

Santé 6e année

Document de survol « en un coup d'oeil »

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 If an outdated or inappropriate site is found, please report it to 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>.

© Droit d'auteur à la Couronne, Province de la Nouvelle-Écosse , 2021

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 6^e année

Document en un coup d'œil

2021

Les apprenants analyseront les répercussions sur la santé physique, mentale, affective, sociale et spirituelle des comportements ayant un effet sur la santé.

Raison d'être

Tout au long des niveaux allant de la maternelle à la 5e année, les apprenants ont participé à des activités soulignant combien il est important de prendre de bonnes habitudes dont l'effet combiné est positif sur la santé sous tous ses aspects. En prolongement à ces concepts, en 6e année, les apprenants commenceront à réfléchir aux divers comportements relatifs à la santé sous l'angle des questions de justice sociale, comme la souveraineté alimentaire et l'influence importante de la culture, de la race, du statut socioéconomique et des croyances religieuses sur ce qu'on mange et la façon dont on le mange. Ils exploreront le concept d'engagement social et l'importance des environnements naturels et construits qui favorisent l'adoption d'un mode de vie actif et dans lesquels tout le monde se sent en sécurité et ressent un sentiment d'appartenance. On invitera les apprenants à réfléchir au temps qu'ils passent en ligne et à l'influence de nombreux facteurs, ainsi qu'à ce qu'ils peuvent faire pour contrer cette influence. On se concentrera sur l'effet positif ou négatif que les comportements relatifs à la santé peuvent avoir sur la qualité du sommeil, ainsi que sur le rôle de la vaccination en matière de santé publique.

Compétences transdisciplinaires

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

Indicateurs de rendement

- **Examiner** le lien entre les aliments et les valeurs, les croyances et la culture (CIT, PC, DPCC)
- **Examiner** les répercussions de l'environnement sur l'adoption par les membres de la communauté d'un mode de vie actif (CIT, PC, DPCC)
- **Analyser** les répercussions possibles du temps passé en ligne (CIT, PC, DPCC, MT)
- **Examiner** les effets de la vaccination du point de vue de l'individu et du point de vue de la collectivité (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** les facteurs ayant une incidence sur le sommeil (CIT, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Ces questions peuvent être adaptées selon le niveau de langue de vos élèves.

Aliments et culture

- Que veut-on dire par « souveraineté alimentaire »?
- Pourquoi est-il important de cultiver divers aliments en Nouvelle-Écosse?
- Quel effet la culture et la religion ont-elles sur les choix alimentaires?
- Quelle utilisation fait-on des aliments pour exprimer sa culture et son identité?

Environnement et engagement social

- Comment est-il possible d'examiner l'adoption d'un mode de vie actif dans la communauté sous le prisme des enseignements Mi'kmaw de *Netukulimk*?
- Que peuvent faire les médias pour veiller à ce que tout le monde se sente le bienvenu

dans les milieux où l'on se livre à des activités physiques?

- Que peut faire la communauté pour conduire les individus et les familles à participer à des activités physiques?

Effet de la technologie

- Quelles tactiques y a-t-il en ligne pour retenir l'attention des utilisateurs?
- Pourquoi les entreprises technologiques souhaitent-elles que les gens restent en ligne plus longtemps?
- Comment savoir si je passe trop de temps en ligne et si cela a des répercussions dans les différentes dimensions de ma santé?
- Quelles répercussions les appareils technologiques ont-ils sur nos liens avec l'environnement et avec les terres?
- Quelles répercussions les outils technologiques ont-ils sur mes relations avec moi-même, ma famille, mon quartier et mon environnement?

Vaccination

- Que fait la collectivité pour prévenir la propagation incontrôlée des maladies contagieuses?
- Où trouver des informations fiables sur les vaccins?
- Quels vaccins sont administrés aux enfants et aux adolescents dans notre province?

Effets sur le sommeil

- Quels sont les aliments et les boissons qui ont une incidence sur le sommeil?
- Comment apaiser mes pensées et mes sentiments avant de m'endormir ou quand je me réveille pendant la nuit?
- Quelles sont les répercussions des ordinateurs et des écrans sur le sommeil?
- Qu'est-ce qui peut nous empêcher de dormir suffisamment?

