

Documents utilisés

[Tableau de concordance moozoom x CCQ](#)

[Programme culture et citoyenneté québécoise, PFEQ](#)

[Progression des apprentissages, PFEQ](#)

[Développement des compétences ÉKIP à l'aide de moozoom](#)

[Savoirs à développer par année scolaire - Préscolaire et primaire](#)

[ÉKIP - Savoirs et compétences à développer au préscolaire et primaire](#)

[Liste des thématiques moozoom](#)

Contenu de ce fichier

Thématiques moozoom

Préscolaire

1re année

2e année

3e année

4e année

5e année

6e année

Réseaux littéraires pour chaque thématique

[Préscolaire à 1re - Explorer et identifier les émotions](#)

[Préscolaire à 1re - Thématiques](#)

[2e à 6e - Thématiques](#)

Grilles d'observation CCQ*

[1er cycle](#)

[2e cycle](#)

[3e cycle](#)

*moozoom n'est pas un outil d'évaluation, mais un outil complémentaire conçu pour soutenir et guider les apprentissages liés aux thèmes abordés dans le programme. Utilisez la plateforme librement pour explorer et renforcer les apprentissages liés au programme.

Préscolaire



Thématiques moozoom		Leçons vidéos moozoom	Compétences ÉKIP					
			Connaissance de soi	Gestion des émotions et du stress	Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales
		Sondage émotionnel au quotidien !	■	■	■	■	■	
1 Explorer les émotions	1.1 Sondeur émotionnel	La tristesse						
		La joie						
		La colère	■	■			■	
		Le dégoût						
		La peur						
		Comment ZO ZI ZA?						
	1.2 Accepter la différence	Accepter la différence S'interroger sur les différences	■				■	■
		Accepter de se faire dire non Faire face au refus	■	■			■	
		Anxiété Faire face à de nouvelles situations		■	■	■	■	
		Changer son état d'esprit Tirer des leçons d'un défi	■	■	■		■	
2 Modelage avec des films	2.1 Modelage avec des films	Contrôle de l'impulsivité Être patient(e)			■		■	
		Empathie Faire preuve d'empathie		■			■	■
		Estime de soi Découvrir son talent	■				■	■
		Gratitude Pratiquer la gratitude	■			■	■	■
		La communication saine Communiquer avec ses amis				■	■	■
	2.2 Modelage avec des films	L'amitié Tisser une amitié	■	■			■	■
		Le conflit Exprimer ses sentiments	■	■			■	
		Le partage Partager des ressources	■	■			■	
		Le respect Rester respectueux malgré la frustration	■	■			■	■
		Le respect et la considération Respecter les règles					■	■
3 Identifier les émotions	3.1 Jeux d'émotions	Persévérance Ne pas abandonner	■		■	■	■	
		Jeu des émotions 1						
		Jeu des émotions 2						
		Jeu des émotions 3	■	■			■	
		Jeu des émotions 4						
		Jeu des émotions 5						

Préscolaire



Thématiques moozoom		Leçons vidéos moozoom	Compétences ÉKIP					
			Connaissance de soi	Gestion des émotions et du stress	Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales
Routines		Gérer l'anxiété	■	■		■	■	
		Routine du matin	■	■		■	■	
		Routine après la pause du midi	■	■		■	■	
		Routine du retour à la maison	■	■		■	■	
		Routine du coucher	■	■		■	■	
Plus de vidéos		Mon île !	■	■		■	■	
		Au bout du nez	■	■		■	■	
		La chaise zen	■	■		■	■	
		Je déguste ma collation	■	■		■	■	
		Je danse, je vis	■	■		■	■	
		Rayon zen	■	■		■	■	
		Je suis gratitude dans mon pot mason	■	■		■	■	
		Mon visage en émotions	■	■		■	■	
		La météo intérieure	■	■		■	■	
		Silence, je médite !	■	■		■	■	
		Partir du bon pied	■	■		■	■	
		La montagne	■	■		■	■	
		J'écoute le silence	■	■		■	■	
		Laver ses mains !	■	■		■	■	
		Souffler sur une feuille de papier	■	■		■	■	
Activités de pleine conscience		Le jeu du maintenant	■	■		■	■	
		Squeeze ! Squeeze !	■	■		■	■	
		Je déguste ma collation !	■	■		■	■	
		On dessine ensemble !	■	■	■	■	■	■
		En contrôle comme mon ballon !	■	■		■	■	
		Un arbre je suis	■	■		■	■	
		J'ai le nez fin !	■	■		■	■	
		Dehors je vois, j'entends...	■	■		■	■	
		Je suis gratitude dans mon pot...	■	■		■	■	
		J'ai trouvé dans le sac de riz...	■	■	■	■	■	■

