide et ses encouragements, manifester son affection et sa sympathie, pardonner) **avec son entourage** (p. ex. parents, frères et sœurs, bons amis, amoureux, conjoint, collègues de travail, voisins).

Suggestions pour l'enseignement

Caractéristiques de relations saines et significatives

- Demander aux élèves de marquer les caractéristiques qui, selon eux, sont importantes dans chacune des quatre relations indiquées dans le tableau ci-dessous. Préciser qu'ils peuvent attribuer un crochet à chaque relation s'il y a lieu (de 0 à 4 crochets).

Caractéristiques de relations saines et significatives				
Caractéristique	Ami(e)	Parents ou tuteur	Enseignant, personnel de l'école	Voisin
• Serviabilité				
• Honnêteté				
• Compréhension				
• Capacité d'accepter des défauts				
• Fiabilité				
• Encouragement				
• Capacité de pardonner				
• Obligeance				
• Respect				
• Écoute				
• Bonté				
• Patience				
• Générosité				
• Sensibilité				
• Loyauté				
• Sincérité				
• Considération				

Bien traiter les autres

- Demander aux élèves de choisir, chacun pour soi, une relation et d'énumérer cinq caractéristiques qu'ils considèrent importantes pour l'établissement d'une relation saine et significative. Les inviter ensuite à trouver un camarade qui a choisi la même relation, à comparer leurs listes de caractéristiques et à indiquer les éléments communs (p. ex. faire des câlins et s'embrasser peuvent être des caractéristiques d'une relation amoureuse).

Démonstration

- Demander aux élèves de créer et de jouer une saynète ou un jeu de rôles illustrant des façons positives de traiter les autres dans une relation précise (p. ex. parent-enfant, frères-sœurs, relation amoureuse).



Suggestions pour l'évaluation

Caractéristiques de relations saines et significatives

- Inviter les élèves à discuter en classe du tableau des caractéristiques de relations saines et significatives, et à indiquer :
 - les caractéristiques qui ont été cochées dans les quatre types de relations;
 - les caractéristiques qui n'ont pas été mentionnées dans l'une ou plusieurs des relations;
 - les caractéristiques sur lesquelles tous les élèves de la classe s'entendent pour dire qu'elles doivent faire partie des quatre relations.

Démonstration

- Après que chaque groupe aura joué sa saynète ou son jeu de rôles devant la classe, demander aux élèves de décrire de quelle façon les acteurs ont traité les autres pour l'établissement de relations saines et significatives.

Remarques pour l'enseignant

Lien avec la philosophie autochtone

- La philosophie de vie autochtone repose sur des principes universels connus sous le nom des Sept enseignements, qui insistent sur la nécessité de traiter les autres avec respect afin de développer des relations saines et significatives. Les Sept enseignements, qui représentent les valeurs, les croyances et le mode de vie traditionnels des Autochtones, peuvent être intégrés dans le sport afin de promouvoir le respect, l'esprit sportif et des relations saines et significatives.

Les Sept enseignements

<i>Sagesse</i>	Applique tes connaissances sur le sport pendant que tu le pratiques. Montre-toi plus fûté que les joueurs adverses en devinant leurs tactiques.
<i>Amour</i>	Montre ton engagement et ton amour du jeu, même si tu n'as pas le goût de jouer. Montre ton attachement aux autres joueurs de ton équipe ou de l'autre équipe en les traitant respectueusement.
<i>Respect</i>	Encourage les joueurs de ton équipe quand le moral est bas. Encourage aussi tes adversaires au lieu de les dénigrer.
<i>Courage</i>	Garde la tête haute même quand tu perds. N'abandonne pas.
<i>Honnêteté</i>	Admets tes erreurs ou faux pas lorsque tu joues.
<i>Humilité</i>	Évite de te vanter quand tu gagnes. Pratique le franc jeu.
<i>Vérité</i>	Sois vrai. Ne fais que ce que ton cœur te demande.

Adapté avec la permission de la Division scolaire de Winnipeg, *North American Indigenous Games : Teacher's Resource*, 2002, Winnipeg (Man.), Division scolaire de Winnipeg, 2001, p. 172.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE.

Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 4^e programme : pour les 15 à 18 ans. Thème : responsabilité, prise en charge et leadership, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1993, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/02)

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

ESPRIT SPORTIF CANADA. *Esprit sportif chez les Jeunes : guide d'activités pour enseigner l'esprit sportif*, rédigé par Deanna Binder, Gloucester (Ont.), 1995. (DREF 796.07 B612e)

GOSSEN, Diane Chelson. *La réparation : pour une restructuration de la discipline à l'école*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1996-1997, 156 p. (DREF 371.5/G679r)

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *La charte de l'esprit sportif*. (DREF AFFICHE P802)

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

Guide des Nations Unies pour le lycée, [classeur vertical], New York, Nations Unies, 1995, 83 p. (DREF CV)

HÉBERT, Jean-François, et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02)

Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 3^e programme : pour les 12 à 14 ans. Thèmes : faire des choix et établir des objectifs, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

LEGARÉ, Sylvie, et Judith TEMBLAY. *Le marketing de soi*, Montréal, Transcontinental inc., 2000, 172 p., coll. « Affaires plus et Ma carrière ». (DREF 650.13 L497m)

MACPHERSON, Everett, et Darrell SAMSON. *Vers une carrière : cahier d'activités*, Nouvelle-Écosse, Ministère de l'Éducation, Section française, 1993, 2 cahiers. (DREF 331.702/M172v)

MAROIST, Richard. *Nobel : Jeu de la paix mondiale*, Montréal, Développement de Paix, 1 jeu. (DREF M.-M./327.172/M354j)

MARSH, Peter. *Face aux autres : mieux vivre en famille, au travail, en société*, Paris, Larousse, 1990, 247 p., coll. « Psychologie et vie quotidienne ». (DREF 302.34/F138)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

Mini-trousse sur l'éducation à la paix dans une perspective mondiale, [classeur vertical], Montréal, Centre d'éducation interculturelle et de compréhension internationale, 1995, 29 p. (DREF CV)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV*, Montréal, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d)

RACINE, Danielle. *Savoir-être 4 : Formation personnelle et sociale, 4^e secondaire*, Montréal, Beauchemin, 1988, 152 p., coll. « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R121s/04)

RACINE-BOULIANNE, Danielle. *Savoir-être 3 : guide d'utilisation pédagogique – corrigé – formation personnelle et sociale*, Montréal, Beauchemin, 1987, 208 p., « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R212s/03/6)

SALETTI, Daniel. *La médiation, un instrument précieux*, Montréal, Centre Mariebourg, 1995, 52 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397m)

Audiovisuel :

Au cœur de la haine : un défi pour les jeunes, 2^e ex, [enregistrement vidéo], réalisé par Peter RAYMONT et autres, Montréal, CinéFête, 1999?, 1 vidéocassette de 51 min. (DREF m55034 / V8919 + G)

Emploi sur Internet, [enregistrement vidéo], réalisé par Roy MARTIN et Stéphane ETHIER en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1998, coll. « Branché », 1 vidéocassette de 7 min. (DREF 52133 / V0015) (C.4.S1.A.2a, C.4.S1.A.2b)

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Les relations avec les camarades*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/publications/pdf/hbse_04ch4_f.pdf>, (mai 2005). [Rapport sur les facteurs d'influence des relations positives entre camarades]

CENTRE D'EXPERTISE PÉDAGOGIQUE. *Habilités sociales*, [en ligne], 2002, <http://cep.aquops.qc.ca/ressources/guides/pp_habiletés_sociales.html>, (mai 2005). [Différents niveaux d'habiletés sociales et comment les développer]

ONTARIO. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION. *Valeurs, influences et relations avec ses pairs*, [en ligne], 1996, <<http://mettowas21.edu.gov.on.ca/fre/document/resource/vip.html>>, (mai 2005). [Guide pédagogique avec suggestion d'activités et de comportements appropriés]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagename=CHN-RCS%2FPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]

SERVIE VIE-SANTÉ. *Vivre avec un adolescent : La communication et la négociation*, [en ligne], 2003, <http://www.servicevie.com/02Sante/Sante_ados/Ados23042001/ados23042001.html>, (mai 2005). [Outils pour faciliter la communication entre parents et adolescents]



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.1b *L'élève sera apte à :*

Cerner certains facteurs (p. ex. champs d'intérêt, formes diverses d'intelligence, accessibilité) **qui influent sur ses choix personnels et les choix des autres dans le domaine des sports et de l'activité physique en général.**

Suggestions pour l'enseignement

Mes facteurs

- Demander aux élèves d'énumérer les facteurs qui influent sur leur choix personnel d'activités physiques, de trouver un autre élève qui a une liste semblable et de discuter des éléments qui sont communs aux deux listes.

Réflexions sur les réalités quotidiennes : Facteurs qui influent sur mes choix

- Former des groupes de trois ou quatre élèves et demander à chaque groupe de choisir un scénario à partir d'une liste affichée. Leur demander d'indiquer les facteurs qui ont une influence sur leur choix d'activités physiques en tenant compte des restrictions mentionnées dans le scénario choisi. Inviter les groupes à partager avec le reste de la classe les facteurs répertoriés.

