Développement physique et santé (Indicateurs pour les enfants de 46 à 60 mois)

Bien-être

a. Connaissances et pratiques en matière de santé

- ❑ Identifie ce qui favorise le développement et le fonctionnement du corps humain.
- ❑ Démontre en toute autonomie son aptitude à se laver les mains, à participer à l'hygiène bucco-dentaire et à respecter les règles en matière de toux et d'éternuement.
- ❑ Combine et utilise différents sens en fonction de l'activité.
- ❑ Reconnaît l'importance des visites chez le médecin et le dentiste et identifie les rôles du médecin et du dentiste dans la santé.
- ❑ Comprend les médicaments et sait qu'ils sont utilisés pour rester en bonne santé. Comprend ce que sont les médicaments et pourquoi ils sont utilisés.
- ❑ Reconnaît les auxiliaires de santé de l'école et de la communauté qui sont nécessaires dans une situation donnée.
- ❑ Se montre de plus en plus capable de prendre soin de lui/elle-même en mangeant, en se brossant les dents, en s'habillant, en allant aux toilettes, en faisant sa toilette.
- ❑ Participe sans problème au déroulement de ses activités habituelles et sait ce qu'il ou elle a à faire.
- ❑ Observe les règles de base de l'hygiène des mains et des dents.
- ❑ Participe à la protection de l'environnement (compostage, ramassage des ordures, etc.).
- ❑ Reconnaît que la santé a de multiples composantes.
- ❑ Identifie les changements physiques dans le corps qui accompagnent une activité physique modérée à vigoureuse (par exemple, augmentation de la fréquence cardiaque, respirations, etc.)
- ❑ A une routine de sommeil.

b. État de santé physique

- ❑ Participe à des jeux, à des activités de plein air comme la randonnée et à d'autres formes d'exercice pour augmenter ses mouvements et son éventail d'activités physiques.
- ❑ Prend conscience de sa santé et de sa condition physique.
- ❑ Prend conscience de sa santé personnelle et comprend comment défendre ses propres intérêts (par exemple, demande à aller dans un coin tranquille, parle quand il ou elle a mal au ventre, etc.).
- ❑ Participe à des activités physiques modérées à vigoureuses qui augmentent la force, l'endurance et la souplesse, à la fois individuellement et en groupe.

c. Nutrition

- ❑ Avec de l'aide, l'enfant reconnaît une variété d'aliments sains provenant d'autres cultures.
- ❑ Identifie les aliments en fonction de leur groupe alimentaire et de leur origine (par exemple, les pommes provenant des arbres, les œufs des poules, le lait des vaches ou des chèvres, etc.) et comprend la différence entre les choix alimentaires sains et malsains.
- ❑ Se montre de plus en plus conscient(e) de l'importance d'une bonne alimentation et de ses responsabilités en matière d'hygiène et de soins personnels lorsqu'il ou elle s'alimente.
- ❑ Participe à la préparation des aliments lorsque c'est possible.

d. Sécurité

- ❑ Comprend comment les gens l'aident à se protéger dans les situations dangereuses.
- ❑ Respecte les règles et pratiques de base en matière de sécurité. Peut réagir de manière appropriée à des situations, des objets, des substances et des environnements dangereux, et peut identifier les conséquences d'un comportement dangereux.
- ❑ Adopte des comportements visant à réduire les risques pour sa santé (par exemple, porter un casque en faisant du vélo, appliquer de la crème solaire avec de l'aide, etc.)
- ❑ Peut identifier les situations potentiellement dangereuses telles que la proximité d'animaux sauvages ou d'animaux domestiques inconnus, le fait de parler à des étrangers, l'exposition à des produits chimiques dangereux, etc.
- ❑ Suit les procédures d'urgence après avoir reçu l'instruction d'un adulte.

Motricité et schémas de mouvement

a. Motricité fine

- ❑ Tient les outils de dessin, d'écriture et de peinture en utilisant une prise en trois points, en écrivant plus de détails et en dessinant des visages plus reconnaissables.
- ❑ Peut écrire des lettres, des formes et des lignes de base et dessiner des visages plus reconnaissables.
- ❑ Continue à progresser dans l'utilisation autonome de couverts avec peu d'aide, notamment en montrant qu'il ou elle peut couper des aliments avec une fourchette, les prélever avec une cuillère, les étaler et les couper avec un couteau ou toute autre pratique adaptée à sa culture.
- ❑ Améliore sa capacité à utiliser des ciseaux pour découper des formes ou des images simples tout en maintenant le papier immobile avec l'autre main.
- ❑ Exerce ses propres compétences, notamment pour boutonner, fermer une fermeture éclair, attacher, taper à la machine, etc.
- ❑ Fait de petits mouvements précis avec ses doigts et ses mains (par exemple, ramasser de petites pierres et des glands ou enlever les graines des têtes de tournesol).
- ❑ Utilise ses doigts, ses mains et ses poignets pour manipuler une variété de petits outils (p. ex. agrafeuse, perforatrice, flacon pulvérisateur).

b. Motricité globale :

- ❑ Coordonne des mouvements complexes dans le cadre de jeux et d'activités ludiques.
- ❑ Comprend les concepts de mouvement, la façon dont le corps bouge, est conscient(e) de l'espace et de la direction, et sait que le corps peut bouger de façon autonome ou en coordination avec d'autres objets.
- ❑ Démontre des compétences locomotrices progressives, en sautant à cloche-pied et en sautant vers l'avant.
- ❑ Contrôle la vitesse, la direction et l'équilibre, par exemple en courant, en glissant, en galopant vers l'avant, vers l'arrière, vers la droite et vers la gauche.
- ❑ Prend conscience de son corps lorsqu'il ou elle participe à des activités physiques de groupe.
- ❑ Manipule des objets avec une gamme complète de mouvements.

- ❏ Développe sa coordination et son équilibre en utilisant divers équipements de terrains de jeu, en jouant à l'extérieur et/ou en explorant la nature (par exemple, en se tenant en équilibre sur un tronc d'arbre).
- ❏ Montre de l'enthousiasme pour réussir à pratiquer la motricité globale de façon répétitive.