moozoom en soutien au programme Culture et Citoyenneté Québécoise (CCQ):

Comment s'y prendre?



moozoom n'a pas comme objectif d'être conforme au programme CCQ. Vous pouvez toutefois planifier vos enseignements des éléments de contenu du programme selon votre planification annuelle moozoom. Il est possible d'utiliser la plateforme en faisant quelques ajustements, notamment en ajoutant un point de vue ou pour lancer un thème.

Afin d'assurer que l'enseignement des leçons moozoom soit en conformité avec le nouveau programme CCQ:

1 Éviter toutes questions qui convoquent une réponse personnelle; il faut plutôt dépersonnaliser les questions:

A REFORMULER LES QUESTIONS DE DISCUSSION, PAR EXEMPLE:

Au lieu de:

T'es-tu déjà senti très inquiet ou anxieux dans le passé? Décris ce qui est arrivé.

Poser:

Peux-tu imaginer une situation dans laquelle quelqu'un se sentirait anxieux? Décris cette situation

Au lieu de:

Décris une situation où tu as dû être très patient. Que s'est-il passé?

Poser:

Décris une situation qui demande d'être patient. Que se passe-t-il?

Au lieu de:

Dans cet épisode, Antony est fâché contre Auguste qui n'a pas terminé sa partie. T'es-tu déjà retrouvé dans l'une de ces positions? Que s'est-il passé? (Compétences socio-émotionnelles : conscience sociale, autogestion et conscience de soi)

Poser: Dans cet épisode, Antony est fâché contre Auguste qui n'a pas terminé sa partie. Peux-tu nommer d'autres situations semblables représentées dans des livres ou à la télévision? Que s'est-il passé?

Au lieu de:

« Imagine que l'œuvre du gagnant du concours d'art est publiée sur les réseaux sociaux de l'école. Même si tu as travaillé très fort, quelqu'un d'autre dans ta classe a gagné, et c'est son œuvre qui sera publiée. »

« Avec tes yeux toujours fermés, je veux que tu penses à : Comment tu te sens. Comment tu réagis.»

Poser:

« Imagine que l'œuvre du gagnant du concours d'art est publiée sur les réseaux sociaux de l'école. Même si Luc a travaillé très fort, quelqu'un d'autre dans ta classe a gagné, et c'est son œuvre qui sera publiée. »

« Avec tes yeux toujours fermés, je veux que tu penses à : Comment se sent Luc? Comment Luc réagira-t-il? »

Au lieu de:

T'es-tu déjà senti très inquiet ou anxieux dans le passé? Décris ce qui est arrivé.

Poser:

Peux-tu imaginer une situation dans laquelle quelqu'un se sentirait anxieux? Décris cette situation

B AFIN D'UTILISER LES JOURNAUX DE BORD, REFORMULER LES QUESTIONS POUR ÉVITER LES QUESTIONS PERSONNELLES ET DEMANDER AUX ÉLÈVES D'Y RÉPONDRE PAR ÉCRIT DANS UN CAHIER OU À L'ORDINATEUR

C REFORMULER LES SCÉNARIOS DE JEUX DE RÔLES AFIN D'INCLURE 2 PERSONNAGES FICTIFS:

Au lieu de: Tu fais une fête pour célébrer la fin de l'année scolaire, et Fred te dit de n'inviter personne de l'autre classe. Comment vas-tu gérer cette situation de cliques?