Scénarios suggérés :

1. Un garçon de 14 ans a décidé qu'il aimerait faire de la planche à neige parce que ses amis en font.
2. Un jeune (garçon ou fille) de 14 ans et ses parents veulent s'abonner à un centre de conditionnement physique.
3. Une femme célibataire a un fils de 14 ans et une fille de 16 ans. Ses deux enfants veulent jouer au volleyball et au basketball pour l'équipe de leur école. La mère a dit qu'elle a besoin d'un des deux après la classe pour garder les deux plus jeunes enfants de la famille.
4. Une jeune Manitobaine de 15 ans est en passe de devenir une vedette au soccer. Elle est allée à dix camps de perfectionnement organisés par une association nationale de soccer, qui voudrait qu'elle s'établisse à Vancouver pour poursuivre son entraînement.
5. Une famille à faible revenu compte quatre filles, dont trois pourraient participer aux Jeux olympiques.

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Inviter les élèves à réfléchir sur les questions ci-dessous et à y répondre dans leur journal.
 - *Quels sont les facteurs qui ont influé sur ton choix d'activités physiques?*
 - *Aurais-tu aimé pouvoir changer l'une de ces conditions? Explique pourquoi.*
 - *Que pourrais-tu faire pour améliorer ta situation personnelle et te permettre d'être plus actif ou active?*

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Audiovisuel :

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMML / V6345)

Organisations/sites Web :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Page d'accueil*. [en ligne], 2005, <<http://www.cahperd.ca/fra/index.cfm>>, (mai 2005). [Site dédié à l'éducation physique et à la santé]

CANADA. SANTÉ. *Été actif : idées lumineuses*. [en ligne], 2005, <http://www.summeractive.canoe.ca/eteactif/idees_lumineuses.html>, (mai 2005). [Programmes qui favorisent l'activité physique, une saine alimentation et une vie sans tabac]

---. *Guide d'activité physique canadien pour les enfants et les jeunes*. [en ligne], 2002, <http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/enfants_jeunes/index.html>, (mai 2005). [Page d'accueil énonçant divers programmes]

TRADITIONS VIVANTES, DES MUSÉES SALUENT LES JEUX AUTOCHTONES DE L'AMÉRIQUE DU NORD. [En ligne], 2003, <<http://www.virtualmuseum.ca/Exhibitions/Traditions/Francais/index.html>>, (mai 2005). [Divers jeux autochtones et leur historique]



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.2a *L'élève sera apte à :*

Indiquer des moyens et des stratégies de communication qui améliorent la dynamique au sein d'une équipe ou d'un autre groupe (p. ex. écouter activement, encourager les autres, s'affirmer de manière acceptable, faire preuve de maîtrise de soi, continuer à travailler au sein du groupe jusqu'à ce que la tâche soit terminée, susciter des consensus).

Suggestions pour l'enseignement

Communiquer en situation de collaboration

- Demander aux élèves de former des groupes de cinq ou six et de participer à une activité où la collaboration est de mise. (Voir le conseil dans les Remarques pour l'enseignant.)

Communiquer au sein d'une équipe

- Diviser la classe en trois groupes et assigner à chacun l'une des compétences suivantes :
 - bonne capacité d'écoute (p. ex. être attentif quand quelqu'un fait une présentation);
 - bonne capacité d'élocution ou d'expression (p. ex. changer de niveau de langage et de ton pour communiquer efficacement le message et intéresser les auditeurs);
 - capacité d'expression non verbale qui augmente l'efficacité de la communication (p. ex. utiliser le langage corporel approprié, sourire, hocher de la tête).
- Inviter chaque groupe à énumérer les comportements et les stratégies qui illustrent la compétence donnée.

Mes compétences en communication

- Demander aux élèves de réfléchir, au cours d'une discussion en groupe, sur leurs expériences antérieures et d'analyser leurs propres stratégies et compétences en matière de communication au sein d'un groupe. Les inviter à compléter les phrases ci-dessous, en indiquant leurs réactions possibles.
 - *Si un membre du groupe dit ou fait quelque chose que j'approuve, je vais*
 - *Lorsque je veux faire connaître mon avis dans le groupe, je ...*
 - *Si un membre du groupe met de côté ma suggestion, je*
 - *Si un membre du groupe dit ou fait quelque chose que je désapprouve, je ...*
 - *Si je ne comprends pas les idées émises par le chef du groupe, je*

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : C.4.S1.A.2b



Suggestions pour l'évaluation

Communiquer dans une situation de collaboration

- Une fois que les élèves auront terminé l'activité de collaboration choisie, leur demander de remplir une liste de vérification, comme ci-dessous, avec leur groupe respectif.

Activité de collaboration – Liste de vérification

Les élèves :

- ont choisi un leader pour le groupe;
- se sont assurés que tous les membres du groupe participaient à l'activité;
- ont utilisé des techniques de communication verbale;
- ont utilisé des techniques de communication non verbale;
- ont encouragé les autres membres du groupe;
- ont écouté ce que les autres ont eu à dire;
- ont fait preuve de maîtrise de soi.

Mes compétences en communication

- Demander aux élèves de partager avec un camarade les résultats de l'analyse de leurs compétences en communication. Les inviter à se demander l'un l'autre s'ils sont d'accord avec l'évaluation offerte et à indiquer les compétences en communication qui ont favorisé, s'il y a lieu, la cohésion du groupe.

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Pour obtenir des suggestions d'activités, consulter le module 4 : L'équipe de leadership dans *Guide de formation au leadership étudiant, secondaire* (ACLI).

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ. *Le défi canadien Vie active, l'éducation physique, le loisir et la danse*. Gloucester (Ont.), 1993. (DREF 613.7007/A842d/02)

DION COUTURE, Marcelle, et Société canadienne de la Croix-Rouge. *La paix...y crois-tu?*, Montréal, 40 p. (DREF 327.1\S678p)

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

ESPRIT SPORTIF CANADA. *Esprit sportif chez les Jeunes : guide d'activités pour enseigner l'esprit sportif*, rédigé par Deanna Binder, Gloucester (Ont.), 1995. (DREF 796.07 B612e)

GOVERNEMENT DU QUÉBEC. *La charte de l'esprit sportif*. (DREF AFFICHE P802)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

Guide des Nations Unies pour le lycée, [classeur vertical], New York, Nations Unies, 1995, 83 p. (DREF CV)

LEGARÉ, Sylvie, et Judith TEMBLAY. *Le marketing de soi*, Montréal, Transcontinental inc., 2000, 172 p., coll. « Affaires plus et Ma carrière ». (DREF 650.13 L497m)

Mini-trousse sur l'éducation à la paix dans une perspective mondiale, Une école démocratique interculturelle et coopérative, [classeur vertical], Montréal, Centre d'éducation interculturelle et de compréhension internationale, 1995, 29 p. (DREF CV)

RACINE, Danielle. *Savoir-être 4 : Formation personnelle et sociale, 4^e secondaire*, Montréal, Beauchemin, 1988, 152 p., coll. « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R121s/04)

RACINE-BOULIANNE, Danielle. *Savoir-être 3 : guide d'utilisation pédagogique – corrigé – formation personnelle et sociale*, Montréal, Beauchemin, 1987, 208 p., « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R212s/03/6)

RICHARD, MAROIST, *Nobel : Jeu de la paix mondiale*, Montréal, Développement et Paix, 1998. (DREF M.-M./327.172/M354j)

Audiovisuel :

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Les relations avec les camarades*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/publications/pdf/hbsc_04ch4_f.pdf>, (mai 2005). [Rapport sur les facteurs d'influence des relations positives entre camarades]

CENTRE D'EXPERTISE PÉDAGOGIQUE. *Habiletés sociales*, [en ligne], 2002, <http://cep.aquops.qc.ca/ressources/guides/pp_habiletés_sociales.html>, (mai 2005). [Différents niveaux d'habiletés sociales et comment les développer]



4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.2b *L'élève sera apte à :*

Indiquer des comportements sociaux appropriés (p. ex. s'exprimer de manière à inclure tout le monde, traiter les autres avec respect) **qui permettent de tisser des liens enrichissants avec les autres.**

Suggestions pour l'enseignement

Qu'est-ce que j'en pense?

- Pour stimuler la discussion en classe sur les comportements sociaux appropriés, lire aux élèves les phrases suivantes :
 - *Tout le monde doit s'attendre à un certain manque de respect à l'occasion.*
 - *Le fait de dire « s'il vous plaît » et « merci » démontre le respect que l'on a pour l'autre.*
 - *Il faut traiter les gens avec respect.*
 - *Je vais te parler comme bon me semble.*
 - *Préférer des jurons est une façon acceptable de communiquer avec les autres.*
 - *Il n'est pas question du « je » dans un travail d'équipe.*
 - *Il y a des occasions où l'on doit monter le ton quand on parle dans un groupe.*
- Après avoir lu chaque affirmation, demander aux élèves s'ils sont d'accord, pas d'accord ou ambivalents. Inviter chaque élève à se rendre dans la zone D'accord, Pas d'accord ou Ambivalent. Demander au groupe d'élèves de chaque zone de discuter des raisons pour lesquelles ils sont de cet avis. Les inviter ensuite à retourner à un point central de la pièce avant de lire l'affirmation suivante.



