



# Séance 8

## Gardons le cap !

Date		Classe	
Sujet	Objectifs – Pensées positives – Stratégies d'apprentissages		
Objectifs pédagogiques	- Savoir mettre en place des conditions favorables pour entretenir sa motivation : pensées positives, petits pas etc... - Découvrir les différentes stratégies d'apprentissages et repérer celles qui correspondent à chacun		
CPS développées	CC 2 <b>Capacité de maîtrise de soi</b> : capacité à atteindre ses buts CC 2-2		

Éléments requis / Matériel	Disposition de la salle
<ul style="list-style-type: none"> <li>o Matériel body scan = audio sur clé USB +/- enceinte +/- texte</li> <li>o Système de fixation (aimant/scotch/patafixe)</li> <li>o Séance 8 – Outils pédago (3 saynètes x 3)</li> <li>o Séance 8 – Atelier en classe (x nb de sous-groupe)</li> <li>o Bulle 8</li> <li>o Séance 8 – Nous avons vu + Activité maison</li> </ul>	Avoir un peu d'espace pour jouer les scénettes

Déroulé		
Temps / Sujet	Guide	Remarques / Actions animateurs
5 minutes <b>Introduction</b>	Demander aux enfants ce que nous avons vu la séance dernière => la notion de stress, ses signes physiques et psychiques et quelques moyens de diminuer ses effets, de le réguler.  Présenter le programme de la séance : point sur l'activité maison en leur demandant s'ils ont perçu le lien avec le stress + jeu de rôle et scénettes pour trouver des ressources, des comportements favorables qui nous permettent d'atteindre nos buts (CPS travaillée).	⇒ Les enfants s'expriment librement  ⇒ Lien entre stress et objectifs difficiles à atteindre : faire des petits pas permet de réduire l'appréhension, le stress que l'on peut se mettre face à un gros objectif.
5 minutes <b>RITUEL</b>	Bodyscan. Cf S2	⇒ <a href="#">Matériel Body scan</a>
10 minutes <b>Retour sur l'activité maison</b>	<u>Les petits pas</u> Retour sur l'activité et partage du travail effectué à la maison, en proposant à 2-3 élèves volontaires de présenter leur défi et les étapes qu'ils ont notées. Amener l'idée que relever des défis, atteindre des objectifs peuvent prendre du temps et qu'il faut souvent plusieurs étapes pour arriver à ses fins. Un des moyens de ne pas se décourager est donc de découper nos objectifs « en petits pas ». Demander aux enfants ce qui permet aussi de ne pas se décourager et d'arriver au bout d'un challenge, d'un objectif ou d'un travail à faire.	⇒ Les élèves s'expriment librement. Aider à faire émerger les notions d'encouragement et de soutien si besoin
40 minutes <b>Activité 1 : Jeu de rôle</b>	<div style="background-color: yellow; padding: 2px; border: 1px solid black; display: inline-block;"> <b>RAPPEL : BIEN MATÉRIALISER LE TEMPS PAR ETAPE</b> </div> Pour cette activité, les élèves seront en sous-groupe de 4-5. Chaque groupe pioche une saynète, qui reprend une situation de la vie quotidienne, avec un enfant qui se trouve dans une posture délicate, compliquée. Le groupe doit l'encourager et l'aider à trouver des solutions. La fiche Atelier en classe permet de les aiguiller avec 3 questions : 1. Qu'est-ce que tu ferais pour encourager ton camarade ? 2. Reformuler de manière positive, prenez appui sur ses qualités, ses compétences (S5) 3. Quelles sont les solutions individuelles (pour lui) et collectives (avec le groupe) que vous pouvez lui proposer ?  3 thèmes : - A la récréation, Camille regarde la partie de basket, pensive. Ses camarades lui proposent de venir jouer, mais elle hésite car elle a peur de ne pas marquer et de faire perdre son équipe, « <i>Je suis trop nulle, je ne sais pas jouer</i> »	⇒ Présenter l'activité avant la répartition et la distribution des documents par groupe : - 1 <a href="#">saynète</a> ; - 1 fiche <a href="#">Séance 8 Atelier en classe</a> .  ⇒ Les enfants peuvent prendre appui sur la séance 5 (compétences et qualités)  ⇒ La question 3 a pour but de faire émerger les différentes conditions, façon de faire qui peuvent favoriser l'apprentissage.

	<p>- C'est le soir, l'heure des devoirs : il y a une poésie à apprendre pour le lendemain. Sacha est dans le salon, sa sœur regarde la télé. Il referme aussitôt son cahier et dit : « <i>Elle est trop longue je n'y arriverai jamais !</i> » Sa sœur se tourne vers lui.</p> <p>- En classe, l'enseignant propose un exercice de math sur les divisions en groupe. Abel se retrouve avec Mona et Lyam qui sont super bons en math. Il a peur de ne pas être à la hauteur, ils sont tellement forts ces deux-là.</p> <p><u>Temps 1</u> Le jeu de rôle (30 minutes) : les élèves réfléchissent à leur saynète et remplissent la fiche Atelier en classe. Puis chaque groupe joue leur scène devant la classe et exposent leurs propositions.  ⇒ L'animateur ou l'enseignant note les réponses à la question 3 en les classant en 3 colonnes, sans mettre de titre.</p> <p>Faire un premier bilan de ces jeux de rôle en relevant l'aspect motivant de transformer une idée négative en idée positive, ainsi que les bienfaits de l'encouragement et du soutien.</p> <p><u>Temps 2</u> Les stratégies d'apprentissages (10 minutes)  Demander aux élèves ce qui ressort selon eux des propositions notées au tableau, et trouver ensemble des titres à chaque colonne :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Méthodes de travail ;</b></li> <li>- <b>L'environnement de travail ;</b></li> <li>- <b>Le soutien.</b></li> </ul> <p>Mettre en avant le fait que nous fonctionnons tous différemment et que chacun possède des méthodes qui lui permettent d'apprendre plus facilement. Leur demander s'ils seraient prêts à essayer des choses que leurs camarades mettent en place ou utilisent !</p>	<p>Exemples :</p> <p>⇒ répéter, recopier, écouter, dessiner</p> <p>⇒ musique, calme, en groupe</p> <p>⇒ outils et personnes pour nous aider</p> <p>⇒ Cela peut-être un défi pour un prochain devoir : essayer une nouvelle méthode d'apprentissage !</p>
<p>5 minutes</p> <p><b>Synthèse</b></p>		
<p>5 minutes</p> <p><b>Rituel de fin</b></p>	<p>Ajouter la bulle correspondant à la séance 8 au Poster A3</p> <p>Distribuer les documents  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 : « Comment présenterais-tu Explo'Santé autour de toi ? Dessine, écris, découpe, fais ce qu'il te plaît ! Puis demande à tes proches de décrire Explo'Santé en un mot, une expression ! »</p>	<p>⇒ <a href="#">Bulle Séance 8</a> + Patafix</p> <p>⇒ Distribution des fiches :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Séance 8 – Nous avons vu :</a></li> <li>- <a href="#">Séance 8 – Activité maison.</a></li> </ul>