

Cours  
**Des mots pour une vie saine**  
**FRE-P102-3**

Présecondaire





## Présentation du cours *Des mots pour une vie saine*

---

Le but du cours *Des mots pour une vie saine* est de rendre l'adulte apte à traiter avec compétence des situations de la vie courante où il doit informer et s'informer sur son état physique, sur des vêtements et sur des aliments.

Le cours prépare l'adulte à interagir en utilisant le français pour traiter de sujets liés à la santé personnelle.

Au terme de ce cours, l'adulte se sera familiarisé avec de nouvelles sonorités de la langue française et aura acquis un vocabulaire élémentaire pour décrire ses habitudes alimentaires et vestimen-

taires. Il pourra obtenir ou fournir des renseignements sommaires sur des vêtements et des aliments, des produits ou des services pour assurer ses besoins de base en relation avec sa santé physique.

Ce cours porte principalement sur l'expression et la compréhension orales. L'expression écrite et la compréhension de l'écrit servent de soutien à l'apprentissage de la langue et de la phonétique.

## Traitement des situations de vie

Le traitement de situations de vie repose sur des actions groupées en catégories qui mobilisent un ensemble de ressources dont des compétences polyvalentes et des savoirs essentiels. Durant son apprentissage, l'adulte est appelé à construire des connaissances relatives à ces ressources afin de pouvoir traiter les situations de vie de manière appropriée.

La ou les classes de situations, les catégories d'actions, les compétences polyvalentes et les savoirs essentiels sont les éléments prescrits du cours. Ces éléments sont détaillés dans leur rubrique respective.



## Classe de situations du cours

---

Ce cours porte sur une classe de situations : *Interaction par rapport au mieux-être*.

L'adulte qui vit au Québec et dont la langue maternelle n'est pas le français y a recours pour décrire ses sensations physiques et ses habitudes personnelles en matière d'alimentation et d'habillement. Il peut également l'utiliser pour s'informer sur des vêtements ou sur des aliments afin de répondre à ses besoins personnels de base.

Par exemple, il peut choisir des aliments en prévision d'un repas ou décrire ses habitudes alimentaires à un ami. Il peut s'informer sur des vêtements lors d'un achat. Il peut également décrire un malaise pour expliquer la raison d'un départ ou d'une absence.

Classe de situations	Exemples de situations de vie
Interaction par rapport au mieux-être	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Choix d'aliments pour planifier un repas</li><li>▪ Choix d'un vêtement pour une activité selon la saison</li><li>▪ Choix d'une tenue vestimentaire</li><li>▪ Achat d'un vêtement</li><li>▪ Justification d'un départ ou d'une absence</li><li>▪ Écoute de la météo pour le choix d'un vêtement</li></ul>

## Catégories d'actions

Les *catégories d'actions* regroupent des actions appropriées au traitement des situations de vie du cours. Les *exemples d'actions* présentés dans le tableau illustrent la portée des catégories dans des contextes variés.

Catégories d'actions	Exemples d'actions
<ul style="list-style-type: none"> <li>Production orale de renseignements élémentaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nommer des aliments ou des produits</li> <li>Décrire ses besoins ou ses habitudes alimentaires</li> <li>Faire une description de son physique</li> <li>Décrire une tenue vestimentaire appropriée à une activité</li> <li>Décrire une sensation physique</li> <li>Dresser une liste d'épicerie</li> <li>Rédiger un menu quotidien</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Demande orale de renseignements élémentaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Questionner un compagnon sur ses habitudes alimentaires</li> <li>S'informer sur un aliment</li> <li>S'informer sur un vêtement</li> <li>S'informer sur les conditions météorologiques en vue du choix d'un vêtement</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Compréhension de renseignements élémentaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprendre des noms d'aliments</li> <li>Écouter la description d'un vêtement</li> <li>Écouter la description du physique d'une personne</li> <li>Écouter les prévisions météorologiques</li> <li>Lire un menu</li> <li>Comprendre la description d'un vêtement</li> </ul>

## Éléments prescrits et attentes de fin de cours

---

Les éléments prescrits sont ceux dont l'enseignant doit absolument tenir compte dans l'élaboration de situations d'apprentissage.

