

# Santé première année

*Programme d'études*

## Website References

Website references contained within this document are provided solely as a convenience and do not constitute an endorsement by the Department of Education of the content, policies, or products of the referenced website. The department does not control the referenced websites and subsequent links, and is not responsible for the accuracy, legality, or content of those websites. Referenced website content may change without notice.

Regional Education Centres and educators are required under the Department's Public School Programs Network Access and Use Policy to preview and evaluate sites before recommending them for student use. If an outdated or inappropriate site is found, please report it to <[curriculum@novascotia.ca](mailto:curriculum@novascotia.ca)>.

## Santé première année

© Droit d'auteur à la Couronne, Province de la Nouvelle-Écosse , 2017, 2019

Préparé par le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance de la Nouvelle-Écosse

Il s'agit de la version la plus récente du matériel pédagogique actuel utilisé par les enseignants de la Nouvelle-Écosse.

Tous les efforts ont été faits pour indiquer les sources d'origine et pour respecter la Loi sur le droit d'auteur. Si, dans certains cas, des omissions ont eu lieu, prière d'en aviser le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance de la Nouvelle-Écosse au numéro 1-888-825-7770 pour qu'elles soient rectifiées. La reproduction, du contenu ou en partie, de la présente publication est autorisée dans la mesure où elle s'effectue dans un but non commercial et qu'elle indique clairement que ce document est une publication du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance de la Nouvelle-Écosse.

# Santé première année

## Programme d'études

Ébauche septembre 2019

## Table des matières

Résultat d'apprentissage

Les apprenants examineront les habitudes qui favorisent une bonne santé mentale et physique.....1

Les apprenants examineront des façons saines de gérer les changements qui surviennent au sein de la vie de famille.....10

Les apprenants examineront les caractéristiques qui favorisent les relations saines et sécuritaires.....12

Ébauche

Ébauche

# Résultats et indicateurs

Résultat d'apprentissage 1 – Les apprenants examineront les habitudes qui favorisent une bonne santé mentale et physique.

## Indicateurs

- examiner les effets du sommeil sur la santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)
- examiner les effets d'une alimentation saine sur une bonne santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)
- examiner le maintien de la santé buccodentaire (COM, DPCC, PC)
- examiner les effets des loisirs actifs et passifs sur une bonne santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)

Résultat d'apprentissage 2 – Les apprenants examineront des façons saines de gérer les changements qui surviennent au sein de la vie de famille.

## Indicateurs

- examiner les changements qui ont des répercussions sur les familles (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner les émotions souvent associées au changement (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner des stratégies saines pour faire face aux difficultés (CIT, COM, DPCC, PC)

Résultat d'apprentissage 3 – Les apprenants examineront les caractéristiques qui favorisent les relations saines et sécuritaires.

## Indicateurs

- examiner les caractéristiques d'une amitié saine et sécuritaire (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner les caractéristiques d'une relation avec un pair saine et sécuritaire (CIT, COM, DPCC, PC)

## Résultat d'apprentissage 1 – Les apprenants examineront les habitudes qui favorisent une bonne santé mentale et physique.

### Raison d'être

L'objectif de ce résultat d'apprentissage est de faire découvrir aux enfants les comportements qui contribuent à la bonne santé de leur corps, y compris celle de leur cerveau. Les jeunes enfants peuvent commencer à accorder de l'importance à l'alimentation saine, au sommeil, à la santé buccodentaire et à l'activité physique et à reconnaître qu'il s'agit de facteurs ayant une incidence sur leur santé et leur bien-être. Il existe aussi de nombreux facteurs environnementaux et sociaux qui ont un effet sur la capacité des enfants à adopter des comportements favorables à leur santé, y compris des facteurs sur lesquels ils n'ont aucun contrôle. Il est entendu que ce ne sont pas tous les enfants et les jeunes de notre province qui bénéficient d'une sécurité alimentaire. Par conséquent, lors de la planification et de l'offre d'activités portant sur des résultats d'apprentissage liés à une alimentation saine, il est essentiel que les enseignants évitent de supposer que toutes les familles bénéficient d'une sécurité alimentaire.

### Indicateurs

- examiner les effets du sommeil sur la santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)
- examiner les effets d'une alimentation saine sur une bonne santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)
- examiner le maintien de la santé buccodentaire (COM, DPCC, PC)
- examiner les effets des loisirs actifs et passifs sur une bonne santé mentale et physique (COM, DPCC, PC)

### Évaluation, enseignement et apprentissage

- Définissez le terme *habitude*. Demandez aux élèves de former équipe avec leur voisin et de faire part d'habitudes leur venant à l'esprit. Discutez avec l'ensemble de la classe des habitudes qui pourraient être considérées comme de saines habitudes parmi celles qu'ils ont mentionnées. Que pourrait être un exemple d'habitude malsaine?
- Au retour des élèves de l'éducation physique, demandez-leur de préciser de vive voix ou par écrit, ou au moyen d'un dessin comment ils ont été actifs et comment ils se sentent maintenant.
- Demandez aux élèves de représenter à l'aide de pâte à modeler un loisir auquel ils aiment s'adonner qui est actif et un autre qui ne l'est pas.