Assigner: Suzy fait une fête pour célébrer la fin de l'année scolaire, et Fred lui dit de n'inviter personne de l'autre classe. Comment va-t-elle gérer cette situation de cliques?

2 Ne pas confondre les éléments de contenu du programme CCQ avec les compétences; ce sont les compétences qui sont évaluées dans le programme; les éléments de contenu sont utilisés afin de développer les compétences!

*moozoom n'est pas un outil d'évaluation, mais un outil complémentaire conçu pour soutenir et guider les apprentissages liés aux thèmes abordés dans le programme. Utilisez la plateforme librement pour explorer et renforcer les apprentissages liés au programme.

*Ce document a été élaboré en collaboration avec Valérie Mclean du Centre de Services Scolaire des Rives-du-Saguenay ainsi qu'en consultation avec Tania St-Laurent Boucher, Isabelle Frappier du centre de services scolaire de Saint-Hyacinthe.

**Se référer au programme CCQ pour vous familiariser avec les compétences, les indicateurs de progression et pour découvrir les éléments de contenu propres à votre degré.

1re année



Thématiques moozoom		Leçons moozoom	Compétences ÉKIP						Contenu CCQ				Thèmes généraux	
			Connaissance de soi	Gestion des émotions et du stress	Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales	Engagement social	Conscience de soi et construction identitaire	Relations entre humains	Quête de sens	Relations entre humains et environnement	
		Sondage émotionnel au quotidien !	■	■	■	■	■	■	■	• Champs d'intérêt d'une personne • Besoins individuels	• Relations dans la famille et à l'école	• Rituels du quotidien	• Êtres vivants autour de soi et besoins de ceux-ci	
1 Explorer les émotions	Explorer les émotions	La tristesse												Éléments de contenu obligatoire
		La joie												
		La colère	■	■										
		Le dégoût					■							
		La peur												
	Modelage avec des films	Comment ZO ZI ZA?												
		Accepter la différence S'interroger sur les différences	■					■	■					
		Accepter de se faire dire non Faire face au refus	■	■			■							
		Anxiété Faire face à de nouvelles situations		■	■		■							
		Changer son état d'esprit Tirer des leçons d'un défi	■	■	■		■							
2 Modelage avec des films	Modelage avec des films	Contrôle de l'impulsivité Être patient(e)			■		■							Éléments de contenu obligatoire
		Empathie Faire preuve d'empathie		■			■		■					
		Estime de soi Découvrir son talent	■				■	■						
		Gratitude Pratiquer la gratitude	■			■	■	■	■					
		La communication saine Communiquer avec ses amis					■	■						
		L'amitié Tisser une amitié	■	■			■	■						
		Le conflit Exprimer ses sentiments	■	■			■							
		Le partage Partager des ressources	■	■			■							
		Le respect Rester respectueux malgré la frustration	■	■			■		■					
		Le respect et la considération Respecter les règles					■	■						
3 Identifier les émotions	Identifier les émotions	Persévérance Ne pas abandonner	■		■	■	■							Éléments de contenu obligatoire
		Jeu des émotions 1												
		Jeu des émotions 2												
		Jeu des émotions 3	■	■			■							
		Jeu des émotions 4												
		Jeu des émotions 5												
Zone Zen														
Routines	Routines	Gérer l'anxiété	■	■		■	■							Éléments de contenu obligatoire
		Routine du matin	■	■		■	■							
		Routine après la pause du midi	■	■		■	■							
		Routine du retour à la maison	■	■		■	■							
		Routine du coucher	■	■		■	■							
Plus de vidéos	Plus de vidéos	Mon île !	■	■		■	■							Éléments de contenu obligatoire
		Au bout du nez	■	■		■	■							
		La chaise zen	■	■		■	■							
		Je déguste ma collation	■	■		■	■							
		Je danse, je vis	■	■		■	■							
		Rayon zen	■	■		■	■							
		Je suis gratitude dans mon pot mason	■	■		■	■							
		Mon visage en émotions	■	■		■	■							
Activités de pleine conscience	Activités de pleine conscience	La météo intérieure	■	■		■	■							Éléments de contenu obligatoire
		Silence, je médite !	■	■		■	■							
		Partir du bon pied	■	■		■	■							
		La montagne	■	■		■	■							
		J'écoute le silence	■	■		■	■							
		Laver ses mains !	■	■		■	■							
		Souffler sur une feuille de papier	■	■		■	■							
		Le jeu du maintenant	■	■		■	■							
		Squeeze ! Squeeze !	■	■		■	■							
		Je déguste ma collation !	■	■		■	■							
		On dessine ensemble !	■	■	■	■	■		■					
		En contrôle comme mon ballon !	■	■		■	■							
		Un arbre je suis	■	■		■	■							
		J'ai le nez fin !	■	■		■	■							
		Dehors je vois, j'entends...	■	■		■	■							
		Je suis gratitude dans mon pot...	■	■		■	■							
		J'ai trouvé dans le sac de riz...	■	■	■	■	■		■					

