



Séance 5

Nos qualités, compétences et forces

Date		Classe	
Sujet	Qualités, compétences, forces		
Objectifs pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> - Se reconnaître des qualités, être conscient de ses compétences et de ses forces - Enrichir son vocabulaire autour des qualités 		
CPS développées	Avoir conscience de soi : capacité d'auto-évaluation positive CC 1-3		

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 Séance 5 – Activité en classe (x nb élèves A4 ou x nb de groupe A3) o Séance 5 – Outils pédago Qualités Compétences (x 15 plastifiées + 1 version à laisser à l'enseignant(e)) o Bulle Séance 5 o Séance 5 – Nous avons vu + Activité maison (x nb élèves) 	

Déroulé		
Temps / Sujet	Guide	Remarques / Actions animateurs
5 minutes Introduction + Retour activité	<p>Demander aux enfants ce que nous avons vu la séance dernière (les besoins).</p> <p>Indiquer que la séance du jour sera sur un de ces besoins en particulier : l'estime de soi (aborder les 3 piliers qui la compose). Demander aux enfants s'ils trouvent plus simple de repérer des talents, des qualités aux autres ou à soi-même ? A-t-on l'habitude de se voir de manière positive ?</p> <p>Aujourd'hui nous allons développer notre capacité à s'évaluer positivement en découvrant nos qualités, nos forces, nos réussites.</p>	<p>⇒ Les enfants s'expriment librement</p>
5 minutes RITUEL	Bodyscan. Cf S2	⇒ Matériel Body scan
10 minutes Retours activité à la maison	<p>RAPPEL : BIEN MATÉRIALISER LE TEMPS</p> <p><u>Activité de la cocotte</u> Demander si les élèves ont joué en famille ou entre amis à la cocotte, si cela était simple ou non, s'ils ont appris des choses sur eux ou sur leur entourage.</p> <p>Reprendre en particulier la case « Quelque chose que je n'arrivais pas à faire avant et que j'arrive à faire maintenant » en leur indiquant que cette réponse va servir de point de départ à l'exercice suivant.</p>	<p>⇒ Les enfants s'expriment librement</p> <p>⇒ La réponse à cette case va servir de base pour l'activité 2</p>
40 minutes Activité 1 : Quels sont mes qualités, mes forces ?	<p>Pour cette activité, les enfants travailleront par binômes : chaque élève prend un stylo, se lève et marche dans la classe. Au top de l'animateur, les élèves s'arrêtent et se mettent en binôme avec le camarade qui est le plus proche de lui. Chaque paire s'assoit à une table.</p> <p><u>Temps 1</u> : Je décris mon expérience (20 minutes) Distribution de la fiche en énonçant la consigne : remplir la première partie de la fiche, c'est-à-dire noter ou dessiner « Quelque chose que je n'arrivais pas à faire avant et que j'arrive à faire maintenant ». Les élèves d'un même binôme peuvent s'aider.</p> <p><u>Temps 2</u> : A la découverte de mes qualités et de mes compétences (20 minutes) Les enfants réfléchissent à ce qui leur a permis de réussir leur expérience. Ils tentent ensuite de remplir les cases 2 et 3 de la fiche.</p>	<p>⇒ <u>Autre option d'animation</u> : Placer les enfants par sous-groupe de 4-5, les laisser choisir une situation. Chaque groupe a alors une fiche Activité en classe plastifiée au format A3.</p> <p>⇒ Séance 5 – Activité en classe</p> <p>⇒ Les binômes peuvent s'entraider</p>

	<p>⇒ S'assurer ici de la compréhension des mots qualité et compétence. Si besoin faire chercher aux enfants dans un dictionnaire et reprendre avec eux.</p> <p>Après quelques minutes, distribuer une fiche de vocabulaire par binôme pour les aider à trouver des idées. Passer dans les rangs pour échanger, aider, partager.</p> <p>Faire un retour général en demandant si l'exercice était facile ou non. Proposer 1 ou 2 retours d'expériences en fonction du temps.</p>	<p>⇒ Qualité : trait de personnalité, « Je suis... »</p> <p>⇒ Compétence : capacité, aptitude d'une personne, « Je sais ... »</p> <p>⇒ Séance 5 – Outils pédago Qualités Compétences</p>
<p>10 minutes</p> <p>Synthèse</p>	<p>Faire émerger le fait que nous avons tous des qualités et des compétences.</p> <p>Être capable de s'évaluer de manière positive, en repérant nos forces et nos capacités plutôt que nos faiblesses ou nos difficultés par exemple, nous permet de nous sentir capable de faire des choses = d'avoir un peu plus confiance en nous, et ainsi se sentir bien au quotidien.</p>	<p>⇒ Partir du retour des enfants en leur demandant ce qu'ils ont retenu de la séance</p> <p>⇒ Confiance en soi : capacité de croire en soi, en son potentiel. C'est le sentiment d'être capable de faire quelque chose.</p>
<p>5 minutes</p> <p>Rituel de fin</p>	<p>Ajouter la bulle correspondant à la séance 5 au Poster A3</p> <p>Distribuer les documents</p> <p>Demander aux élèves de compléter la météo et la partie "Ce que j'ai aimé", "pas aimé"</p> <p>Indiquer aux élèves le prochain rendez-vous Explo Santé et donner les consignes du travail à faire à la maison, à savoir :</p> <p>⇒ Lire « Nous avons vu » avec mes proches ;</p> <p>⇒ Expliquer l'activité à la maison : lire ou écouter le conte et répondre à la question « En quoi est-ce important de connaître ses qualités et ses compétences ? »</p>	<p>⇒ Bulle Séance 5 + Patafix</p> <p>⇒ Distribution des fiches :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Séance 5 – Nous avons vu ; - Séance 5 – Activité maison.