

## Les explorateurs d'aliments

### Éducation à la santé et à la carrière M à 7

« Les explorateurs d'aliments » a été développé en accord avec le programme d'études en matière d'Éducation à la santé et à la carrière M à 7. Il peut aussi être arrimé aux matières suivantes : Mathématiques, Sciences humaines, Sciences, Langues internationales, Beaux-Arts et Éducation physique.

Résultats d'apprentissage prescrits

#### Maternelle

Après avoir complété le programme « Les explorateurs d'aliments », on s'attend à ce que l'élève puisse :

#### Objectifs et décisions

A1 nommer des occasions de faire des choix

#### Introduction au choix de carrière

B1 préciser ses compétences et intérêts personnels (p. ex. ce qu'il réussit bien, ce qu'il aime faire)

B2 mentionner diverses tâches et responsabilités qu'il assume à la maison et à l'école (p. ex. ranger ses jouets, obéir aux règlements dans la cour de récréation)

#### Santé

##### *Mode de vie sain*

C1 énumérer des pratiques favorisant la santé, y compris une bonne alimentation, l'activité physique régulière, les pratiques liées à la santé émotionnelle et à la prévention des maladies

##### *Relations saines*

C3 montrer qu'il connaît les bonnes façons d'exprimer ses sentiments

##### *Sécurité et prévention des blessures*

C8 préciser les moyens à prendre pour éviter les dangers et les situations pouvant être dangereuses à la maison, à l'école, sur la route et dans la communauté

## Les explorateurs d'aliments

### Éducation à la santé et à la carrière M à 7

#### 1<sup>e</sup> année

Après avoir complété le programme « Les explorateurs d'aliments », on s'attend à ce que l'élève puisse :

#### Objectifs et décisions

- A1 énumérer des raisons de se fixer des objectifs (p. ex. permet de préciser les étapes, aide à se concentrer sur les réalisations, permet de se rendre compte de ses réussites personnelles)

#### Introduction au choix de carrière

- B1 décrire ses compétences et intérêts personnels (p. ex. ce qu'il réussit bien, ce qu'il aime faire, ce qu'il a appris)
- B2 décrire diverses tâches et responsabilités qu'il assume à la maison et à l'école

#### Santé

##### *Mode de vie sain*

- C1 énumérer des pratiques favorisant la santé, y compris une bonne alimentation, l'activité physique régulière et les pratiques liées à la santé émotionnelle
- C2 relever des pratiques qui aident à prévenir la propagation des parasites et des maladies transmissibles (p. ex. se laver les mains, se couvrir le nez et la bouche lorsqu'on éternue, ne pas partager ses effets personnels)

##### *Relations saines*

- C3 énumérer les moyens utilisés par les membres d'une famille (p. ex. encouragements, conseils, affection, partage) pour s'entraider et prendre soin les uns des autres de façon à favoriser la croissance et le développement
- C4 montrer qu'il connaît les bonnes et les mauvaises façons d'exprimer ses sentiments (p. ex. bonne façon : en utilisant des énoncés tels que « Je me sens... »; mauvaise façon : en formulant des injures, en donnant des coups)

##### *Sécurité et prévention des blessures*

- C10 décrire les règles à suivre pour assurer sa sécurité à la maison, à l'école, sur la route et dans la communauté