

Maternelle

Programme de sécurité personnelle (3^e édition)

Leçon 1 – Les émotions

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi
5. Reconnaître les sentiments primaires

Leçon 2 – Trouver une grande personne qui saura t'aider

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle
3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Leçon 3 – Les noms des parties du corps

Croissance et développement : Systèmes corporels
1. Nommer les parties externes du corps
2. Situer les parties externes du corps

Leçon 4 – Contacts physiques appropriés et inappropriés

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle
3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Alcool et autres drogues : Sécurité
1. Identifier les situations sécuritaires/dangereuses

Leçon 5 – Le principe du compagnon

Bien-être mental et affectif : Relations
1. Identifier les activités qu'ils font avec leurs amis

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle
3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Leçon 6 – Partir sans le dire, c'est NON! L'enfant prudent prévient ses parents

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle
1. Énoncer les règles de sécurité personnelle
2. Fournir ses coordonnées personnelles
3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Alcool et autres drogues : Sécurité
1. Identifier les situations sécuritaires/dangereuses

Leçon 7 – Si tu te perds

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle
2. Fournir ses coordonnées personnelles
3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Alcool et autres drogues : Sécurité
1. Identifier les situations sécuritaires/dangereuses

1^{re} année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Les émotions**

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

3. Identifier ce qu'il aime et ce qu'il n'aime pas
4. Identifier que les gens aiment ou n'aiment pas différentes choses

Leçon 2 – Une grande personne qui saura t'aider

Vie familiale : Prévention des abus

1. Identifier les membres de la famille et les personnes ou services dans la communauté qui peuvent lui venir en aide

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle

3. Connaître les personnes et services de la communauté qui peuvent lui venir en aide

Leçon 3 – Les limites : comment se protéger

Vie familiale : Prévention des abus

2. Énoncer les règles à suivre dans diverses situations

Leçon 4 – Les BONS et les MAUVAIS secrets

Vie familiale : Prévention des abus

1. Identifier les sentiments associés aux contacts physiques
2. Énoncer les règles à suivre dans diverses situations

Vie familiale : Prévention des abus

1. Identifier les membres de la famille et les personnes ou services dans la communauté qui peuvent lui venir en aide

Leçon 5 – Le principe du compagnon

Sécurité et premiers soins : Sécurité personnelle

1. Énoncer les règles de sécurité personnelle

Bien-être mental et affectif : Relations

3. Identifier les moyens par lesquels les gens s'entraident

Leçon 6 – Fie-toi à ton INSTINCT

Bien-être mental et affectif : Relations

3. Identifier les moyens par lesquels les gens s'entraident

2^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Les émotions**

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Reconnaître les différents sentiments

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Reconnaître différents sentiments à partir d'expériences personnelles

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Donner des exemples de façons appropriées d'exprimer ses sentiments
2. Mettre en pratique des façons appropriées d'exprimer ses sentiments

Leçon 2 – Les grandes personnes de confiance

Vie familiale : Prévention des abus

1. Identifier les membres de la famille et les personnes ou services dans la communauté qui peuvent lui venir en aide
2. Savoir comment contacter les membres de la famille et les personnes et services de soutien dans la communauté

Leçon 3 – Sensibilisation à la sécurité

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les situations qui présentent des risques de violence
2. Décrire les comportements qui aident à se protéger contre les situations à potentiel de violence
3. Adopter des comportements favorisant leur sécurité personnelle

Leçon 4 – Le principe du compagnon

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les situations qui présentent des risques de violence
2. Décrire les comportements qui aident à se protéger contre les situations à potentiel de violence
3. Adopter des comportements favorisant leur sécurité personnelle

Leçon 5 – Dépasser les limites

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les situations qui présentent des risques de violence
2. Décrire les comportements qui aident à se protéger contre les situations à potentiel de violence
3. Adopter des comportements favorisant leur sécurité personnelle

Leçon 6 – Les BONS et les MAUVAIS secrets

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les situations qui présentent des risques de violence
2. Décrire les comportements qui aident à se protéger contre les situations à potentiel de violence
3. Adopter des comportements favorisant leur sécurité personnelle

3^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Sept règles essentielles de sécurité**

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 2 – Les émotions

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 3 – Les grandes personnes de confiance

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 4 – Limites personnelles et assertivité

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier leurs responsabilités
2. Identifier les responsabilités que d'autres personnes ont

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 5 – L'amitié

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 6 – Les BONS et les MAUVAIS secrets

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

Leçon 7 – Le principe du compagnon

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier leurs responsabilités
2. Identifier les responsabilités que d'autres personnes ont

Leçon 8 – La sécurité en ligne

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier leurs responsabilités
2. Identifier les responsabilités que d'autres personnes ont

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des façons de communiquer

4^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Sept règles essentielles de sécurité**

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des comportements bienveillants

Vie familiale : Prévention des abus

3. Identifier, dans la communauté, des personnes de confiance qui peuvent venir en aide

Leçon 2 – Les émotions et les comportements

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Identifier ses forces et ses faiblesses personnelles

