



Bienêtre 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
5CHC.1 Cerner ses propres habitudes alimentaires.	Je peux identifier la portion, les calories, ET la valeur nutritive (p. ex. gras, sel et sucre) sur les étiquettes des aliments.	Je peux expliquer le rôle des étiquettes des aliments dans les habitudes alimentaires saines, y compris la portion, les calories, OU la valeur nutritive (p. ex. gras, sel et sucre).	Je peux expliquer le rôle des étiquettes des aliments dans les habitudes alimentaires saines, y compris la portion, les calories, ET la valeur nutritive (p. ex. gras, sel et sucre).	Je peux utiliser les étiquettes des aliments y compris la portion, les calories, ET la valeur nutritive (p. ex. gras, sel et sucre), pour comparer les aliments non transformés et les aliments transformés.
	Je peux noter à l'écrit tous les aliments que je consomme pendant cinq jours, y compris : <ul style="list-style-type: none"> • la portion • l'heure • le lieu. 	Je peux noter à l'écrit tous les aliments que je consomme pendant cinq jours, y compris : <ul style="list-style-type: none"> • la portion • l'heure • le lieu • la quantité de gras (lipides) • la quantité de sucre • la quantité de sel. 	Je peux tirer plusieurs conclusions relatives aux informations recueillies sur mes habitudes alimentaires pendant cinq jours.	Je peux proposer plusieurs modifications que je peux apporter à mes habitudes alimentaires pour les améliorer.
Commentaires				



<p align="center">Bienêtre 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)</p>				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
5CHC.2 Cerner des responsabilités associées aux changements physiques, sociaux, spirituels et affectifs lors de la puberté.	Je peux identifier les changements primaires OU secondaires lors de la puberté.	Je peux décrire les changements primaires OU secondaires lors de la puberté.	Je peux décrire les changements primaires ET secondaires lors de la puberté.	Je peux comparer les changements lors de la puberté chez les garçons et les filles, y compris menstruations et spermatogenèse.
	Je peux identifier les changements sociaux, affectifs OU spirituels lors de la puberté.	Je peux décrire les changements sociaux, affectifs OU spirituels lors de la puberté.	Je peux décrire les changements sociaux, affectifs ET spirituels lors de la puberté.	Je peux proposer des stratégies pour la gestion de changements sociaux affectifs, ET spirituels associés à la puberté.
	Je peux identifier des responsabilités personnelles OU des pratiques d'hygiène de vie associées aux changements physiques, sociaux, affectifs, spirituels, OU physiques de la puberté.	Je peux décrire des responsabilités personnelles OU des pratiques d'hygiène de vie associées aux changements physiques, sociaux, affectifs, spirituels, OU physiques de la puberté.	Je peux décrire des responsabilités personnelles ET des pratiques d'hygiène de vie associées aux changements physiques, sociaux, affectifs, spirituels, ET physiques de la puberté.	Je peux proposer l'impact que peut avoir une personne adulte qui est importante dans ma vie et en qui j'ai confiance dans la gestion des changements associés avec la puberté.
Commentaires				



Bien-être 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
5CHC.3 Cerne l'impact des maladies infectieuses y compris le VIH et l'hépatite C et des maladies non infectieuses sur le bien-être holistique (au plan physique, mental, spirituel, affectif).	Je peux identifier des exemples de maladies infectieuses OU non infectieuses OU « se sentir malade » OU « être atteinte d'une maladie. »	Je peux distinguer à l'aide d'exemples entre des maladies infectieuses y compris le VIH et l'hépatite C et des maladies non infectieuses OU entre « se sentir malade » et « être atteinte d'une maladie. »	Je peux distinguer à l'aide d'exemples entre des maladies infectieuses y compris le VIH et l'hépatite C et des maladies non infectieuses ET entre « se sentir malade » et « être atteinte d'une maladie. »	Je peux expliquer à l'oral pourquoi il est important pour mon bien-être de distinguer entre les maladies infectieuses y compris le VIH et l'hépatite C et les maladies non infectieuses, ET entre « se sentir malade » et « être atteinte d'une maladie. »
	Je peux expliquer l'impact physique, mental, spirituel OU affectif des maladies infectieuses (y compris le VIH et l'hépatite C) et non infectieuses sur mon bien-être.	Je peux expliquer l'impact physique, mental, spirituel OU affectif des maladies infectieuses (y compris le VIH et l'hépatite C) et non infectieuses sur mon bien-être OU celui de ma famille OU de ma communauté.	Je peux expliquer l'impact physique, mental, spirituel ET affectif des maladies infectieuses (y compris le VIH et l'hépatite C) et non infectieuses sur mon bien-être ET celui de ma famille ET de ma communauté.	Je peux présenter à l'oral, avec un vocabulaire exact et respectueux, l'impact physique, mental, spirituel ET affectif des maladies infectieuses (y compris le VIH et l'hépatite C) et non infectieuses sur mon bien-être OU celui de ma famille OU de ma communauté.
Commentaire				



