

ANNEXES

- Annexe 1 : Évaluation des habiletés motrices fondamentales
- Annexe 2 : Habiletés motrices fondamentales : Locomotion
- Annexe 3 : Habiletés motrices fondamentales : Manipulation (A)
- Annexe 4 : Habiletés motrices fondamentales : Manipulation (B)
- Annexe 5 : Habiletés motrices fondamentales : Équilibre
- Annexe 6 : Évaluation anecdotique
- Annexe 7 : Liste de contrôle
- Annexe 8 : Le franc-jeu
- Annexe 9 : Bonne et mauvaise posture
- Annexe 10 : Les parties du corps
- Annexe 11 : Processus de résolution de conflits
- Annexe 12 : Je m'affirme
- Annexe 13 : Étapes du processus de prise de décisions
- Annexe 14 : Résolution de problèmes
- Annexe 15 : L'écoute active
- Annexe 16 : Je me calme
- Annexe 17 : Objectifs simples
- Annexe 18 : Je m'exerce
- Annexe 19 : Mes pratiques quotidiennes d'hygiène personnelle
- Annexe 20 : Symboles des produits dangereux
- Annexe 21 : Les produits dangereux
- Annexe 22 : L'arc-en-ciel (*Guide alimentaire canadien*)

Année : _____

_____ Trimestre

Noms	Locomotion																								
	Courir					Sauter à pieds joints					Sauter à cloche-pied					Galoper					Sautiller				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
1.																									
2.																									
3.																									
4.																									
5.																									
6.																									
7.																									
8.																									
9.																									
10.																									
11.																									
12.																									
13.																									
14.																									
15.																									
16.																									
17.																									
18.																									
19.																									
20.																									
21.																									
22.																									
23.																									
24.																									
25.																									



Annexe 3 : Habiletés motrices fondamentales : Manipulation (A)

Année : _____

| | Trimestre

Noms	Manipulation																								
	Faire rouler					Lancer par-dessous l'épaule					Lancer par-dessus l'épaule					Frapper					Donner un coup de pied				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
1.																									
2.																									
3.																									
4.																									
5.																									
6.																									
7.																									
8.																									
9.																									
10.																									
11.																									
12.																									
13.																									
14.																									
15.																									
16.																									
17.																									
18.																									
19.																									
20.																									
21.																									
22.																									
23.																									
24.																									
25.																									



Année : _____

Trimestre

Noms	Manipulation									
	Attraper					Faire rebondir				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										
17.										
18.										
19.										
20.										
21.										
22.										
23.										
24.										
25.										



Annexe 5 : Habiletés motrices fondamentales : Équilibre

Année : _____

Trimestre

Noms	Équilibre									
	Statique					Dynamique				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										
17.										
18.										
19.										
20.										
21.										
22.										
23.										
24.										
25.										