### Classe de situations

Interaction par rapport au mieux-être

### Catégories d'actions

- Production orale de renseignements élémentaires
- Demande orale de renseignements élémentaires
- Compréhension de renseignements élémentaires

### Compétences polyvalentes

#### Communiquer

- Décoder les éléments essentiels du message
- Interpréter adéquatement le message
- Adapter ses interventions à l'interlocuteur et au contexte
- Utiliser des stratégies d'interaction orale, d'écoute et de lecture
- Valider la compréhension du message

#### Agir avec méthode

- Procéder par étapes
- Déterminer des stratégies d'interaction orale, d'écoute et de lecture
- Organiser son message

### Savoirs essentiels

- Intentions de communication
- Éléments grammaticaux
- Conventions de communication
- Vocabulaire lié aux situations
- Stratégies d'interaction orale, d'écoute et de lecture

Les attentes de fin de cours décrivent comment l'adulte devra s'être appuyé sur les éléments prescrits pour traiter les situations de vie du cours.

### Attentes de fin de cours

Pour traiter les situations de vie de la classe *Interaction par rapport au mieux-être*, l'adulte produit, demande et comprend des renseignements élémentaires en lien avec des sensations physiques, l'habillement et l'alimentation.

En tant qu'émetteur, l'adulte s'informe ou informe son interlocuteur sur ses sensations physiques, ses habitudes et ses besoins alimentaires ou vestimentaires en utilisant un vocabulaire élémentaire dans un dialogue simple. Il recourt au langage non verbal si nécessaire, tout en adaptant ses interventions au contexte et à son interlocuteur. Il tient compte des notions grammaticales de base, des éléments prosodiques et de la phonétique. Il procède par étapes, organise son message, détermine et utilise des stratégies d'interaction orale appropriées à la situation. Il valide la compréhension du message auprès de son interlocuteur.

L'adulte agit en tant que récepteur lorsqu'il comprend des questions ou des réponses, qu'il prend connaissance de courts messages écrits ou qu'il participe à un dialogue simple relatif à des sensations physiques, des habitudes et à des besoins alimentaires ou vestimentaires. Il adopte une attitude attentive, décode les éléments essentiels du message et l'interprète adéquatement. Il détermine et utilise des stratégies de lecture ou d'écoute pertinentes. L'adulte reconnaît et associe des mots ou des groupes de mots et recourt à des outils de référence, si nécessaire. Il peut demander à son interlocuteur de ralentir son débit ou de répéter pour clarifier le message et valide sa compréhension.

## Critères d'évaluation

---

- Expression orale adéquate de renseignements élémentaires
- Demande orale adéquate de renseignements élémentaires
- Interprétation appropriée de renseignements élémentaires

## Compétences polyvalentes

La description de la contribution de chaque compétence polyvalente se limite aux actions appropriées au traitement des situations de vie de ce cours. Puisque les compétences polyvalentes s'inscrivent dans d'autres cours, c'est l'ensemble des cours qui contribue à leur développement.

Dans ce cours, seules les compétences polyvalentes suivantes sont retenues : *Communiquer* et *Agir avec méthode*.

### Contribution de la compétence polyvalente *Communiquer*

La compétence polyvalente *Communiquer* a trait, d'une part, à la réception et à l'émission de messages écrits ou oraux et, d'autre part, aux gestes, aux images et aux symboles. Elle aide l'adulte à comprendre les autres et à se faire comprendre ainsi qu'à obtenir ou à partager de l'information durant le traitement des situations de vie liées à la classe *Interaction par rapport au mieux-être*.

La compétence polyvalente *Communiquer* permet à la personne d'échanger de l'information sur des sensations physiques, des choix et habitudes alimentaires ou vestimentaires. La personne adapte ses interventions à l'interlocuteur et au contexte, officiel ou non. Elle décode les éléments essentiels du message sur le plan tant verbal que non verbal et interprète adéquatement le message. Certaines stratégies d'interaction orale, d'écoute et de lecture appropriées à la situation de vie sont aussi mises à profit. Enfin, l'adulte valide la compréhension du message.

### Contribution de la compétence polyvalente *Agir avec méthode*

La compétence polyvalente *Agir avec méthode* joue un rôle particulièrement important pour l'adulte qui apprend une langue seconde. Elle sous-tend son choix, son utilisation et son appropriation des méthodes lui permettant d'être efficace dans ses actions.

