Buts du programme

Les buts du programme de santé pour les enfants des écoles primaires de Terre-Neuve et du Labrador sont :

- de transmettre aux enfants des connaissances de base sur :
  - la vie active
  - la santé du consommateur
  - l'hygiène dentaire
  - l'éducation en matière de drogues
  - l'hygiène du milieu
  - la prévention des accidents et la sécurité
  - la santé mentale
  - la nutrition
  - la croissance physique et le développement
  - les relations humaines
  - les soins personnels
- d'aider les enfants à avoir une image positive d'eux-mêmes et à faire preuve «d'auto-efficacité»;
- de sensibiliser les enfants au rôle de l'école, de la famille et de la communauté en ce qui concerne tous les aspects de leur santé;
- de promouvoir l'adoption de comportements appropriés en matière de santé et de prévention des blessures et d'aider les enfants à acquérir des compétences à cet égard;
- de promouvoir et de renforcer les attitudes positives à l'égard de la santé et du bien-être;
- de développer le sens de responsabilités à l'égard de la santé et du bien-être;
- d'aider les enfants à acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour prendre de bonnes décisions concernant leur santé et leur bien-être;
- d'encourager les enfants à bien choisir les services et l'information sur la santé et à en tirer profit;
- de promouvoir une vision holistique de la santé en tant que ressource dans la vie quotidienne.

Aperçu du programme

Le programme de santé de niveau primaire se fonde sur les besoins intellectuels, émotifs, physiques, sociaux, spirituels et moraux de l'enfant et sur les recherches dans le domaine de l'éducation à la santé, plus particulièrement en ce qui touche Terre-Neuve et le Labrador. Le programme a été conçu suivant une approche compréhensive et il comprend onze volets :

- La vie active
- La santé du consommateur
- L'hygiène dentaire
- L'éducation en matière de drogues
- L'hygiène du milieu
- La prévention des accidents et sécurité
- La santé mentale
- La nutrition
- La croissance physique et le développement
- Les relations humaines
- Les soins personnels

Le programme scolaire compréhensif de santé doit être considéré comme une discipline intégrée et multidimensionnelle qui se rapporte à toutes les autres matières du programme d'études.

Bien que les objectifs en matière de santé au niveau primaire et la description des volets du programme constituent des parties distinctes de ce programme d'études, on encourage les enseignants à planifier leurs cours en adoptant une approche intégrée. La santé mentale est par exemple essentielle à la compréhension de tous les autres volets du programme d'hygiène ainsi qu'à toutes les autres matières du programme d'enseignement du primaire. De même, les compétences qu'acquièrent les élèves en matière de prise de décision et de résolution de problèmes ne s'appliquent pas uniquement à l'éducation en matière de drogues et à l'hygiène, mais elles s'appliquent aussi à chacun des volets du programme de santé et aux autres matières, comme les langues, les mathématiques et les sciences.

Le programme d'hygiène compréhensif doit être considéré comme une discipline intégrée et multidimensionnelle qui se reporte à toutes les autres matières du programme d'études. Le fait de combiner les concepts et les objectifs de tous les volets du programme de santé et de toutes les autres matières permet de tenir compte des réalités de la vie et de favoriser la pensée intégrée.

La vie active

L'activité physique influe sur le bien-être général de l'enfant. Le volet *La vie active* met l'accent sur l'acquisition de compétences, d'attitudes et de comportements spécifiques qui sont compatibles avec la promotion d'une vie saine et active. Une vie active signifie pour l'enfant de s'adonner à des activités physiques agréables et satisfaisantes qui font partie intégrante de sa vie.

La vie d'un enfant est remplie de possibilités d'acquérir des compétences qui lui profiteront toute sa vie et de connaître les joies que procure une vie active. À cette étape importante de son développement, il est essentiel que l'enfant ait la possibilité d'exploiter son propre potentiel et d'acquérir des connaissances sur la vie en général par diverses expériences mettant en jeu de l'activité physique.

Les objectifs d'apprentissage du volet *La vie active* sont conformes aux principes de croissance et de développement physique de l'enfant et supposent que l'enfant de niveau primaire prenne du repos, de l'air frais et s'adonne à des activités physiques quotidiennes. Par l'activité physique, on encourage l'enfant à adopter des attitudes et à acquérir des compétences qui l'aideront à conserver un mode de vie actif durant toute sa vie.