Compétences

Analyser

Recueillir et sélectionner des renseignements utiles; commencer à déterminer leur pertinence; communiquer des 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

Les apprenants examineront les différentes compétences de base en santé mentale.

Raison d'être

Les apprenants poursuivront leur cheminement sur la voie du développement de leurs compétences de base en santé mentale, en s'instruisant sur le cerveau grâce à la prise de conscience du développement du cortex préfrontal. Ils apprendront que, à l'adolescence, les substances toxiques comme l'alcool, le cannabis, le tabac et les produits de vapotage peuvent entraver le développement du cerveau. On leur présente l'idée que les troubles de la santé mentale sont des maladies du cerveau et que les signes ou symptômes de maladies mentales courantes peuvent apparaître dès l'enfance ou l'adolescence. Cette année, on explore la pyramide des compétences de base en santé mentale, afin de conduire les apprenants à comprendre qu'il est important d'utiliser les bons termes pour parler de la santé mentale, parce que cela facilite l'aide, le soutien et les traitements, mais aussi parce que cela aide à lutter contre la stigmatisation.

Comme toujours, les apprenants exploreront les façons saines de faire face au désarroi, aux problèmes de santé mentale ou au deuil qu'on peut éprouver à l'enfance et ils prendront notamment conscience de l'effet de la culture sur la façon de gérer les questions de santé mentale. Ils prendront aussi conscience des façons malsaines de faire face au désarroi, aux problèmes ou aux maladies de santé mentale. Ils aborderont les concepts d'efficacité dans la recherche d'aide en prenant conscience de la différence entre les moments où la personne a besoin d'un soutien et ceux où elle a besoin d'un traitement, tout en réfléchissant aux contextes culturels et sociétaux qui peuvent faire qu'il est difficile pour la personne de demander de l'aide

Compétences transdisciplinaires

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

Indicateurs de rendement

- **Examiner** les facteurs ayant une incidence sur le sommeil (COM, PC, DPCC)
- **Sélectionner** des mots qui décrivent divers états de santé mentale (COM, DPCC)
- **Examiner** les manières de faire face aux circonstances difficiles dans la vie (CIT, PC, DPCC)
- **Examiner** les manières pour les gens d'obtenir de l'aide pour un problème ou une maladie de santé mentale pour eux-mêmes ou pour les autres (CIT, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Ces questions peuvent être adaptées selon le niveau de langue de vos élèves.

Cerveau et fonctions du cerveau

- En quoi le cortex préfrontal commence-t-il à changer chez les adolescents?
- Quels sont les effets de l'alcool, du tabac (ou vapotage) et de la drogue quand le cerveau n'est pas encore entièrement développé?
- En quoi le fait d'être sous l'influence de la drogue peut-il contribuer aux blessures?
- Quels peuvent être les signes de maladie mentale?
- Quelles sont les maladies mentales les plus courantes qui se manifestent chez les enfants?

États de santé mentale

- Que veut-on dire par « états de santé mentale »?
- En quoi le fait d'utiliser les bons termes aide-t-il quand on parle de santé mentale?
- Que veut-on dire par « stigmatiser »?

- En quoi le fait d'utiliser le bon vocabulaire pour décrire la santé mentale contribue-t-il à réduire les problèmes de stigmatisation?

Stratégies d'adaptation

- Quel rôle les différentes stratégies d'adaptation jouent-elles sur le plan de ma santé?
- Comment savoir si telle ou telle stratégie d'adaptation est bonne ou mauvaise pour la santé?
- En quoi les relations (avec des amis, des membres de la famille, des Aînés, des membres de la communauté, la nature) peuvent-elles être utiles quand on est en deuil à la suite de la perte d'un être cher?
- En quoi les cérémonies et les rites peuvent-ils être utiles quand on est en deuil ou qu'on a perdu un être cher?

Recherche d'aide

- Comment savoir quand on a besoin de soutien pour la santé mentale ou d'un traitement?
- Que veut-on dire par « soutien » et « traitement »? Quelle est la différence?
- Qu'est-ce que je peux faire pour aider quelqu'un d'autre qui peut avoir besoin d'un soutien ou d'un traitement pour un problème ou une maladie de santé mentale?
- Vers qui les enfants peuvent-ils se tourner pour se faire aider? Comment demander de l'aide?
- Comment surmonter ce qui fait qu'il est difficile de demander de l'aide?