- Demandez aux élèves de diviser une feuille de papier de 11 po sur 17 en quarts. Demandez-leur d'illustrer une activité à laquelle ils aiment s'adonner chaque saison. Demandez-leur de remettre le produit fini à un compagnon de classe. Vous pourriez, en guise d'évaluation active, prendre des photos numériques de chaque élève ou de la classe en train de s'adonner à une activité à l'école durant diverses saisons.
- Demandez aux élèves de tenir durant une semaine un journal sous la forme d'un livret, de quelque chose qu'ils font chaque jour et qui leur permet de se sentir en santé (heureux ou bien) physiquement et mentalement. Le journal représenterait également un excellent document à ajouter à leur portefeuille d'apprentissage ou d'évaluation. Les élèves pourraient inscrire au haut de la page la journée de la semaine et l'enseignant pourrait ajouter à chaque page, s'il le souhaite, un énoncé mentionnant « J'ai aimé \_\_\_\_\_. Je me suis senti \_\_\_\_\_. » Une page blanche convient également parfaitement à l'exercice. C'est là une riche activité d'apprentissage pour clore la journée.
- Amenez les enfants faire une marche dans le quartier ou sur les terrains de l'école et, dans la mesure du possible, dans la nature. Demandez aux élèves comment la marche les fait se sentir physiquement et mentalement.
- Lisez une série d'histoires où le principal personnage illustre quelque chose qu'ils aiment faire et qui constitue un exemple de loisir actif ou de loisir paisible. Demandez aux élèves d'écrire quelques lignes ou de faire un dessin illustrant les genres d'activités qui leur permettent de se sentir en santé.
- Passez du temps à jouer à l'extérieur avec la classe.
- Consacrez un certain temps à vous adonner à des activités permettant de bouger durant la période de classe. Lisez *Singily Skipping Along* (Fitch, 2013) pour trouver de l'inspiration et des suggestions de façons de rattacher le mouvement à la poésie.
- Les enseignants agréés pour l'enseignement du yoga pourraient souhaiter incorporer des activités de yoga dans la journée scolaire et demander aux élèves de réfléchir à la façon dont ils se sentent durant et après l'exercice.
- Reportez-vous aux leçons *Physical Activity and Happiness* (L'activité physique et le bonheur) et *Appreciating Our Community* (Apprécier notre milieu) du primaire du programme d'études *Sustainable Happiness and Health* (Bonheur et santé durables) de la Nouvelle-Écosse (O'Brien, 2010).
- Remettez à chaque élève un foulard de gymnastique rythmique et demandez-lui de bouger suivant une certaine musique durant la mélodie. Demandez aux élèves de préciser comment l'activité physique les amène à se sentir. Dans la même veine, observez les élèves s'adonner à cette activité et faites-leur part de ce que vous notez.
- Fournissez aux élèves la possibilité d'être physiquement actifs à l'extérieur ou de s'adonner à une activité paisible. Sortez tôt pour la récréation ou à la fin de la journée, restez un peu plus longtemps dehors après le dîner durant diverses saisons et par diverses conditions météo, et faites des choses comme
  - des anges dans la neige;
  - s'étendre au sol pour observer les nuages se déplacer, noter leurs diverses formes et leurs similarités avec des objets réels;
  - sauter à la corde;
  - dessiner à l'aide de craies à trottoir;
  - tracer des ombres au moyen de craies à trottoir;
  - observer la vie des plantes.
- Après que les élèves ont passé un certain temps dans la zone d'apprentissage créatif, demandez-leur de réfléchir à la façon dont ils se sentent après avoir passé du temps à créer et à réaliser des œuvres artistiques. Invitez-les à se demander : *Comment est-ce que je me sens quand je fais de l'art?*