<p align="center">Bienêtre 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)</p>				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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>5CHC.4</p> <p>Déterminer :</p> <ul style="list-style-type: none"> des stratégies pour le renforcement d'une image de soi positive; des liens entre l'identité personnelle et le bien-être personnel. 	Je peux donner un exemple d'un stéréotype, d'un préjugé, OU de la discrimination.	Je peux décrire un stéréotype, un préjugé, OU la discrimination, à l'aide d'exemples.	Je peux distinguer un stéréotype, un préjugé, ET la discrimination, à l'aide d'exemples.	Je peux proposer les effets des stéréotypes, des préjugés, ET la discrimination sur moi-même OU sur autrui.
	Avec de l'aide , je peux proposer les influences possibles sur mon image de soi provenant de moi-même (comment ma voix intérieure parle) OU d'autrui (p. ex. les attentes de la famille, les valeurs et croyances familiales, la culture, la religion, les amis).	Je peux proposer les influences possibles sur mon image de soi provenant de moi-même (comment ma voix intérieure parle) OU d'autrui (p. ex. les attentes de la famille, les valeurs et croyances familiales, la culture, la religion, les amis).	Je peux proposer les influences possibles sur mon image de soi provenant de moi-même (comment ma voix intérieure parle) ET d'autrui (p. ex. les attentes de la famille, les valeurs et croyances familiales, la culture, la religion, les amis).	Je peux proposer les influences possibles sur mon image de soi provenant des médias.
	Avec de l'aide , je peux décrire ce qu'une personne peut penser, dire OU faire pour développer ou renforcer une image positive de soi chez elle OU chez autrui.	Je peux décrire ce qu'une personne peut penser, dire OU faire pour développer ou renforcer une image positive de soi chez elle OU chez autrui.	Je peux décrire ce qu'une personne peut penser, dire ET faire pour développer ou renforcer une image positive de soi chez elle ET chez autrui.	Je peux présenter des preuves que je mets en pratique les stratégies pour développer ou renforcer une image positive de soi chez moi-même ET chez autrui
Commentaires				



Bien-être 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
5CHC.5 Déterminer : <ul style="list-style-type: none"> des effets de la violence et des mauvais traitements sur sa propre santé physique, mentale, affective et spirituelle et sur celle d'autrui; des formes de soutien pour les personnes touchées par la violence et les mauvais traitements. 	Je peux identifier quelques-unes des différentes formes de mauvais traitements (physique, verbale, sexuelle, OU psychologique).	Je peux différencier LA PLUPART des différentes formes de mauvais traitements (physique, verbale, sexuelle, OU psychologique).	Je peux différencier TOUTES les différentes formes de mauvais traitements (physique, verbale, sexuelle, ET psychologique).	Je peux comparer les différentes formes de mauvais traitements (physique, verbale, sexuelle, ET psychologique).
	Avec de l'aide , je peux proposer les conséquences possibles (physiques, mentales, affectives OU spirituelles), à long OU à court terme, de la violence et des mauvais traitements sur ma propre santé OU sur celle d'autrui.	Je peux proposer les conséquences possibles (physiques, mentales, affectives OU spirituelles), à long OU à court terme, de la violence et des mauvais traitements sur ma propre santé OU sur celle d'autrui.	Je peux proposer les conséquences possibles (physiques, mentales, affectives ET spirituelles), à long ET à court terme, de la violence et des mauvais traitements sur ma propre santé ET sur celle d'autrui.	Je peux présenter à l'oral, avec un vocabulaire exact et respectueux, les conséquences possibles (physiques, mentales, affectives ET spirituelles), à long ET à court terme, de la violence et des mauvais traitements sur ma propre santé OU sur celle d'autrui.
	Avec de l'aide, je peux identifier des formes de soutien ou des programmes de prévention de la violence et des mauvais traitements pour les personnes touchées par la violence.	Je peux identifier des formes de soutien ou des programmes de prévention de la violence et des mauvais traitements pour les personnes touchées par la violence.	Je peux décrire des formes de soutien ou des programmes de prévention de la violence et des mauvais traitements pour les personnes touchées par la violence.	Je peux recommander quelques formes de soutien ou des programmes de prévention de la violence et des mauvais traitements dans ma communauté.



