

Mode de vie sain 7e année

Le programme en un coup d'œil

Les références à des sites Web figurant dans le présent document ne sont fournies que pour faciliter le travail et ne signifient pas que le ministère de l'Éducation a approuvé le contenu, les politiques ou les produits des sites Web en question. Le ministère ne contrôle ni les sites Web auxquels il est fait référence ni les sites mentionnés à leur tour sur ces sites Web. Il n'est responsable ni de l'exactitude des informations figurant sur ces sites, ni de leur caractère légal, ni de leur contenu. Le contenu des sites Web auxquels il est fait référence peut changer à tout moment sans préavis.

Les centres régionaux pour l'éducation, le Conseil scolaire acadien provincial et les éducateurs ont pour obligation, en vertu de la politique du ministère en matière d'accès à Internet et d'utilisation du réseau, de faire un examen et une évaluation préalables des sites Web avant d'en recommander l'utilisation auprès des élèves. Si vous trouvez une référence qui n'est pas à jour ou qui concerne un site dont le contenu n'est pas approprié, veuillez la signaler à l'adresse curriculum@novascotia.ca

Mode de vie sain 7e année : Le programme en un coup d'œil

© Crown copyright, Province of Nova Scotia, 2025

Document préparé par le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance

Il s'agit ici de la version la plus récente du programme utilisé par le personnel enseignant en Nouvelle-Écosse.

La reproduction partielle du contenu de cette publication est autorisée, du moment qu'elle est faite à des fins non commerciales et que le ministère de l'Éducation de la Nouvelle-Écosse est explicitement remercié.

Les élèves analyseront l'influence des aptitudes à la vie quotidienne sur la santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Raison d'être

À l'adolescence, les élèves font face à des pressions qui ont de nombreuses répercussions sur leur santé et leur bien-être. Il leur faut des compétences et des stratégies pour pouvoir prendre des décisions qui leur permettent d'éviter les dangers et qui sont bonnes pour leur santé, en cette période où leurs camarades, les médias et les normes sociales influencent la perception qu'ils ont de la consommation de substances nocives, de la santé sexuelle, des relations saines, des risques de blessure et des comportements relatifs à la santé.

Le premier résultat d'apprentissage joue un rôle fondamental et on peut s'en servir comme point de départ pour l'année. Il est important que les élèves se livrent à des activités qui correspondent à des contextes authentiques pour les adolescents sur le plan de la santé.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Communication (COM)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)
- Maîtrise de la technologie (MT)

Indicateurs

- **Analyser** l'influence de leurs camarades, des médias et des normes sociales sur la prise de décisions relatives à la santé (CIT, COM, PC, DPCC, MT)
- **Examiner** les bonnes façons de gérer les émotions difficiles et les circonstances problématiques (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** les compétences interpersonnelles qui sont bonnes pour la santé (CIT, COM, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Sources d'influence sur la prise de décisions en matière de santé

- Quelle influence la pression de tes camarades exerce-t-elle sur ta capacité de prendre des décisions qui te permettent d'éviter les dangers et qui sont bonnes pour ta santé?
- Quelle influence les médias exercent-ils sur la perception que nous avons des comportements qui sont bons pour la santé?
- Quel effet les attentes de la société concernant l'expression du genre ont-elles sur la santé physique, affective, sociale, mentale et spirituelle?
- Quelle influence les valeurs et la culture exercent-elles sur la prise de décisions en matière de santé?
- Quelle influence les médias exercent-ils sur la prise de décisions en matière de santé?
- Qu'est-ce qui nous permet de faire la distinction entre les sources fiables et les sources non fiables d'informations sur la santé?

Bonnes façons de faire face

- Qu'est-ce qui me permet de dire que telle ou telle activité a pour effet de me calmer sur le plan physique et mental?
- Pourquoi certaines activités de loisir ont-elles pour effet de susciter un sentiment de bien-être?
- Que puis-je faire pour être en bonne santé et dans un état de bien-être quand je fais face à des émotions difficiles?
- Qu'est-ce qui me permet de dire que telle ou telle stratégie pour faire face et maîtriser mes réactions et telle ou telle technique de relaxation fonctionnent?