- Regroupez les élèves en cercle et jouez à *Ceci est un foulard* à l'aide d'un foulard de gymnastique rythmique. Pour jouer ce jeu qui développe la littératie orale, l'écoute active et le mouvement, l'enseignant commence par tenir le foulard et par dire : « Ceci est un foulard, mais ce n'est pas réellement un foulard, c'est un... » (Faire un geste décrivant ce en quoi le foulard a été transformé). Pour poursuivre l'exercice, la personne tenant le foulard pensera à une activité physique ou une activité paisible qu'elle aime faire. Voici un exemple de la marche à suivre :
  - « Ceci est un foulard, mais ce n'est pas réellement un foulard.
  - C'est un... pinceau.» [faire un geste.]
  - L'enseignant remet le foulard à l'élève à côté de lui, qui affirme à son tour :
  - « Ceci est un pinceau.» [et il répète le geste]
  - « Mais ce n'est pas réellement un pinceau.
  - C'est un... ballon de basketball.» [Il fait un geste illustrant un ballon de basketball.]
  - L'enfant remet son « ballon de basketball » à la personne à côté de lui, qui répète la démarche.
- Lisez à haute voix le livre d'images *I'm Writing a Story* (Groenendyk, 2009), distribué à toutes les écoles parmi la collection d'ouvrages scolaires sur la santé mentale et émotionnelle en 2011, et faites participer les élèves à un exercice écrit illustrant un personnage ou les illustrant eux-mêmes en train d'être actifs ou tranquilles. Vous pouvez également utiliser un poème.
- Faites jouer de la musique durant la journée, par exemple durant une période où les enfants participent à une activité d'écriture. Demandez aux élèves de réfléchir à la façon dont ils se sentent quand la musique joue. Demandez-leur : *Comment la musique change-t-elle la façon dont nous nous sentons?*
- Rassemblez les élèves et utilisez des affiches d'art de la série *Explorations in Art, Big Book* (Grand livre d'Exploration des arts) de 1<sup>re</sup> année (Stewart et Katter, 2008) ou de votre propre collection, et examinez des peintures ou d'autres illustrations artistiques montrant le sujet qui est actif ou engagé dans des activités de loisir. Les pages 42 à 45 d'*Explorations in Art* de 1<sup>re</sup> année montrent des « personnes actives » et suggèrent plusieurs activités d'apprentissage riches. La série présente également des peintures de personnes actives que les élèves peuvent rattacher à leur vécu.
- Explorez en compagnie des élèves des moments où ils se souviennent s'être sentis fatigués. Demandez-leur de vérifier comment ils se sentent au moyen de questions comme *Comment vous sentez-vous maintenant? Écoutez votre corps. Avez-vous faim ou êtes-vous fatigués?*
- Faites l'expérience durant une période de quelques semaines de la fourniture de temps aux élèves pour manger avant et après une récréation active (à l'extérieur, dans la mesure du possible). Interrogez les élèves pour déterminer laquelle des deux options leur procure plus d'énergie pour apprendre et être plus actifs. Demandez aux élèves de répondre par écrit ou par d'autres modes de représentation durant une activité d'écriture. Songez à déterminer, avec toute la classe, un moment où manger (avant ou après la récréation ou le dîner).
- Lisez une histoire mettant en relief l'importance du sommeil. Il pourrait s'agir d'un texte fictif ou non. *Why Do I Sleep?: An Exciting Way to Learn about Your Body* (Royston, 2011) est une suggestion d'ouvrage non fictif convenant à l'âge des enfants qui porte sur le sommeil.
- Même si le suivi de l'apport alimentaire personnel n'est pas considéré comme une pratique recommandée à la lumière des variables relatives à la sécurité alimentaire à l'intérieur de la classe, la tenue d'un journal sur l'heure du coucher et du réveil est un exercice utile qui permettra aux élèves de commencer à réfléchir à la quantité de sommeil dont ils bénéficient la majorité des nuits.
- Lisez le livre *Your Tummy's Talking* (Cochrane, 2008), distribué par le passé aux écoles. Le livre traite de l'écoute des indices que fournit votre corps lorsqu'il a faim.
- Des liens naturels avec les concepts de l'énergie sont exposés dans le module *Daily and Seasonal Changes* (Changements quotidiens et saisonniers) de sciences de 1<sup>re</sup> année.