Bienêtre 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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				
5CHC.6	Je peux donner des exemples	Je peux représenter	Je peux représenter	Je peux proposer avec



Bienêtre 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
Recommander des comportements éclairés dans des situations où l'influence des pairs est potentiellement dangereuse ou négative.	de l'influence positive ET négative par les pairs (interne, indirecte, OU directe) sur la prise de décision.	l'influence positive OU négative par les pairs (interne, indirecte, OU directe) sur la prise de décision.	l'influence positive ET négative par les pairs (interne, indirecte, ET directe) sur la prise de décision.	justification pourquoi la pression par les pairs est plus courante à l'adolescence qu'à d'autres moments de la vie.
	Je peux inventorier QUELQUES comportements éclairés qui permettent de gérer l'influence potentiellement dangereuse ou négative des pairs.	Je peux inventorier les comportements éclairés qui permettent de gérer l'influence potentiellement dangereuse ou négative des pairs.	Je peux établir des liens entre les comportements éclairés et les situations où l'influence des pairs est potentiellement dangereuse ou négative, ET justifier mon point de vue.	Je peux présenter des preuves que je mets en pratique certains des comportements éclairés pour gérer l'influence potentiellement dangereuse ou négative des pairs.
Commentaires				
5CHC.7	Je peux donner des exemples	Je peux représenter des	Je peux représenter des	Je peux proposer des



Bien-être 5^e année (Surmonter les obstacles et saisir les possibilités) Connaissances, habiletés et confiance (CHC)				
Résultat d'apprentissage	1 Peu d'éléments de preuve Avec de l'aide, je comprends certaines parties des idées simples, et je réalise quelques-unes des habiletés les plus simples.	2 – Éléments de preuve partiels 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.	3 – Suffisamment d'éléments de preuve Je comprends les idées les plus complexes, et je maîtrise les habiletés complexes enseignées en classe. J'atteins le résultat d'apprentissage.	4- Beaucoup d'éléments de preuve 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.
Cerner l'importance de l'autorégulation corporelle et d'assumer la responsabilité pour son comportement.	d'autorégulation ET d'une absence d'autorégulation.	scénarios où les individus font preuve d'autorégulation OU où les individus n'en font pas preuve.	scénarios où les individus font preuve d'autorégulation ET où les individus n'en font pas preuve.	influences sur l'autorégulation.
	Je peux inventorier des stratégies qui facilitent la communication efficace OU la gestion de sa détresse.	Je peux inventorier des stratégies qui facilitent la communication efficace ET la gestion de sa détresse.	Je peux établir un lien entre des stratégies qui facilitent la communication efficace ET la gestion de sa détresse.	Je peux présenter des preuves que je mets en pratique les stratégies de communication efficace OU de la gestion de ma détresse.
	Avec de l'aide , je peux déterminer des effets sur moi OU sur autrui de scénarios où une stratégie d'autorégulation est en place OU de scénarios sans autorégulation.	Je peux déterminer des effets sur moi OU sur autrui de scénarios où une stratégie d'autorégulation est en place OU de scénarios sans autorégulation.	Je peux déterminer des effets sur moi ET sur autrui de scénarios où une stratégie d'autorégulation est en place ET de scénarios sans autorégulation.	Je peux réfléchir à ma propre habileté d'autorégulation ET son impact sur moi ET sur autrui.
Commentaires				

