



Séance 4

Nos besoins fondamentaux

Date		Classe	
Sujet	Besoins fondamentaux		
Objectifs pédagogiques	- Découvrir et/ou approfondir la notion de besoins fondamentaux - Prendre conscience de ses propres besoins et des moyens de les satisfaire		
CPS développées	CC1 Avoir conscience de soi : connaissance de soi (CC1-1) + capacité d'attention à soi (CC1-4)		

Eléments requis / Matériel	Disposition de la salle
<ul style="list-style-type: none"> o Matériel body scan = audio sur clé USB +/- enceinte +/- texte o Système de fixation (aimant/scotch/patafixe) o Balle o Séance 4 – Activité en classe (x nb élèves) o Bulle Séance 4 o Séance 4 – Nous avons vu + Activité maison (x nb élèves) o Séance 4 – Outils pédago Fleur des besoins (1 x A4 plastifiée) 	

Déroulé		
Temps / Sujet	Guide	Remarques / Actions animateurs
5 minutes Introduction + Retour activité	<p>Demander aux enfants ce que nous avons vu la séance dernière.</p> <p>Rappel du rôle des émotions : langage compréhensible par tous, réactions physiques à une situation de notre quotidien, message sur notre état à un moment donné</p> <p>Retours sur la vidéo <i>Je suis donc tu es</i> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qu'évoquent pour vous les boules noires ? <p>Amener l'idée que nos émotions nous renseignent sur nous, sur nos besoins. Nous allons découvrir ce que cela signifie aujourd'hui.</p> <p>En indiquant le programme du jour, nommer la CPS explorée.</p>	<p>⇒ Les enfants s'expriment librement</p> <p>⇒ Les boules noires peuvent représenter la transmission des émotions négatives. (Ne pas aborder la seconde question qui servira dans une autre séance)</p>
5 minutes RITUEL	Bodyscan. Cf S2	⇒ Matériel Body scan
35 minutes Activité 1 : Quels sont nos besoins en tant qu'être humain ?	<p> RAPPEL : BIEN MATÉRIALISER LE TEMPS PAR ETAPE </p> <p><u>Temps 1</u> La balle des idées (5 minutes) : « Le matin après m'être réveillé, de quoi ai-je besoin pour passer une bonne journée ? » <i>Idees : câlins, bisous, petit déjeuner, aller aux WC etc...</i></p> <p>Faire ressortir de cet exercice que nous avons tous des besoins au quotidien, mais nous n'y accordons pas tous la même importance et nous y répondons tous de manière différente.</p> <p><u>Temps 2</u> La fleur des besoins (30 minutes) Dessiner une fleur avec 5 pétales au tableau. Chaque pétale représente une catégorie de besoins, il existe plusieurs manières de classer/rassembler les besoins. Nous allons rechercher ensemble quelles sont ces catégories. Pour aider les enfants, utiliser l'exemple d'un bébé qui vient de naître « de quoi a-t-il besoin ? ». Ne pas hésiter à faire grandir l'enfant pour faire émerger les besoins qui n'ont pas été proposés.</p> <p>Au fur et à mesure, classer les besoins par pétale. Puis donner ensemble les noms de chaque pétale = catégorie de besoins</p>	<p>⇒ Balle : laisser les enfants s'exprimer, sans obligation de participation</p> <p>⇒ Possibilité d'utiliser une peluche ou un poupon</p> <p>⇒ Si difficulté pour certains besoins, faire un jeu du pendu pour amener un côté ludique.</p>