- Prenez le temps de danser! Consultez ArtsLinks pour voir les activités d'apprentissage associées aux titres de la série *I Can Dance* (Beach, 2009), composée de six livres établissant des liens riches avec de nombreux résultats, dont celui-ci, à l'intérieur de *Healthy Education* (Saine éducation) de 1<sup>re</sup> année.
- *Bread and Jam for Frances* (Hoban, 1992) est une merveilleuse histoire qui met en relief le rôle que jouent divers aliments pour maintenir notre énergie. Demandez aux élèves de faire part d'un aliment qu'ils pourraient selon eux manger toute la journée chaque jour.
- Ce résultat vous permet de vous rapprocher des familles en communiquant des messages clés concernant l'activité physique, une saine alimentation et le sommeil. Il est toujours important de tenir compte des réalités des familles des élèves et de transmettre des messages d'appui sur ce que les élèves apprennent en classe et la façon dont les familles peuvent appuyer cet apprentissage au foyer.
- Demandez aux élèves de se dessiner seuls ou en compagnie de membres de leur famille ou d'amis, en dehors de la période scolaire, en train de faire le plein d'énergie et de dépenser leur énergie.
- Demandez aux élèves de faire part de façons saines dont ils aiment se reposer (dessiner, s'asseoir à l'extérieur, s'adonner à une activité paisible avec un jouet favori ou un livre). Demandez-leur si ce genre d'activité aide leur corps lorsqu'ils sont fatigués.
- Prenez et montrez des photographies d'élèves engagés dans des exercices actifs durant la journée ou durant l'année scolaire. En guise de possibilité d'évaluation, demandez aux élèves de temps à autre, à la suite d'un exercice d'activité physique (par exemple une récréation, la période d'éducation physique ou un exercice actif en classe) de décrire le degré d'énergie qu'ils sentent avoir. Les élèves devraient ultimement apprendre à autoévaluer ce dont ils ont besoin lorsqu'ils sentent manquer d'énergie ou savoir qu'ils doivent se tourner vers des solutions de recharge saines pour faire le plein d'énergie.
- Faites réfléchir les élèves aux boissons qui procurent de l'énergie. Même si les boissons énergisantes ne conviennent pas aux jeunes enfants, beaucoup pourraient en avoir entendu parler. Demandez-leur si boire une boisson énergisante est une façon saine d'avoir plus d'énergie. Citez des façons plus saines de faire le plein d'énergie?
- En guise d'évaluation, demandez à des petits groupes d'élèves de monter un spectacle de marionnettes sur les concepts abordés dans le cadre du résultat visé.
- Demandez aux élèves de créer une histoire pour une poupée personnalisée décrivant le manque d'énergie de la poupée. Demandez aux élèves de fournir des conseils sur ce que la poupée devrait songer à faire pour se sentir revigorée d'énergie.
- Utilisez des marionnettes pour créer une pièce de théâtre évoquant les concepts de l'énergie.
- Consacrez un certain temps à une discussion sur l'utilisation des appareils à écran. Établissez un lien avec le résultat 3.3 en demandant comment de tels appareils contribuent à l'équation de l'énergie. Le temps passé devant un écran peut-il déranger le sommeil (la lumière des écrans peut rendre difficile au cerveau de passer au mode du sommeil)? Sommes-nous actifs de façons favorisant une utilisation optimale de notre énergie lorsque nous jouons à des jeux sur des appareils à écran? Vous sentez-vous différemment lorsque vous êtes actifs à l'extérieur comparativement aux moments où vous êtes (possiblement) actifs devant un écran? Quel serait le meilleur genre d'activité pour votre corps et votre cerveau?
- En guise d'évaluation, demandez aux élèves de dessiner des façons saines pour les bébés, les enfants, les adolescents et les adultes de maintenir leur énergie.
- Munissez-vous d'aliments jouets (ou d'exemples d'aliments réels) et demandez aux élèves de trier et de classer les aliments en groupes. Observez quelles sont selon eux les similarités et les différences entre les aliments.
- *Explorations: Learning Through Inquiry and Play* (Harcourt et Wortzman, 2012) fournit des suggestions pour l'utilisation d'aliments et de concepts alimentaires dans des centres de jeu

dramatique. Cette ressource pédagogique pratique pour les classes de la maternelle et de la première année offre des stratégies d'évaluation, d'apprentissage et d'enseignement propres à l'apprentissage basé sur le jeu, une approche pédagogique recommandée pour l'enseignement du programme de santé de la maternelle à la 2<sup>e</sup> année.