Les élèves analyseront l'influence des aptitudes à la vie quotidienne sur la santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Compétences en relations

interpersonnelles qui améliorent la santé

- Quelles stratégies faut-il que j'utilise pour rester à l'abri du danger dans un cadre social avec des amis?
- Quelles stratégies faut-il que j'utilise pour rester à l'abri du danger dans un cadre social avec des gens que je ne connais pas?
- Quelles sont les manières de dire « non » quand les gens te poussent à dire « oui » et à prendre un risque?
- Quel est l'effet des signaux verbaux et des signaux non verbaux sur les relations?
- Comment utiliser les compétences en relations interpersonnelles pour bien communiquer?
- Comment mettre en évidence et explorer les problèmes que je suis capable de résoudre moi-même et ceux que je ne suis pas capable de résoudre moi-même?
- Comment repérer, dans ma communauté ou dans ma vie, les gens à qui je peux m'adresser pour demander de l'aide et du soutien?

Les élèves analyseront les liens entre les comportements dans le domaine de la santé et l'état de santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Raison d'être

Dans ce résultat d'apprentissage, les élèves exploreront les liens entre l'adoption d'une alimentation saine, l'activité physique ou la sédentarité, l'utilisation des téléphones intelligents et d'autres nouvelles technologies, le sommeil, la prévention des maladies transmissibles et la santé. Ils utiliseront ces concepts pour examiner les comportements positifs des adolescents sur le plan de la santé, non seulement pour ce qui est de la prévention des maladies chroniques et des blessures, mais aussi pour ce qui est de favoriser la bonne santé sur le plan physique, mental, affectif, social et spirituel.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)
- Maîtrise de la technologie (MT)

Indicateurs

- **Examiner** les comportements sains en ce qui a trait à l'utilisation des nouvelles technologies et des médias (CIT, PC, DPCC, MT)
- **Mettre** en question les liens entre le sommeil et la santé (CIT, PC, DPCC, MT)
- **Examiner** les liens entre l'activité physique et la santé (CIT, PC, DPCC)
- **Analyser** les choix et les habitudes alimentaires qui jouent un rôle pour être en bonne santé (CIT, PC, DPCC)
- **Faire** des comparaisons entre les différentes manières de prévenir la propagation des maladies transmissibles (CIT, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Bons comportements avec les outils technologiques

- Comment faire une bonne utilisation des outils technologiques?
- Comment utiliser les outils technologiques de communication de manière à entretenir des relations saines?
- Comment m'y prendre pour remarquer les situations dangereuses sur Internet (oubli des limites, leurres, manipulations psychologiques, etc.) dans mon propre comportement ou dans celui d'autrui et comment y réagir?
- Quels sont les signes que l'utilisation des réseaux sociaux a une incidence sur mon état de santé?
- Comment respecter les consignes de sécurité sur Internet pour moi-même et pour les autres?
- Quel effet les outils technologiques ont-ils sur la qualité du sommeil?
- Quel effet les outils technologiques peuvent-ils avoir sur les risques d'accident?

Liens entre le sommeil et la santé

- Quelles répercussions les appareils de communication peuvent-ils avoir sur le sommeil, à la fois sur le plan de la quantité et sur le plan de la qualité?
- Quels sont les liens entre le sommeil et le risque de se blesser?
- Qu'est-ce qui me permet de déterminer les comportements qui m'aident à bien dormir la nuit?
- Quelles sont les répercussions du sommeil sur la santé du cerveau?
- Quelles répercussions le sommeil peut-il avoir sur les relations?

Les élèves analyseront les liens entre les comportements dans le domaine de la santé et l'état de santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Choix et habitudes alimentaires

- Pourquoi est-il important d'apprendre à faire la distinction entre les aliments très caloriques et les aliments très nutritifs?
- Quelles sont les répercussions d'une alimentation saine sur la santé du cerveau?
- En quoi le fait de choisir des aliments nutritifs est-il parfois le reflet de préférences culturelles et de certaines traditions?
- Comment peut-on vivre le fait de manger avec les autres d'une génération à l'autre et d'une culture à l'autre?
- Quelle est l'influence de l'aspect financier sur les choix alimentaires?
- Comment puis-je m'y prendre pour adopter de bonnes habitudes alimentaires sans que cela coûte cher?
- Quelle influence les bonnes habitudes alimentaires exercent-elles sur la sensation de satiété?