Voir la « ligne d'opinion » dans le document de ressources générales DR G-2 : Stratégies d'apprentissage actif.

Étude des relations dans les médias

- Former des groupes de deux élèves et demander à chaque paire de choisir deux ou trois émissions de télévision (ou films ou jeux vidéos) que les deux élèves connaissent bien. Leur demander d'indiquer ensemble toute relation saine qui ressort dans les émissions de leur choix et de trouver des exemples de comportements appropriés et inappropriés.

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Demander aux élèves de préparer une liste des comportements sociaux appropriés pour l'établissement de relations interpersonnelles significatives et de partager leur liste avec un camarade. Inviter les élèves à indiquer les éléments communs de leurs listes parmi les comportements choisis.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE.

Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 4^e programme : pour les 15 à 18 ans, Gloucester (Ontario), ACSPEL, 1993, 1 v en pagination multiple. (DREF 613.7007/A842d/02)

Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive. (Fédération pour le planning des naissances du Canada)

BUSHNELL, Lucienne, et Ina MOTOI, *La contamination de la violence : programme d'une semaine de sensibilisation à la non-violence pour les étudiants(es) de trois niveaux (6 à 9 ans, 10 à 13 ans et 14 à 17 ans)*, Toronto, Éditions Femmes Racines / Réseau des femmes du Sud de l'Ontario, 1991. (DREF 303.6/B979c)

Croix Rouge Canadienne, *ÉduRespect : Prévention de la violence et de l'abus*. Winnipeg (Man.), 2003.

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

ESPRIT SPORTIF CANADA. *Esprit sportif chez les Jeunes : guide d'activités pour enseigner l'esprit sportif*, rédigé par Deanna Binder, Gloucester (Ont.), 1995. (DREF 796.07 B612e)

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

Guide des Nations Unies pour le lycée, [classeur vertical], New York, Nations Unies, 1995, 83 p. (DREF CV)

LEGARÉ, Sylvie, et Judith TEMBLAY. *Le marketing de soi*, Montréal, Transcontinental inc., 2000, 172 p., coll. « Affaires plus et Ma carrière ». (DREF 650.13 L497m)

MAROIST, Richard. *Nobel : Jeu de la paix mondiale*, Montréal, Développement de Paix. 1 jeu. (DREF M.-M./327.172/M354j)

MARSH, Peter. *Face aux autres : mieux vivre en famille, au travail, en société*, Paris, Larousse, 1990, 247 p., coll. « Psychologie et vie quotidienne ». (DREF 302.34/F138)

Matériel pédagogique sur la prévention de la violence utilisé dans les écoles : guide national, 2^e rév., Winnipeg, Direction de la main-d'œuvre féminine du Manitoba, 1992, 63, 59 p. (DREF 303.6016/M425)

Mini-trousse sur l'éducation à la paix dans une perspective mondiale, [classeur vertical], Montréal, Centre d'éducation interculturelle et de compréhension internationale, 1995, 29 p. (DREF CV)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

RACINE, Danielle. *Savoir-être 4, Formation personnelle et sociale, 4^e secondaire*, Montréal, Beauchemin, 1988, 152 p., coll. « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R121s/04)

RACINE-BOULIANNE, Danielle. *Savoir-être 3 : guide d'utilisation pédagogique – corrigé – formation personnelle et sociale*, Montréal, Beauchemin, 1987, 208 p., « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R212s/03/6)

Audiovisuel :

Danny, [enregistrement vidéo], réalisé par Yves DION, Montréal, Productions du Verseau, Office national du film du Canada, 1987, coll. « Les enfants de la rue », 1 vidéocassette de 55 min. (DREF JQEL / V5185)

L'Agressivité, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOT / V5015)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Les relations avec les camarades*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/publications/pdf/hpsc_04ch4_f.pdf>, (mai 2005). [Rapport sur les facteurs d'influence des relations positives entre camarades]

ONTARIO. ÉDUCATION. *Valeurs, influences et relations avec ses pairs*, [en ligne], 1996, <<http://mettowas21.edu.gov.on.ca/fre/document/resource/vip.html>>, (mai 2005). [Guide pédagogique avec suggestion d'activités et de comportements appropriés]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagenome=CHN-RCS%2FPAGE%2FGTPAGE%2FPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]

SERVIE VIE-SANTÉ. *Vivre avec un adolescent : La communication et la négociation*, [en ligne], 2003, <http://www.servicevie.com/02Sante/Sante_ados/Ados23042001/ados23042001.html>, (mai 2005). [Outils pour faciliter la communication entre parents et adolescents]

4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.3a *L'élève sera apte à :*

Décrire des moyens de gérer la colère (c.-à-d. maîtriser sa propre colère et réagir à la colère des autres) **de manière constructive** (p. ex. en demeurant calme, en ayant recours aux méthodes de résolution de conflits) **dans diverses situations typiques.**

Suggestions pour l'enseignement

Reconnaître la colère

- À l'aide de la stratégie réfléchir-discuter-partager (McTighe et Lyman, p. 74), demander aux élèves de créer une liste synthèse des signes physiques de la colère (p. ex., crier, claquer la porte, proférer des jurons, pousser, frapper, muscles tendus, sensation de chaleur). Inviter les élèves à répertorier ces signes, chacun pour soi, à compléter leur liste avec celle d'un partenaire et à partager les listes combinées avec la classe.

Trouver une solution pacifique

- Former des groupes de deux ou trois élèves et demander à chaque groupe de choisir l'un des scénarios suggérés ci-dessous. Inviter les membres de chaque groupe à discuter ensemble afin de trouver :
 - la cause de la colère reflétée dans le scénario;
 - quels sentiments la colère d'une autre personne peut susciter en eux;
 - la solution qu'ils pourraient proposer pour résoudre le conflit de façon constructive.
- Chaque groupe présente à la classe une façon constructive de réagir au scénario choisi.
Scénarios suggérés :
 1. *Ta jeune sœur est fâchée parce qu'elle pense que tu as moins de tâches ménagères à faire qu'elle. Elle fait exprès pour te couper la parole quand tu es au téléphone.*
 2. *Un compagnon de classe semble fâché contre toi et te dit constamment des paroles blessantes.*
 3. *Tu empruntes un vêtement d'un parent, d'un frère ou d'une sœur ou d'un bon ami sans lui demander la permission. Cette personne te voit porter son vêtement et commence à t'invectiver.*

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Demander aux élèves d'indiquer au moins trois stratégies de gestion de la colère qui fonctionneraient (ou qui ont fonctionné) pour gérer leur colère de façon constructive ou qui a réussi à calmer une situation.

Toutes les activités

- Demander aux élèves de réfléchir sur un événement survenu dans leur vie qui les a mis en colère. Les inviter à décrire ce qui est arrivé, à indiquer une stratégie personnelle de gestion de la colère qu'ils ont utilisée dans une situation donnée et à répondre aux questions ci-dessous :
 - *Pendant la présente année scolaire, t'est-il arrivé un incident qui a fait monter la colère en toi (p. ex. perdre ton portefeuille, rater un examen important)?*
 - *Décris l'incident. Que s'est-il passé? Où et quand cela est-il arrivé?*
 - *Quels étaient tes sentiments et tes pensées au moment de l'incident?*
 - *Décris tes réactions. Comment as-tu géré la situation?*



Suggestions pour l'évaluation (suite)

- *Quel a été le résultat?*
- *Maintenant que tu as eu du temps pour y réfléchir, est-ce que tu agirais différemment dans une situation semblable? Explique pourquoi et ce que tu ferais différemment.*

Trouver une solution pacifique

- À mesure que les élèves présentent leurs suggestions pour réagir de façon constructive au scénario choisi, déterminer dans quelle mesure ils sont capables de décrire les stratégies de gestion de la colère (p. ex. rester calme, compter jusqu'à 10, prendre de grandes inspirations, s'éloigner pendant quelques instants).

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Trouver une « période sensible pour l'apprentissage » pour aborder la question de la colère (p. ex. prendre note des moments où des élèves se disputent, profèrent des jurons). Encourager les élèves à reconnaître leurs propres « déclencheurs de la colère ».

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

Adolescence et violence : témoignages et réflexions, Cannes, Publications de l'École moderne française, 1993, 64 p., coll. « Bibliothèque de travail, second degré ». (DREF BT2 / n° 262)

BUSHNELL, Lucienne, et Ina MOTOI, *La contamination de la violence : programme d'une semaine de sensibilisation à la non-violence pour les étudiants(es) de trois niveaux (6 à 9 ans, 10 à 13 ans et 14 à 17 ans)*, Toronto, Éditions Femmes Racines / Réseau des femmes du Sud de l'Ontario, 1991. (DREF 303.6/B979c)

CASHMAN, Donna M. *Le crime et la violence chez les adolescents*, Halifax, Ministère de l'Éducation de la Nouvelle-Écosse, 1992, 28 p. (DREF 364.4 C338c)

CROIX ROUGE CANADIENNE. *ÉduRespect : Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=006820&tid=30>>, (mai 2005).

