

Savoirs essentiels

Les savoirs essentiels regroupent l'ensemble des connaissances et les concepts que l'élève doit acquérir. Ces connaissances sont réparties en deux sections correspondant à la compétence agir avec efficacité dans différents contextes sur le plan sensoriel et moteur. Ces savoirs comprennent également des éléments spécifiquement liés au développement des saines habitudes de vie. Cela ne signifie pas que les élèves ne peuvent pas utiliser d'autres ressources, mais qu'ils doivent maîtriser ces connaissances afin de développer et d'exercer la compétence adéquatement.

Agir avec efficacité

Stratégies

Stratégies motrices et psychomotrices

Découvrir ses potentialités sensorielles

Se situer dans l'espace, le temps et par rapport à la matière

Pratiquer des activités pour renforcer le tonus, assouplir le mouvement, accroître l'endurance

Utiliser le geste et le rythme pour communiquer

Utiliser la détente pour diminuer le stress

Utiliser adéquatement les objets, les outils et les matériaux

Connaissances

Connaissances se rapportant au développement sensoriel et moteur

Les parties du corps (ex. : sourcils, gorge); leurs caractéristiques (ex. : yeux bruns, cheveux courts); leurs fonctions (ex. : respiration, locomotion); leurs réactions (ex. : la peau rougit au soleil)

Les cinq sens (gout, toucher, odorat, vue, ouïe); les caractéristiques qui y sont associées (ex. : salé, rugueux); leurs fonctions (ex. : voir, entendre)

Les actions de motricité globale (ex. : courir, lancer, ramper, sauter, glisser, grimper)

Les actions de motricité fine (ex. : découper, tracer, coller, plier, modeler, déchirer)

Les jeux sensoriels (ex. : sauts à la corde, jeux de balle, jeux de découverte des textures)

Les jeux d'assemblage (ex. : casse-tête, blocs, mécano)

Les besoins physiques (ex. : se nourrir, se reposer, se vêtir)

Les positions d'une personne ou d'un objet dans l'espace (ex. : derrière, en face de, en avant, sous, entre, à gauche, à droite)

Les différentes façons de se détendre (ex. : écouter de la musique douce, s'arrêter quelques minutes, fermer les yeux)

Les habitudes de vie et leurs effets sur la santé (ex. : hygiène, activité physique, alimentation)