2e année



Thématiques moozoom	Leçons moozoom	Compétences ÉKIP						Contenu CCQ				Thèmes généraux - thèmes sous- obligatoire	
		Connaissance de soi	Gestion des émotions et du stress	Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales	Engagement social	Conscience de soi et construction identitaire	Relations entre humains	Quête de sens	Relations entre humains et environnement	
									Connaissance de soi	Relation entre individus	Rituels et célébration	Rapport aux autres êtres vivants	
Prendre ses responsabilités	Faire face aux tendances des réseaux sociaux	■		■	■	■	■	■	• Caractéristiques de chaque personne (émotions et pensées)	■		■	Éléments de contenu obligatoire
	Avoir diverses tâches à accomplir	■		■	■	■	■	■	• Rôles et responsabilités dans la famille et à l'école	■	• Célébrations	■	
	Partager des responsabilités			■	■	■	■	■	• Civilité			■	
Problèmes et solutions	Assumer ses responsabilités			■	■	■	■	■				■	Zone Zen
	Avoir trop de tâches à accomplir			■	■	■	■	■				■	
	Identification du problème				■	■	■	■		■		■	
S'adapter au changement	Exploration des solutions	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Expérimentation des solutions			■	■	■	■	■		■		■	
	Analyse du processus	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
Routines	S'adapter à un nouvel enseignant	■	■		■		■	■		■		■	
	Accepter la séparation des parents	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Engager la conversation			■	■	■	■	■		■		■	
Plus de vidéos	Gérer l'anxiété	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Routine du matin	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Routine après la pause du midi	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
Activités de pleine conscience	Routine du retour à la maison	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Routine du coucher	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Mon île !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Au bout du nez	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	La chaise zen	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Je déguste ma collation	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Je danse, je vis	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Rayon zen	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Je suis gratitude dans mon pot mason	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Mon visage en émotions	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	La météo intérieure	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Silence, je médite !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Partir du bon pied	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	La montagne	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	J'écoute le silence	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Laver ses mains !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Souffler sur une feuille de papier	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Le jeu du maintenant	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Squeeze ! Squeeze !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Je déguste ma collation !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	On dessine ensemble !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	En contrôle comme mon ballon !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Un arbre je suis	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	J'ai le nez fin !	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Dehors je vois, j'entends...	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	Je suis gratitude dans mon pot...	■	■	■	■	■	■	■		■		■	
	J'ai trouvé dans le sac de riz...	■	■	■	■	■	■	■		■		■	