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

HÉBERT, Jean-François, et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02)

L'ABBÉ, Yvon. *La violence chez les jeunes : compréhension et intervention*, Montréal, Association scientifique pour la modification du comportement, Sciences et culture, 1995, 207 p. (DREF 362.7083 / V795)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576)

Matériel pédagogique sur la prévention de la violence utilisé dans les écoles : guide national, 2^e rév., Winnipeg, Direction de la main-d'œuvre féminine du Manitoba, 1992, 63, 59 p. (DREF 303.6016/M425)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

Danny, [enregistrement vidéo], réalisé par Yves DION, Montréal, Productions du Verseau, Office national du film du Canada, 1987, coll. « Les enfants de la rue », 1 vidéocassette de 55 min. (DREF JQEL / V5185)

L'Agressivité, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, Gilles Sainte-Marie et Associés, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOT / V5015)

Organisations/sites Web :

DOCTISSIMO. *Ados, quand votre agressivité vous envahit*, [en ligne], 2005, <http://www.doctissimo.fr/html/psychologie/psycho_pour_tous/adolescent/ps_3198_ado_agressivite2.htm>, (mai 2005). [Explication de l'agressivité et solutions]

INFOPHY. *Colère et violence*, [en ligne], 2003, <<http://www.redpsy.com/infopsy/colere.html>>, (mai 2005). [Article sur la maîtrise de la colère et les sources de violence]

4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.3b *L'élève sera apte à :*

Décrire les effets des conflits (p. ex. perte de confiance, blessures psychologiques, problèmes d'iniquité) **et les raisons qui font qu'il est important de comprendre le point de vue des autres pour établir des relations enrichissantes avec eux, notamment dans le contexte d'une équipe** (p. ex. en se mettant à leur place, en acceptant les différences).

Suggestions pour l'enseignement

Effets et solutions de conflits

- Demander aux élèves de créer une liste synthèse des effets possibles d'un conflit entre amis, dans la famille et parmi les membres d'une équipe. Demander aux élèves de former deux groupes, le premier devant énumérer des façons **constructives** de gérer un conflit, et le deuxième, des façons **destructives** de gérer un conflit.

Trouver une solution constructive

- Inviter les élèves à se placer deux par deux et à choisir l'un des scénarios suggérés ci-dessous. (S'assurer qu'un nombre égal de paires choisit chaque scénario.)
- Demander à chaque paire d'élèves d'analyser le scénario choisi, d'indiquer des effets possibles de ce conflit et de trouver des façons constructives de gérer ce conflit; leur rappeler qu'ils doivent garder à l'esprit le but visé, qui est d'établir et de maintenir une relation personnelle ou d'équipe significative. Inviter tous les élèves qui ont analysé le même scénario à partager ensemble leurs informations.

Scénarios suggérés :

1. Deux personnes sont attirées vers une autre (la même).
2. Deux amis essaient de décrocher la même place dans une équipe à l'école.
3. Les membres de ton équipe ont voté pour toi comme co-capitaine. Tu dois partager cette responsabilité avec quelqu'un avec qui tu ne t'entends pas très bien.
4. Tu voudrais être plus populaire dans ton groupe mais il y a des personnes qui t'abaissent et te restreignent.

Variante :

Demander aux élèves de créer leur propre scénario.

Suggestions pour l'évaluation

Trouver une solution constructive

- Demander aux élèves d'évaluer les suggestions des uns et des autres pour gérer le conflit de façon constructive dans le scénario choisi.

Toutes les activités

- À partir d'un exemple de conflit personnel dans la vie courante (ou d'un exemple fictif tiré d'un film, d'un livre ou de leur imagination), demander aux élèves d'indiquer dans leur journal leurs réflexions sur la phrase suivante : « Il y a toujours deux versions d'une même histoire ». Les inviter à répondre aux questions ci-dessous en rapport avec l'exemple choisi.
 - *Est-ce que chacune des deux personnes dans cette relation essaie de comprendre le point de vue de l'autre?*
 - *Si oui, quel effet cela a-t-il eu sur leur relation? Est-ce que cela les a aidés à renforcer leur relation? Explique pourquoi.*
 - *Sinon, est-ce que cela a eu un effet négatif sur leur relation? Explique pourquoi.*



Remarques pour l'enseignant

Conseils

Effets possibles d'un conflit :
sentiment de colère;
sentiment de frustration;
rejet du blâme sur d'autres;
retrait;
recherche d'une vengeance.

Façons constructives de gérer le conflit :
écouter toutes les opinions avant de juger;
en discuter;
avoir une conversation face à face en présence d'un médiateur;
chercher à comprendre.

Façons destructives de gérer un conflit :
critiquer les gens à cause de leurs opinions;
blâmer les autres;
dire ou faire des choses blessantes.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

ESPRIT SPORTIF CANADA. *Esprit sportif chez les Jeunes : guide d'activités pour enseigner l'esprit sportif*, rédigé par Deanna Binder, Gloucester (Ont.), 1995. (DREF 796.07 B612e)

HÉBERT, Jean-François et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02)

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *La charte de l'esprit sportif*. (DREF AFFICHE P802)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576)

RACINE, Danielle. *Savoir-être 4 : Formation personnelle et sociale, 4^e secondaire*, Montréal, Beauchemin, 1988, 152 p., coll. « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R121s/04)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

RACINE-BOULIANNE, Danielle. *Savoir-être 3 : guide d'utilisation pédagogique – corrigé – formation personnelle et sociale*, Montréal, Beauchemin, 1987, 208 p., « Collection Savoir-être ».
(DREF 370.115/R212s/03/6)

SALETTI, Daniel. *La médiation, un instrument précieux*, Montréal, Centre Mariebourg, 1995, 52 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397m)

Audiovisuel :

MARSH, Peter. *Face aux autres : mieux vivre en famille, au travail, en société*, Paris, Larousse, 1990, 247 p., coll. « Psychologie et vie quotidienne ». (DREF 302.34/F138)

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Les relations avec les camarades*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/publications/pdf/hbsc_04ch4_f.pdf>, (mai 2005). [Rapport sur les facteurs d'influence des relations positives entre camarades]

CENTRE D'EXPERTISE PÉDAGOGIQUE. *Habilités sociales*, [en ligne], 2002, <http://cep.aquops.qc.ca/ressources/guides/pp_habiletés_sociales.html>, (mai 2005). [Différents niveaux d'habiletés sociales et comment les développer]

ONTARIO. ÉDUCATION. *Valeurs, influences et relations avec ses pairs*, [en ligne], 1996, <<http://mettowas21.edu.gov.on.ca/fre/document/resource/vip.html>>, (mai 2005). [Guide pédagogique avec suggestion d'activités et de comportements appropriés]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagename=CHN-RCS%2FPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]

4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.3c *L'élève sera apte à :*

Montrer les effets de divers comportements et de diverses stratégies de résolution de conflits (c.-à-d. négociation, arbitrage et décision) **sur le résultat final** (c.-à-d. situations où les deux antagonistes gagnent; où l'un gagne et l'autre perd; où les deux perdent) **d'un effort pour résoudre un désaccord.**

Suggestions pour l'enseignement

Arbitrage et décision

- Demander aux élèves de faire une recherche d'un reportage télévisé d'une nouvelle, d'une histoire ou d'une scène d'une vidéocassette qui illustre l'une des stratégies de gestion de conflits ci-dessous :
 - Négociation;
 - Arbitrage;
 - Décision.
- Former des groupes de deux élèves et leur demander d'indiquer le résultat final (c.-à-d. gagnant/gagnant, gagnant/perdant, ou perdant/perdant) mentionné dans leur exemple.

À mi-chemin

- Fournir aux élèves une liste de contraires (p. ex. blanc/noir, lourd/léger, excellent/médiocre) et leur demander de trouver le mot qui décrit le mieux la position centrale entre ces deux contraires (p. ex. noir/gris/blanc). Cet exercice vise à aider les élèves à comprendre la signification du terme *compromis*.

Négociation

- Proposer aux élèves le scénario suivant : « L'un de tes amis refuse de faire sa part dans un projet de classe ». Diviser la classe en trois groupes, chacun représentant l'un des trois types de solutions possibles de la négociation :
 - gagnant/gagnant
 - gagnant/perdant
 - perdant/perdant
- Inviter les élèves à présenter un jeu de rôles illustrant la solution choisie pour le scénario.

Lien curriculaire

Voir RAS H.4.S1.A.4 (appréciation du point de vue des autres).

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Demander aux élèves de raconter dans leur journal un conflit qu'ils ont vécu, et d'indiquer les éléments ci-dessous dont ils se rappellent.
 - *Indique la principale source de conflit.*
 - *Décris la stratégie de résolution de conflit utilisée dans cette situation.*
 - *Indique le résultat final du conflit : gagnant/gagnant, gagnant/perdant, perdant/perdant.*
 - *Note tes sentiments personnels de satisfaction concernant le résultat final. Aurait-il été possible d'agir autrement pour modifier le résultat final? Explique pourquoi.*



Suggestions pour l'évaluation (suite)

Négociation

- À mesure que chaque groupe présente une solution pour le scénario (p. ex. gagnant/gagnant), demander aux élèves d'indiquer le résultat final et de discuter de l'efficacité de sa solution.