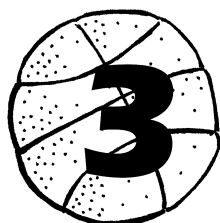




Donner une chance
égale à chacun de
participer



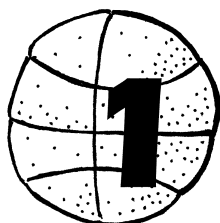
Se maîtriser
en tout temps



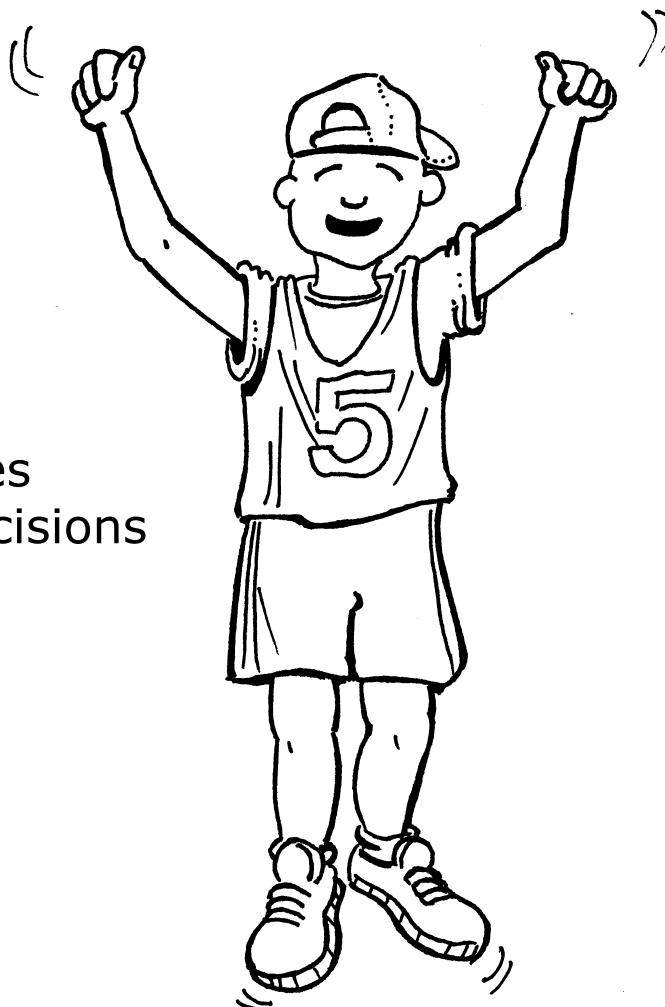
Respecter
l'adversaire



Respecter les arbitres
et accepter leurs décisions

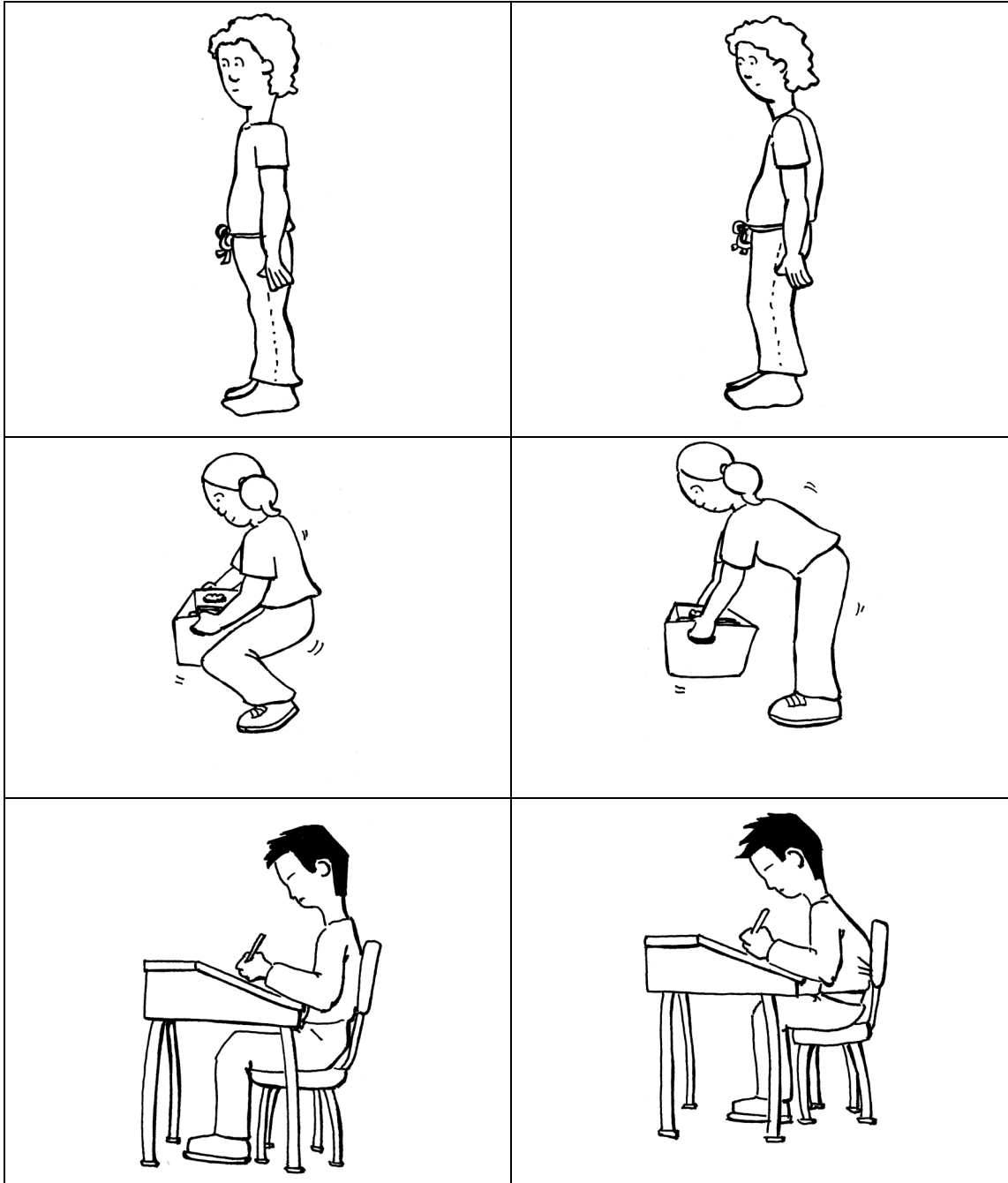


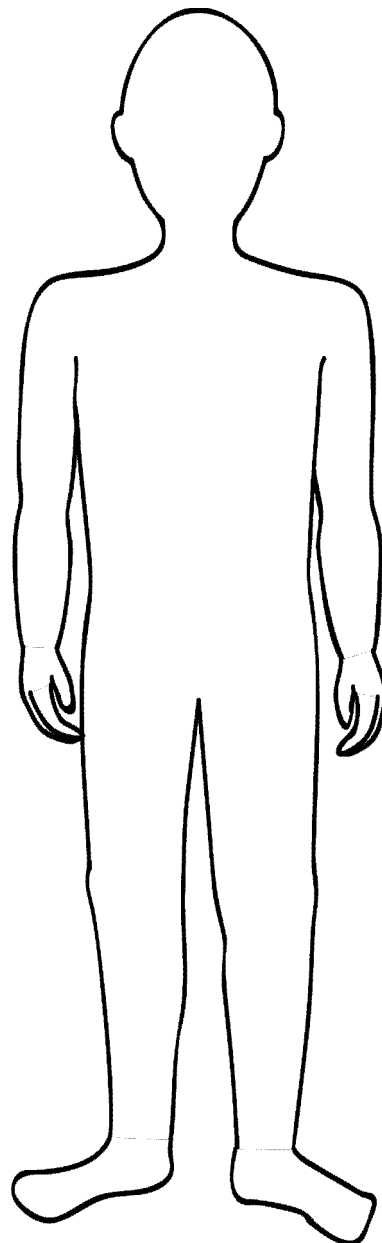
Respecter
les règles



BONNE POSTURE

MAUVAISE POSTURE





1. Identifier le but

- Ce qui est arrivé: _____
_____.
- Comment je me sens («message je») : Je me sens _____ quand tu _____