La santé du consommateur

Le volet *La santé du consommateur* porte sur des sujets tels que la publicité, les sources d'information sur la santé, l'accès aux services de santé, la recherche médicale et la réglementation dans le secteur médical.

On y insiste sur l'importance de choisir avec soin les produits et les services en matière de santé. Ce volet vise aussi à sensibiliser l'enfant à la façon dont les médias, par la publicité et la promotion, influencent la façon dont nous choisissons les produits et les services. En sensibilisant l'enfant dès son jeune âge à l'influence de la publicité, ce dernier apprendra, en tant que consommateur, à être plus critique et plus objectif vis-à-vis des produits et des services offerts sur le marché.

L’hygiène dentaire

Les progrès continuels dans le domaine de la technologie médicale et la pratique d'une bonne hygiène dentaire peuvent aider les enfants à maintenir leurs dents en bonne santé. L'hygiène dentaire repose en grande partie sur le maintien de bonnes habitudes personnelles qui permettent à l'enfant d'éviter de nombreux problèmes dentaires. Sensibiliser l'enfant dès son jeune âge à l'importance d'une bonne hygiène dentaire lui permet d'acquérir des habitudes saines qui dureront toute sa vie.

Selon Doshi (1987), les enfants de cinq ans à Terre-Neuve et au Labrador ont en moyenne de six à sept dents qui sont cariées, manquantes ou plombées; les jeunes de 15 à 17 ans ont en moyenne de neuf à dix dents cariées, manquantes ou plombées; et 70 pour 100 des enfants font une visite par an chez le dentiste.

Ce volet du programme renseigne les enfants sur les dents, les soins des dents et les habitudes qui les aideront à maintenir une bonne hygiène dentaire en grandissant, et à assumer davantage la responsabilité de leurs soins personnels.

L’éducation en matière de drogues

Le volet *L’éducation en matière de drogues* porte sur les effets des différentes drogues sur l'organisme et sur les conséquences que les décisions personnelles en matière de drogues peuvent avoir sur son propre bien-être et celui des autres.

Grâce à ce volet du programme, les jeunes pourront acquérir des connaissances et des compétences qui les aideront à prendre des décisions au sujet de la drogue. Une attention spéciale est accordée à l'acquisition de compétences en matière de communication, de refus, de prise de décisions et de résolution de problèmes.

Selon l'*Étude sur les attitudes et comportements des Canadiens en matière de santé* (1985), les jeunes de Terre-Neuve se classent au *premier rang* pour ce qui est du nombre de fumeurs et à un rang *élevé* pour ce qui est du nombre de jeunes qui disent avoir de la difficulté à

prendre des décisions et à ressentir la pression de leurs amis pour consommer de l'alcool.

Le volet *L'éducation en matière de drogues* répond aux besoins spécifiques des enfants de cette province pour ce qui est des conséquences que peuvent avoir la consommation, le mauvais emploi ou l'abus de médicaments et de drogues, ainsi que la toxicomanie. Il met l'accent sur la connaissance des drogues, la prévention, le traitement et les incidences de l'abus de drogues sur le plan juridique.

L'hygiène du milieu

L'hygiène du milieu porte sur les services et les activités dont on fait la promotion dans la communauté pour favoriser le mieux-être des citoyens. La qualité de l'air et de l'eau sont deux domaines qui, entre autres, préoccupent les organismes communautaires et les organismes de santé environnementale.

Ce volet du programme initie les enfants aux possibilités de réutilisation, de réduction et de recyclage des déchets. L'enseignant insiste également sur le rôle important que jouent les enfants, et les adultes, pour réduire les déchets; il les amène aussi à comprendre les effets néfastes que les déchets ont sur l'environnement. Les problèmes environnementaux qui touchent la planète y sont aussi abordés : l'appauvrissement de la couche d'ozone, le réchauffement du globe et l'effet de serre, ainsi que les types de pollution qui menacent notre écosystème.