Remarques pour l'enseignant

Glossaire

- arbitrage
- décision
- négociation
 - gagnant/gagnant
 - gagnant/perdant
 - perdant/perdant

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

CROIX ROUGE CANADIENNE. *ÉduRespect : Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=006820&tid=30>>, (mai 2005).

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

FÉDÉRATION POUR LE PLANNING DES NAISSANCES DU CANADA. *Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive*, [en ligne], <http://www.ppfca.ca/ppfc/media/French%20Sourcebook-%20FINAL.pdf>, (mai 2005).

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Ottawa, Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

HÉBERT, Jean-François, et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576)

RACINE, Danielle. *Savoir-être 4 : Formation personnelle et sociale, 4^e secondaire*, Montréal, Beauchemin, 1988, 152 p., coll. « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R121s/04)

RACINE-BOULIANNE, Danielle. *Savoir-être 3 : guide d'utilisation pédagogique – corrigé – formation personnelle et sociale*, Montréal, Beauchemin, 1987, 208 p., « Collection Savoir-être ». (DREF 370.115/R212s/03/6)

SALETTI, Daniel. *La médiation, un instrument précieux*, Montréal, Centre Mariebourg, 1995, 52 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397m)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

L'Agressivité, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOT / V5015)

La violence, c'est pas pour moi, [enregistrement vidéo], réalisé par le C.L.S.C. Saint-Hubert, Montréal, Groupe Vidéotron, 1986, 1 vidéocassette de 16 min. (DREF BTWZ / V8119 + G)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Les relations avec les camarades*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/dca-dea/publications/pdf/hpsc_04ch4_f.pdf>, (mai 2005). [Rapport sur les facteurs d'influence des relations positives entre camarades]

CENTRE D'EXPERTISE PÉDAGOGIQUE. *Habiletés sociales*, [en ligne], 2002, <http://cep.aquops.qc.ca/ressources/guides/pp_habiletes_sociales.html>, (mai 2005). [Différents niveaux d'habiletés sociales et comment les développer]

ONTARIO. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION. *Valeurs, influences et relations avec ses pairs*, [en ligne], 1996, <<http://mettowas21.edu.gov.on.ca/fre/document/resource/vip.html>>, (mai 2005). [Guide pédagogique avec suggestion d'activités et de comportements appropriés]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagename=CHN-RCS%2FPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Thèmes divers liés à l'adolescence]



4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

C.4.S1.B.4 L'élève sera apte à :

Donner des exemples de situations qui peuvent être dangereuses (p. ex. mauvais traitements infligés par des actes ou par des paroles, drogues, pression des pairs) **et de stratégies efficaces pour les éviter ou pour exprimer son refus.**

Suggestions pour l'enseignement

J'ai le choix

- Demander aux élèves de créer une liste synthèse des stratégies permettant d'éviter une situation potentiellement dangereuse (p. ex., dire « Non » d'une voix assurée et avec le langage corporel approprié, dire encore : « Non » si nécessaire, s'éloigner, donner une raison, utiliser l'humour, fournir une excuse, offrir une autre option). Demander aux élèves d'indiquer, en regard de chaque stratégie énumérée, un scénario qui illustre l'utilisation efficace de la stratégie.

Quels sont mes choix?

- Inviter les élèves à former des groupes de deux et leur fournir des exemples de situations potentiellement dangereuses. Pour chaque scénario, leur demander d'indiquer :
 - le danger potentiel (p. ex., être drogué, se blesser dans un accident de voiture);
 - un exemple de pression verbale (ce que l'autre peut dire pour faire pression);
 - les stratégies ou réponses que l'on peut utiliser pour éviter les conséquences possibles (p. ex. éviter la situation en prenant les mesures nécessaires à l'avance, refuser en disant « Non » d'une voix ferme et en donnant une raison).

Scénarios suggérés :

1. *Le groupe avec qui tu te tiens organise une grosse soirée à la maison d'un ami ce samedi, en l'absence des parents. Certains jeunes veulent apporter de l'alcool, et tu crains d'être incité à boire. Tu ne veux pas boire mais tu aimerais beaucoup aller à la soirée.*
2. *Tu es dans une voiture et quelqu'un qui n'a pas de permis de conduire dit qu'il va conduire l'auto.*
3. *Tes amis et toi êtes à la sortie arrière de l'école. Un de tes amis allume un joint. Il t'invite à fumer.*
4. *Tu gardes les enfants de tes voisins chez eux. À minuit, la sonnette de la porte résonne. Les parents des jeunes t'ont dit qu'ils appelleraient avant de revenir à la maison.*

Suggestions pour l'évaluation

Quels sont mes choix?

- Demander aux élèves placés deux par deux de partager leurs informations avec un autre groupe, de comparer les stratégies d'évitement et de refus indiquées dans chaque scénario et de trouver les différences.

Toutes les activités

- Inviter les élèves à raconter dans leur journal une expérience personnelle qui comportait un danger et à répondre aux questions suivantes :
 - *Quelle situation dangereuse as-tu vécue?*
 - *Quelles stratégies as-tu utilisées pour éviter les conséquences de cette situation?*
 - *Quelles sont les conséquences qui t'ont le plus affecté?*
 - *Comment cette expérience a-t-elle changé ton comportement subséquent dans des situations semblables?*



Suggestions pour l'évaluation (suite)

Variante :

Demander aux élèves de raconter une situation potentiellement dangereuse qu'ils n'ont pas vécue personnellement.

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Aider les élèves à reconnaître les pressions verbales de leurs pairs (p. ex. « Fais pas le niaiseux », « Tout le monde le fait ») qui peuvent les intimider ou représenter une menace.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

Adolescence et violence, témoignages et réflexions, Cannes, Publications de l'École moderne française, 1993, 64 p., coll. « Bibliothèque de travail, second degré ». (DREF BT2 / n° 262)

Aimer la vie : tout le monde y gagne!, [classeur vertical], Winnipeg, Comité de la semaine manitobaine de sensibilisation aux dépendances, 2004, 1 trousse et feuilles d'activités et documents divers. (DREF CV)

BUSHNELL, Lucienne, et Ina MOTOI, *La contamination de la violence : programme d'une semaine de sensibilisation à la non-violence pour les étudiants(es) de trois niveaux (6 à 9 ans, 10 à 13 ans et 14 à 17 ans)*, Toronto, Éditions Femmes Racines / Réseau des femmes du Sud de l'Ontario, 1991. (DREF 303.6/B979c)

CASHMAN, Donna M. *Le crime et la violence chez les adolescents*, Halifax, Ministère de l'Éducation de la Nouvelle-Écosse, 1992, 28 p. (DREF 364.4 C338c) (C.4.S1.B4, C.4.S2.C2, C.3.S1.B.5a, C.3.S1.B.6a, C.5.S1.D2, C.5.S2.D2)

CHOMET, Julian, et autres. *La cocaïne et le crack*, Tournai, Gamma, Saint-Laurent, Éditions du Trécarré, 1990, 62 p. coll. « Prévention drogues », (DREF 362.298/C548c)

CURTET, Francis. *La drogue*, Toulouse, Éditions Milan, 1995, 63 p. coll. « Les Essentiels Milan; 6 ». (DREF 362.29 C978d)

DOUCETTE, Betty Wiseman, et Shelagh MacDonald FOWLER. *PACTE 7 À 12 : un programme de développement d'habiletés socio-affectives*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1997. (DREF M.-M. 370.115 D728p 02)

DOYLE, Louise, John NAPIER-HEMY et autres. *Livrets d'information sur la violence sexuelle*, Vancouver, Family Services of Greater Vancouver, 1991-1994, 10 brochures. (DREF 364.153 D754L)

FÉDÉRATION POUR LE PLANNING DES NAISSANCES DU CANADA. *Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive*, [en ligne], <http://www.ppfca.ca/ppfc/media/French%20Sourcebook-%20FINAL.pdf>, (mai 2005).



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

FONDATION MANITOBAINE DE LUTTE CONTRE LES DÉPENDANCES. *L'alcool : une drogue*, [classeur vertical], Winnipeg, la Fondation, 2002, 1 brochure. (DREF CV)

FONDATION MANITOBAINE DE LUTTE CONTRE LES DÉPENDANCES. *Les dépendances un ensemble de brochures*. [classeur vertical], Winnipeg, 1995-2002, 5 brochures. (DREF CV)

Fumer : un facteur de risque, [affiche], Québec, Le Naturaliste, 1993, 1 affiche coul. (DREF Affiche)

GODFREY, Martin, et autres. *L'héroïne*, Tournai, Gamma, Saint-Laurent, Éditions du Trécarré, 1990, 62 p., coll. « Prévention drogues ». (DREF 362.293/G583h)

L'ABBÉ, Yvon. *La violence chez les jeunes : compréhension et intervention*, Montréal, Association scientifique pour la modification du comportement, Sciences et culture, 1995, 207 p. (DREF 362.7083 / V795) (C.4.S1.B.4, C.4.S2.C.2, C.3.S1.B.5a, C.3.S1.B.6a, C.3.S1.B.5b)

L'alcool au volant, [classeur vertical], Toronto, Ministère du Procureur général Ontario, 1993?, brochure. (DREF CV)

Les dangers du tabagisme, [classeur vertical], Montréal, 7 jours, 2000, coll. « Le Corps humain », 1 feuille ill. (DREF Illustration / C.V.)