_____ parce que _____.
- Je comprends le point de vue de l'autre: _____
_____.

2. Identifier les contraintes, les limites, les solutions

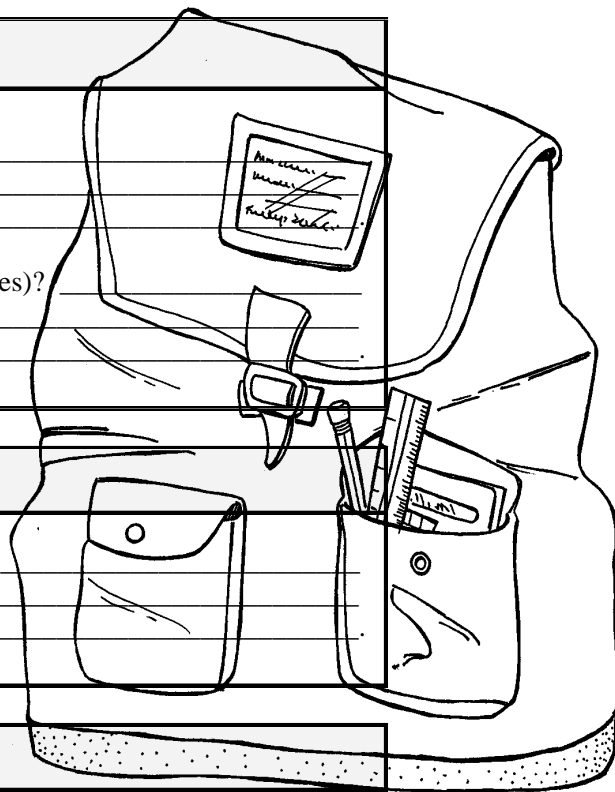
- Ce que je peux faire pour résoudre le conflit: _____
_____.
- Suis-je d'accord avec la solution proposée par l'autre (les autres)? _____
_____.

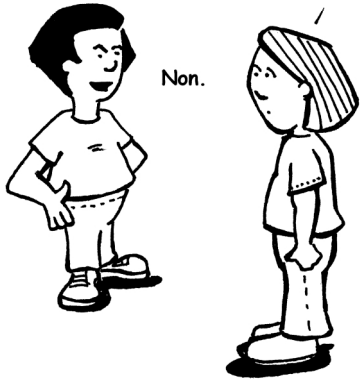
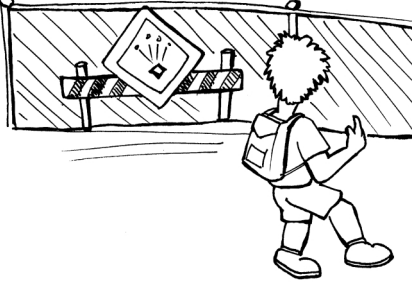
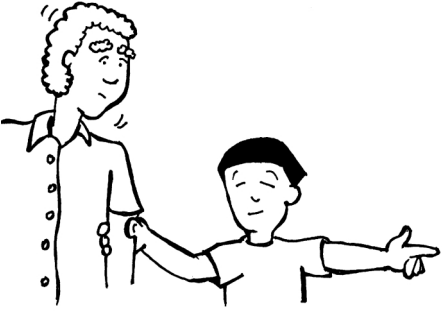
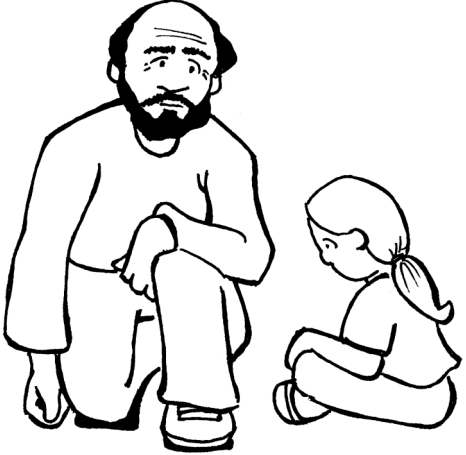
3. Choisir la meilleure solution

- On décide ensemble de la meilleure solution: _____
_____.