Durant le traitement des situations de vie liées à la classe *Interaction par rapport au mieux-être*, l'adulte procède par étapes dans sa démarche. Il détermine des stratégies — compensatoires ou non — d'interaction orale, d'écoute et de lecture appropriées au contexte. Il organise son message afin de le rendre le plus clair et le plus cohérent possible.

## Savoirs essentiels

---

### Intentions de communication

- Décrire
- Informer
- S'informer

### Éléments grammaticaux

- Chiffres (1 à 100)
- Déterminants articles définis et indéfinis
- Notion de genre et de nombre pour les noms
- Marqueurs de relation
  - *et/ou*
- Présentatifs
  - *c'est/ce sont*
- Déterminant interrogatif
  - *est-ce que*
- Verbes à l'indicatif présent
  - *avoir (mal, soif, besoin, la grippe, etc.)*
  - *être (malade, grand, en forme, etc.)*
  - *aimer*
  - *porter*
- Ordre usuel des mots dans la phrase
- Formes de phrases
  - affirmative
  - négative

### Conventions de communication

- Éléments non verbaux ou gestuels (contact visuel, mimiques, gestes, déplacements)
- Formules d'usage (salutation, poignée de main, présentation, remerciements, tours de parole)
- Spécificités phonétiques du français oral
  - accent tonique
  - articulation des consonnes
  - distinction entre les phonèmes *ou* et *u*
  - prédominance des voyelles
- Éléments prosodiques
  - intonation
  - prononciation
  - rythme

### Vocabulaire lié aux situations

- Aliments
- Caractéristiques physiques de la personne (*grand, petit, mince, etc.*)
- Couleurs
- Parties du corps
- Sensations physiques (*être fatigué, avoir faim, avoir mal, etc.*)
- Vêtements
- Dimensions (*long, petit, gros, etc.*)
- Conditions météorologiques (*Il fait... degrés, il neige, il pleut, etc.*)

## **Stratégies**

### Interaction orale

- Adopter une attitude attentive
- Prendre des risques
- Répéter
- Demander de répéter ou de ralentir le débit
- Recourir au langage non verbal
- Réutiliser des mots lus ou entendus

### Écoute

- Décoder le langage non verbal
- Repérer des mots ou des groupes de mots
- Inférer le sens d'un mot

### Lecture

- Inférer le sens d'un mot

## Attitudes

---

Les attitudes sont fournies à titre indicatif. Leur développement peut permettre à l'adulte de devenir plus compétent dans le traitement des situations de vie de ce cours.

### Patience

L'adoption d'une attitude patiente incite l'adulte à s'octroyer du temps pour s'approprier une nouvelle langue et pour se familiariser avec des sonorités nouvelles. Il peut se donner la chance de progresser, de garder son calme et de maîtriser ses émotions. L'adulte qui prend cette attitude est enclin à persévérer sans se décourager. Il bâtit sa confiance en lui, nécessaire à l'atteinte de ses objectifs.

## Ressources complémentaires

---

Ces ressources sont fournies à titre indicatif. Elles constituent un ensemble de références susceptibles d'être consultées dans les situations d'apprentissage.

Ressources sociales	Ressources matérielles
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Commerces</li><li>▪ Services publics et gouvernementaux</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Circulaires</li><li>▪ Dictionnaire illustré</li><li>▪ Documentation gouvernementale ou d'organismes publics</li><li>▪ Guides alimentaires</li><li>▪ Illustrations d'aliments</li><li>▪ Jeux</li><li>▪ Matériel pédagogique pour la phonétique</li><li>▪ Matériel publicitaire et promotionnel (catalogues, dépliants, etc.)</li><li>▪ Menus</li><li>▪ Recettes simples</li><li>▪ Répertoires téléphoniques</li><li>▪ Revues d'alimentation</li><li>▪ Sites Internet</li></ul>

## Apport des domaines d'apprentissage

---

L'apport de certains domaines d'apprentissage s'avère utile pour le traitement des situations de vie de ce cours, en particulier celui du domaine du développement personnel et du domaine de la mathématique, de la science et de la technologie. Les éléments relevés pour chaque domaine d'apprentissage ne sont pas prescrits et ne constituent pas des préalables.