Matériel pédagogique sur la prévention de la violence utilisé dans les écoles : guide national, 2^e rév., Winnipeg, Direction de la main-d'œuvre féminine du Manitoba, 1992, 63, 59 p. (DREF 303.6016/M425)

PAGÉ, Joseph L. *C'est fort...mets-en! : connaissances essentielles pour apprendre à composer avec l'alcool, le tabac et autres drogues : dossier de l'élève de 9^e année*. [classeur vertical], Ottawa, Centre franco-ontarien de ressource pédagogiques, 1993, 23 p. (DREF CV)

POWNALL, Mark, et autres. *Les substances volatiles*, Tournai, Gamma, Saint-Laurent, Éditions du Trécarré, 1990, 62 p. coll. « Prévention drogues ». (DREF 362.29/P889s)

Prévenir les toxicomanie, c'est promouvoir la santé, [classeur vertical], Genève, Organisation mondiale de la Santé, 1995, 1 trousse et feuilles d'activités et documents divers. (DREF CV)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES JEUNES. *Fiches d'activités complémentaires au guide d'activités « éducation à la santé » sur la prévention de la toxicomanie : seconde : formation personnelle et sociale*, Québec, 1992. 160 p. (DREF 613.8/F724/02)

RÉSEAU. *Vaincre la violence : une responsabilité collective*, Saint-Boniface (Man.), 64 p. (DREF 364.1555/R432v)

SARANCHUK, Ron, et autres. *Les chemins de la santé : décisions concernant l'alcool et autres drogues, niveau secondaire*, [imprimé], Winnipeg, Fondation manitobaine de lutte contre l'alcoolisme, 1986, 1 volume en pagination multiple. (DREF 613.8071/S243c/03)

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

17 ans...la vie derrière soi? Prévention du suicide chez l'adolescent, [enregistrement vidéo], réalisé par Richard MARTIN et Pierre TREMBLAY en collaboration avec Centre hospitalier Maisonneuve-Rosemont – Département de Santé communautaire et Hôpital Rivière-des-Prairies - Centre de communication en santé mentale, Montréal, Inter-Tel Image, 1986, 1 vidéocassette de 29 min. (DREF BSNP / V8007 + G)

Danny, [enregistrement vidéo], réalisé par Yves DION, Montréal, Productions du Verseau, Office national du film du Canada, 1987, coll. « Les enfants de la rue », 1 vidéocassette de 55 min. (DREF JQEL / V5185)

La Drogue, [enregistrement vidéo], réalisé par Hélène SAINTE-MARTIN, Montréal, Société Radio-Canada, [1989?], coll. « Le Point », 1 vidéocassette de 86 min. (DREF JXMY / V4412)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576)

Plus loin que la limite..., [enregistrement vidéo], réalisé par SANTÉ ET BIEN- ÊTRE SOCIAL CANADA, Ottawa, 1 vidéocassette de 33 min. (DREF JMJZ / V8053 + G)

Prendre l'école en main, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMPB / V6720)

SOCIÉTÉ D'ASSURANCE PUBLIQUE DU MANITOBA. *Parechoc : trousse pour contrer la conduite avec facultés affaiblies (écoles secondaires)*, [enregistrement vidéo], Winnipeg, 2002, 1 vidéocassette de 15 min + cartables d'activités, de ressources et de statistiques. (DREF 56587 / V9048)

Organisations/sites Web :

CANADA. SANTÉ. *Vie saine*, [en ligne], 2003, <http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/index.html>, (mai 2005). [Liste de documents dans des domaines tels que l'activité physique, les drogues, les blessures],

CANADA. SANTÉ. *Violence familiale*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/violence.html>, (mai 2005). [Violence à l'égard de différents membres d'une famille]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/2violence.html>>, (mai 2005). [Violence aux enfants, aux femmes, harcèlement et agression sexuelle]

RÉSEAU JEUNESSE AUTOCHTONE. *Ces choses qui peuvent vous tuer*, [en ligne], <http://www.ayn.ca/health/fr/ces_choses/>, (mai 2005). [Blessures volontaires et involontaires]



Résultat d'apprentissage spécifique

H.4.S1.A.1 *L'élève sera apte à :*

Appliquer le processus d'établissement d'objectifs, en concevant un plan à court terme lié à ses études ou à l'adoption d'un mode de vie actif physiquement et sain (p. ex. faire de l'activité physique, bien se nourrir, ne pas consommer de drogues, suivre des règles de sécurité).

Suggestions pour l'enseignement

Faire un plan à court terme

- Demander aux élèves de choisir un but personnel sur le plan scolaire et/ou des habitudes de vie saines dans divers contextes, notamment les suivants :
 - participer à un programme d'exercices
 - consommer moins de boissons sucrées
 - cesser de fumer
 - pratiquer des techniques sécuritaires en faisant de la planche à neige
 - cesser de remettre à plus tard ses devoirs scolaires
- Inviter les élèves à établir un plan à court terme pour atteindre leur but personnel, et à indiquer, notamment le but
 - une date limite pour l'atteinte du but
 - les étapes du plan d'action
 - les obstacles possibles
 - les solutions aux obstacles possibles
- Demander aux élèves de partager leurs plans avec un autre élève.

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : H.4.S1.A.2



Suggestions pour l'évaluation

Tâche pour évaluer la performance : Faire un plan à court terme

- Évaluation par les pairs : Liste de vérification
Inviter les élèves, par groupes de deux, à évaluer mutuellement la clarté des cinq parties de leur plan à court terme visant à atteindre leur but personnel. Leur demander d'encercler
 - le 1 s'ils pensent que le point est clair;
 - le 2 s'ils pensent qu'il faut préciser ce point.

Plan à court terme – liste de vérification

	Clair	Besoin de clarification
• le but	1	2
• la date limite pour atteindre son but	1	2
• les mesures du plan d'action	1	2
• les obstacles possibles	1	2
• les solutions aux obstacles possibles	1	2

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Consolider ce résultat d'apprentissage tout au long de la session/l'année en rapport avec les différents thèmes ou unités.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ. *Le défi canadien Vie active, l'éducation physique, le loisir et la danse*. Gloucester (Ont.), 1993. (DREF 613.7007/A842d/02)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 4^e programme : pour les 15 à 18 ans. Thème : responsabilité, prise en charge et leadership*, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1993, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/02)

BÉNÉVOLES CANADA. *Le bénévolat, ça marche! : façonnez votre avenir*, Ottawa, Bénévoles Canada, 2000, 1 livret pour les jeunes, 1 guide des parents des jeunes bénévoles, 1 guide des parents le jeunes bénévoles, 1 guide de l'animateur des jeunes bénévoles et 2 affiches. (DREF en traitement) (C.4.S1.A.2a, C.4.S1.A.2b)

Développement des ressources humaines Canada, 2000, 1 dépliant. (DREF en traitement)(C.4.S1.A.2b, C.4.S2.A.2a, C.4.S2.A.2b)



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

GOSSELIN, Wayne. *Portfolio scolaire et professionnel*, Vanier, Centre franco-ontarien de ressources pédagogiques, 1999, coll. « Pédagogie Performance Professionnalisme ».
(DREF 371.42 G679p) (C.4.S1.A.2b, C.4.S1.A3, C.4.S1.B.1b, C.4.S2.A.2a, C.4.S2.A.2b)

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMML / V6345)

QUÉBEC. ÉDUCATION. DIRECTION DE LA FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES. *Développement personnel et social, volet IV*, Montréal, Ministère de l'éducation, 1993, 253 p. (DREF 370.113/Q3d) (C.4.S1.A.2a, C.4.S1.A.2b)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 1, [enregistrement vidéo], réalisé par Dave EDWARDS en collaboration avec la Fondation canadienne des maladies du cœur, Winnipeg, Fondation des maladies du cœur, 1989, 1 vidéocassette de 24 min. (DREF CENI / V5598)

Sautons en cœur : progression pédagogique « Saut à la corde », série 2, [enregistrement vidéo], Winnipeg, Fondations des maladies du cœur, 1993, 1 vidéocassette de 40 min. (DREF JUWE / V4347)

Audiovisuel :

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES ALLERGIES ALIMENTAIRES. *Les allergies alimentaires*, [en ligne], <<http://aqaa.qc.ca>, (mai 2005).

CANADA. SANTÉ. *VITALITÉ : Une approche positive à un mode de vie sain*, [en ligne], 2002, <http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb.dgpsa/onpp-bppn/leaders_approach_f.html>, (mai 2005)

Organisations/sites Web :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE. *Quoi de neuf à l'ACSEPLD?*, [en ligne], et<<http://www.cahperd.ca/f/index.htm>>.

CANADA. SANTÉ. *Été actif : idées lumineuses*, [en ligne], 2002, <http://www.summeractive.canoe.ca/eteactif/idees_lumineuses.html>, (mai 2005).