- Demandez aux élèves de monter un kiosque de marché ou un restaurant. Faites appel à leur créativité et établissez un lien avec d'autres matières en demandant aux élèves de donner un nom à la compagnie ou au restaurant et de créer des menus et des panneaux. Insérez dans l'exercice des possibilités d'apprentissage des mathématiques en fixant les prix des articles à acheter.
- Demandez aux élèves de se dessiner seuls, ou en compagnie de membres de leur famille ou d'amis, en train de préparer ou d'acheter des aliments sains. Demandez-leur quels groupes alimentaires sont représentés.
- Prenez et affichez des photographies d'exercices de cuisine en classe. Prenez des photos de périodes d'alimentation en commun avec des aliments, des collations ou des repas préparés en classe. Mangez une collation saine ensemble. Vérifiez auprès des élèves une heure plus tard comment ils se sentent après avoir mangé une collation saine. Se sentent-ils éveillés? Fatigués? Pleins d'énergie?
- Faites participer les élèves à des exercices de cuisine. Profitez-en pour leur enseigner des habiletés de base par rapport aux aliments, tout en évaluant leur compréhension des différents aliments et de la façon dont ils se complètent pour fournir les éléments nutritifs essentiels à la croissance, à l'apprentissage, à l'activité et au maintien d'une bonne santé.
- Cherchez, en guise d'évaluation, chaque fois que des aliments sont intégrés au jeu des enfants, des possibilités de poser des questions du genre *Lequel de ces aliments est le plus sain? Lequel de ces aliments n'est pas sain? Qu'est-ce qui rend un aliment sain? Comment pourrions-nous savoir si nous mangeons surtout des aliments sains? Comment notre corps se sent-il après avoir bien mangé?*
- Créez un livre de recettes de classe.
- *The Cooking Book: Fostering Young Children's Learning and Delight* (Colker, 2005) est une ressource pédagogique pratique qui propose des exercices d'alimentation et de cuisine convenant à l'âge et au niveau de développement des élèves, de même qu'un certain nombre d'activités d'apprentissage et d'approches d'enseignement riches visant ce résultat, tout en établissant des liens avec d'autres matières (mathématiques, sciences, arts du langage – anglais).
- Utilisez des marionnettes pour créer une pièce de théâtre évoquant les concepts de l'alimentation saine.
- Apportez divers fruits et légumes. Explorez-les au moyen du maximum de sens possibles. Décrivez l'aspect de chacun et la sensation que chacun procure. Demandez aux élèves, en utilisant des termes d'arts visuels dans la mesure du possible, comme la *texture*, la *forme* et le *relief*, de peindre ou de dessiner des natures mortes.
- Élargissez l'apprentissage à divers concepts en suscitant une discussion sur des sujets comme
  - la durabilité de l'environnement (*Compost Stew: An A to Z Recipe for the Earth* [Siddals, 2010] est un ouvrage à lire à haute voix recommandé sur le sujet.)
  - les allergies alimentaires et les façons dont les gens peuvent se protéger et aider les autres qui en souffrent. (Cela pourrait englober les allergies alimentaires aux produits laitiers, aux viandes ou aux poissons, aux noix et aux graines).
- Invitez les élèves à planifier leur prochaine fête en classe, si de la nourriture est prévue. Au lieu de demander à des bénévoles de fournir de la nourriture pour l'activité, demandez un petit don monétaire et préparez les aliments avec la classe, après avoir consulté la liste de la fête.
- En guise d'évaluation, demandez aux élèves de concevoir leur propre repas, en tenant compte des quatre groupes alimentaires. Demandez de même aux élèves de dessiner ou de concevoir un déjeuner, un dîner et un souper, avec une ou deux collations, comprenant des aliments des quatre groupes alimentaires.

- Rappelez-vous que l'industrie alimentaire investit des milliards de dollars en publicité pour faire la promotion de produits alimentaires qui ne sont pas sains auprès des jeunes enfants, ainsi que des populations des enfants plus âgés, des jeunes et des adultes. Les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables à la publicité les visant expressément. On peut rattacher ce résultat au résultat 3.1 en faisant référence aux aliments que les élèves pourraient voir annoncés à la télé ou sur les sites Web de jeux populaires auprès des enfants. Les enseignants pourraient souhaiter lire *Food Rules: An Eater's Manual* (Pollan, 2009, un aide-mémoire des concepts relatifs à ce que l'on doit manger et à la façon de manger. Posez aux élèves des questions incitant à la réflexion comme :
  - Pensez-vous que ce produit alimentaire est sain pour les enfants?
  - Qu'est-ce qui vous amène à penser que cet aliment pourrait être sain ou malsain?
  - Les annonces disent-elles la vérité? (Leur principal but est de vous vendre quelque chose.)
  - Pourquoi une société annoncerait-elle un produit en alléguant des choses qui ne sont pas vraies? (Pour le profit.)
  - Comment savons-nous qu'un aliment est réellement sain? (Les aliments les plus sains sont ceux qui sont les plus proches de la source.)
- Abordez le sujet des dents en invitant les élèves à faire part de ce qu'ils savent déjà au sujet des dents.
- De nombreux ouvrages à lire à haute voix peuvent inspirer une discussion sur les dents et l'hygiène buccale. Voici quelques titres ;
  - Do I Have to Go to the Dentist?: A First Look at Healthy Teeth (Thomas, 2008)
  - Franklin and the Tooth Fairy (Bourgeois, 2011)
  - My Body: A Fun Way to Find out All the Facts about Your Body (Royston et Hewitt, 2008)
  - The Tooth Book: A Guide to Healthy Teeth and Gums (Miller, 2009)
  - The Tooth Mouse (Hood, 2012)
- Entamez une discussion sur les premières dents. Rappelez aux élèves que les dents des bébés poussent à des rythmes différents chez chacun et que chacun perdra ses premières dents à des moments différents, tout juste comme le corps de chacun grandit à un rythme différent. Si vous utilisez le programme *Roots of Empathy*, vous pourriez évoquer les visites auprès de bébés comme référence lorsque vous traitez du sujet des bébés et des dents ou que vous examinez ce sujet. Demandez aux élèves :
  - Quel genre d'aliments les jeunes bébés mangent-ils (cuits, écrasés ou en purée)?
  - Comment peut-on dire quand les dents des bébés sont en train d'apparaître (vous pouvez les voir/les sentir apparaître sous les gencives)?
  - Quelles dents poussent en premier (dents du haut et du bas à l'avant)?
  - Qu'est-ce que nous ne pourrions pas faire si nous n'avions pas de dents (mordre, mâcher, sourire, parler)?
- Montrez des images de dents de différents types d'animaux et d'humains, et décrivez comment leurs formes et leurs positions différentes sont liées aux différents « rôles » qu'elles jouent. Faites part des sections de l'ouvrage non fictif distribué par le passé aux écoles primaires parmi la collection scolaire du programme de santé mentale de la maternelle à la 6<sup>e</sup> année intitulé *My Body: A Fun Way to Find out All the Facts about Your Body* (Royston et Hewitt, 2008), qui traite des dents saines (pages 56 à 64). Le livre renferme également des activités pratiques faciles qui illustrent les concepts de l'hygiène buccale.
- Demandez aux élèves de monter un kiosque de marché ou un restaurant. Invitez-les à créer un menu soutenant l'hygiène buccale. Demandez-leur : *Quels sont les aliments qui aident à maintenir les dents saines? Quel menu créeriez-vous pour aider les clients visitant votre restaurant ou votre marché à maintenir une saine dentition?*