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Identifier les activités qui leur permettent de se sentir bien

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les sentiments associés aux contacts physiques
2. Déterminer comment agir lorsque des contacts physiques provoquent des sentiments négatifs ou inconfortables

Leçon 3 – Élargir le cercle de protection autour des enfants

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des comportements bienveillants

Vie familiale : Prévention des abus

2. Déterminer comment agir lorsque des contacts physiques provoquent des sentiments négatifs ou inconfortables
3. Identifier, dans la communauté, des personnes de confiance qui peuvent venir en aide

Leçon 4 – L'amitié

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des comportements bienveillants

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Manifester des comportements bienveillants
2. Décrire l'importance d'être attentif aux autres

Leçon 5 – Les ruses classiques

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire des comportements bienveillants

Vie familiale : Prévention des abus

3. Identifier, dans la communauté, des personnes de confiance qui peuvent venir en aide

4^e année**Leçon 6 – Seul à la maison**

Bien-être mental et affectif : Prise de décision

1. Identifier les effets possibles des différents choix

Vie familiale : Prévention des abus

3. Identifier, dans la communauté, des personnes de confiance qui peuvent venir en aide

Leçon 7 – La sécurité en ligne

Bien-être mental et affectif : Prise de décision

1. Identifier les effets possibles des différents choix

Bien-être mental et affectif : Prise de décision

1. Identifier les décisions que les pairs peuvent influencer
2. Identifier les façons dont les pairs les influencent

Vie familiale : Prévention des abus

3. Identifier, dans la communauté, des personnes de confiance qui peuvent venir en aide

5^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Sept règles essentielles de sécurité**

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire diverses habiletés de communication

Bien-être mental et affectif : Gestion

1. Identifier des situations stressantes
2. Décrire des signes de stress

Leçon 2 – Les émotions

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire les habiletés d'expression orale efficace et d'écoute active
2. Utiliser les habiletés d'expression orale efficace et d'écoute active

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire diverses habiletés de communication

Bien-être mental et affectif : Gestion

1. Identifier des situations stressantes
2. Décrire des signes de stress

Leçon 3 – Le cercle de protection

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire diverses habiletés de communication

Bien-être mental et affectif : Gestion

1. Identifier des situations stressantes
2. Décrire des signes de stress

Leçon 4 – Limites

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier les habiletés d'affirmation de soi
2. Utiliser les habiletés d'affirmation de soi

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Connaître les étapes du processus de refus
2. Mettre en pratique les étapes du processus de refus

Leçon 5 – L'amitié

Bien-être mental et affectif : Relations

2. Décrire l'importance d'habiletés de communication efficace dans une relation

5^e année**Leçon 6 – Les ruses classiques**

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier les habiletés d'affirmation de soi
2. Utiliser les habiletés d'affirmation de soi

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Connaître les étapes du processus de refus
2. Mettre en pratique les étapes du processus de refus

Leçon 7 – Seul à la maison

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier les habiletés d'affirmation de soi
2. Utiliser les habiletés d'affirmation de soi

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Connaître les étapes du processus de refus
2. Mettre en pratique les étapes du processus de refus

Leçon 8 – La sécurité en ligne

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier les habiletés d'affirmation de soi
2. Utiliser les habiletés d'affirmation de soi

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Connaître les étapes du processus de refus
2. Mettre en pratique les étapes du processus de refus

6^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Sept règles essentielles de sécurité**

Vie familiale : Prévention des abus

2. Décrire des comportements responsables qui aident à prévenir les abus

Vie familiale : Prévention des abus

1. Savoir à qui parler pour avoir de l'aide
2. Connaître les membres de la famille et de la communauté qui lui viendront en aide

Leçon 2 – La gamme des émotions

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire les responsabilités réciproques nécessaires pour entretenir une amitié

Bien-être mental et affectif : Mode de vie

1. Analyser les caractéristiques personnelles liées au bien-être mental et affectif

Leçon 3 – Le cercle de protection

Vie familiale : Prévention des abus

1. Savoir à qui parler pour avoir de l'aide
2. Connaître les membres de la famille et de la communauté qui lui viendront en aide

Leçon 4 - Les relations

Vie familiale : Prévention des abus

1. Savoir à qui parler pour avoir de l'aide

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Décrire les responsabilités réciproques nécessaires pour entretenir une amitié