3e année



4e année



4e année

moozoom

Thématisques moozoom	Leçons moozoom	Compétences ÉKIP					Contenu CCQ					Thèmes généraux	
		Connaissance de soi		Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales	Engagement social	Conscience de soi et construction identitaire	Relations entre humains	Quête de sens	Relations entre humains et environnement	
		Gestion des émotions et du stress	Perception de soi										
Sondage émotionnel au quotidien !		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Accepter un refus	Comprendre le refus		■										
	Collaborer pour décider		■		■	■	■						
	Accepter la critique		■			■							
Affirmation de soi	Prendre le mérite qui nous revient	■	■			■	■	■					
	S'affirmer devant les influences négatives	■				■	■	■					
	Surnom et affirmation de soi	■				■	■	■					
Anxiété	Exprimer ses idées	■		■	■	■	■	■					
	Anxiété liée à la prise de parole en public	■	■										
	Anxiété liée à la maladie	■	■										
Changer son état d'esprit	Surmonter l'anxiété		■										
	Vaincre une phobie		■			■							
	Faire d'un défi une source de motivation	■	■	■	■	■	■	■					
Cliques et potins	Surmonter l'échec	■	■	■	■	■	■	■					
	Changer son état d'esprit	■	■	■	■	■	■	■					
	Surmonter les obstacles	■	■	■	■	■	■	■					
Exercer son jugement	Inclure les amis	■											
	Valider l'information	■		■									
	Faire face aux rumeurs		■			■	■	■					
L'amitié	Faire face au rejet	■				■	■	■					
	Tenir une promesse	■		■	■	■	■	■					
	Garder un secret ou non	■		■	■	■	■	■					
L'estime de soi	Répandre des rumeurs	■		■	■	■	■	■					
	Exercer son jugement	■	■	■	■	■	■	■					
	Partager un(e) ami(e)		■			■	■	■					
L'influence	Faire des compromis en amitié	■				■	■	■					
	Apprendre à partager	■	■			■	■	■					
	Oser commencer une amitié	■	■			■	■	■					
L'intimidation	Choisir les bons amis	■		■		■	■	■					
	Accepter l'échec	■	■	■	■	■	■	■					
	Gérer l'image corporelle	■	■			■	■	■					
La communication saine	Faire une demande	■				■	■	■					
	Exercer une influence positive	■		■	■	■	■	■					
	Résister aux mauvaises influences	■		■	■	■	■	■					
La motivation	L'influence exercée par les amis	■		■	■	■	■	■					
	Gérer la pression des autres	■		■	■	■	■	■					
	Lutter contre l'intimidation	■		■	■	■	■	■					
La peur de l'échec	Refuser les commérages	■	■	■	■	■	■	■					
	S'excuser		■	■	■	■	■	■					
	Comment prendre la parole	■	■			■	■	■					
La peur du jugement	Clarifier un malentendu		■			■	■	■					
	Être entendu(e)	■	■			■	■	■					
	Donner son opinion		■			■	■	■					
La résilience	Entretenir sa motivation	■			■	■	■	■					