Liens entre l'activité physique et la santé

- Quelles répercussions l'activité physique peut-elle avoir sur les différentes dimensions de la santé?
- En quoi la participation aux activités physiques peut-elle évoluer à l'adolescence?
- Quelles répercussions les technologies de la communication peuvent-elles avoir sur l'activité physique?
- Quelles répercussions les modes de transport actif ont-ils sur la santé?
- Comment garantir ma sécurité quand j'utilise un mode de transport actif?

Prévention des maladies transmissibles

- Pourquoi est-il important de savoir comment les maladies se transmettent?
- Pourquoi les méthodes de prévention des maladies sont-elles importantes?
- Pourquoi est-il important de savoir comment prévenir la propagation des maladies transmissibles?
- En quoi la bonne santé de la bouche et des dents contribue-t-elle à prévenir les maladies?

Les élèves réfléchiront à l'importance des compétences de base en santé mentale

Raison d'être

Les élèves continuent de développer leurs compétences de base en santé mentale en examinant le fonctionnement du cerveau et ses liens avec la santé mentale, affective et physique. Ils comprendront que les émotions difficiles à gérer, comme le stress, l'inquiétude, la peur et l'anxiété, jouent un rôle vital pour signaler à l'individu qu'il devrait se livrer à des comportements sains pour faire face aux difficultés de la vie, les gérer et s'y adapter. Ceci développe la résilience — qui est un « super-pouvoir » qui les aidera à l'adolescence et pendant toute leur vie d'adulte.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Communication (COM)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)

Indicateurs

- Examiner le fonctionnement du cerveau quand on est en bonne santé et quand on est malade (PC, DPCC)
- Comparer les états mentaux aux maladies mentales (PC, DPCC)
- Évaluer des manières de bien gérer les réactions de stress (CIT, PC, DPCC)
- Examiner les stratégies pour se faire aider (CIT, COM, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Fonctionnement du cerveau

- Pourquoi est-il important de bien comprendre le fonctionnement du cerveau?
- Qu'est-ce qui nous permet de prendre conscience du fait que notre cerveau ne fonctionne pas bien?
- Quelles sont les répercussions des comportements relatifs à la santé sur la santé mentale?
- Quelles sont les répercussions des loisirs tranquilles sur la santé et sur les maladies?
- Quelle est l'influence des maladies sur la santé mentale?
- Que puis-je faire pour protéger mon cerveau des blessures?

États mentaux et maladie mentale

- Que peuvent faire les adolescents pour bien faire face à une situation de détresse mentale?
- Pourquoi est-il important de bien comprendre ce que les adolescents peuvent faire pour faire face aux problèmes de santé mentale?
- Pourquoi est-il important de reconnaître et de diagnostiquer les troubles de la santé mentale?
- Qu'est-ce qui permet à quelqu'un de dire qu'il souffre d'une maladie mentale?
- Pourquoi est-il important de connaître la différence entre état mental et maladie mentale?

Gestion des réactions de stress

- Qu'est-ce qui me permet de déterminer que j'ai une réaction de stress et de comprendre les raisons pour lesquelles j'ai cette réaction?
- Comment est-ce que je peux gérer le stress dans ma vie?
- Quelle influence la gestion du temps exerce-t-elle sur le sentiment de stress?

Les élèves réfléchiront à l'importance des compétences de base en santé mentale

Stratégies pour se faire aider

- Que pouvons-nous faire pour surmonter les obstacles et les difficultés qui nous empêchent de nous faire aider?
- Quelle influence le sexe de la personne peut-il avoir sur le fait qu'elle va chercher à se faire aider pour un problème de santé mentale ou pour une maladie mentale?
- Que puis-je faire pour venir en aide à un ami ou un membre de ma famille qui vit des émotions difficiles ou un problème de santé mentale?
- Quel est l'effet de l'offre d'un soutien à un ami ou à un membre de sa famille ou du fait de demander un tel soutien de sa part?
- Où se trouvent, dans la communauté, les personnes ou les services susceptibles de nous aider à gérer les émotions difficiles ou un problème de santé mentale?

Les élèves évalueront des manières d'accéder à des renseignements fiables sur la santé sexuelle qui ont des répercussions positives sur la santé sexuelle et la reproduction chez les adolescents

Raison d'être

Les élèves sauront où et comment trouver des sources fiables de renseignements sur la santé sexuelle et sur la reproduction, quelles que soient leur orientation sexuelle ou leur identité sexuelle. Ils examineront des méthodes pour éviter les grossesses non voulues et les maladies sexuellement transmissibles. Ils exploreront la puberté, le développement du cerveau et l'évolution des relations, qui sont des jalons de l'adolescence, et les liens entre ces aspects et l'image qu'on a de son corps.