4. Évaluer l'efficacité

- Notre solution est-elle efficace? _____
- Le problème est-il résolu? _____
- Ce qu'il faut changer: _____



 <p>Non.</p>	<p>Je regarde la personne dans les yeux et je dis « Non ».</p>
	<p>Je m'éloigne du danger.</p>
	<p>Je demande la permission d'un adulte fiable.</p>
	<p>Je me confie à une personne responsable.</p>



Énonce le problème



Trouve des idées



Vérifie les règles



Fais le meilleur choix



1. Je reconnais le problème

Je me sens : _____

Voici les faits : _____

J'écris une phrase courte pour décrire le problème : _____

2. Je cherche des solutions

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

3. J'évalue les solutions

Mes quatre meilleures solutions :

- _____
- _____
- _____
- _____

Les critères d'évaluation :

- ce que je connais en matière de santé?
- les valeurs de ma famille?
- mes valeurs spirituelles?
- les valeurs de mon école?
- les valeurs de ma communauté?

4. Je décide, j'adapte

Je décide de : _____

J'adapte ou je modifie : _____





1. Je me dis : « Je peux me calmer ».



2. Je respire 3 fois lentement.



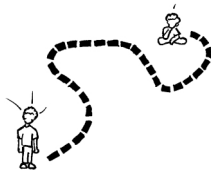
3. Je compte lentement à rebours, de 10 à 1.



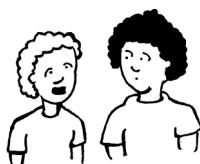
4. J'ai une pensée agréable.



5. Je m'éloigne de la situation qui me fâche.



6. Je parle à quelqu'un.



7. Je fais une activité physique.



8. Je dessine la situation qui me fâche.





9. Je joue avec de la plasticine.



10. Je fais une bonne action.



 Objectif atteint  Objectif pas encore atteint	L	M	M	J	V	S	D
Mon objectif : <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>							
Mon objectif : <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>							
Mon objectif : <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>							
Mon objectif : <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>							



Je coche le jour de la semaine chaque fois que je m'exerce :

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Semaine 1							
Semaine 2							
Semaine 3							
Semaine 4							

Je surveille mes progrès : « où j'en suis à la fin de la semaine? »

Échelle	Première semaine	Deuxième semaine	Troisième semaine	Quatrième semaine	Cinquième semaine
5 ☺	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	4
3 ☹	3	3	3	3	3
2	2	2	2	2	2
1 ☹	1	1	1	1	1



Annexe 19 : Mes pratiques quotidiennes d'hygiène personnelle

	Hygiène dentaire	Hygiène du corps	Alimentation	Sommeil	Activité physique	Habillement
Action						
Quand						
Où						
Comment						
Modification						



SYMBOLES DES PRODUITS DANGEREUX



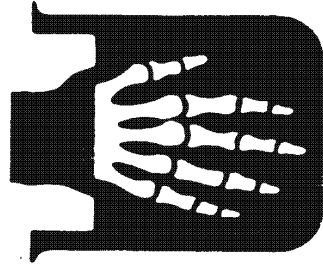
TOXIQUE



INFLAMMABLE

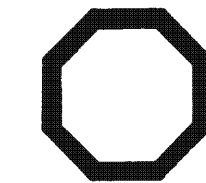


EXPLOSIF

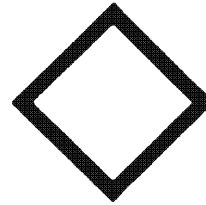


CORROSIF

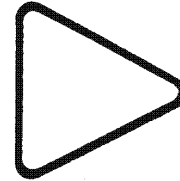
Les symboles ci-dessus indiquent le TYPE de danger relatif au produit.
Les cadres ci-dessous indiquent la gravité du danger.
(les symboles sont toujours dessinés dans un cadre)