	Apprendre à persévérer	■		■	■	■	■	■					
	Rester motivé(e)	■		■	■	■	■	■					
La tolérance	Atteindre ses objectifs	■		■	■	■	■	■					
	Encourager un(e) ami(e)	■		■	■	■	■	■					
	Déménager	■	■			■	■	■					
Le rejet	Être choisi(e) en dernier	■	■			■	■	■					
	Accepter la maladie	■	■	■		■	■	■					
	Faire face à des situations difficiles	■	■	■	■	■	■	■					
Le respect	Accepter les autres	■	■	■	■	■	■	■					
	Comprendre les autres	■	■	■	■	■	■	■					
	Gérer les déceptions	■	■	■	■	■	■	■					
Le respect et la considération	Réagir aux commentaires	■		■	■	■	■	■					
	Démontrer de l'empathie	■	■	■	■	■	■	■					
	Être rejeté(e) par ses amis	■	■			■	■	■					
Les conflits	Gérer la peur d'être rejeté(e)	■	■			■	■	■					
	Exprimer ses émotions	■	■			■	■	■					
	Demander le respect	■		■	■	■	■	■					
Les relations harmonieuses	S'affirmer respectueusement		■	■	■	■	■	■					
	Accepter les désaccords		■	■	■	■	■	■					
	Gérer son attitude		■	■	■	■	■	■					
Les différences	Remercier quelqu'un		■	■	■	■	■	■					
	Le respect de soi		■	■	■	■	■	■					
	Faire preuve de considération envers les autres		■	■	■	■	■	■					
Les réseaux sociaux	Respecter les autres		■	■	■	■	■	■					
	Respecter et suivre les règles		■	■	■	■	■	■					
	Réagir face à la tricherie		■	■	■	■	■	■					
Problèmes et solutions	Réagir aux insultes		■	■	■	■	■	■					
	Donner son avis respectueusement		■	■	■	■	■	■					
	Réparer son geste		■	■	■	■	■	■					
Prendre ses responsabilités	Exprimer son opinion		■	■	■	■	■	■					
	Célébrer les différences	■				■	■	■					
	Parler des différences		■	■	■	■	■	■					
Thèmes obligatoires	Differentes façons de travailler		■	■	■	■	■	■					
	Accepter les différences		■	■	■	■	■	■					
	Résoudre les conflits par l'humour		■	■	■	■	■	■					
Sous-thèmes obligatoires	Changer ses plans		■	■	■	■	■	■					
	Relations avec les adultes		■	■	■	■	■	■					
	Pardonner à un ami		■	■	■	■	■	■					
Éléments de contenu obligatoire	Gérer les discussions de groupe	■	■	■	■	■	■	■					
	Vie privée et réseaux sociaux	■	■	■	■	■	■	■					
	Popularité et réseaux sociaux	■	■	■	■	■	■	■					
Éléments de contenu obligatoire	Faire face aux tendances des réseaux sociaux	■	■	■	■	■	■	■					
	Avoir diverses tâches à accomplir	■		■	■	■	■	■					
	Partager des responsabilités	■		■	■	■	■	■					
Éléments de contenu obligatoire	Assumer ses responsabilités	■		■	■	■	■	■					
	Avoir trop de tâches à accomplir	■		■	■	■	■	■					
	Identification du problème		■	■	■	■	■	■					
Éléments de contenu obligatoire	Exploration des solutions	■	■	■	■	■	■	■					
	Expérimentation des solutions	■	■	■	■	■	■	■					
	Analysse du processus	■	■	■	■	■	■	■					

