

Échelle d'évaluation succincte sur la vie saine – De la 10^e à la 12^e année

Pour faciliter la consultation, les Échelles d'évaluation succincte présentent des énoncés sommaires sur chaque aspect en une seule page. Dans la plupart des cas, ces échelles peuvent être utilisées pour évaluer les progrès des élèves à tout moment durant l'année. Dans les Échelles d'évaluation détaillée, chacun des quatre aspects est présenté sur une page séparée.

| Aspect | En émergence | En cours | Acquis | Maîtrisé |
|---------------------------|--|--|--|--|
| Alimentation saine | <p>Avec de l'aide, l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> démontre une certaine connaissance de la nutrition, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> planifie des repas simples et nutritifs, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> possède une compréhension limitée des pratiques d'étiquetage et des influences sur les habitudes alimentaires | <ul style="list-style-type: none"> une certaine connaissance de la nutrition, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> peut planifier des menus, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> montre une compréhension progressive des pratiques d'étiquetage et de la relation entre l'apport alimentaire quotidien et l'activité physique | <ul style="list-style-type: none"> crée, démontre et évalue de nombreux menus nutritifs, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> analyse la relation entre l'apport alimentaire quotidien et l'activité physique analyse les influences sur les habitudes alimentaires | <ul style="list-style-type: none"> trouve divers moyens de créer une variété de repas nutritifs, à l'aide du <i>Guide alimentaire canadien</i> prend des initiatives pour équilibrer l'apport alimentaire quotidien et l'activité physique recommande des changements personnels, familiaux et communautaires qui augmentent la saine alimentation |
| Vie active | <p>Avec de l'encouragement, l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> trouve des possibilités de faire de l'exercice physique et en fait pendant au moins 150 minutes par semaine <p>Avec de l'aide, l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> communique les bienfaits de l'activité physique pour la santé surveille ses niveaux d'effort personnel planifie et suit des programmes personnels de conditionnement et d'activités physiques, pour maintenir un mode de vie sain | <ul style="list-style-type: none"> trouve des possibilités de faire de l'exercice physique et en fait pendant au moins 150 minutes par semaine énumère et décrit certains des effets de la participation régulière à des activités physiques dans divers milieux surveille ses niveaux d'effort personnel dans divers milieux planifie et suit des programmes personnels de conditionnement et d'activités physiques, pour maintenir un mode de vie sain | <ul style="list-style-type: none"> trouve des possibilités de faire de l'exercice physique et en fait régulièrement pendant au moins 150 minutes par semaine énumère et décrit certains des effets de la participation régulière à des activités physiques dans divers milieux, et fait des liens entre eux évalue et adapte ses niveaux d'effort planifie, suit et évalue des programmes personnels de conditionnement et d'activités physiques, pour maintenir un mode de vie sain | <ul style="list-style-type: none"> trouve des possibilités de faire de l'exercice physique et en fait régulièrement pendant au moins 150 minutes par semaine recommande des possibilités, pour lui-même et les autres à l'école et dans la communauté, de participation régulière à des activités physiques dans divers milieux analyse, évalue et adapte ses niveaux d'effort prend des initiatives pour planifier, suivre et évaluer des programmes de conditionnement physique pour lui-même et les autres, afin de maintenir un mode de vie sain |
| Relations saines | <p>Avec de l'aide, l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> énumère diverses relations interpersonnelles et le rôle joué par la communication dans le maintien de relations saines reconnaît les relations qui contribuent à des sentiments d'engagement positif à l'égard de l'école utilise les compétences nécessaires pour travailler en toute sécurité avec les autres comprend la diversité et les droits des autres | <ul style="list-style-type: none"> fait preuve de compréhension sur les diverses relations interpersonnelles a une certaine compréhension du rôle efficace de la communication dans le maintien de relations saines reconnaît les relations qui contribuent à des sentiments d'engagement positif à l'égard de l'école et y participe utilise des compétences lui permettant de travailler en toute sécurité, seul ou en collaboration avec d'autres | <ul style="list-style-type: none"> énumère et comprend diverses relations interpersonnelles, dont l'intimidation, ainsi que le rôle joué par la communication dans le maintien de relations saines utilise des compétences lui permettant de travailler en toute sécurité et avec efficacité, seul ou en collaboration avec d'autres participe à des relations qui | <ul style="list-style-type: none"> énumère et comprend diverses relations interpersonnelles, dont l'intimidation, ainsi que le rôle joué par la communication dans le maintien de relations saines recommande des pratiques qui favorisent sa sécurité personnelle et celle des autres recommande des relations positives qui renforcent l'engagement et l'appartenance envers l'école et la communauté et y participe respecte et défend la diversité et les droits des autres d'avoir des idées et des croyances différentes |

| | | | | |
|--------------------------------|--|--|--|--|
| | | | <p>contribuent à un engagement positif à l'égard de l'école et de la communauté (appartenance)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ respecte la diversité et les droits des autres d'avoir des idées et des croyances différentes | |
| <p>Pratiques saines</p> | <p>Avec de l'aide, l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ reconnaît et adopte des comportements sécuritaires dans divers milieux, y compris la sécurité routière ▪ reconnaît les situations possiblement stressantes ▪ décrit les facteurs qui influencent les comportements sains et la prise de décisions saines ▪ commence à comprendre les attitudes, les connaissances et les habitudes positives nécessaires pour devenir un individu en bonne santé, responsable de son mieux-être physique et émotionnel | <ul style="list-style-type: none"> ▪ reconnaît et adopte parfois des comportements sécuritaires dans plusieurs milieux, y compris la sécurité routière ▪ montre une certaine compréhension de comment surveiller et gérer des situations stressantes ▪ montre une certaine compréhension des comportements sains et des facteurs qui peuvent influencer la prise de décisions saines ▪ montre une certaine compréhension des attitudes, des connaissances et des habitudes positives nécessaires pour devenir un individu en bonne santé, responsable de son mieux-être physique et émotionnel | <ul style="list-style-type: none"> ▪ reconnaît et adopte des comportements sécuritaires dans tous les milieux ▪ comprend et utilise des stratégies de gestion du stress ▪ prend toujours des décisions positives en matière de santé et de sécurité ▪ comprend les attitudes, les connaissances et les habitudes positives nécessaires pour devenir un individu en bonne santé, responsable de son mieux-être physique et émotionnel | <ul style="list-style-type: none"> ▪ adopte des comportements sécuritaires dans tous les milieux, en fait la promotion et encourage les autres à faire de même ▪ comprend et adopte des stratégies efficaces de gestion du stress pour lui-même et recommande des stratégies aux autres ▪ recommande des programmes de sécurité pour l'école et la communauté, sont dans son intérêt et celui des autres ▪ démontre les attitudes, les connaissances et les habitudes positives nécessaires pour devenir un individu en bonne santé, responsable de son mieux-être physique et émotionnel et de celui des autres |