Compétences

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.

Sélectionner

Trouver plusieurs détails pertinents et fiables pour appuyer une réponse.

Les apprenants examineront les informations sur la santé sexuelle et la reproduction.

Raison d'être

Au fil de l'année scolaire, on présente aux apprenants les concepts de sexualité et de santé sexuelle, en leur faisant comprendre l'influence des valeurs sur la prise de décisions, le rôle des droits de la personne dans la santé sexuelle et l'importance de l'offre de milieux dans lesquels les individus se sentent soutenus et en sécurité. L'apprentissage s'appuiera sur des concepts présentés auparavant en matière de reproduction et les apprenants en apprendront davantage sur la santé et la reproduction, avec la prévention des maladies sexuellement transmissibles et transmissibles par voie sanguine et les grossesses non voulues. Ils continueront d'acquérir des compétences leur permettant de trouver des informations fiables, en tenant compte de la façon de détecter la désinformation sur la sexualité et la santé sexuelle. Ils continueront d'envisager différentes manières de faire face aux changements qui se produisent à la puberté et de réfléchir aux aspects positifs des changements avec le développement de leur corps et de leur esprit. Dans ce résultat d'apprentissage, on parle des façons de se faire aider, parce qu'il est important d'avoir des compétences en recherche d'aide dans la vie et que le programme d'études sur la santé cherche tous les ans à renforcer ces compétences chez les élèves à l'école dans de nombreux contextes différents.

Compétences transdisciplinaires

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

Indicateurs de rendement

- **Examiner** les concepts de sexualité et de santé sexuelle (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** les manières de prendre soin de sa santé pour la reproduction (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Sélectionner** des manières pour vous de faire face aux changements liés à la puberté (PC, DPCC)
- **Examiner** la façon dont le respect pour la diversité des identités sexuelles s'exprime dans la société (CIT, COM)
- **Examiner** les endroits où l'on trouve des informations fiables et du soutien en matière de santé sexuelle en dehors de l'école (COM, PC, DPCC, MT)

Concepts et questions d'orientation

Ces questions peuvent être adaptées selon le niveau de langue de vos élèves.

Sexualité et santé sexuelle

- Quels sont les liens entre les concepts de sexualité et de santé sexuelle?
- Quel effet la culture, la religion et la société ont-elles sur la compréhension que nous avons de la sexualité et de la santé sexuelle?
- Comment instaurer des environnements où les gens de diverses cultures, de diverses races, de différents sexes et de différentes identités sexuelles se sentent en sécurité pour s'instruire sur la sexualité et la santé sexuelle?
- Quelle est l'influence des valeurs sur notre compréhension de la sexualité et de la santé sexuelle?
- Qui sont les personnes qui donnent un exemple positif pour influencer les gens sur les questions de santé sexuelle?

- Comment montrer qu'on a bien compris la diversité des croyances entourant la sexualité et la santé sexuelle?

Santé et reproduction

- Quelles sont les maladies sexuellement transmissibles et les maladies transmises par voie sanguine les plus courantes?
- Quels sont les mythes et les informations erronées qui circulent couramment sur les maladies sexuellement transmissibles et les maladies transmises par voie sanguine?
- Quelles sont les manières de réduire la transmission des maladies sexuellement transmissibles et les maladies transmises par voie sanguine?
- Comment éviter la grossesse?
- Quels sont les comportements sains qui contribuent à faire que notre système reproductif reste en bonne santé?

Puberté

- Quels sont les aspects de notre personne qui changent à la puberté?
- En quoi les changements peuvent-ils être positifs?
- Quelles sont les manières que nous avons de faire face aux changements dans notre corps, notre esprit, notre cœur et notre âme à la puberté?

Diversité des identités sexuelles

- Quelles sont les manières de veiller à ce que tous les gens, quelle que soit leur identité sexuelle, disposent de milieux dans lesquels ils se sentent en sécurité et soutenus?
- En quoi le fait d'être exclu fait-il du tort ou blesse-t-il les gens?
- En quoi les lois sur les droits de la personne contribuent-elles à améliorer la santé sexuelle des gens?
- Que pouvons-nous faire pour lutter pour les droits de la personne?

- Quelles sont les différences dans le point de vue sur la sexualité et l'identité de genre selon la culture, la religion ou la société?

