

MON PARCOURS d'autonomie

Comme chaque enfant se développe à son rythme bien personnel, prenez note que l'âge indiqué est proposé à titre indicatif seulement.

NIVEAU 3 DÈS 6 ANS

Notez aussi qu'il n'est pas nécessaire que votre enfant ait acquis toutes les compétences d'un niveau afin de passer au niveau suivant; fixez plutôt ensemble un objectif qui vous semble raisonnable et continuez simplement le travail amorcé dans le niveau supérieur.



Alimentation



1. Je connais l'importance d'un bon petit déjeuner et les groupes alimentaires.
2. J'assemble mon lunch seul.
3. J'utilise le vocabulaire alimentaire pour exprimer mes goûts.

-
-
-

Habillement



4. Je fais un noeud seul et une boucle pour lacer mes souliers.
5. J'attache de petits boutons et remonte une fermeture éclair dans mon dos.
6. Je sélectionne de mieux en mieux mes vêtements.
7. Je connais ma droite et ma gauche.

-
-
-

Soins d'hygiène



8. Je suis autonome pour me laver, mais je peux encore avoir besoin d'aide.

9. Je peux me brosser les dents, me rincer la bouche et me brosser les cheveux seul et sans supervision.

10. Je connais les règles d'hygiène pour éviter de propager microbes et maladies.

11. La nuit, je vais aux toilettes seul.

•

•

•

Participation à la vie domestique



12. Je change les piles d'un objet électronique seul.

13. Je mets seul la table en entier.

14. Je vide seul le lave-vaisselle.

15. Je trie et plie seul les serviettes.

16. Je change seul le rouleau de papier de toilette.

17. Je peux sortir la récupération.

18. Je peux sortir les poubelles.

19. Je peux ranger l'épicerie.

20. Je nourris seul les animaux domestiques.

21. Je range ma chambre seul sans mode d'emploi.

22. Je nettoie la table après le repas.

•

•

•

Structure temporelle



23. J'indique correctement le jour de la semaine.

24. Je sais me repérer dans la semaine grâce aux jours et aux activités qui leur correspondent.

25. J'utilise le calendrier; je sais que le mois se compose d'environ quatre semaines, je connais les 12 mois de l'année et je peux indiquer le mois en cours.

26. Je connais ma date de naissance complète.

27. Je peux indiquer la saison actuelle.

28. Je comprends le concept de mort.

29. Je sais me vêtir en fonction des saisons.

•

•

•

Éducation financière



30. Je reconnais la valeur des pièces de monnaie et des billets de banque.

31. Je sais d'où vient l'argent et comment elle se gagne.

32. Je sais ce qu'est l'épargne et à quoi elle sert.

33. Je connais la différence entre un désir et un besoin.

•

•

•

Éducation environnementale



34. J'utilise des biens durables (dans les lunchs par exemple).

35. Je ferme les lumières lorsque je sors d'une pièce.

36. Je débranche les chargeurs inutilisés.

37. Je participe à la réduction du gaspillage alimentaire.

38. Je marche ou pédale plutôt que de prendre la voiture.

39. J'utilise des objets recyclables pour bricoler.

•

•

•

Repères sociaux



40. J'apprends le code de la route à pied.

41. J'adopte un comportement sécuritaire avec les étrangers.

42. Je m'engage dans l'activité parascolaire que j'ai choisie.

43. Je considère les membres de la famille (grands-parents).

44. Je participe à l'élaboration des plans de vacances.

45. J'apprends mon adresse postale.

46. Je peux faire un appel téléphonique et prendre un message.

•

•

•