La propreté de nos communautés et, de façon plus générale, de l'environnement, est une responsabilité qui appartient à tous les citoyens. Le volet *L'hygiène du milieu* vise à sensibiliser les jeunes au rôle que jouent l'école, le milieu familial et la communauté dans la création d'un environnement sain.

La prévention des accidents et la sécurité

Les blessures sont la première cause de décès et l'une des principales causes d'hospitalisation chez les jeunes de Terre-Neuve et du Labrador. Selon une analyse des blessures effectuée dans le cadre du *Newfoundland and Labrador Childhood Injury Prevention Program* (1993),

les principales causes de blessure chez les enfants du niveau primaire sont les suivantes :

- les chutes (chez les enfants de 5 à 9 ans, les chutes surviennent surtout en pratiquant un sport ou en jouant dans un terrain de jeux)
- les accidents de bicyclette (5 à 14 ans)

Une analyse des données de la salle d'urgence du centre hospitalier pour enfants Janeway a révélé que sur plus de 10 000 enfants qui se sont présentés à la salle d'urgence pour le traitement de blessures entre 1990 et 1992, seulement 5 pour 100 portaient de l'équipement protecteur comme, par exemple, un casque protecteur ou des genouillères.

L'un des principes de ce volet du programme de santé consiste à reconnaître que la croissance peut être une période hasardeuse dans la vie d'un enfant. Et pour que les enfants sachent comment prévenir les blessures, il importe de leur indiquer quels sont les dangers possibles et les mesures de sécurité à prendre.

D'autre part, afin de s'assurer que le programme de santé traite de questions pertinentes liées aux conditions culturelles, géographiques et climatiques qui influent sur les attitudes et les comportements des élèves, le volet *La prévention des accidents et la sécurité* porte également sur les stratégies de prévention des blessures à l'égard des planches à roulettes, des patins à roulettes (à roues alignées), des motoneiges, des bateaux et des fusils. Les jeunes seront aussi sensibilisés aux dangers liés aux changements brusques de température qui sont propres à Terre-Neuve et au Labrador et qui peuvent occasionner une trop grande exposition au soleil ou à un froid intense. Sensibiliser les enfants à un jeune âge à ces conditions particulières peut les aider à prendre de bonnes décisions, à prévenir les accidents et à assurer la sécurité de leur environnement.

Il est aussi essentiel que l'enfant sache quoi faire dans une situation d'urgence, en particulier en l'absence d'un adulte. Les enfants de l'école primaire devraient être capables de reconnaître une situation d'urgence, de

l'aborder avec calme et d'aller chercher de l'aide. On encourage les enseignants à discuter avec les enfants des programmes *Surveillance de quartier* et *Parents-Secours* qui existent dans leur quartier.

La santé mentale

La santé mentale est un élément fondamental d'un programme d'hygiène compréhensif au niveau primaire. Dans le cadre de ce volet du programme, l'enseignant met l'accent sur la reconnaissance de soi, les sentiments personnels, l'estime de soi, la prise de décision et l'auto-efficacité.

L'*Étude sur les attitudes et comportements des Canadiens en matière de santé* (1985) révèle que les jeunes de Terre-Neuve et du Labrador se sont classés sous la moyenne pour ce qui est de l'estime de soi, et qu'un nombre élevé d'entre eux ne se sentent pas compris de leurs parents. Ils sont également nombreux à dire qu'ils éprouvent de la difficulté à prendre des décisions. Le volet *La santé mentale* du programme d'hygiène, tenant compte de ces préoccupations, met l'accent sur le bien-être émotionnel des enfants et sur leur réseau de soutien, ainsi que sur le lien qui existe entre leur santé émotionnelle et les autres aspects de leur vie.

La nutrition

Le volet *La nutrition* du programme d'études de santé enseigne aux enfants l'importance de manger tous les jours de bons aliments, en quantité adéquate, afin de rester en bonne santé, et de suivre les consignes du *Guide alimentaire canadien.*

Selon l'*Étude sur les attitudes et comportements des Canadiens en matière de santé* (1985), les jeunes de Terre-Neuve se sont classés au dernier rang, parmi les jeunes de toutes les provinces et de tous les niveaux scolaires, au chapitre de la consommation d'aliments provenant des quatre groupes alimentaires, de la consommation de fruits et de légumes, de la consommation de lait et de la consommation d'aliments riches en fibres.