Informations fiables en matière de santé sexuelle

- Quels sont les environnements offrant des informations sur la santé sexuelle en ligne et à l'extérieur de l'école qui sont sûrs et offrent du soutien?
- Où aller pour se faire tester pour une maladie sexuellement transmissible ou une maladie transmise par voie sanguine?
- Où trouver des informations pertinentes sur le plan culturel ou du soutien en matière de santé sexuelle en dehors de l'école?
- Comment se procurer des articles pour la santé sexuelle ou la contraception à l'extérieur de l'école si nécessaire?

Compétences

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.

Sélectionner

Trouver plusieurs détails pertinents et fiables pour appuyer une réponse.

Les apprenants analyseront les répercussions des relations pour la santé sur le plan physique, mental, affectif, social et spirituel.

Raison d'être

On présentera aux apprenants les concepts qui les aideront à gérer l'évolution de leurs relations avec leur famille, leurs amis, leurs camarades et les autres et à envisager les aspects positifs de ces changements. On présentera le nouveau concept d'expression de l'amitié et de l'amour en toute sécurité et de façon saine, aussi bien en ligne que dans la vie réelle. Les apprenants continueront d'explorer les questions de justice sociale entourant l'inclusion, en réfléchissant à l'utilisation qui est faite de la langue et au rôle de la communication en matière d'égalité, pour le sentiment d'appartenance et pour souder la collectivité. Le programme continue d'aider les apprenants à acquérir des compétences importantes en matière de sécurité personnelle, en revenant sur les tactiques couramment utilisées par les délinquants sexuels, en ligne ou dans la vie réelle. C'est important, parce que ces tactiques servent souvent à recruter des jeunes dans les réseaux d'exploitation sexuelle à des fins commerciales, qui sont un problème de société pour les jeunes en Nouvelle-Écosse. Les aptitudes en recherche d'aide dans le contexte des relations restent importantes et sont renforcées.

Compétences transdisciplinaires

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

Indicateurs de rendement

- **Examiner** les répercussions que l'évolution des relations avec soi et avec autrui peut avoir pour les différentes dimensions de santé (CIT, PC, DPCC)
- **Analyser** les compétences en communication qui permettent aux relations de rester saines (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** le rôle des limites pour que les relations restent saines et sans danger (CIT, PC, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Ces questions peuvent être adaptées selon le niveau de langue de vos élèves.

Relations et santé

- En quoi les relations évoluent-elles à mesure que nous gagnons en maturité?
- Quelles sont les difficultés qui peuvent se présenter dans l'évolution des relations avec notre famille, nos amis et nos camarades quand nous gagnons en maturité?
- Comment est-ce que les changements dans notre propre personne et avec notre famille, la collectivité et l'environnement peuvent être positifs?
- Comment l'amitié et l'amour s'expriment-ils à l'intention d'une autre personne quand les enfants grandissent?
- Comment est-ce que l'égalité des rôles entre les gens contribue aux relations romantiques saines?
- Comment adopter de bons comportements en ligne comme on le ferait dans le monde réel?

- Quelles sont les différences qui peuvent exister dans les familles entre nous et nos amis ou nos camarades
- Quelles protections la Nouvelle-Écosse offre-t-elle aux victimes de cyberintimidations?

Compétences en communication

- Quelles compétences en communication puis-je acquérir pour favoriser les relations saines?
- Quelles sont les répercussions de notre utilisation de la langue pour les gens en ligne et dans le monde réel?
- Quelle utilisation les gens font-ils de la langue pour exercer un pouvoir sur les autres?
- Que veut-on dire par « microagression »?
- Comment traiter une microagression quand on en observe une?
- Pourquoi est-il important de lutter contre les microagressions?
- En quoi la langue sert-elle à propager des stéréotypes relatifs au sexe, à la culture et à la race?
- Comment exprimer le consentement ou le refus de consentir dans les relations?

Limites

- Comment s'affirmer afin d'établir clairement ses limites personnelles?
- Comment établir ses limites personnelles en ligne et dans le monde réel?
- Pourquoi est-il important de se fier à son instinct?
- Comment respecter les limites des autres dans les relations et comment les autres peuvent-ils respecter vos limites personnelles?
- Comment reconnaître les comportements visant à persuader quelqu'un par la ruse?
- Comment réduire le risque d'être une victime en ligne?
- Comment se faire aider si on s'est laissé persuader par la ruse ou si quelqu'un qu'on connaît s'est laissé persuader par la ruse et est sorti des limites qu'il s'était fixées?