- Prenez soin d'inclure des articles et des outils liés à l'hygiène dentaire dans la zone d'apprentissage de jeu familial/dramatique, comme des brosses à dents et de la soie dentaire, afin que les élèves les incorporent dans leurs jeux.
- Demandez aux élèves d'illustrer des façons de maintenir une bonne hygiène buccale au foyer.
- Décrivez des façons de se protéger les dents quand on pratique des sports (p. ex. utiliser des protège-dents pour les sports sur glace). Traitez de l'importance de ne pas mâcher d'objets durs (impropres à la consommation).
- Les enseignants pourraient souhaiter organiser une visite chez un dentiste pour discuter de l'hygiène buccale et de ce à quoi les élèves doivent s'attendre lorsqu'ils se rendent chez le dentiste.
- Invitez des équipes de deux élèves à raconter comment ils ont perdu leurs dents. Demandez aux élèves de rédiger quelques lignes dans leur journal ou de créer une histoire au sujet d'une dent qu'ils sont en train de perdre.
- Lorsque vous faites des lectures au sujet de la « fée » qui vient chercher les dents ou y faites allusion, rappelez-vous que les différentes cultures dans le monde ont diverses traditions et coutumes au sujet du personnage qui vient chercher les dents de lait. *The Tooth Mouse* (Hood, 2012) est une merveilleuse histoire qui illustre cette différence. Le verso du livre fait référence à diverses traditions liées aux dents des quatre coins du monde.
- Prenez et affichez des photographies de chaque enfant arborant son plus large sourire. Demandez aux enfants d'inscrire sous leur photographie des façons dont ils maintiennent une bonne hygiène buccale.
- Utilisez des marionnettes pour créer une pièce de théâtre évoquant les concepts de l'hygiène buccale et demandez aux élèves de les utiliser pour montrer ce qu'ils ont appris au sujet de l'hygiène buccale et de la fonction des dents.
- Profitez de l'occasion pour mettre en relief l'eau comme boisson saine. Lorsque vous décrivez les liens entre le sucre et la carie dentaire et les cavités, faites remarquer la quantité de sucre que renferment les jus (même ceux qui sont censés provenir à 100 % de jus de fruits). Faites remarquer aux élèves que l'eau est généralement moins dispendieuse que les jus (ou qu'elle est gratuite).
- Invitez les élèves à planifier leur prochaine fête de classe d'une façon soutenant l'hygiène buccale. Invitez toute la classe à créer le menu des aliments et des boissons.
- Rappelez-vous que l'industrie alimentaire investit des milliards de dollars en publicité pour faire la promotion de produits alimentaires qui ne sont pas sains auprès des jeunes enfants, ainsi que des populations des enfants plus âgés, des jeunes et des adultes. Les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables à la publicité les visant expressément. On peut rattacher ce résultat au résultat 3.1 en faisant référence aux aliments que les élèves pourraient voir annoncés à la télé ou sur les sites Web de jeux populaires auprès des enfants faisant la promotion d'aliments qui sont malsains pour les dents, de même que pour tous les systèmes de l'organisme. Les enseignants peuvent apporter ou montrer sur Internet des exemples d'annonces d'aliments et de boissons qui ne sont pas sains. Demandez aux élèves des questions qui incitent à la réflexion, comme :
  - Pensez-vous que ce produit alimentaire est sain pour les enfants?
  - Cet aliment est-il sain pour nos dents et nos gencives?
  - Qu'est-ce qui vous amène à penser que cet aliment pourrait être sain ou malsain?
  - Les annonces disent-elles la vérité? (Leur principal but est de vous vendre quelque chose.)
  - Pourquoi une société annoncerait-elle un produit en alléguant des choses qui ne sont pas vraies? (Pour le profit.)
  - Comment savons-nous qu'un aliment est réellement sain? (Les aliments les plus sains sont ceux qui sont les plus proches de la source.)