Afin de sensibiliser les enfants à la responsabilité qu'ils ont de bien se nourrir, l'enseignant leur donne l'occasion de se renseigner sur la valeur des aliments en examinant la valeur nutritive et la signification culturelle de certains produits, incluant des aliments prêts-à-manger et des aliments obtenus localement.

Des enfants bien nourris sont plus alertes, plus attentifs et plus capables d'apprendre et de tirer profit au maximum d'une activité physique. Il est donc essentiel de promouvoir la connaissance de la nutrition auprès des enfants et de les encourager, dans la mesure de leurs capacités, à choisir des aliments de façon responsable.

La croissance et le développement physique

Le volet *La croissance et le développement physique* porte sur le développement physique général durant la petite enfance et l'enfance. Il vise à aider l'enfant à comprendre les diverses fonctions du corps, le lien entre ces fonctions et le rôle qu'elles jouent du point de vue de la santé.

Ce volet fournit des renseignements qui sont complets, exacts et explicites quant à la façon dont le corps se développe et fonctionne. Ce sont là des éléments essentiels qui aident les jeunes à comprendre comment leur corps fonctionne et à prendre leur santé en main.

Les rapports personnels

Le volet *Les rapports personnels* examine l'influence de la famille et des amis sur la croissance et le développement personnels en explorant des sujets tels que les unités familiales, les amitiés sincères, les pairs, les stéréotypes, les droits et les responsabilités, le respect et la considération vis-à-vis de soi et des autres.

Des rapports familiaux positifs aident à développer des adultes responsables et soucieux du bien-être des autres qui contribuent de façon positive au bien-être de la famille. L'enfant qui apprend à bien s'entendre avec les autres membres de sa famille acquiert des compétences qui l'aideront à nouer des liens positifs

avec les autres et à développer des attitudes positives dans l'avenir.

Selon l'*Étude sur les attitudes et comportements des Canadiens en matière de santé* (1985), les jeunes de Terre-Neuve et du Labrador ont été les plus nombreux, parmi tous les jeunes du Canada, à dire que leurs parents avaient des attentes trop élevées vis-à-vis d'eux et les moins nombreux à se sentir compris de leurs parents.

Les inquiétudes grandissantes face aux mauvais traitements et à la rupture des communications et des relations font de ce volet un champ d'études essentiel dans un programme d'hygiène compréhensif.

Les soins personnels

Le volet *Les soins personnels* du programme d'études de santé renseigne les enfants sur les bactéries et les virus pathogènes, les allergies, les conditions de santé et le rôle qu'une personne peut jouer pour améliorer sa santé en se faisant vacciner, en pratiquant une bonne hygiène personnelle et en adoptant un comportement propice à prévenir les maladies.

Une personne apprend à pratiquer une bonne hygiène et à prendre soin d'elle-même au fur et à mesure qu'elle grandit. Ce volet du programme offre aux enfants la possibilité de participer activement au maintien de leur santé. L'accent est mis sur le développement et le renforcement d'attitudes positives et de pratiques saines, comme par exemple se laver les mains.

Les soins du corps sont essentiels à l'état de santé et au bien-être général d'une personne; cet aspect du programme devrait donc augmenter les chances pour les enfants d'éviter de contracter des maladies graves, maintenant et plus tard dans leur vie.

Résultats d’apprentissage généraux

Les résultats d’apprentissage généraux en matière de santé au niveau primaire précisent ce que les élèves devraient savoir et être en mesure de faire à la fin de leur troisième année

Les résultats d’apprentissage généraux en matière de santé au niveau primaire précisent ce que les élèves devraient savoir et être en mesure de faire à la fin de leur troisième année.