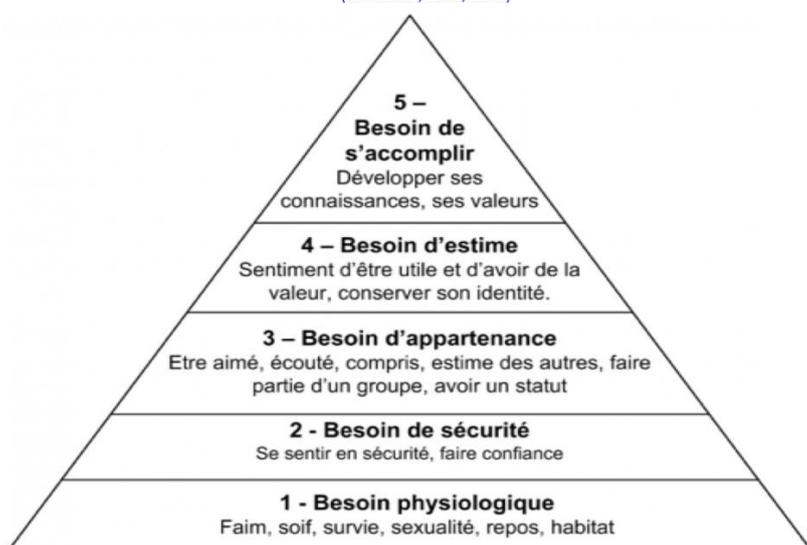
15 minutes Activité 2 Comment je peux satisfaire mes besoins ?	Remettre à chaque enfant la fiche Activité en classe (fleur des besoins vierge). Leur demander de compléter leur fleur avec une manière dont il/elle satisfait ses besoins (5 minutes). <u>Ouverture / synthèse (10 minutes) :</u> Interroger sur la nécessité de connaître nos besoins, questionner sur ce qui peut arriver si on ne les satisfait pas. Amener à leur faire percevoir l'importance d'avoir conscience de nos besoins pour se sentir bien, pour être en bonne santé. Ainsi plus on est en capacité d'écouter nos besoins, plus on pourra y répondre (reprenre la boussole de la santé pour faire du lien). Attention tous nos besoins ne sont pas toujours satisfaits en même temps et c'est normal, c'est ce qui met en mouvement, ce qui nous motive. Ne pas oublier que nous n'avons pas tous la même façon de combler nos besoins, et nous ne donnons pas tous la même importance à certains besoins.	⇒ Séance 4 – Activité en classe Amener le fait de satisfaire nos besoins dans tous les lieux de vie (à la maison, à l'école, au sport etc)
10 minutes Activité BONUS	Au Verso de la fiche Activité en classe, les enfants peuvent cocher les besoins qu'ils ont satisfait depuis le début de leur journée. Cette activité peut être réalisée à un autre moment de classe	⇒ Verso Séance 4 – Activité en classe
5 minutes Rituel de fin	Ajouter la bulle correspondant à la séance 4 au Poster A3 Distribuer les documents Demander aux élèves de compléter la météo et la partie "Ce que j'ai aimé", "pas aimé" Indiquer aux élèves le prochain rendez-vous Explo Santé et donner les consignes du travail à faire à la maison, à savoir : ⇒ Lire « Nous avons vu » avec mes proches ; ⇒ Expliquer l'activité à la maison : Découpe et construis la cocotte en papier puis joue en famille.	⇒ Bulle Séance 4 + Patafix ⇒ Distribution des fiches : - Séance 4 – Nous avons vu ; - Séance 4 – Activité maison. ⇒ S'il reste du temps faire la cocotte directement en classe, sinon demander à l'enseignant de prendre un temps en classe pour la construire avec eux.

Apport de connaissances sur les besoins :

La pyramide de Maslow hiérarchise les 5 besoins fondamentaux en considérant que ceux à la base de la pyramide sont les plus importants. Aujourd'hui cette hiérarchisation est remise en question. On considère que les enfants, comme les adultes d'ailleurs, ont besoin des 5 besoins fondamentaux pour s'accomplir pleinement.

La hiérarchie des besoins

(A. Maslow, 1943, 1970)



Les besoins fondamentaux des élèves

(A. Maslow, 1943 ; T. Girdon, 1974 ; M. Rosenberg, 1999 ; C. Marsollier, 2011)