## Résultat d'apprentissage 2 – Les apprenants examineront des façons saines de gérer les changements qui surviennent au sein de la vie de famille.

### Raison d'être

Tout au long de leur vie, les gens doivent faire face à des changements qui peuvent avoir des répercussions sur leur santé et sur la santé de leurs relations. Les jeunes enfants sont souvent confrontés à des changements familiaux tels que la perte d'emploi d'un parent, un déménagement, l'arrivée d'un nouveau frère ou d'une nouvelle sœur, la transition vers une nouvelle école, un parent qui doit partir pour un stage de travail à long terme, la séparation des parents, la maladie qui touche un membre de la famille, la mort d'un proche ou d'un animal de compagnie ou un parent qui retourne au travail après avoir resté au foyer. Il est utile pour les enfants de comprendre que le changement est un aspect naturel de la vie et qu'il est tout à fait normal d'éprouver de nombreuses émotions différentes quand on vit des changements. Il faut toutefois se souvenir que les changements peuvent être traumatiques pour certains de nos enfants et pour leur famille.

### Indicateurs

- examiner les changements qui ont des répercussions sur les familles (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner les émotions souvent associées au changement (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner des stratégies saines pour faire face aux difficultés (CIT, COM, DPCC, PC)

### Évaluation, enseignement et apprentissage

- Traitez du concept du changement. Faites la lecture de nombreuses histoires mettant en relief le changement. *Fletcher and the Falling Leaves* (Rawlinson, 2006), *Tess's Tree* (Brallier, 2009) et *When the Wind Stops* (Zolotow, 1995) sont des exemples de livres d'images qui mettent en relief les changements au sein de différents aspects de la nature. Les enseignants pourraient également souhaiter agencer la présentation de ce résultat avec le module *Daily and Seasonal Changes* (Changements quotidiens et saisonniers) de Sciences 1. Ces histoires et d'autres mettent en relief le changement, signalent des changements qui surviennent dans la vie de chacun et montrent que les changements peuvent évoquer différents genres d'émotions.
- Demandez aux élèves de faire part de changements qui pourraient les rendre heureux. Invitez-les de même à faire part de choses qui les rendent tristes. Reconnaissez le fait que les changements peuvent susciter des sentiments ambivalents chez les gens. Voyez la leçon sur les sentiments traitant notamment des sentiments ambivalents (confusion), dans la leçon 2 du supplément de 1<sup>re</sup> année d'*Enfants avertis*.
- Invitez les élèves à faire part de changements survenus dans leurs familles. Rappelez certains des changements mentionnés et demandez à l'ensemble du groupe comment un changement particulier pourrait amener quelqu'un à se sentir. Approfondissez le sujet et demandez si un changement particulier suscite toujours un sentiment donné. Peut-on éprouver des sentiments différents d'une autre personne au sujet d'un changement particulier?
- Voyez l'ouvrage *Loss, Grief, and Growth* (Morgan, Orris et Paul, 2010) agréé par le Service des programmes d'études Canada (SPEC). Cette ressource renferme des leçons convenant à l'âge des élèves qui traitent du changement, de la disparition, du deuil et de façons saines de faire face au changement, à une perte et au deuil. *I Remember* (Moore-Mallinos, 2005) est un ouvrage à lire à haute voix pertinent qui traite du deuil et de la disparition d'un animal de compagnie, et *The Memory*

*Tree* (Teckentrup, 2013) est un magnifique livre d'images relatant la façon dont un groupe d'animaux de la forêt se rappellent leur proche ami Renard et célèbrent sa mémoire.