4e année



5e année



5e année

Thématiques moozoom	Leçons moozoom	Compétences ÉKIP						Contenu CCQ					Thèmes généraux	
		Connaissance de soi		Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habileté de vie	Adoption de comportements prosociaux	Gestion des influences sociales	Engagement social	Conscience de soi et construction identitaire	Relations entre humains	Quête de sens	Relations entre humains et environnement		
		Gestion des émotions et du stress	Identité											
Sondage émotionnel au quotidien !		■	■	■	■	■							■	
Accepter un refus	Comprendre le refus		■			■								
	Collaborer pour décider		■		■	■	■							
	Accepter la critique		■				■							
Affirmation de soi	Prendre le mérite qui nous revient	■	■			■	■	■						
	S'affirmer devant les influences négatives	■				■	■	■						
	Surnom et affirmation de soi	■				■	■	■						
Anxiété	Exprimer ses idées	■		■		■	■	■						
	Anxiété liée à la prise de parole en public	■	■											
	Anxiété liée à la maladie	■	■										■	
Changer son état d'esprit	Surmonter l'anxiété		■			■	■							
	Vaincre une phobie		■			■								
	Faire d'un défi une source de motivation	■	■	■	■	■	■							
Cliques et potins	Surmonter l'échec	■	■	■	■	■	■							
	Changer son état d'esprit	■	■	■	■	■	■							
	Surmonter les obstacles	■	■	■	■	■	■							
Exercer son jugement	Inclure les amis	■												
	Valider l'information	■		■		■	■	■						
	Faire face aux rumeurs		■		■	■	■							
L'amitié	Faire face au rejet	■				■	■	■						
	Tenir une promesse	■				■							■	
	Garder un secret ou non	■	■	■	■	■	■							
L'estime de soi	Répandre des rumeurs	■	■	■	■	■	■							
	Exercer son jugement	■	■	■	■	■	■							
	Partager un(e) ami(e)		■		■	■	■							
L'influence	Faire des compromis en amitié	■				■	■							
	Apprendre à partager	■	■			■	■							
	Oser commencer une amitié	■	■			■	■							
L'intimidation	Choisir les bons amis	■		■		■	■						■	
	Accepter l'échec	■	■	■	■	■	■							
	Gérer l'image corporelle	■	■			■	■							
La communication saine	Faire une demande	■				■								
	Exercer une influence positive	■				■	■							
	Résister aux mauvaises influences	■				■	■							
La résilience	L'influence exercée par les amis	■				■	■							
	Gérer la pression des autres	■				■	■							
	Lutter contre l'intimidation	■	■	■	■	■	■						■	
La tolérance	Refuser les commérages	■	■	■	■	■	■							
	S'excuser		■		■	■	■							
	Comment prendre la parole	■	■			■								
Le respect	Clarifier un malentendu		■			■								
	Être entendu(e)	■	■			■								
	Donner son opinion		■			■	■							
Le rejet	Entretenir sa motivation	■			■	■								
	Apprendre à persévérer	■			■	■								
	Rester motivé(e)	■			■	■							■	
Le respect et la considération	Atteindre ses objectifs	■			■	■								
	Encourager un(e) ami(e)	■			■	■								
	La peur de l'échec	■				■	■							
Les conflits	Gérer la peur de l'échec	■				■	■							
	Comment coopérer		■			■	■						■	
	La peur du jugement	■	■			■	■							
Les différences	La peur de s'exprimer	■	■			■	■							
	Accepter des goûts différents	■			■	■	■							
	Défendre ses intérêts	■			■	■	■							
Les relations harmonieuses	Déménager		■			■	■							
	Être choisi(e) en dernier	■	■			■	■							
	Accepter la maladie	■	■			■	■							
Les réseaux sociaux	Faire face à des situations difficiles	■	■			■	■							
	Accepter les autres	■	■	■	■	■	■							
	Comprendre les autres	■	■	■	■	■	■							
Problèmes et solutions	Gérer les déceptions	■	■			■	■							
	Réagir aux commentaires	■			■	■	■							
	Démontrer de l'empathie	■	■	■	■	■	■							
Prendre ses responsabilités	Être rejeté(e) par ses amis	■	■			■								
	Gérer la peur d'être rejeté(e)	■	■			■								
	Exprimer ses émotions	■	■			■	■							
Les relations harmonieuses	Demander le respect	■			■	■	■							
	S'affirmer respectueusement		■		■	■	■							
	Accepter les désaccords	■			■	■	■							
Les problèmes et solutions	Gérer son attitude	■			■	■	■							
	Remercier quelqu'un		■			■	■							
	Le respect et la considération	■	■			■	■							
Les conflits	Le respect de soi	■	■			■	■							
	Faire preuve de considération envers les autres		■			■	■							
	Respecter les autres	■			■	■	■							
Les différences	Respecter et suivre les règles		■			■	■							
	Réagir face à la tricherie		■			■	■							
	Réagir aux insultes		■			■	■							
Les relations harmonieuses	Donner son avis respectueusement		■			■	■							
	Réparer son geste		■			■	■							
	Exprimer son opinion		■			■	■							
Les réseaux sociaux	Célébrer les différences	■				■	■						■	
	Parler des différences		■			■	■							
	Differentes façons de travailler	■				■	■							
Les problèmes et solutions	Accepter les différences		■			■	■							
	Résoudre les conflits par l'humour		■			■	■							
	Changer ses plans		■			■	■							
Prendre ses responsabilités	Relations avec les adultes		■			■	■							
	Pardonner à un ami		■			■	■							
	Gérer les discussions de groupe	■	■			■	■							
Problèmes et solutions	Vie privée et réseaux sociaux	■	■			■	■							
	Popularité et réseaux sociaux		■			■	■							
	Faire face aux tendances des réseaux sociaux	■	■			■	■							
Problèmes et solutions	Avoir diverses tâches à accomplir	■			■	■	■							
	Partager des responsabilités		■			■	■							
	Assumer ses responsabilités		■			■	■							
Problèmes et solutions	Avoir trop de tâches à accomplir		■			■	■							
	Identification du problème		■			■	■							
	Exploration des solutions	■	■			■	■							
Problèmes et solutions	Expérimentation des solutions		■			■	■							
	Analysé du processus	■	■			■	■							
	Rapport au numérique		■			■	■							
Thèmes généraux	Sous-thèmes		■			■	■							
	Éléments de contenu obligatoire		■			■	■							
	Éléments de contenu optionnel		■			■	■							

