

Nom/prénom/date de naissance :

Poids:

Taille:

TA:

12 ans



Compétences **motrices** (globales et fines)

- ☐ Court/saute/grimpe avec coordination, sur 1 pied \geq 15 sec. (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Marche en ligne talon-orteil, lance/attrape une balle avec précision (P3 : 9 ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Coordination fine droite/gauche bonne (écriture, couture, découpe) (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Écrit rapidement et lisiblement sans fatigue (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Copie des figures géométriques complexes (cube, prisme) (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)

Compétences **sociales** / émotionnelles

- ☐ Nomme et exprime ses émotions (P3 : 7½ ans ; P97 : 9½ ans)
- ☐ Montre empathie et solidarité envers ses pairs (P3 : 8½ ans ; P97 : 11 ans)
- ☐ Participe à des jeux ou projets collectifs avec règles complexes (P3 : 8½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Gère la frustration et les conflits verbalement (P3 : 8½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ A 1–2 amies proches stables (P3 : 8 ans ; P97 : 9½ ans)
- ☐ Débute une réflexion sur son image corporelle et la puberté (P3 : 10 ans ; P97 : 12 ans)
- ☐ Bonne estime de soi, conscience de ses compétences (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Gère son hygiène corporelle, capillaire, commence à se coiffer, s'intéresse son apparence (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Aide aux tâches ménagères simples (P3 : 8½ ans ; P97 : 10 ans)
- ☐ Prépare son sac d'école, gère ses devoirs, se déplace seule sur trajets connus (P3 : 9 ans ; P97 : 10½ ans)
- ☐ Gère son temps d'écran et son téléphone sous supervision (P3 : 10 ans ; P97 : 12 ans)

Compétences **langagières** / communication

- ☐ Utilise un vocabulaire riche et adapté (P3 : 9 ans ; P97 : 11 ans)
- ☐ Résume un texte ou une histoire avec chronologie (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Exprime clairement opinions, émotions et arguments (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Lecture fluide, compréhension implicite correcte (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)

Compétences **cognitives** / apprentissage

- ☐ Résout des opérations complexes (\times , \div , fractions simples) (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Utilise correctement outils scolaires (crayon, règle, compas, agenda) (P3 : 8½ ans ; P97 : 10½ ans)
- ☐ Estime une durée, comprend les notions de probabilité et proportion (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Classe des objets par couleur, taille, forme, et raisonne par hypothèse ("S'il pleut après l'école, alors...") (P3 : 9½ ans ; P97 : 11½ ans)
- ☐ Décrit un trajet ou sur un plan (« Pour aller à l'école, je tourne à droite... ») (P3 : 9 ans ; P97 : 11 ans)

Situation familiale / **prévention**

- ☐ Alimentation : équilibrée, riche en calcium et fer, hydratation suffisante.
- ☐ Sommeil : 9 h/nuit, rythme régulier.
- ☐ Activité physique : \geq 1 h/jour, sport encadré conseillé.
- ☐ Écrans : $<$ 2 h/jour, pas avant le coucher.
- ☐ Environnement : sans fumée, stable et soutenant.
- ☐ Relations : communication ouverte avec parents et pairs.
- ☐ Puberté : Tanner II–III, début développement mammaire, ménarche possible.
- ☐ Prévention : hygiène intime, soutien émotionnel, éducation sexuelle (valeurs familiales et culturelles)
- ☐ Loisirs : activités sportives, culturelles ou sociales régulières.

AUDITION

Chaque oreille séparément (en obstruant l'autre).

A 30 cm:

- ☐ Clochette (50–60 dB),
- ☐ Hochet (40–50 dB),
- ☐ Papier froissé (30–35 dB),
- ☐ Voix chuchotée (30 dB), mots simples derrière l'enfant («prénom» « chat» «lune»« maison» «gâteau» «voiture» «chien» «pied»
- ☐ Suit des ordres à 3 étapes « Va chercher la voiture et pose-la sur la table et mets les mains sur la tête»

Commentaires:

VUE

- ☐ Pas de strabisme, nystagmus, ptosis, déviation oculaire
- ☐ Test d'occlusion alternée
- ☐ Suit spontanément un objet en mouvement (suivi oculaire), réagit aux visages, sourires et à une lumière vive (réflexe pupillaire)
- ☐ Acuité visuelle monoculaire (Pigassou) → Bonne lumière, avec lunettes → OK si 8/10 et $\Delta < 2$ lignes entre 2 yeux
- ☐ Test de Lang (stéréoscopie)
- ☐ Test Ishihara (daltonisme)

Commentaires:

HEADSS

- **H (Home)** : “Tu t’entends bien avec ta famille ? Tes frères/sœurs ?”
- **E (Education)** : “Comment ça se passe à l'école ? Matière préférée ? Difficultés ? Notes?”
- **A (Activities)** : “Tu fais du sport ? Tu sors avec des amis ? Temps d'écran/j ?”
- **D (Drugs)** : “Quelqu'un fume/vapote parmi tes amis?”
- **S (Sexuality)** : “Tu as entendu parler des changements du corps à la puberté ? Questions là-dessus ?, discutés avec tes parents?”
- **S (Safety)** : “Tu te sens parfois en danger à l'école ou sur internet ?”

STATUS

- ☐ **ORL**: tympanes et gorge calmes, pas de gg sous-angulo-mandibulaire
- ☐ **DENTS**: pas de caries
- ☐ **CARD**: B1B2 cf, absence de souffle
- ☐ **RESP**: MV sym, pas de râles ni sibilances, eupnéique
- ☐ **GI**: ASI, bruits sp
- ☐ **OGE** : testicules en place, Tanner G2-G3 (=volume testiculaire ≥ 4 mL ou longueur $\geq 2,5$ cm), début pilosité pubienne.
- ☐ **ORTHO**: pas de scoliose
- ☐ **PEAU**: pas d'acné ni eczéma

Commentaires:

Signature: