



<b>Bien-être 4<sup>e</sup> année</b> <b>(Faire part de ce qui signifie être en santé)</b> <b>Connaissances, habiletés, confiance (CHC)</b>				
<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.1</b> Discerner une représentation saine de l'alimentation et de l'activité physique : <ul style="list-style-type: none"> <li>à la préadolescence;</li> <li>à l'adolescence.</li> </ul>	Je peux <b>identifier</b> quelqu'unes des pratiques alimentaires saines.	Je peux <b>identifier</b> des pratiques alimentaires saines.	Je peux <b>décrire</b> des pratiques alimentaires saines à partir <b>d'un guide alimentaire</b> recommandé.	Je peux <b>décrire</b> des pratiques alimentaires saines <b>inspirées de divers guides alimentaires recommandés.</b>
	Je peux <b>identifier quelques-unes</b> des occasions de faire de l'activité physique dans la communauté.	Je peux <b>identifier</b> des occasions de faire de l'activité physique dans la communauté.	Je peux <b>décrire</b> des occasions de faire de l'activité physique dans la communauté.	Je peux <b>identifier des facteurs</b> qui <b>peuvent encourager les gens de profiter d'occasions de faire de l'activité physique</b> dans la communauté ou leur nuire.
	<b>Avec de l'aide</b> , je peux <b>identifier</b> des bienfaits de l'activité physique <b>OU</b> des risques de l'inactivité physique pour la santé à l'adolescence et la préadolescence.	Je peux <b>identifier</b> quelque bienfait de l'activité physique <b>OU</b> quelque risque de l'inactivité physique pour la santé à l'adolescence et la préadolescence.	Je peux <b>identifier</b> plusieurs bienfaits de l'activité physique <b>ET</b> des risques de l'inactivité physique pour la santé à l'adolescence et la préadolescence.	Je peux <b>expliquer</b> des bienfaits de l'activité physique <b>ET</b> des risques de l'inactivité physique pour la santé à l'adolescence et la préadolescence.
Commentaires				



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
**(Faire part de ce qui signifie être en santé)**  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.2</b>  <b>Cerner des contributions des méthodes traditionnelles de guérison, y compris des pratiques des Premières nations et des Métis et de la médecine occidentale dans la prévention et la gestion des défis de santé, y compris :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/sida;</li> <li>l'hépatite C;</li> <li>le diabète.</li> </ul>	Je peux <b>identifier</b> une variété de défis de santé.	Je peux <b>catégoriser</b> une variété de défis de santé selon leur durée (court ou long) <b>OU</b> le degré de gravité de santé (sérieux ou bénin).	Je peux <b>catégoriser</b> une variété de défis de santé selon leur durée (court ou long) <b>ET</b> le degré de gravité de santé (sérieux ou bénin)	Je peux <b>justifier ma catégorisation</b> d'une variété de défis de santé selon leur durée (court ou long) <b>ET</b> le degré de gravité de santé (sérieux ou bénin).
	Je peux <b>identifier quelques</b> impacts possibles d'un défi de santé sur le mental, le corps <b>OU</b> l'esprit, y compris <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> <li><b>OU</b></li> <li>le diabète.</li> </ul>	Je peux <b>expliquer plusieurs</b> impacts possibles d'un défi de santé sur le mental, le corps <b>ET</b> l'esprit, y compris <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> <li><b>OU</b></li> <li>le diabète.</li> </ul>	Je peux <b>expliquer plusieurs</b> impacts possibles sur la société d'un défi de santé sur le mental, le corps <b>ET</b> l'esprit, <b>y compris</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> <li>le diabète.</li> </ul>	Je peux <b>comparer plusieurs</b> impacts possibles sur la société d'un défi de santé sur le mental, le corps <b>ET</b> l'esprit, <b>y compris</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> <li>le diabète.</li> </ul>
	Je peux <b>identifier les impacts possibles sur la société</b> d'une gestion <b>OU</b> d'une prévention	Je peux <b>décrire les impacts possibles sur la société</b> d'une gestion <b>OU</b> d'une prévention	Je peux <b>décrire les impacts possibles sur la société</b> d'une gestion <b>ET</b> d'une prévention	Je peux <b>expliquer les impacts possibles sur la société</b> d'une gestion <b>ET</b> d'une prévention



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
(Faire part de ce qui signifie *être en santé*)  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
	<p>inadéquate pour la santé (mentale, du corps <b>ET</b> de l'esprit).</p> <p>Je peux <b>compiler des informations</b> sur les pratiques de prévention <b>OU</b> de gestion de <b>quelques</b> défis de santés suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> </ul> <p><b>OU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>le diabète, selon les influences des pratiques traditionnelles et contemporaines des Premières nations et des Métis <b>OU</b> celles de la médecine contemporaine liées à la technologie.</li> </ul>	<p>inadéquate pour la santé (mentale, du corps <b>ET</b> de l'esprit).</p> <p>Je peux <b>compiler des informations</b> sur les pratiques de prévention <b>ET</b> de gestion de <b>quelques</b> défis de santés suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> </ul> <p><b>OU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>le diabète, selon les influences des pratiques traditionnelles et contemporaines des Premières nations et des Métis <b>OU</b> celles de la médecine contemporaine liées à la technologie.</li> </ul>	<p>inadéquate pour la santé (mentale, du corps <b>ET</b> de l'esprit).</p> <p>Je peux <b>compiler des informations</b> sur les pratiques de prévention <b>ET</b> de gestion de <b>la plupart</b> défis de santés suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> </ul> <p><b>OU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>le diabète, selon les influences des pratiques traditionnelles et contemporaines des Premières nations et des Métis <b>ET</b> celles de la médecine contemporaine liées à la technologie.</li> </ul>	<p>inadéquate pour la santé (mentale, du corps <b>ET</b> de l'esprit).</p> <p>Je peux <b>comparer certaines</b> pratiques de prévention <b>OU</b> de gestion des défis de santés suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la maladie mentale;</li> <li>le VIH/SIDA;</li> <li>l'hépatite C;</li> </ul> <p><b>OU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>le diabète, selon les influences des pratiques traditionnelles et contemporaines des Premières nations et des Métis <b>ET</b> celles de la médecine contemporaine liées à la technologie.</li> </ul>



<b>Bien-être 4<sup>e</sup> année</b> (Faire part de ce qui signifie <i>être en santé</i> ) <b>Connaissances, habiletés, confiance (CHC)</b>				
<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b>  Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
Commentaires				



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
**(Faire part de ce qui signifie être en santé)**  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.3</b>  Déterminer des habiletés interpersonnelles et des stratégies saines axées sur le maintien de l'harmonie ou la résolution des désaccords dans une relation.	Je peux <b>identifier quelques</b> comportements sains dans des situations de jeu et de compétition.	Je peux <b>identifier des comportements sains qui créent l'harmonie</b> dans des situations de jeu et de compétition.	Je peux <b>déterminer des comportements sains qui créent l'harmonie</b> dans des situations de jeu et de compétition, <b>et expliquer mon raisonnement.</b>	Je peux <b>proposer comment je peux modéliser les comportements sains</b> qui créent l'harmonie dans des situations de jeu et de compétition.
	Je peux <b>identifier quelques</b> caractéristiques d'une relation saine <b>OU</b> d'une relation malsaine.	Je peux <b>identifier des</b> caractéristiques d'une relation saine <b>ET</b> d'une relation malsaine.	Je peux <b>décrire plusieurs</b> caractéristiques d'une relation saine <b>ET</b> d'une relation malsaine.	Je peux <b>proposer des conséquences de relations saines ET de relations malsaines.</b>
	Je peux <b>identifier quelques</b> stratégies et solutions de communication saines pour le rétablissement de l'harmonie.	Je peux <b>identifier quelques</b> stratégies et solutions de communication saines pour le rétablissement de l'harmonie <b>dans des contextes précis.</b>	Je peux <b>décrire des</b> stratégies et solutions de communication saines pour le rétablissement de l'harmonie <b>dans une variété de contextes.</b>	Je peux <b>recommander avec justification</b> des stratégies et solutions de communication saines pour rétablissement de l'harmonie.
Commentaires				



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
**(Faire part de ce qui signifie être en santé)**  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.4</b> <b>Déterminer la responsabilité personnelle fondamentale en matière de sécurité et de protection dans une variété de situations.</b>	Je peux <b>identifier</b> des besoins fondamentaux de sécurité au niveau personnel, familial <b>OU</b> communautaire.	Je peux <b>décrire</b> des besoins fondamentaux de sécurité au niveau personnel, familial <b>OU</b> communautaire.	Je peux <b>décrire</b> des besoins fondamentaux de sécurité au niveau personnel, familial <b>ET</b> communautaire.	Je peux <b>proposer mes responsabilités personnelles envers la sécurité</b> au niveau personnel, familial <b>ET</b> communautaire.
	Je peux <b>décrire</b> des risques de sécurité <b>OU</b> des règles <b>OU</b> des stratégies pour la sécurité <b>sur l'Internet.</b>	Je peux <b>décrire</b> des risques de sécurité <b>OU</b> des règles <b>ET</b> des stratégies pour la sécurité <b>sur l'Internet.</b>	Je peux <b>expliquer</b> des risques de sécurité <b>ET</b> des règles <b>ET</b> des stratégies pour la sécurité <b>sur l'Internet.</b>	Je peux <b>proposer ce que je peux faire pour favoriser la sécurité sur Internet.</b>
	Je peux <b>identifier</b> les lois, les règles <b>OU</b> les initiatives de la communauté liées à la sécurité.	Je peux <b>décrire</b> les lois, les règles <b>OU</b> les initiatives de la communauté liées à la sécurité.	Je peux <b>décrire</b> les lois, les règles <b>ET</b> les initiatives de la communauté liées à la sécurité.	Je peux <b>expliquer le pourquoi</b> de certaines lois, règles <b>OU</b> initiatives de la communauté liées à la sécurité.
Commentaires				