Compétences

Analyser

Recueillir et sélectionner des renseignements utiles; commencer à déterminer leur pertinence; communiquer des 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.

Les apprenants analyseront les répercussions des substances toxiques sur la santé et la sécurité des enfants.

Raison d'être

En 6e année, les apprenants s'interrogeront sur les utilisations saines et malsaines des substances et réfléchiront aux techniques de marketing et de publicité utilisées pour faire une promotion visible de la consommation de substances comme l'alcool, le tabac, le cannabis et les produits de vapotage chez les enfants et les jeunes. Ils exploreront avec un esprit critique l'utilisation faite des plantes médicinales traditionnelles dans différentes cultures, à la fois dans le cadre de cérémonies et pour guérir. Le message crucial est que les médicaments sur ordonnance sont réservés à la personne à laquelle ils ont été prescrits et sont à prendre conformément aux instructions de l'ordonnance et ce message est renforcé chaque année. Il faut que les apprenants aient l'occasion, chaque année, de se demander où, quand et comment ils peuvent demander de l'aide en cas de problème de consommation de substances toxiques dans leur famille.

Compétences transdisciplinaires

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

Indicateurs de rendement

- **Analyser** les tactiques utilisées dans le marketing et dans la publicité pour promouvoir et normaliser la consommation de substances toxiques chez les enfants et les jeunes (CIT, COM, PC, DPCC)
- **Examiner** le rôle des plantes médicinales traditionnelles dans la santé (COM, PC, DPCC)
- **Examiner** quand, où et comment demander de l'aide quand on a un problème d'abus de substances toxiques dans la famille (CIT, COM, DPCC)

Concepts et questions d'orientation

Ces questions peuvent être adaptées selon le niveau de langue de vos élèves.

Marketing et publicité

- Quelles sont les valeurs représentées dans le marketing des substances comme l'alcool, le tabac, les produits de vapotage et le cannabis?
- Où les enfants voient-ils des messages de marketing et des publicités sur l'alcool, le tabac, les produits de vapotage et le cannabis?
- En quoi les publicités pour l'alcool, le tabac, les produits de vapotage et le cannabis cherchent-elles à attirer les jeunes et les enfants?
- Quel est l'effet du rôle des influenceurs sur les réseaux sociaux sur la consommation de substances toxiques chez les enfants et les jeunes?

Plantes médicinales et traditionnelles

- Que veut-on dire par « ingrédients médicinaux traditionnels »?
- Quels sont les protocoles culturels qui entrent en jeu quand on s'instruit sur les ingrédients médicinaux traditionnels et qu'on en récolte?
- Comment comprendre les ingrédients médicinaux traditionnels selon une approche étuapmumk?
- Pourquoi est-il important de s'informer sur les ingrédients médicinaux traditionnels auprès des gardiens du savoir et des Aînés, tout comme on s'informe auprès des médecins et des spécialistes professionnels de la santé du monde occidental?

- Quelle est l'utilisation qui est faite des ingrédients médicinaux traditionnels dans de nombreuses cultures différentes?
- Pourquoi est-il nécessaire d'utiliser les ingrédients médicinaux traditionnels comme c'est prévu afin de parvenir à guérir?

Recherche d'aide

- Comment reconnaître la consommation malsaine de substances toxiques chez les autres?
- Qu'est-ce qui te permet de dire que quelqu'un dans ta famille a un problème de consommation de substances toxiques?
- En quoi l'abus de substances toxiques peut-il faire du tort à la famille?
- Comment les enfants se font-ils aider si quelqu'un dans leur famille a un problème d'abus de substances toxiques?
- Quels sont les termes qu'on peut utiliser pour demander de l'aide à un adulte à l'école pour un problème?
- En quoi le fait de parler d'un problème dans ma famille à un enseignant ou à un autre adulte à l'école permettrait-il d'améliorer la situation?

Compétences

Analyser

Recueillir et sélectionner des renseignements utiles; commencer à déterminer leur pertinence; communiquer des 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.