

# 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 4 DÈS 8 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. J'aide à la préparation des lunchs (ex. préparer un sandwich et des crudités).
2. J'apprends à gérer mes allergies.
3. Je coupe mes aliments avec un couteau et une fourchette.
4. J'arrive à patienter à table du repas au dessert.

•

•

•

### Habillement



5. Je sélectionne mes vêtements de façon adéquate.

•

•

•

## Soins d'hygiène



6. Je me lave de façon complètement autonome.

7. Je me nettoie les oreilles seul.

8. Je sais prendre soin de mes dents définitives.

9. Je m'applique seul de la crème solaire.

•

•

•

## Participation à la vie domestique



10. Je mets seul la vaisselle sale dans le lave-vaisselle.

11. Je peux aller chercher le courrier.

12. J'aide à faire de petites réparations avec les outils appropriés.

13. Je peux préparer des biscuits ou des muffins.

14. Je range ma chambre adéquatement.

15. Je trie et range mes vêtements.

16. Je peux épousseter.

17. J'aide à l'entretien du jardin.

18. Je peux passer le balai.

19. Je peux promener le chien.

20. Je prépare moi-même mes bagages.

21. Je prépare et étiquette moi-même mon matériel scolaire.

•

•

•

## Structure temporelle



- |   |                          |
|---|--------------------------|
| 22. Je déduis correctement la durée à partir de la simultanéité et de la succession (je comprends par exemple qu'il me reste 45 minutes pour faire mon examen d'une heure si 15 minutes sont déjà passées). | <input type="checkbox"/> |
| 23. Je lis l'heure et m'en sers pour localiser les événements quotidiens.   | <input type="checkbox"/> |
| 24. Je peux indiquer le jour, le mois et l'année.   | <input type="checkbox"/> |
| 25. Je comprends le caractère cyclique des différents systèmes (jours, semaines, mois, saisons, années).  | <input type="checkbox"/> |

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |

## Éducation financière



- |   |                          |
|---|--------------------------|
| 26. Je peux faire de petits achats et calculer la monnaie.  | <input type="checkbox"/> |
| 27. Je comprends à quoi sert un compte bancaire.  | <input type="checkbox"/> |
| 28. Je sais comment faire un dépôt dans mon compte bancaire.  | <input type="checkbox"/> |
| 29. Je connais la différence entre offrir mon aide et recevoir une rémunération en échange d'un travail.  | <input type="checkbox"/> |
| 30. Je comprends l'importance de comparer les prix avant d'acheter et l'existence des soldes.             | <input type="checkbox"/> |
| 31. Je sais que les publicités ne disent pas toujours la vérité.  | <input type="checkbox"/> |
| 32. Je comprends que les services publics ne sont pas gratuits et qu'ils découlent d'un effort collectif. | <input type="checkbox"/> |

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |

## Éducation environnementale



- |   |                          |
|---|--------------------------|
| 33. Je baisse la température des thermostats.                       | <input type="checkbox"/> |
| 34. J'apporte mes sacs réutilisables à l'épicerie.                  | <input type="checkbox"/> |
| 35. J'emprunte et partage les objets plutôt que d'en faire l'achat. | <input type="checkbox"/> |

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |
| • | <input type="checkbox"/> |

## Repères sociaux



36. Je connais la place de la religion dans ma vie.



37. J'apprends le code de la route à vélo.



•



•



•