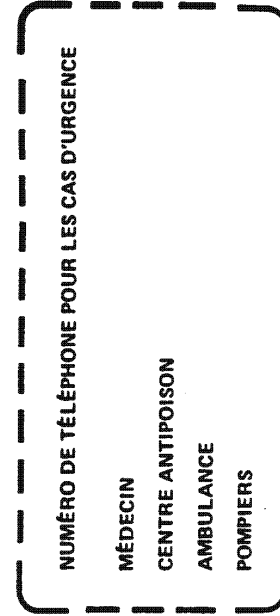
DANGER



ATTENTION



PRÉCAUTION



Je complète les définitions avec les mots en caractères gras.

losange - poison - octogone - explosif - inflammable - corrosif - triangle

1. Un produit _____ peut exploser sous l'effet de la chaleur ou d'un choc.
2. Un produit _____ est un produit qui attaque violemment la peau, la chair, les os et cause de graves brûlures.
3. Ces trois formes _____, _____, _____, indiquent que le produit est dangereux et qu'il faut être prudent et responsable en tout temps. Tu ne peux l'utiliser sans la permission et la supervision d'un adulte fiable.
4. Un produit _____ peut s'enflammer facilement (allumette, chaleur, étincelle).
5. Un _____ est une substance qui peut causer la mort si elle est bue ou avalée.

Relie par un trait les numéros des définitions ci-dessus aux symboles suivants:

1



2



3



4



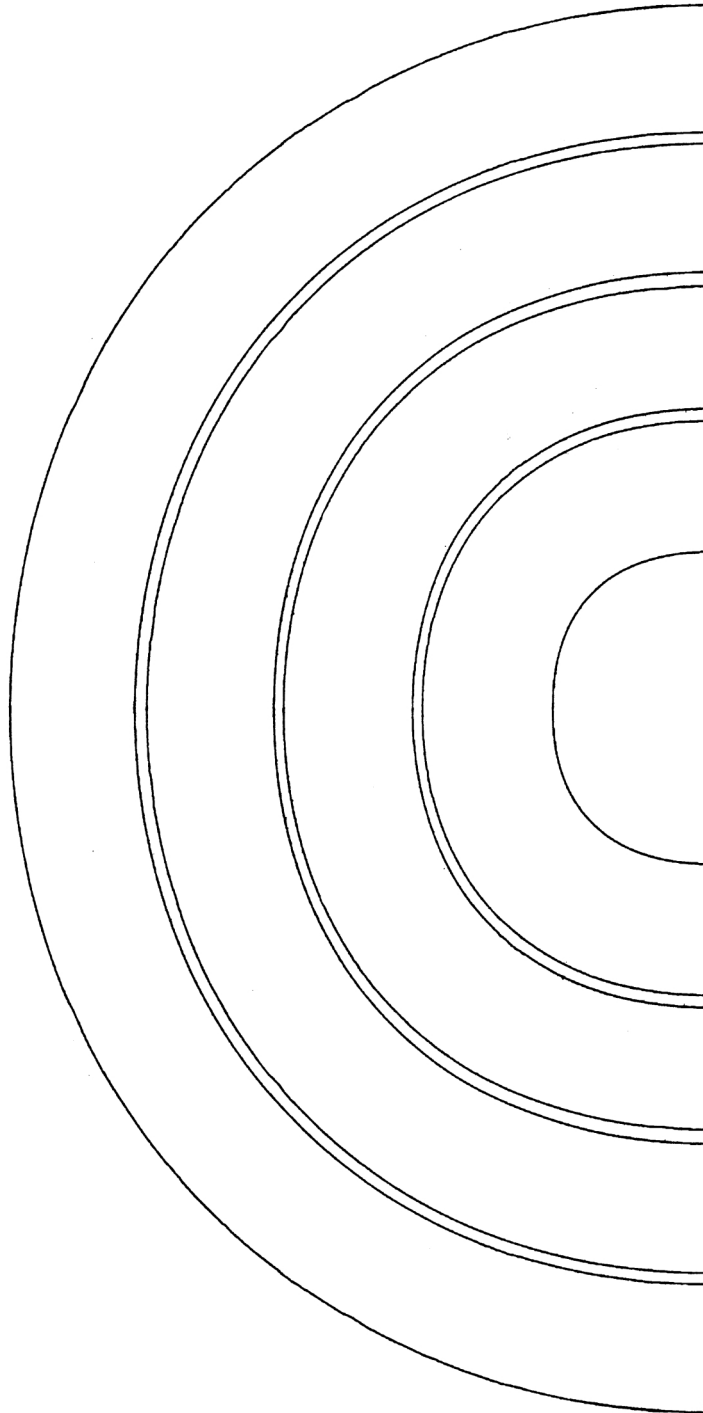
5



Annexe 22 : L'arc-en-ciel (*Guide alimentaire canadien*)