A la fin de la troisième année, les élèves pourront:

- appliquer des connaissances et des compétences pratiques susceptibles de favoriser leur bien-être émotionnel
- démontrer qu'ils sont capables d'appliquer leurs connaissances nutritionnelles et leurs compétences en matière de prise de décisions à leurs habitudes alimentaires et à leur choix d'aliments
- par une participation active, développer des attitudes, des compétences et des comportements qui contribuent à l'adoption de modes de vie sains
- démontrer des compétences et des comportements qui contribuent à leur croissance et à leur développement physique, émotionnel et social
- comprendre les effets possibles de la consommation de substances chimiques et l'importance de pouvoir prendre des décisions sur ce qui constitue une consommation appropriée et inappropriée de substances chimiques
- démontrer des compétences et des comportements susceptibles d'accroître leur sécurité personnelle, la sécurité des autres et la protection de l'environnement
- démontrer des connaissances, des compétences et des comportements qui contribuent à la pratique et au maintien d'une bonne hygiène dentaire
- démontrer des connaissances, des compétences et des comportements qui contribuent à prévenir et à éliminer les conditions qui nuisent à leur bien-être optimal

- démontrer des connaissances, des compétences et des comportements qui aident à prendre des décisions éclairées pour ce qui est des produits et des services liés à la santé.

Résultats d'apprentissage spécifiques

La vie active

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • reconnaître les activités quotidiennes qui influent sur la santé et le bien-être • comprendre pourquoi il est important d'aller dehors durant la récréation et l'heure du midi • comprendre que le repos est important pour être en forme et se sentir bien
Deuxième année	• comprendre que le mouvement agit sur le corps de certaines façons • comprendre que l'activité physique nous aide à rester en forme et en santé et qu'elle contribue au bien-être général d'une personne • identifier certaines activités physiques de ses camarades de classe • reconnaître la nécessité de faire de l'éducation physique ou des activités physiques tous les jours
Troisième année	• savoir qu'une bonne posture en position assise, en position debout et en marchant contribue au bien-être général d'une personne • savoir qu'une activité physique appropriée favorise une bonne circulation sanguine ainsi que la coordination et la souplesse musculaires • savoir que des activités physiques quotidiennes contribuent au mieux-être d'une personne • identifier les activités physiques quotidiennes qui ont contribué à son état de santé général

La santé du consommateur

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre que la publicité a des buts différents • comprendre que certaines publicités s'adressent aux enfants, en particulier à Noël, à Pâques et à l'Halloween
Deuxième année	• déterminer le pour et le contre dans la publicité de certains aliments • comprendre que divers médias sont utilisés pour la publicité
Troisième année	• savoir que la propreté est importante dans la manipulation des aliments • comprendre la nécessité de réglementer la conservation et l'emballage des aliments • comprendre que la responsabilité de la santé communautaire doit être partagée par tous les membres de la communauté • savoir choisir des aliments et des produits pharmaceutiques appropriés dans un magasin

L’hygiène dentaire

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre l'importance des dents pour manger, parler, et utiliser certains instruments de musique • savoir pourquoi il est important de se brosser les dents et d'utiliser de la soie dentaire • montrer qu'il peut bien se brosser les dents et utiliser de la soie dentaire • savoir qu'il faut se rincer la bouche après s'être brossé les dents • montrer qu'il sait bien se servir d'une brosse à dents et d'un dentifrice • savoir que le dentiste nous aide à prendre soin de nos dents • savoir ce qu'est une carie dentaire • savoir que des examens dentaires réguliers sont nécessaires pour détecter tôt les caries • savoir que les dents poussent individuellement, l'une à la suite de l'autre • se fixer des objectifs personnels de soins dentaires
Deuxième année	• faire la distinction entre les dents temporaires et les dents permanentes • comprendre le rôle que joue le fluorure en hygiène dentaire • comprendre que certains enfants reçoivent des traitements au fluorure pour protéger leurs dents • savoir qu'une bonne nutrition est essentielle pour avoir des dents saines
Troisième année	• comprendre pourquoi il faut se brosser les dents et utiliser de la soie dentaire • montrer qu'il sait bien se brosser les dents et utiliser de la soie dentaire • comprendre qu'une bonne hygiène dentaire aide à prévenir les caries et les maladies des gencives et à faire en sorte qu'une personne se sente bien • comprendre pourquoi il faut utiliser un protège-dents dans certaines circonstances • identifier les comportements qui peuvent causer des accidents dentaires • définir les quatre types de dent : incisives, canines, prémolaires et molaires • connaître le rôle de chacune de ces dents