5e année



6e année



Thématisques moozoom	Leçons moozoom	Compétences ÉKIP						Contenu CCQ					Thèmes généraux	Sous thèmes	Éléments de contenu obligatoire
		Connaissance de soi	Gestion des émotions et du stress	Demande d'aide	Choix éclairés en matière d'habitude de vie	Adoption de comportements propriaux	Gestion des influences sociales	Engagement social	Conscience de soi et construction identitaire	Relations entre humains	Quête de sens	Relations entre humains et environnement			
		• Différentes affiliations • Intégration culturelle	• Droits et libertés • Participation sociale	• Réussite et adversité • Modèles de vie	• Mouvements environnementaux	• Représentation de soi en ligne • Sociabilité en ligne									
Sondage émotionnel au quotidien !		■	■	■	■	■			Identité	Vie collective	Occasions de penser à sa vie	Transitions écologiques	Rapport au numérique		
Accepter un refus	Comprendre le refus Collaborer pour décider Accepter la critique	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Affirmation de soi	Prendre le mérite qui nous revient S'affirmer devant les influences négatives Surnom et affirmation de soi Exprimer ses idées	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Anxiété	Anxiété liée à la prise de parole en public Anxiété liée à la maladie Surmonter l'anxiété Vaincre une phobie	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Changer son état d'esprit	Surmonter l'échec Changer son état d'esprit Surmonter les obstacles	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Cliques et potins	Include les amis Valider l'information Faire face aux rumeurs Faire face au rejet	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Exercer son jugement	Tenir une promesse Garder un secret ou non Répandre des rumeurs Exercer son jugement	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
L'amitié	Partager un(e) ami(e) Faire des compromis en amitié Apprendre à partager Oser commencer une amitié Choisir les bons amis	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
L'estime de soi	Accepter l'échec Gérer l'image corporelle Faire une demande	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
L'influence	Exercer une influence positive Résister aux mauvaises influences L'influence exercée par les amis Gérer la pression des autres	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
L'intimidation	Lutter contre l'intimidation Refuser les commérages S'excuser	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La communication saine	Comment prendre la parole Clarifier un malentendu Être entendu(e) Donner son opinion	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La motivation	Entretenir sa motivation Apprendre à persévérer Rester motivé(e) Atteindre ses objectifs Encourager un(e) ami(e)	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La peur de l'échec	La peur de l'échec Gérer la peur de l'échec Comment coopérer	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La peur du jugement	La peur de s'exprimer Accepter des goûts différents Défendre ses intérêts	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La résilience	Déménager Être choisi(e) en dernier Accepter la maladie	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
La tolérance	Faire face à des situations difficiles Accepter les autres Comprendre les autres Gérer les déceptions Réagir aux commentaires Démontrer de l'empathie	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Le rejet	Être rejeté(e) par ses amis Gérer la peur d'être rejeté(e) Exprimer ses émotions	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Le respect	Demander le respect S'affirmer respectueusement Accepter les désaccords Gérer son attitude Remercier quelqu'un	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Le respect et la considération	Le respect de soi Faire preuve de considération envers les autres Respecter les autres Respecter et suivre les règles	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Les conflits	Réagir face à la tricherie Réagir aux insultes Donner son avis respectueusement Réparer son geste Exprimer son opinion	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Les différences	Célébrer les différences Parler des différences Différentes façons de travailler Accepter les différences	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Les relations harmonieuses	Résoudre les conflits par l'humour Changer ses plans Relations avec les adultes Pardonner à un ami	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Les réseaux sociaux	Gérer les discussions de groupe Vie privée et réseaux sociaux Popularité et réseaux sociaux Faire face aux tendances des réseaux sociaux	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Prendre ses responsabilités	Avoir diverses tâches à accomplir Partager des responsabilités Assumer ses responsabilités Avoir trop de tâches à accomplir	■	■	■	■	■	■			■	■	■			
Problèmes et solutions	Identification du problème Exploration des solutions Expérimentation des solutions Analyse du processus	■	■	■	■	■	■			■	■	■			