CANADA. SANTÉ. *Guide d'activité physique canadien pour les jeunes et les enfants*, [en ligne], <http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideeap/enfant_jeunes/index.html>, (mai 2005).

CANADA RESSOURCES HUMAINES ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES. *Exploite tes talents*, [en ligne], [http://www.rhdcc.gc.ca/fr/pip/prh/information_carriere/produits/exploitetalents.shtml](http://www.rhdcc.gc.ca/fr/pip/prh/information_carriere/produits/exploitetalents/introtalents.shtml), (mai 2005)

CANADA. AFFAIRES INDIENNES ET DU NORD. *Les sports autochtone : jeux intemporels*, [en ligne], 1998, <http://www.ainc-inac.gc.ca/ks/pdf/sport_f/pdf>, (mai 2005).

SANTÉ CANADA. *Le Guide alimentaire canadien pour manger sainement*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_raindow_f.html>, (mai 2005).



4. Gestion personnelle et relations humaines

Éducation physique et
Éducation à la santé
Secondaire 1



Résultat d'apprentissage spécifique

H.4.S1.A.2 *L'élève sera apte à :*

Concevoir, mettre en œuvre et évaluer un plan d'action en vue d'adopter une orientation fondée sur ses valeurs et ses croyances personnelles dans le domaine de la santé et de l'activité physique (p. ex. faire de l'activité physique, bien se nourrir, ne pas consommer de drogues, suivre des règles de sécurité).

Suggestions pour l'enseignement

Plan d'action

- Inviter les élèves à rédiger leur vision en décrivant ce que signifierait l'adoption d'habitudes de vie saines et comment cela améliorerait leur vie.
 - Leur demander de fixer un but et d'élaborer un plan d'action pour des habitudes de vie saines de leur choix (p. ex. faire de l'exercice régulièrement, manger sainement, cesser de fumer, moins regarder la télévision, suivre un cours de sauvetage). Ce plan d'action devrait :
 - décrire les mesures précises à prendre pour atteindre le but;
 - indiquer quand ces mesures seront prises et à quelle fréquence;
 - décrire comment les progrès seront évalués;
 - préciser comment le plan sera révisé s'il ne fonctionne pas.
 - Proposer aux élèves de recopier leur plan dans la FR fournie.

Variante :

Demander aux élèves d'élaborer un plan d'action type.



Voir l'annexe S1-4 : Plan d'action.

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : H.4.S1.A.1

Suggestions pour l'évaluation

Tâche avec crayon et papier : Plan d'action

Auto-évaluation : Liste de vérification

- À l'aide de critères élaborés par l'enseignant et/ou les élèves, demander aux élèves d'évaluer la conception, l'application et la réalisation de leur propre plan d'action.

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Lorsque les élèves présentent leur plan d'action aux autres, que ce soit en petits groupes ou tous ensemble, ils apprendront que les plans d'action peuvent être aussi variés que les personnes qui les ont faits et que ce qui fonctionne pour une personne peut être inefficace pour l'autre.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

A boire et à manger, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMLW / V6342)

Aimer la vie : tout le monde y gagne!, [classeur vertical], Winnipeg, Comité de la semaine manitobaine de sensibilisation aux dépendances, 2004, 1 trousse et feuilles d'activités et documents divers. (DREF CV)

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE.
Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 4^e programme : pour les 15 à 18 ans. Thème : responsabilité, prise en charge et leadership, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1993, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/02)

BESSERT, Carol, et autres. *Prendre sa vie en main*, Edmonton, Weigl Educational Publisher, 1989, 224 p. (DREF 370.11/B858p)

KAMENITZ, Lois. *Prendre sa vie en main : guide du maître*, 2^e édition, Montréal, Les Éditions de la Chenelière, 1990, 133 p. (DREF 370.11/B858/M)

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min. (DREF BMML / V6345)

Organisations/sites Web :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE.
Quoi de neuf à l'ACSEPLD?. [en ligne], <<http://www.cahperd.ca/fra/index.cfm>>, (mai 2005).

CANADA. SANTÉ. *Été actif : idées lumineuses*, [en ligne], 2002, <http://www.summeractive.canoe.ca/eteactif/idees_lumineuses.html>, (mai 2005).

CANADA. AGENCE DE SANTÉ PUBLIQUE. *Guide d'activité physique canadien pour les jeunes et les enfants*. [en ligne], <http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideeap/enfants_jeunes/index.html>, (mai 2005).

CANADA. AFFAIRES INDIENNES ET DU NORD. *Les sports autochtone : jeux intemporels*, [en ligne], 1998, <http://www.ainc-inac.gc.ca/ks/pdf/sports_f/pdf>, (mai 2005).

SANTÉ CANADA. *Le Guide alimentaire canadien pour manger sainement*, [en ligne], <http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_raindow_f.html>, (mai 2005).

SANTÉ CANADA. *VITALITÉ : Une approche positive à un mode de vie sain*, [en ligne], 2002, <http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb.dgpsa/onpp-bppn/leaders_approach_f.html>, (mai 2005)



Résultat d'apprentissage spécifique

H.4.S1.A.3 *L'élève sera apte à :*

Appliquer ses habiletés interpersonnelles (p. ex. s'exprimer de manière réfléchie, accepter les idées et les opinions des autres, faire preuve de respect, tenir ses promesses) **dans des situations typiques liées au développement de rapports étroits et sincères** (p. ex. entre parents et enfants, frères et sœurs, mari et femme, bons amis, petits amis ou amoureux, coéquipiers).

Suggestions pour l'enseignement

Inventaire des habiletés en communication interpersonnelle

- Former de petits groupes d'élèves et demander à chaque groupe de choisir une relation parmi celles de la liste ci-dessous (s'assurer que les cinq types de relations sont choisis) :
 - entre parents et enfants
 - entre frères et sœurs
 - entre bons amis
 - entre employeur et employé
 - entre membres d'une équipe
- Demander aux élèves de chaque groupe de créer une liste-synthèse des habiletés en communication interpersonnelle qui leur semblent nécessaires pour établir des relations étroites et significatives (p. ex. partage, respect, engagement).
- Afficher les listes-synthèses et inviter les élèves à indiquer :
 - les habiletés en communication interpersonnelle qui s'appliquent à la plupart des cinq relations ou à toutes ces relations;
 - les habiletés en communication interpersonnelle qui s'appliquent à une seule relation.

Trouver les composantes d'une relation

- Préparer une affiche qui indique les diverses composantes d'une relation (tant positives que négatives).



Voir un exemple dans le DR S1-3 : Cartes de relations.

- Inviter chaque élève à vérifier l'affiche et à indiquer les habiletés qui, à son avis, sont liées à l'établissement d'une relation étroite et significative avec un(e) ami(e) de cœur. Demander ensuite à tout le groupe d'indiquer :
 - les habiletés les plus fréquemment cochées
 - les habiletés qui ne sont pas liées à l'établissement d'une relation significative avec un(e) ami(e) de cœur.

Lien curriculaire :

Voir RAS C.4.S2.B.2b

Suggestions pour l'évaluation

Journal/réflexion : Toutes les activités

Auto évaluation : Inventaire

- Inviter les élèves à choisir un exemple d'une relation interpersonnelle qu'ils vivent et à commenter les habiletés en communication interpersonnelle (p. ex. montrer du respect, être responsable) que chaque personne apporte au développement de la relation.



RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

HÉBERT, Jean-François, et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02) (C.4.S1.B.1a, C.4.S1.B.2a, C.4.S2.B.2b, C.4.S1.B.3a, C.4.S1.B.3b, C.4.S1.B.3C)

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576) (C.4.S1.B4, C.4.S2.C2, C.3.S1.B.5a, C.3.S1.B.6a, C.3.S1.B.5b, C.5.S1.D2, C.5.S2.D2)

SALETTI, Daniel. *La médiation, un instrument précieux*, Montréal, Centre Mariebourg, 1995, 52 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397m) (C.4.S1.B.1a, C.4.S1.B.2a, C.4.S2.B.2b, C.4.S1.B.3a, C.4.S1.B.3b, C.4.S1.B.3C)

Organisations/sites Web :

CROIX ROUGE CANADIENNE. *ÉduRespect : Prévention de la violence*, [en ligne], <http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=006820&tid=030>, (mai 2005).

FÉDÉRATION POUR LE PLANNING DES NAISSANCES DU CANADA. *Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproduction*, [en ligne], <<http://www.pffc.ca/ppfc/media/French%20Sourcebook-%20FINAL.pdf>>, (mai 2005).



Résultat d'apprentissage spécifique

H.4.S1.A.4 *L'élève sera apte à :*

Appliquer des stratégies de résolution de conflits (c.-à-d. la médiation et la négociation) **dans diverses situations typiques, de manière à comprendre les perspectives et les points de vue des intéressés** (c.-à-d. déterminer les raisons sous-jacentes du conflit).