- Le changement se manifeste parfois dans une famille en raison de la maladie d'un membre de la famille (parents, frères ou sœurs ou grands-parents). *Hair for Mama* (Tinkham, 2007), *Mom Has Cancer* (Moore-Mallinos, 2008) et *My Grampy Can't Walk* (Oelschlager, 2008) sont des histoires qui mettent de tels changements en évidence, en présentant des attitudes saines pour faire face à la difficulté du changement ou de la maladie.
- Établissez des liens entre les concepts du changement personnel et du changement des saisons (lien riche à établir en Sciences 1). Lisez l'histoire *And Then It's Spring* (Fogliano, 2012). Faites observer la résilience de la nature face aux changements saisonniers et relier ce point aux changements qui surveillent dans les vies des gens.
- Lisez *Remembering Crystal* (Loth, 2010). Le message évoquant la perte due à la mort de cette douce histoire fait part de façons saines de faire face à tristesse et à la solitude lors du décès d'un ami. Invitez les élèves à décrire de vive voix ou par écrit des façons dont ils font face aux moments où ils sont tristes ou seuls, ou à la perte d'un animal de compagnie ou d'un membre de leur famille.
- De nombreux parents partagent la garde de leurs enfants dans deux foyers. Voici quelques titres qui normalisent une telle structure familiale et les changements liés à la vie au sein de deux foyers :
  - *Fred Stays with Me!* (Coffelt, 2007)
  - *I Have Two Homes* (De Smet, 2012)
  - *Living with Mom and Living with Dad* (Walsh, 2012)
  - *Mom and Dad Don't Live Together Anymore* (Stinson, 2007)
  - *The Best of Both Nests* (Clarke, 2007)
  - *Two Homes* (Masurel, 2001)
- En guise d'évaluation, chargez de petits groupes d'élèves de monter un spectacle de marionnettes sur les concepts abordés dans le cadre du résultat.
- Demandez aux élèves de créer une histoire d'une poupée personnalisée qui décrit un changement auquel elle doit faire face. Invitez les élèves à livrer des conseils sur des façons saines de faire face à un tel changement.
- En guise d'évaluation, demandez aux élèves d'illustrer au moyen d'un dessin des façons saines de faire face au changement.

## Résultat d'apprentissage 3 – Les apprenants examineront les caractéristiques qui favorisent les relations saines et sécuritaires.

### Raison d'être

Ce résultat d'apprentissage présente le concept des relations saines en examinant les façons de demander de l'aide et les gens à qui on peut demander. On examine aussi le rôle des émotions dans la communication et le rôle des limites personnelles lors du développement de relations saines et sécuritaires. Lors de l'étude de tous ces concepts, il faudrait offrir aux enfants l'occasion de s'entraîner à parler de scénarios tirés de la vie réelle qui pourraient survenir dans le monde d'un enfant de cinq à sept ans. L'aspect de sécurité personnelle de ce résultat d'apprentissage fait référence aux violences sexuelles et psychologiques ou aux agressions physiques.

### Indicateurs

- examiner les caractéristiques d'une amitié saine et sécuritaire (CIT, COM, DPCC, PC)
- examiner les caractéristiques d'une relation avec un pair saine et sécuritaire (CIT, COM, DPCC, PC)

### Évaluation, enseignement et apprentissage

- Il est fortement recommandé que les enseignants utilisent dans son intégralité le supplément de 1<sup>re</sup> année A *Personal Safety Program d'Enfants avertis* dans le cadre de ce résultat. Il est à noter que la documentation à l'intérieur du supplément convient à l'âge et au niveau de développement des

élèves de la maternelle à la 2<sup>e</sup> année, si on enseigne à une classe combinée du début du primaire. Le supplément renferme des leçons, des lettres aux familles et de riches outils d'évaluation.

- Plusieurs livres d'images à lire à haute voix ayant été distribués aux écoles parmi la collection pour écoles primaires sur la santé sexuelle complètent ce résultat, notamment :
  - *Do You Have a Secret?* (Moore-Mallinos, 2005)
  - *I Can Play It Safe?* (Feigh, 2008)
  - *My Body Belongs to Me* (Starishevsky, 2007)
- *Let's Be Friends: A Workbook to Help Kids Learn Social Skills and Make Great Friends* (Shapiro et Holmes, 2008) est une ressource pratique pour les enseignants qui comporte des scénarios et des histoires appuyant l'enseignement interactif sur l'habileté de se faire des amis et l'utilisation des aptitudes à la communication positive mentionnées dans l'élaboration. Il est possible de se procurer cet ouvrage auprès du Bureau des manuels scolaires de la Nouvelle-Écosse et il peut être utilisé à tous les niveaux scolaires.
- La quatrième édition de *Second Step: Skills for Social and Academic Success*, du matériel pédagogique de 1<sup>re</sup> année (Committee for Children, 2011) renferme des leçons se rapportant à ce résultat.
- Cherchez à repérer les expressions d'amitié entre élèves de la classe tout au long de l'année. L'évaluation de cet aspect du résultat se poursuivra tout au long de l'année.
- Utilisez un livre d'images à lire à haute voix populaire mettant en relief la façon d'être un bon ami ou des façons de se faire un ami. *Scaredy Squirrel Makes a Friend* (Watt, 2007) est un livre amusant à lire pour susciter une discussion sur la façon de se faire (et de garder) des amis ainsi que sur les personnes qui constituent des amis surs.

Ébauche