Il faut que l'éducation sexuelle soit une expérience positive, dans un cadre où les élèves sont libres de poser des questions en toute sécurité, sans être jugés, en pouvant participer aux discussions et en se livrant à des conversations.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Communication (COM)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)

Indicateurs

- **Examiner** des manières d'accéder à des renseignements sur la santé sexuelle et la reproduction (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Faire** des comparaisons entre les différentes méthodes pour éviter les grossesses non voulues et les maladies transmises par voie sanguine (COM, PC, DPCC)
- **Examiner** les changements physiques, affectifs, mentaux, sociaux et spirituels liés à la croissance et au développement chez l'adolescent (PC, COM)
- **Analyser** les répercussions de l'image corporelle sur la santé chez les adolescents (PC, DPCC, CIT)
- **S'interroger** sur la fiabilité des renseignements sur la santé sexuelle (PC, COM, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Croissance et développement à l'adolescence

- Quel effet la puberté et le développement du cerveau de l'adolescent ont-ils sur sa santé et son bien-être?
- Quelles répercussions la puberté et le développement du cerveau de l'adolescent ont-ils sur la vie au quotidien?
- Quelles répercussions la puberté, la croissance et le développement pourraient-ils voir sur moi?

Image corporelle

- Quelles peuvent être les répercussions de l'image qu'on a de son corps sur la santé?
- Qu'est-ce qui me permet de mettre en évidence les sources de pression relatives à l'image que j'ai de mon corps?
- Comment aboutit-on au concept de « corps parfait » pour les différentes identités sexuelles?
- Qu'est-ce qui me permet de prendre conscience des répercussions des perceptions que j'ai vis-à-vis de mon image corporelle sur ma santé?
- Quelle influence les médias ont-ils sur l'image corporelle des gens?

Prévention des grossesses non voulues et des maladies transmises sexuellement

- Comment prévenir les grossesses non voulues et les maladies transmises sexuellement ou par voie sanguine?
- Comment reconnaître les premiers signes d'une grossesse?
- Comment reconnaître les premiers signes d'une maladie transmise sexuellement ou par voie sanguine?
- Comment déterminer si telle ou telle méthode de prévention fonctionnera pour moi?

Les élèves évalueront des manières d'accéder à des renseignements fiables sur la santé sexuelle qui ont des répercussions positives sur la santé sexuelle et la reproduction chez les adolescents

Accès aux renseignements sur la santé sexuelle et la reproduction

- Où trouver des sources de renseignements fiables sur la prévention des grossesses non voulues et des maladies transmises sexuellement ou par voie sanguine?
- Pourquoi est-il important d'avoir des sources d'information inclusives?
- Comment surmonter les obstacles empêchant les adolescents d'avoir accès à des modes de contraception ou à des renseignements sur la santé sexuelle?
- Vers qui puis-je me tourner pour obtenir de l'aide pour des problèmes de santé sexuelle ou de reproduction?
- Comment mettre en évidence les partis pris dans les renseignements sur la santé sexuelle et sur la reproduction?

Les élèves réfléchiront aux répercussions des relations sur leur santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Raison d'être

Au fil des changements d'ordre physique, affectif, social et cognitif qui se produisent pendant la puberté et à l'adolescence, les relations de l'individu avec ses amis, sa famille et ses camarades peuvent elles-mêmes évoluer. Les élèves exploreront des façons saines de faire face aux difficultés dans les relations, dans cette période où le cercle de leurs relations s'élargit, à la fois en ligne et dans la vie réelle. Ils examineront des façons de renforcer leur sécurité personnelle, à la fois en ligne et dans la vie réelle, et discuteront des répercussions des réseaux sociaux et des autres médias sur la perception qu'ils ont de ce qui constitue une relation saine.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Communication (COM)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)

Indicateurs

- **Examiner** l'importance qu'il y a à surmonter les difficultés dans les relations avec leur famille, leurs amis ou leurs camarades (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Analyser** les manières de faire la distinction entre relations saines et relations malsaines (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Formuler** des manières d'entretenir des relations saines sur Internet et dans la vie réelle (CIT, CI, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** le risque d'exploitation sexuelle à des fins commerciales chez les jeunes (CIT, COM, PC)
- **Évaluer** les répercussions des relations malsaines sur les différentes dimensions de la santé (PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Façons saines de surmonter les difficultés dans les relations