Éducation physique et
Éducation à la santé
3^e année

Nom _____ Niveau _____ Date _____



Viandes et
substituts

Rouge

Produits
laitiers

Bleu

Légumes
et fruits

Vert

Produits
céréaliers

Jaune



7. Je fais une activité physique.



8. Je dessine la situation qui me fâche.



9. Je joue avec de la plasticine.



10. Je fais une bonne action.

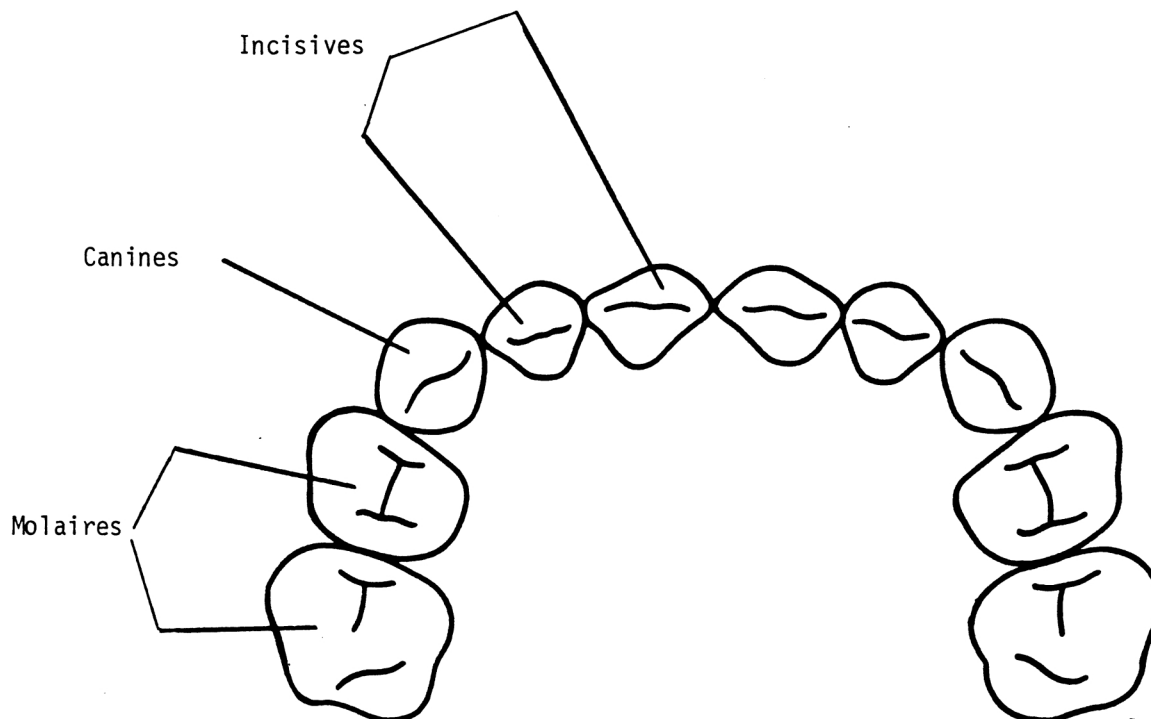


Nom : _____

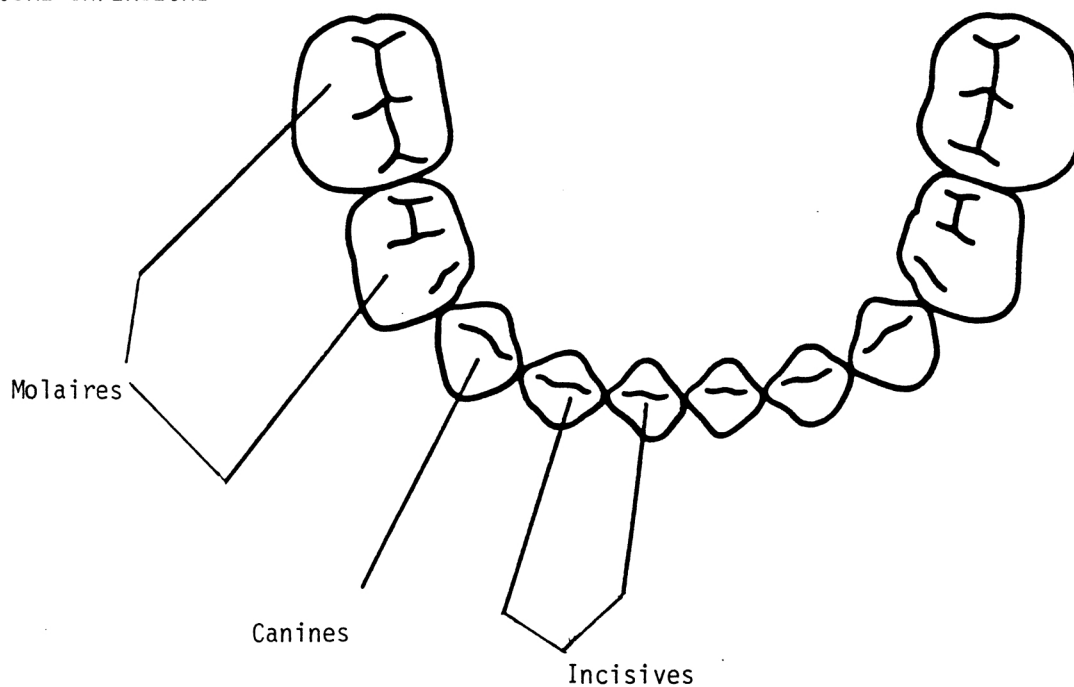
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Prendre un bain ou une douche							
Se laver les cheveux							
Se laver les mains							
Se changer							
Se brosser les dents							
Faire de l'activité physique							