Suggestions pour l'enseignement

Comprendre la résolution de conflits

- Présenter un scénario qui illustre un conflit entre deux personnes. Indiquer clairement quelles sont les divergences d'opinions.
 - Diviser la classe en deux groupes égaux et demander à chaque groupe de représenter un point de vue sur le conflit illustré dans le scénario. Inviter chaque groupe à discuter de l'enjeu du point de vue qui lui est assigné, en se guidant sur les questions suivantes :
 - *Comment ton groupe voit-il ce conflit?*
 - *Quelle est la source du conflit?*
 - *Qu'est-ce que ton groupe serait prêt à faire pour résoudre le conflit?*
 - *Quel résultat ton groupe espère-t-il obtenir?*

Pratiquer la résolution de conflits

- Demander aux élèves de créer des scénarios comportant un conflit et d'utiliser des stratégies de résolution de conflits afin de comprendre les différents points de vue.

Médiation

- Former des groupes de trois élèves comportant un représentant de chaque partie au conflit et un médiateur. Demander aux élèves en conflit de présenter chacun leur version de la situation et au médiateur d'aider à résoudre ce conflit. Inviter les élèves à inscrire les solutions et à les partager avec toute la classe.

Négociation

- Demander aux élèves de se placer deux par deux de façon à ce que chaque paire compte un représentant de chaque partie au conflit. Inviter chaque élève à présenter à l'autre sa version des faits et à utiliser la négociation pour trouver une solution. Leur demander d'inscrire leurs solutions et d'en faire part aux autres élèves.

Lien curriculaire :

Voir RAS C.4.S1.B.3c

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

Évaluation par l'enseignant : Inventaire

- Au cours des discussions en classe, observer si les élèves sont capables :
 - d'agir comme médiateurs et de négocier de manière respectueuse;
 - de voir le point de vue de l'autre.



Remarques pour l'enseignant

Glossaire

- médiation
- négociation

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

Guide de formation au leadership étudiant, secondaire, 3^e édition, Gloucester (Ont.), Association canadienne de loisirs intramuros, 1999. (DREF en traitement)

HÉBERT, Jean-François, et Janick AUDET. *La résolution de conflits et la médiation par les pairs au secondaire : guide d'animation et trousse du médiateur*, Montréal, Centre Mariebourg, 1998, 302 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397 02) (C.4.S1.B.1a, C.4.S1.B.2a, C.4.S2.B.2b, C.4.S1.B.3a, C.4.S1.B.3b, C.4.S1.B.3C)

La violence chez les jeunes : l'estime de soi, comme outil de prévention, [enregistrement vidéo], Montréal, Hôpital Sainte-Justine, Service audio-visuel, 1992, 2 vidéocassettes de 140 min. (DREF KBDP / V4576) (C.4.S1.B.4, C.4.S2.C2, C.3.S1.B.5a, C.3.S1.B.6a, C.3.S1.B.5b, C.5.S1.D2, C.5.S2.D2)

SALETTI, Daniel. *La médiation, un instrument précieux*, Montréal, Centre Mariebourg, 1995, 52 p., coll. « Vers le pacifique... ». (DREF 303.69 C397m) (C.4.S1.B.1a, C.4.S1.B.2a, C.4.S2.B.2b, C.4.S1.B.3a, C.4.S1.B.3b, C.4.S1.B.3C)

Audiovisuel :

La Communication, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, Société Radio-Canada, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMOV / V7090)

Organisations/sites Web :

CROIX ROUGE CANADIENNE. *ÉduRespect : Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=006820&tid=030>>, (mai 2005).

FÉDÉRATION POUR LE PLANNING DES NAISSANCES DU CANADA. *Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproduction*, [en ligne], <<http://www.pffc.ca/ppfc/media/French%20Sourcebook-%20FINAL.pdf>>, (mai 2005)





Résultats d'apprentissage spécifiques



Connaissances

- C.4.S1.A.1
Exposer ses points forts, ses valeurs et ses stratégies pour s'épanouir (p. ex. améliorer ses points forts ou ses faiblesses, refaçonner ses pensées négatives, penser de manière positive, faire preuve de persévérance dans la poursuite des objectifs en dépit des obstacles) **et avoir une image de soi positive.**
- C.4.S1.A.2a
Nommer des choix de carrière dans le domaine de la santé et de l'éducation physique (p. ex. éducateur physique, physiothérapeute, directeur sportif, moniteur de conditionnement physique, directeur des loisirs, hygiéniste, travailleur social, diététicien, médecin, infirmier, conseiller, ergothérapeute).
- C.4.S1.A.2b
Déterminer quelles habiletés accroissent l'employabilité (c.-à-d. les habiletés nécessaires dans le contexte scolaire, les habiletés de gestion personnelle, les habiletés de travail collectif).
- C.4.S1.A.3
Décrire les facteurs (p. ex. famille, valeurs, connaissances dans le domaine de la santé, influence des pairs, médias, tendances sociales, prérequis, coûts) **qui influent sur ses décisions et celles des autres dans le domaine de la santé ou du développement de carrière.**
- C.4.S1.B.1a
Montrer comment nouer des relations harmonieuses (p. ex. témoigner du respect, se montrer bienveillant, offrir son aide et ses encouragements, manifester son affection et sa sympathie, pardonner) **avec son entourage** (p. ex. parents, frères et sœurs, bons amis, amoureux, conjoint, collègues de travail, voisins).
- C.4.S1.B.1b
Cerner certains facteurs (p. ex. champs d'intérêt, formes diverses d'intelligence, accessibilité) **qui influent sur ses choix personnels et les choix des autres dans le domaine des sports et de l'activité physique en général.**
- C.4.S1.B.2a
Indiquer des moyens et des stratégies de communication qui améliorent la dynamique au sein d'une équipe ou d'un autre groupe (p. ex. écouter activement, encourager les autres, s'affirmer de manière acceptable, faire preuve de maîtrise de soi, continuer à travailler au sein du groupe jusqu'à ce que la tâche soit terminée, susciter des consensus).
- C.4.S1.B.2b
Indiquer des comportements sociaux appropriés (p. ex. s'exprimer de manière à inclure tout le monde, traiter les autres avec respect) **qui permettent de tisser des liens enrichissants avec les autres.**
- C.4.S1.B.3a
Décrire des moyens de gérer la colère (c.-à-d. maîtriser sa propre colère et réagir à la colère des autres) **de manière constructive** (p. ex. en demeurant calme, en ayant recours aux méthodes de résolution de conflits) **dans diverses situations typiques.**
- C.4.S1.B.3b
Décrire les effets des conflits (p. ex. perte de confiance, blessures psychologiques, problèmes d'iniquité) **et les raisons qui font qu'il est important de comprendre le point de vue des autres pour établir des relations enrichissantes avec eux, notamment dans le contexte d'une équipe** (p. ex. en se mettant à leur place, en acceptant les différences).

Connaissances (suite)

- C.4.S1.B.3c
Montrer les effets de divers comportements et de diverses stratégies de résolution de conflits (c.-à-d. négociation, arbitrage et décision) **sur le résultat final** (c.-à-d. situations où les deux antagonistes gagnent; où l'un gagne et l'autre perd; où les deux perdent) **d'un effort pour résoudre un désaccord.**
- C.4.S1.B.4
Donner des exemples de situations qui peuvent être dangereuses (p. ex. mauvais traitements infligés par des actes ou par des paroles, drogues, pression des pairs) **et de stratégies efficaces pour les éviter ou pour exprimer son refus.**

Habiletés

- H.4.S1.A.1
Appliquer le processus d'établissement d'objectifs, en concevant un plan à court terme lié à ses études ou à l'adoption d'un mode de vie actif physiquement et sain (p. ex. faire de l'activité physique, bien se nourrir, ne pas consommer de drogues, suivre des règles de sécurité).
- H.4.S1.A.2
Concevoir, mettre en œuvre et évaluer un plan d'action en vue d'adopter une orientation fondée sur ses valeurs et ses croyances personnelles dans le domaine de la santé et de l'activité physique (p. ex. faire de l'activité physique, bien se nourrir, ne pas consommer de drogues, suivre des règles de sécurité).
- H.4.S1.A.3
Appliquer ses habiletés interpersonnelles (p. ex. s'exprimer de manière réfléchie, accepter les idées et les opinions des autres, faire preuve de respect, tenir ses promesses) **dans des situations typiques liées au développement de rapports étroits et sincères** (p. ex. entre parents et enfants, frères et sœurs, mari et femme, bons amis, petits amis ou amoureux, coéquipiers).
- H.4.S1.A.4
Appliquer des stratégies de résolution de conflits (c.-à-d. la médiation et la négociation) **dans diverses situations typiques, de manière à comprendre les perspectives et les points de vue des intéressés** (c.-à-d. déterminer les raisons sous-jacentes du conflit).

Indicateurs d'attitudes

- 4.1 Manifester une attitude positive à l'égard de l'apprentissage, de sa croissance et de sa santé.
- 4.2 Être sensible aux besoins et aux capacités des autres.
- 4.3 Faire preuve d'un bon sens des responsabilités dans son travail et ses jeux.
- 4.4 Manifester le désir de jouer franc-jeu et de travailler en collaboration avec les autres.
- 4.5 Faire preuve d'une attitude positive à l'égard du changement.
- 4.6 Aimer participer et apprendre.