Bien-être mental et affectif : Mode de vie

1. Analyser les caractéristiques personnelles liées au bien-être mental et affectif

Leçon 5 – Les limites saines et limites malsaines

Bien-être mental et affectif : Prise de décision

1. Identifier ce qui est important à leurs yeux

Vie familiale : Prévention des abus

1. Reconnaître les abus sexuels

Leçon 6 – Les ruses classiques

Vie familiale : Prévention des abus

2. Décrire des comportements responsables qui aident à prévenir les abus

6^e année**Leçon 7 – La sécurité en ligne**

Vie familiale : Prévention des abus

2. Décrire des comportements responsables qui aident à prévenir les abus

Leçon 8 – Gardiennage et sécurité

Bien-être mental et affectif : Prise de décision

1. Décrire les étapes de la démarche de prise de décision
2. Appliquer les étapes de la prise de décision

7^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 - Les émotions**

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

2. Identifier les facteurs qui influencent l'image de soi

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

1. Identifier les façons d'améliorer l'image de soi

Leçon 2 – Les limites personnelles

Croissance et développement : Décisions des adolescents

1. Démontrer les étapes du processus de refus
2. Décrire des réponses affirmées qui permettent à une personne de dire « non » à la pression sexuelle
3. Expliquer comment les compétences en matière d'affirmation de soi peuvent aider les adolescents à faire face à la pression sexuelle

Croissance et développement : Prévention des abus

1. Définir l'agression sexuelle
4. Déterminer les comportements pouvant aider à prévenir l'agression sexuelle

Croissance et développement : Mode de vie

1. Identifier les pratiques de vie positives qui favorisent une sexualité et des relations familiales saines

Leçon 3 – Comment exprimer ses limites

Croissance et développement : Décisions des adolescents

1. Démontrer les étapes du processus de refus
2. Décrire des réponses affirmées qui permettent à une personne de dire « non » à la pression sexuelle
3. Expliquer comment les compétences en matière d'affirmation de soi peuvent aider les adolescents à faire face à la pression sexuelle

Leçon 4 – L'amitié

Bien-être mental et affectif : Conscience de soi

2. Identifier les facteurs qui influencent l'image de soi

Bien-être mental et affectif : Relations

1. Identifier les façons de donner et de recevoir des critiques

Leçon 5 – Les relations

Croissance et développement : Décisions des adolescents

1. Démontrer les étapes du processus de refus
2. Décrire des réponses affirmées qui permettent à une personne de dire « non » à la pression sexuelle
3. Expliquer comment les compétences en matière d'affirmation de soi peuvent aider les adolescents à faire face à la pression sexuelle

7^e année**Leçon 6 – Diffusion sur Internet**

Croissance et développement : Décisions des adolescents

1. Démontrer les étapes du processus de refus
2. Décrire des réponses affirmées qui permettent à une personne de dire « non » à la pression sexuelle
3. Expliquer comment les compétences en matière d'affirmation de soi peuvent aider les adolescents à faire face à la pression sexuelle

Leçon 7 – Comment sortir d'une situation malsaine

Croissance et développement : Décisions des adolescents

1. Démontrer les étapes du processus de refus
2. Décrire des réponses affirmées qui permettent à une personne de dire « non » à la pression sexuelle
3. Expliquer comment les compétences en matière d'affirmation de soi peuvent aider les adolescents à faire face à la pression sexuelle

Croissance et développement : Prévention des abus

1. Définir l'agression sexuelle
4. Déterminer les comportements pouvant aider à prévenir l'agression sexuelle

8^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon 1 – Les émotions**

Bien-être mental et affectif : Gestion

4. Identifier les moyens de faire face à la dépression

Leçon 2 – Penser autrement pour se sentir autrement

Bien-être mental et affectif : Gestion

4. Identifier les moyens de faire face à la dépression

Bien-être mental et affectif : Gestion

1. Identifier des méthodes spécifiques de gestion du stress

Leçon 3 – Limites saines et limites malsaines

Vie familiale : Familles

1. Décrire les types de relations interpersonnelles
2. Connaître les caractéristiques qui favorisent le développement de bons rapports

Vie familiale : Mode de vie

1. Identifier les pratiques de vie positives qui favorisent une sexualité et des relations familiales saines chez les jeunes

Leçon 4 – Les relations amoureuses

Vie familiale : Familles

1. Décrire les types de relations interpersonnelles
2. Connaître les caractéristiques qui favorisent le développement de bons rapports

Leçon 5 – Sextorsion : Ce que tout ado doit savoir

Vie familiale : Familles

1. Décrire les types de relations interpersonnelles
2. Connaître les caractéristiques qui favorisent le développement de bons rapports

Vie familiale : Mode de vie

1. Identifier les pratiques de vie positives qui favorisent une sexualité et des relations familiales saines chez les jeunes

9^e année**Programme de sécurité personnelle (3^e édition)****Leçon – Relations saines**

Bien-être mental et affectif : Mode de vie

1. Décrire les composantes d'un mode de vie personnel
2. Évaluer les composantes de leur propre mode de vie mental et affectif

Vie familiale : Familles

1. Décrire les stéréotypes des rôles masculins et féminins
2. Identifier les facteurs qui contribuent à l'évolution des stéréotypes liés aux rôles des hommes et des femmes

Vie familiale : Familles

1. Identifier les systèmes de soutien aux familles dans la communauté
2. Identifier les rôles des systèmes de soutien aux familles
3. Décrire comment utiliser efficacement les systèmes

Vie familiale : Mode de vie

1. Identifier les pratiques de vie positives qui favorisent une sexualité et des relations familiales saines