L’éducation en matière de drogues

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre que les médicaments sont des substances spéciales que l'on prend pour traiter une maladie et qu'il existe parfois des solutions de rechange aux médicaments • savoir pourquoi les médicaments doivent être gardés dans un endroit sûr à la maison • comprendre que l'on prend des médicaments pour se sentir mieux • comprendre que l'on doit seulement prendre des médicaments suivant le dosage recommandé, sous la supervision d'un adulte en qui on a confiance • comprendre qu'une visite chez le médecin ou chez l'infirmière peut causer une certaine anxiété et que la guérison s'accompagne parfois de certains malaises • comprendre que certaines personnes ont besoin de prendre des médicaments de façon permanente ou temporaire pour rester en santé • comprendre qu'il ne faut jamais prendre de substances inconnues sans avoir la permission d'un parent ou d'un enseignant, en particulier si elles sont offertes par une personne que l'on ne connaît pas • comprendre qu'il ne faut pas prendre de produits dangereux, comme des médicaments qui appartiennent à d'autres personnes • comprendre que la fumée secondaire peut nuire à la santé
Deuxième année	• comprendre que les médicaments contiennent des drogues • reconnaître les substances dangereuses dans la maison • savoir comment réagir lorsque d'autres enfants ou des adultes lui offrent des bonbons ou des substances inconnues • savoir dans quelles circonstances il peut accepter de la nourriture ou des bonbons des autres en toute sécurité • reconnaître certaines situations où les enfants doivent prendre des médicaments à l'école
Troisième année	• identifier les médicaments courants vendus sans ordonnance • comprendre que certains médicaments vendus sans ordonnance peuvent avoir une valeur discutable mais qu'ils sont parfois nécessaires pour soulager les symptômes de maux mineurs • savoir que le pharmacien peut l'aider à choisir des médicaments sans ordonnance • se rendre compte que des gens utilisent parfois des drogues pour des raisons non médicales • savoir que les médicaments sont administrés de diverses façons (oralement, par injection) • comprendre que certains médicaments peuvent avoir des effets secondaires désagréables ou dangereux • comprendre la nécessité de bien manipuler les médicaments • savoir que la combinaison de certains médicaments peut mettre la vie en danger

L’hygiène du milieu

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre que chacun de nous doit faire sa part pour garder le milieu scolaire propre et sécuritaire • comprendre l'importance de coopérer avec le personnel de l'entretien pour garder l'école propre • accepter la responsabilité de garder son pupitre propre et bien rangé
Deuxième année	• comprendre qu'il appartient à chacun de nous de rendre sa maison sécuritaire, exempt de trop de bruit, propre, rangé et attrayant et d'en faire ainsi un meilleur milieu de vie • savoir que les déchets polluent l'environnement • déterminer des façons de réduire les déchets
Troisième année	• savoir ce qu'est un quartier • définir les raisons pour lesquelles un quartier est important • comprendre que dans un quartier, certaines choses sont importantes pour certaines personnes, mais qu'elles ne le sont pas pour d'autres • comprendre qu'un quartier propre, tranquille, sécuritaire et pas surpeuplé améliore la qualité de vie • comprendre qu'un quartier est plus agréable si les gens se respectent et si l'air et l'eau sont propres • comprendre que chacun a un rôle à jouer pour rendre son quartier propre et agréable • trouver des moyens d'améliorer un certain aspect de son quartier