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
**(Faire part de ce qui signifie être en santé)**  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.5</b> <b>Déterminer l'influence des relations about autrui sur l'identité (y compris le concept de soi, l'estime de soi et l'autonomie).</b>	Je peux <b>identifier</b> des exemples du concept de soi, de l'estime de soi <b>ET</b> de l'autodétermination.	Je peux <b>représenter</b> ma compréhension personnelle de l'identité en utilisant le concept de soi (l'idée qu'on a de soi-même), l'estime de soi (sentiments de fierté vis-à-vis soi-même) <b>OU</b> l'autonomie (le droit de faire ses propres choix).	Je peux <b>représenter</b> ma compréhension personnelle de l'identité en utilisant le concept de soi (l'idée qu'on a de soi-même), l'estime de soi (sentiments de fierté vis-à-vis soi-même) <b>ET</b> l'autonomie (le droit de faire ses propres choix).	Je peux <b>proposer</b> plusieurs facteurs internes et externes qui peuvent influencer sur mon identité personnelle.
	Je peux donner des exemples de l'influence des pairs positive <b>OU</b> négative.	Je peux <b>décrire</b> l'impact de l'influence des pairs positive <b>ET</b> négative sur le concept de soi, l'estime de soi <b>ET</b> de l'autonomie.	Je peux <b>décrire</b> l'impact de l'influence des pairs positive <b>ET</b> négative sur le concept de soi, l'estime de soi <b>ET</b> de l'autonomie.	Je peux <b>expliquer</b> l'impact du comportement des autres (approprié <b>ET</b> inapproprié) sur mon identité personnelle.
Commentaires				



**Bien-être 4<sup>e</sup> année**  
(Faire part de ce qui signifie *être en santé*)  
**Connaissances, habiletés, confiance (CHC)**

<b>Résultat d'apprentissage</b>	<b>1 Peu d'éléments de preuve</b> Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	<b>2 – Éléments de preuve partiels</b> Je comprends les idées simples, et je réalise les habiletés les plus simples. Je continue à progresser/ cheminer vers les idées et les habiletés plus complexes.	<b>3 – Suffisamment d'éléments de preuve</b> Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. <b>J'atteins le résultat d'apprentissage.</b>	<b>4- Beaucoup d'éléments de preuve</b> Je comprends tout à fait les idées complexes, et je peux appliquer les habiletés que j'ai développées à des nouvelles situations pas abordées en classe.
<b>4CHC.6</b>  <b>Sélectionne des stratégies saines pour la gestion du stress, p. ex. relaxation, contrôle du stress, visualisation guidée, expression de ses sentiments, exercice.</b>	Je peux <b>identifier</b> des situations stressantes.	Je peux <b>décrire</b> ma compréhension personnelle de stress <b>OU</b> de réponses aux situations stressantes.	Je peux <b>décrire</b> ma compréhension personnelle de stress <b>ET</b> de réponses aux situations stressantes.	Je peux <b>proposer des causes de réactions différentes au stress.</b>
	Je peux <b>identifier plusieurs</b> stratégies saines pour la gestion du stress (p. x. relaxation, contrôle du stress, visualisation guidée, expression de ses sentiments, exercice).	Je peux <b>décrire plusieurs</b> stratégies saines pour la gestion du stress (p. x. relaxation, contrôle du stress, visualisation guidée, expression de ses sentiments, exercice).	Je peux <b>choisir des</b> stratégies saines pour la gestion du stress (p. x. relaxation, contrôle du stress, visualisation guidée, expression de ses sentiments, exercice) qui m'aident à gérer le stress, <b>ET</b> expliquer mon choix.	Je peux <b>évaluer les</b> stratégies que j'utilise présentement pour la gestion du stress, proposer des changements <b>ET</b> les justifier.
Commentaires				