MÂCHOIRE SUPÉRIEURE

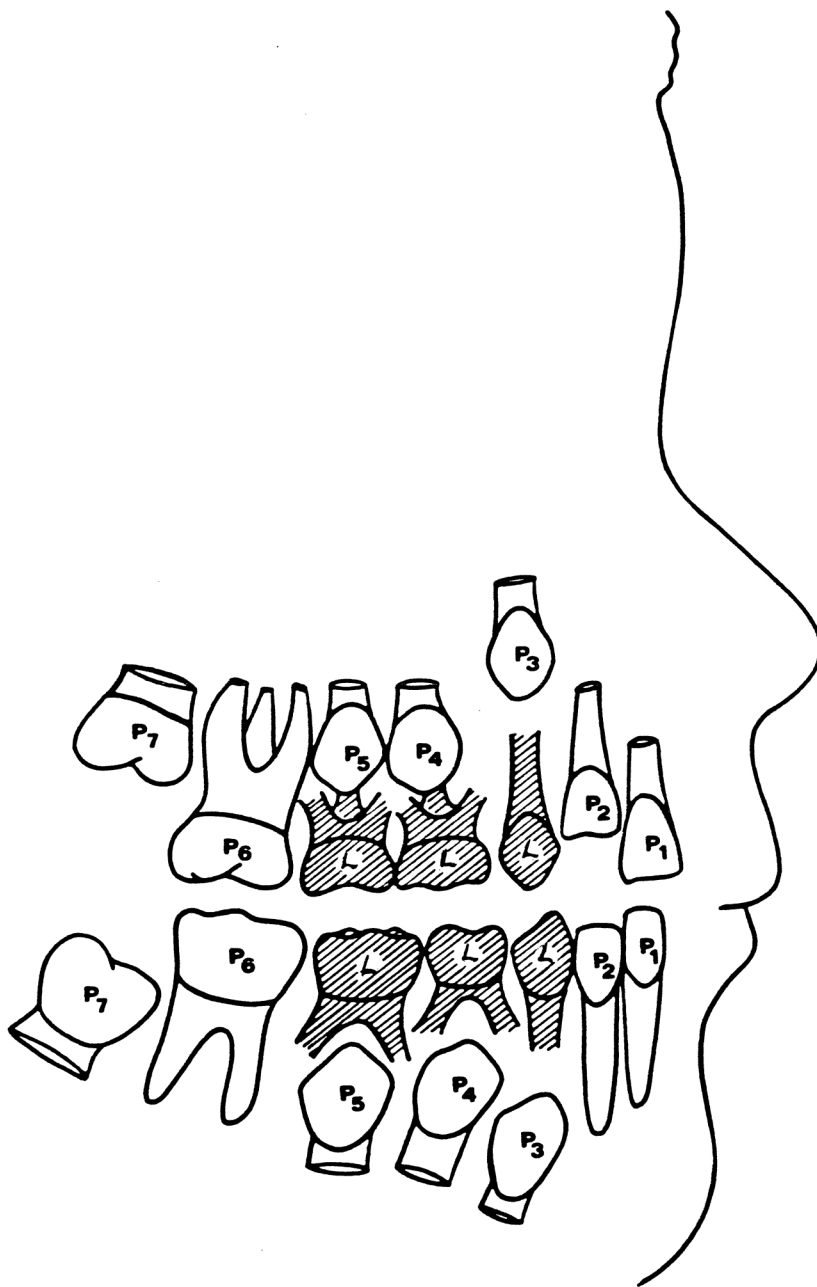


MÂCHOIRE INFÉRIEURE

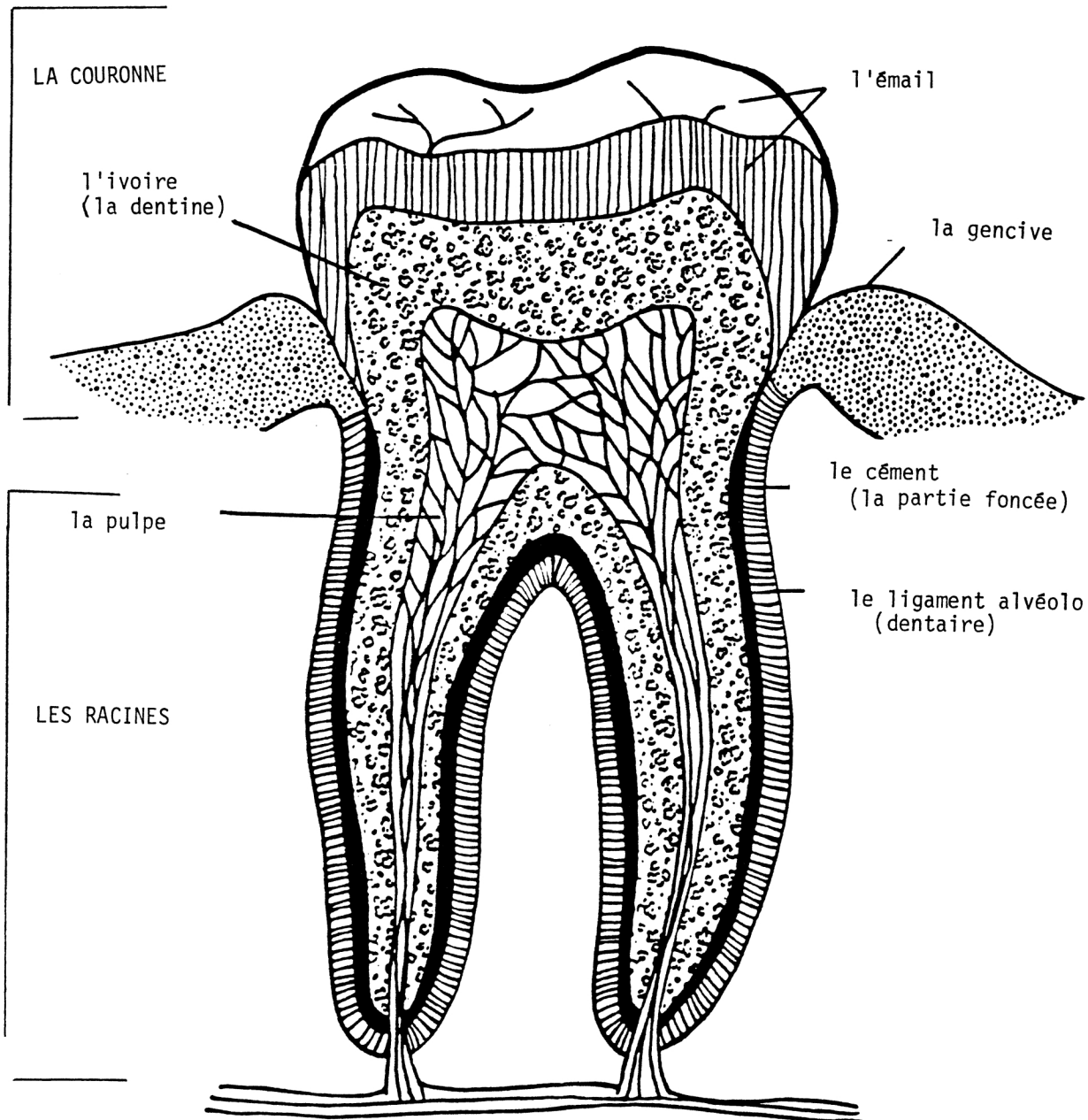


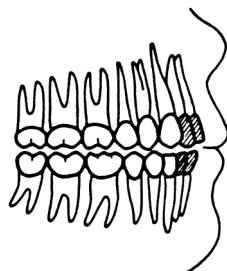
P = dents permanentes

- 1 – Incisives
- 2 – Incisives
- 3 – Canines
- 4 – Prémolaires
- 5 – Prémolaires
- 6 – Molaires (6 ans)
- 7 – Molaires (12 ans)

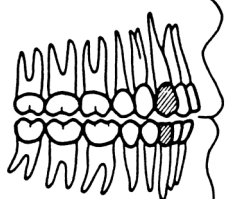


Annexe 26 : Section transversale d'une molaire

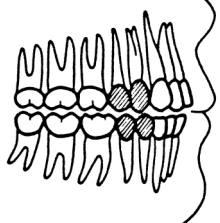




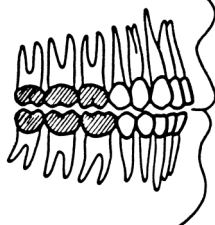
Les incisives tout comme les ciseaux servent à couper les aliments



Les canines tout comme les fourchettes servent à déchirer les aliments.



Les prémolaires tout comme les casse-noisettes servent à broyer la nourriture.



Les molaires tout comme les mortiers ou les moulins à viande servent à broyer la nourriture.

Annexe 28 : Mes pratiques quotidiennes d'hygiène personnelle

	Hygiène dentaire	Hygiène du corps	Alimentation	Sommeil	Activité physique	Habillement
Action						
Quand						
Où						
Comment						
Modification						