- Pourquoi les relations se développent-elles, évoluent-elles ou prennent-elles fin au fil du temps?
- Que puis-je faire pour surmonter les difficultés dans les relations à la maison et à l'école?
- Comment exprimer mes besoins?
- Quelles sont les manières de réparer les relations qui sont abimées?
- Comment savoir s'il est temps de mettre fin à une relation ou de tourner la page?
- Comment aider un(e) ami(e) qui est dans une relation malsaine?

Distinction entre relations saines et relations malsaines

- Quelles sont les qualités importantes de divers types de relations (relations avec ses camarades, liens d'amitié, relations sentimentales, relations familiales, etc.)?
- En quoi le rôle de la famille, des amis et des camarades évolue-t-il pendant l'adolescence?
- À quoi ressemblent de bonnes relations sur le plan visuel et sonore et dans ce qu'on ressent?
- Quelles sont les qualités qui font d'une personne un adulte de confiance ou un camarade qui pourra m'aider quand j'en aura besoin?
- Qu'est-ce qui me permet de prendre conscience de ce qui rend une relation saine ou malsaine?
- À quoi ressemble une relation équilibrée sur le plan visuel et dans ce qu'on ressent? Comment prendre conscience de l'existence d'un rapport de forces?
- Comment reconnaître les comportements dans lesquels on ne respecte pas les limites?
- Que veut-on dire par « la violence fondée sur le genre »?
- Comment reconnaître les comportements relevant de la violence fondée sur le genre?

Les élèves réfléchiront aux répercussions des relations sur leur santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle

Participation à des relations saines

- Quelles comparaisons peut-on faire entre les relations en ligne et les relations dans la vie réelle?
- À quoi l'égalité dans les relations ressemble-t-elle sur le plan visuel et sonore et dans ce qu'on ressent?
- Comment établir et maintenir en place des limites garantissant ma santé et ma sécurité sur le plan personnel?
- Quelle influence la définition de limites personnelles exerce-t-elle sur notre sécurité physique, affective, sociale et sexuelle à mesure que nos relations se développent?
- Pourquoi est-il important de savoir quelles précautions prendre pour rester à l'abri du danger dans les relations en ligne et dans la vie réelle?
- Pourquoi est-il nécessaire de comprendre les lois se rapportant à l'envoi, à la réception et à l'achat d'images sexuellement explicites en ligne?
- Comment venir en aide à une personne dont je sais qu'elle a subi ou qu'elle subit encore d'une relation malsaine?

Exploitation sexuelle des enfants et des jeunes à des fins commerciales

- Qui est à risque?
- Comment savoir si une activité donnée relève de l'exploitation sexuelle des enfants et des jeunes à des fins commerciales?
- Comment les jeunes sont-ils recrutés sur Internet et dans le monde réel?
- En quoi les mythes entourant l'exploitation sexuelle des enfants et des jeunes à des fins commerciales contribuent-ils à créer un risque?
- Quelles sont les tactiques utilisées pour manipuler psychologiquement et leurrer les jeunes pour qu'ils se laissent exploiter sexuellement à des fins commerciales?
- Quels sont les signes que je suis ou j'ai été ou que quelqu'un d'autre est ou a été recruté en vue d'une exploitation sexuelle à des fins commerciales?
- Quels sont les termes de vocabulaire qu'il est important de connaître dans le domaine de l'exploitation sexuelle des enfants et des jeunes à des fins commerciales?
- Vers qui puis-je me tourner pour me faire aider si je soupçonne une tentative d'exploitation sexuelle à des fins commerciales me concernant ou concernant quelqu'un d'autre?

Les élèves réfléchiront aux répercussions de l'abus de substances nocives sur la santé à l'adolescence

Raison d'être

Les élèves examineront les risques, les préjudices et les pressions sociales se rapportant à la consommation de substances nocives dans une communauté donnée (alcool, cannabis, tabac, vapotage, caféine, médicaments sur ordonnance obtenus sans ordonnance, etc.). Ceci permettra aux adolescents d'acquérir de la résilience et les compétences pour faire face aux difficultés et s'adapter à l'évolution de leurs circonstances, mais aussi pour gérer de façon saine les difficultés du passé, du présent et de l'avenir.