La prévention des accidents et la sécurité

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • reconnaître les dangers possibles dans la maison • comprendre que certains produits dans la maison sont toxiques et que les enfants ne doivent pas y toucher • savoir quels sont les endroits où il peut jouer en toute sécurité après l'école • montrer qu'il sait bien se conduire à l'occasion d'un exercice d'évacuation • savoir les règles que doivent suivre les piétons • se montrer courtois et prudent en montant et en descendant d'un autobus • savoir bien se comporter en autobus • savoir pourquoi il est important de boucler sa ceinture de sécurité en voiture • savoir quoi faire s'il est abordé par une personne qu'il ne connaît pas • comprendre l'importance de la sécurité à l'Halloween
Deuxième année	• reconnaître les dangers d'incendie dans la maison : allumettes, foyers, radiateurs, chandelles • démontrer qu'il sait bien utiliser l'équipement dans un terrain de jeux • reconnaître les endroits dans la communauté où il peut être dangereux de jouer : rues, quais, eau, glace, falaises • évaluer ses habitudes personnelles auprès des bicyclettes, des véhicules tout terrain, des motoneiges ou des bateaux • identifier les personnes-ressources dans la communauté en matière de sécurité : moniteurs d'autobus, brigadiers, policiers, groupes de volontaires, etc. • comprendre qu'il faut avoir la permission d'un parent pour s'adonner à certaines activités
Troisième année	• mettre au point une procédure d'évacuation en cas d'incendie à la maison • savoir comment communiquer avec le service d'incendie en cas d'urgence • savoir quelles sont les pratiques sécuritaires à adopter à bicyclette • comprendre les principes de sécurité pour la baignade et la navigation • comprendre la nécessité de porter de l'équipement de sécurité pour le patinage, la baignade, la navigation, le cyclisme et la motoneige • comprendre qu'il faut se vêtir de la façon appropriée, selon les conditions météorologiques

La santé mentale

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre que chaque personne est spéciale et unique • reconnaître ses sentiments de bonheur, de tristesse et de solitude et en parler • discuter des situations qui suscitent des sentiments rassurants et positifs • discuter des situations qui pourraient susciter des sentiments négatifs et savoir y répondre
Deuxième année	• reconnaître ses points forts • comprendre que le fait d'avoir des bons amis peut contribuer à rendre quelqu'un heureux • identifier certaines qualités chez ses meilleurs amis • identifier les situations qui peuvent susciter de la peur et de l'anxiété • identifier certaines habiletés d'adaptation en fonction de l'âge • identifier les personnes dans l'école qui peuvent l'aider s'il a des problèmes personnels • comprendre la nécessité d'être responsable
Troisième année	• comprendre que les passe-temps contribuent considérablement à améliorer ses connaissances, ses compétences et son bien-être • comprendre que le choix d'un passe-temps ne dépend pas du fait que l'on est un garçon ou une fille • comprendre que la valorisation de sa personne par les autres contribue à son bien-être émotionnel • comprendre l'importance du respect de soi et des autres • savoir comment composer avec ses sentiments de colère et de frustration • comprendre que certains problèmes peuvent être résolus plus facilement en groupe • comprendre que les décisions ont des conséquences

La nutrition

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre que les aliments sont essentiels pour la vie • savoir qu'il faut consommer différents types d'aliments pour rester en santé • savoir que les aliments sont classés selon quatre groupes de base • choisir des collations saines qui appartiennent à l'un des quatre groupes alimentaires • comprendre que bien manger contribue au bien-être • comprendre que l'on peut classer les aliments dans les catégories «non», «attention» et «oui». • comprendre que le déjeuner permet de bien commencer la journée
Deuxième année	• planifier un repas incluant des aliments de chacun des groupes alimentaires • trouver différents moyens de servir le même aliment • savoir qu'il existe une grande variété d'aliments • savoir que de bonnes habitudes alimentaires contribuent au mieux-être d'une personne • reconnaître les projets communautaires qui encouragent le partage de denrées alimentaires
Troisième année	• apprendre que les aliments contiennent des éléments nutritifs • comprendre que les aliments donnent au corps la force et l'énergie dont on a besoin pour être actif • savoir comment planifier un repas bien équilibré en choisissant des aliments de chaque groupe alimentaire • comprendre que ses propres habitudes alimentaires sont liées à celles de sa famille et à l'environnement • identifier quelques aliments que l'on cultive et quelques uns qui subissent une transformation • apprendre que de nombreux aliments peuvent être préparés à la maison plutôt que d'être achetés tout préparés • identifier les collations saines qui peuvent être préparées à la maison