### Domaine du développement personnel

#### Programme d'études *Santé*

- Planification de menus équilibrés

### Domaine de la mathématique, de la science et de la technologie

#### Programme d'études *Informatique*

- Recherche de renseignements et consultations dans Internet

## Contexte andragogique

---

Dans un environnement francophone, l'adulte dont la langue maternelle n'est pas le français doit relever un grand défi et vaincre ses inhibitions. Au cours d'une intervention orale en particulier, il doit gérer le stress provoqué par la production immédiate d'un discours compréhensible par une autre personne. Le programme d'études *Français, langue seconde* répond à cette exigence, car il place l'adulte dans des situations d'apprentissage qui lui permettent de construire ses connaissances relatives au français et de développer des compétences polyvalentes qui soutiendront son apprentissage de la langue.

L'enseignant se charge de l'élaboration des situations d'apprentissage en relation avec des problèmes de tous les jours. Le choix d'une situation d'apprentissage associée à la vie de l'adulte stimule sa motivation et son engagement, tout en lui permettant d'entrevoir un réinvestissement immédiat. L'enseignant tient compte des différents styles d'apprentissage en utilisant des formules pédagogiques variées et veille à un aménagement de la classe qui favorise l'interaction. Il a recours à des activités de phonétique et d'écoute authentiques afin de sensibiliser l'adulte aux sons et à la prononciation de la langue française. L'enseignant doit s'assurer d'apporter, au besoin, les correctifs nécessaires en ce qui a trait aux spécificités phonétiques du français oral et aux éléments prosodiques.

De son côté, l'adulte est encouragé à être actif dans la construction de ses connaissances lorsqu'il participe aux activités d'apprentissage. Pour l'aider dans cette construction, il est invité à développer et à utiliser une variété de stratégies appropriées aux situations et à consulter diverses ressources pouvant l'aider à répondre à ses besoins. Il est convié à voir la demande d'aide comme une stratégie

importante et l'interaction avec ses pairs comme une nécessité. L'apprentissage d'une nouvelle langue nécessite qu'il développe une écoute active afin de favoriser l'appropriation de nouvelles sonorités et d'un nouveau vocabulaire.

## Situation d'apprentissage

---

Pour soutenir l'enseignant dans la mise en œuvre des principes du nouveau pédagogique, une situation d'apprentissage est présentée à titre d'exemple.

Elle possède un caractère d'authenticité puisqu'elle découle d'une situation de vie possible de l'adulte, en relation avec la classe de situations du cours. Elle est suffisamment ouverte et globale pour que plusieurs aspects importants du traitement de la situation de vie y soient abordés.

Les exemples d'actions fournis dans le cours éclairent l'enseignant sur celles pouvant être accomplies durant le traitement de la situation de vie. Il peut s'appuyer sur ces exemples d'actions pour choisir des activités d'apprentissage pertinentes.

La structure d'une situation d'apprentissage respecte les trois étapes de la démarche, c'est-à-dire :

- la préparation des apprentissages;
- la réalisation des apprentissages;
- l'intégration et le réinvestissement des apprentissages.

Ces étapes visent à mettre en valeur certains principes du nouveau pédagogique, à savoir encourager l'adulte à être actif, à être réflexif et à interagir avec ses pairs lorsque le contexte le permet. Elles impliquent des activités d'apprentissage et peuvent comporter des activités d'évaluation prévues pour soutenir le cheminement de l'adulte.

Ces activités l'engagent à construire des connaissances relatives aux éléments prescrits du cours et ciblés dans la situation d'apprentissage : une ou des catégories d'actions ainsi que des savoirs essentiels et des actions de la ou des compétences polyvalentes en relation avec cette ou ces catégories d'actions.

Certaines stratégies possibles d'enseignement sont intégrées à l'exemple fourni, soit les formules pédagogiques et les modes d'intervention à privilégier selon les personnes, le contexte et l'environnement d'apprentissage. Des stratégies d'apprentissage peuvent aussi être suggérées, ainsi que diverses ressources matérielles ou sociales.

## Exemple de situation d'apprentissage

### Je propose une collation santé

Dans le contexte du cours *Des mots pour une vie saine*, l'une des situations de vie retenues concerne le choix d'aliments pour une collation santé. La situation d'apprentissage qui en découle permettra aux adultes, placés en équipe, d'identifier et de décrire des aliments et de présenter oralement une collation composée d'aliments qui appartiennent à au moins deux groupes alimentaires différents. Les compétences polyvalentes sollicitées par cette situation d'apprentissage sont *Communiquer* et *Agir avec méthode*.