Compétences transdisciplinaires

- Citoyenneté (CIT)
- Communication (COM)
- Créativité et innovation (CI)
- Pensée critique (PC)
- Développement personnel et cheminement de carrière (DPCC)
- Maîtrise de la technologie (MT)

Indicateurs

- Formuler des stratégies pour résister aux influences sociales et aux pressions poussant à consommer des substances nocives (CIT, CI, COM, PC, DPCC)
- Faire des comparaisons entre différentes stratégies pour faire face aux pressions et aux émotions difficiles (CIT, CI, COM, PC, DPCC)
- Examiner les blessures liées à l'abus de substances nocives (CIT, COM, PC, DPCC)
- Examiner les préjudices associés à la consommation d'alcool, de cannabis, de tabac, de produits de vapotage, de caféine et de médicaments sur ordonnance, de façon isolée ou combinés les uns aux autres (CIT, COM, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Résistance aux influences sociales et aux pressions poussant à consommer des substances nocives

- Quel rôle les pressions sociales peuvent-elles jouer dans la consommation de substances nocives à l'adolescence?
- Quelle influence les médias exercent-ils sur la façon dont l'alcool, le cannabis, le tabac et les autres substances nocives sont perçus?
- Quelle influence les médias exercent-ils sur la culture de l'alcool, le cannabis, le tabac et les autres substances nocives?

Stratégies pour faire face aux pressions et aux émotions difficiles

- En quoi le fait d'avoir des relations saines avec ses amis, sa famille et ses camarades aide-t-il à faire face au stress, aux situations et aux émotions difficiles?
- En quoi les comportements sains aident-ils à faire face au stress, aux situations et aux émotions difficiles?
- Qu'est-ce qui me permet de déterminer si telle ou telle façon de faire face est saine?

Blessures liées à l'abus de substances nocives

- Pourquoi est-il important de connaître les statistiques concernant les décès et les blessures liés à la consommation de substances nocives chez les adolescents entre 12 et 25 ans?
- Comment m'y prendre pour refuser les substances que me proposent mes camarades?

Les élèves réfléchiront aux répercussions de l'abus de substances nocives sur la santé à l'adolescence

Préjudices liés à la consommation de substances nocives de façon isolée ou combinées les unes aux autres

- Pourquoi est-il important de trouver des renseignements fiables sur les répercussions de la consommation combinée de plus d'une substance nocive?
- Comment prévoir les répercussions à court terme de la consommation d'une substance nocive ou de la consommation combinée de plus d'une substance nocive?
- Comment prévoir les répercussions à long terme de la consommation d'une substance nocive ou de la consommation combinée de plus d'une substance nocive?
- Quel effet la consommation de substances nocives à l'adolescence peut-elle avoir sur la santé physique?
- Quel effet la consommation de substances nocives à l'adolescence peut-elle avoir sur la santé mentale et affective?
- Quel effet la consommation de substances nocives a-t-elle sur le développement du cerveau à l'adolescence?

Compétences

Analyser

Recueillir et sélectionner des renseignements utiles; réfléchir à leur exactitude, à la validité et à leur importance; communiquer des conclusions.

Comparer

Faire des observations; relever des similitudes et des différences; établir des liens et proposer une interprétation; communiquer les conclusions.

Évaluer

Passer en revue les processus et les résultats d'une exploration ; Considérer différents angles solutions et conclusions, et les communiquer Détecter de nouveaux problèmes ou enjeux potentiels. Justifier les décisions et les conclusions

Examiner

Poser et réviser des questions; trouver plusieurs éléments pertinents et fiables qui appuient une réponse; organiser et comparer des éléments; établir les liens, reconnaître les perspectives représentées et communiquer des conclusions.

Formuler

Choisir un sujet pertinent; lancer des idées; perfectionner, hiérarchiser et choisir des idées pour orienter les prochaines étapes; évaluer les choix et d'autres possibilités.

Mettre en question

Proposer des questions en réponse à des problèmes et des enjeux de plus en plus complexes; choisir et développer une question précise pour examiner la situation.

Réfléchir

Poser des questions sur le contenu ou les expériences; examiner et considérer des idées, des perceptions et des perspectives sur le contenu et les expériences; exprimer des idées, des perceptions et des perspectives sur le contenu et les expériences..