La croissance et le développement physique

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • savoir que le corps se transforme continuellement du point de vue de la structure et de l'apparence générale • nommer les parties du corps comme les oreilles, le nez, la bouche, les yeux, le pénis, le vagin, le nombril, les épaules, le dos, les genoux et les coudes • reconnaître les signes de croissance comme la perte des dents et le changement de taille des chaussures • savoir quels sont les cinq sens • savoir à quoi servent les cinq sens
Deuxième année	• comprendre que le développement des sens est différent et unique à chaque personne • reconnaître des aliments ou des objets particuliers par l'odorat, le toucher et le goût • distinguer certains sons et objets par l'ouïe ou la vue • comprendre la fonction du cerveau en rapport avec les sens
Troisième année	• nommer les principales parties externes de l'oeil • nommer les parties externes de l'oreille • comprendre l'importance de la reproduction comme étant le début d'une nouvelle vie • comprendre que les espèces vivantes se reproduisent • comprendre que les graines et les oeufs sont la source de vie des plantes, des animaux et des êtres humains • comprendre que la fertilisation est essentielle à la vie • comparer la durée de reproduction requise pour un être humain avec celle d'une plante et d'un animal

Les rapports personnels

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • savoir qu'il existe différents types d'unité familiale • savoir que les mères et les pères prennent soin de leurs enfants • savoir que les bébés grandissent à l'intérieur de la femelle d'une espèce • comprendre le besoin d'amour et d'acceptation de tous les membres de la famille • savoir que le fait d'aider avec les tâches ménagères contribue au bien-être familial • savoir montrer de la considération et du respect envers les autres • apprendre à accepter et à comprendre les autres qui ont des besoins spéciaux • saisir la différence entre un comportement approprié et un comportement abusif envers les enfants • savoir dire «non» face à des touchers inappropriés • comprendre l'importance des touchers positifs
Deuxième année	• identifier les comportements qui favorisent l'amitié • identifier certaines qualités chez ses meilleurs amis • comprendre comment on peut contribuer au bonheur des autres • comprendre la nécessité d'être responsable • savoir pourquoi il est important d'avoir l'esprit sportif • comprendre à quel moment il est correct de dire «non» de façon catégorique • discuter de l'importance des touchers positifs • décrire ses sentiments face aux touchers dont il ne sait pas s'ils sont positifs ou négatifs • discuter de ses sentiments face aux touchers qui le rendent mal à l'aise
Troisième année	• comprendre le rôle de la famille en tant que groupe qui donne de l'amour et des soins aux personnes qui la composent • comprendre que chaque membre de la famille a une responsabilité vis-à-vis de lui-même et des autres membres de la famille • apprécier la place qu'occupe un animal domestique dans la famille et les responsabilités qui y sont associées • comprendre l'utilité des programmes de protection comme le programme de surveillance de quartier, le programme Parents-secours ou les programmes de protection semblables • comprendre pourquoi une intervention extérieure est nécessaire lorsque des incidents de violence ou d'abus se produisent à la maison • identifier les adultes en qui il a confiance et qui peuvent l'aider dans une situation d'abus • savoir se servir de certaines stratégies de sécurité personnelle face aux sentiments provoqués par les touchers inappropriés • définir ce qu'est l'abus des enfants • comprendre les raisons pour lesquelles il faut parler des situations d'abus et savoir à qui et comment en parler

Les soins personnels

Première année	**L'enfant devrait être capable de :** • comprendre l'importance de la propreté personnelle • prendre l'habitude de se laver les mains avant de manger et après être allé à la salle de bain • prendre l'habitude d'utiliser des mouchoirs lorsqu'il tousse ou qu'il éternue • savoir quelles sont les précautions à prendre en présence d'allergies • comprendre pourquoi les articles personnels comme les brosses à dents, les brosses à cheveux, les ustensiles et la vaisselle sale ne devraient pas être partagés
Deuxième année	• comprendre pourquoi il est important de se protéger les yeux • savoir comment on peut prévenir les blessures aux yeux • savoir qu'il est important de demander de l'aide s'il souffre d'une blessure aux yeux • savoir pourquoi il est important de se protéger les oreilles • savoir pourquoi les enfants subissent des examens de la vue et de l'ouïe • comprendre que les bruits intenses peuvent endommager l'ouïe • comprendre qu'un simple rhume peut affecter les yeux et les oreilles • comprendre pourquoi il est important de se protéger contre le soleil et comment on peut se protéger contre les coups de soleil
Troisième année	• expliquer certains effets du soleil sur la santé • comprendre l'importance d'adopter des habitudes de sommeil saines et régulières • accepter la responsabilité de prendre son bain régulièrement • savoir pourquoi une trop grande exposition au soleil est dangereuse pour la peau