Tout d'abord, pour vérifier les connaissances lexicales des adultes et pour leur permettre de s'appropriier le vocabulaire adéquat, l'enseignant présente des pictogrammes montrant divers types d'aliments. Les adultes se réfèrent à des outils, tels un guide alimentaire ou un dictionnaire illustré, pour les identifier oralement. Au fur et à mesure, l'enseignant écrit les noms d'aliments au tableau sous forme de liste et précise leur genre entre parenthèses. Ensuite, il explique l'usage des déterminants articles indéfinis et les phrases au présentatif. Les adultes sont invités à dire de courtes phrases oralement en s'aidant de la liste au tableau, par exemple, *c'est un radis, ce sont des pommes*. Après, l'enseignant présente le vocabulaire lié aux dimensions et aux couleurs. Il invite les adultes à ajouter ces qualificatifs à leurs phrases.

À partir de la liste d'aliments dressée au tableau, l'enseignant demande aux adultes de classer les aliments dans l'un ou l'autre des quatre groupes alimentaires. Pour s'aider, ils peuvent consulter le *Guide alimentaire canadien*. Par la suite, chacun parle de ses goûts

en matière d'aliments. L'enseignant explique alors au tableau la conjugaison du verbe aimer ainsi que la phrase négative. Il pose ensuite des questions pour leur permettre de s'exercer oralement et de comparer les aliments que certains aiment ou n'aiment pas.

Le groupe est ensuite divisé en dyade pour effectuer le choix d'une collation. À partir de dépliants ou de circulaires, ils découpent et collent sur des cartons leurs suggestions. Ensuite, ils préparent leur présentation orale en tenant compte des nouvelles notions. Ils s'exercent devant l'enseignant pour ensuite présenter leur travail au groupe.

Comme exercice d'intégration, l'enseignant propose un jeu-questionnaire qui permet de faire une synthèse des nouvelles connaissances. Par exemple : *Je suis un petit fruit rouge et rond. Qui suis-je?* Enfin, à l'aide d'une grille d'autoévaluation préparée par l'enseignant, chacun évalue sa participation et détermine ses nouveaux apprentissages.

## Éléments du cours ciblés par la situation d'apprentissage

### Classe de situations

Interaction par rapport au mieux-être

### Situation d'apprentissage

Je propose une collation santé

### Catégories d'actions

- Production orale de renseignements élémentaires
- Demande orale de renseignements élémentaires
- Compréhension de renseignements élémentaires

### Compétences polyvalentes

- Communiquer
- Agir avec méthode

### Savoirs essentiels

#### Intentions de communication

- Décrire
- Informer
- S'informer

#### Éléments grammaticaux

- Déterminants articles indéfinis
- Notion de genre et de nombre pour les noms
- Marqueurs de relation
  - *et/ou*
- Phrase au présentatif
  - *c'est/ce sont*
- Verbes à l'indicatif présent
  - *aimer*
  - *manger*
  - *boire*
- Formes de phrases
  - affirmative
  - négative

### Savoirs essentiels (suite)

#### Conventions de communication

- Éléments non verbaux ou gestuels (contact visuel, mimiques, gestes, déplacements)
- Formules d'usage (tours de parole)
- Spécificités phonétiques du français oral
  - accent tonique
  - articulation des consonnes
  - distinction entre les phonèmes *ou* et *u*
  - prédominance des voyelles
- Éléments prosodiques
  - intonation
  - prononciation
  - rythme

#### Vocabulaire lié à la situation d'apprentissage

- Aliments
- Couleurs
- Dimensions (*long, petit, gros, etc.*)

#### Stratégies

##### Interaction orale

- Adopter une attitude attentive
- Prendre des risques
- Répéter
- Demander de répéter ou de ralentir le débit
- Recourir au langage non verbal
- Réutiliser des mots lus ou entendus

##### Écoute

- Décoder le langage non verbal
- Repérer des mots ou des groupes de mots
- Inférer le sens d'un mot

##### Lecture

- Inférer le sens d'un mot

#### Ressources complémentaires

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Circulaires</li> <li>▪ Dictionnaire illustré</li> <li>▪ Documentation gouvernementale ou d'organismes publics</li> <li>▪ Guides alimentaires</li> <li>▪ Illustrations d'aliments</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Matériel publicitaire</li> <li>▪ Menus</li> <li>▪ Revues d'alimentation</li> <li>▪ Sites Internet</li> </ul> |
|--|---|



