**Séance 3**La marche exploratoire

|  |  |
| --- | --- |
| Sujet | La marche exploratoire |
| Objectif pédagogique | Découvrir les environnements de l’école en lien avec la santé et le bien-être |
| CPS développée | Capacité d’attention à soi  |
| Eléments requis / Matériel | Disposition de la salle |
| * Sachets des pauses attentionnelles
* Fiche Séance 3 – Act en classe (x nb élèves)
* Bulle Séance 3 (x1)
* *Fiche Conduite de Séance 3 (x1)*
* *Support dur pour permettre d’écrire pendant la marche exploratoire*
* *Fleur des besoins à disposition pour chaque groupe*
 |  |

|  |
| --- |
| Déroulé |
| Temps / Sujet | Guide | Remarques / Actions animateurs |
| 5 minutes**Rituel** | Choisir un rituel de démarrage (avec ou sans les élèves) parmi les ressources proposées |  |
| 2 minutes | Retour sur séance 2 sur les 3 types d’environnements |  |
| 3 minutes**Introduction**  | Rappel CPS développée : capacité d’attention à soi. Attention à soi : c’est être attentif à soi, ses pensées, ses émotions, ses envies, ses besoins, ses sensations ici et maintenant.C’est ce qu’on va faire aujourd’hui par ce qu’on appelle une marche exploratoire. |  |
| (30min 10+20) **Act 1 : Marche exploratoire**  | Consignes(10 min) : les élèves vont devoir aller dans les lieux clés de l’école pour les observer :* L’entrée de l'école
* L’intérieur du bâtiment
* La classe
* La cour
* Les toilettes

(Bonus cantine ou autre salle en fonction de l’école et du temps). Eventuellement demander en amont à l’enseignant s’il y a un lieu qu’il est nécessaire d’observer.   Demander aux enfants les lieux de l’école. Quels sont les lieux importants à explorer ?Si possible faire deux groupes pour réduire l’effectif pendant l’exercice : un groupe avec la chargée de prévention et un avec l’enseignant (à adapter en fonction de l’effectif de classe). Retracer des chemins empruntés par l’élève :  * Un groupe qui fait le chemin depuis l’arrivée à l’école (partir de l’entrée de l’école jusqu’à la classe)
* Un groupe qui fait le chemin depuis le début de la récréation (partir de la classe)

Distribuer une feuille par enfant, sur laquelle il y a :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | Bon pour ma santé / ce qui me fait me sentir bien  | Ce qui j'aimerais améliorer pour me sentir bien  |
|  L’entrée de l’école   |   |   |
| L’intérieur du bâtiment   |   |   |
| La classe   |   |   |
| La cour  |   |   |
| Les toilettes  |   |   |
| Autre  |   |   |

 Temps d’exploration (20min)  | **Matériel** : support pour permettre aux enfants d’écrire Garder les traces écrites pour le conseil d’école par exempleLiens avec la fleur des besoinsSécurité : entrée d l’écoleToilettes : besoins physiologiques |
| 3 minutes**Pause attentionnelle** | Pause attentionnelle de retour au calme |  |
| 20 minutes**Restitution en lien avec l’activité maison** | Restitution en lien avec l’activité maison Noter au tableau ou projeter un tableau prérempli et relever les réponses des élèves ; faire le lien avec ce qu’ils ont mis dans leur activité maison “pense à ton école idéale. Décris-là ou dessine-là et réfléchis à quels besoins elle répond”. Valoriser ce qui est bon et déjà làIl est possible d’agir pour améliorer ces environnements. (En dehors des séances Explo’Santé) | Se servir de ce qui est repéré par les élèves pour faire remonter le diagnostic en conseil d’école. Et leur dire qu’ils peuvent être acteurs de certains changements : prendre un exemple concret (vidéo par exemple) et leur dire que c’est à travailler avec la classe et l’enseignants s’ils le souhaitent, avec notre soutien. Eventuellement proposer une exposition à la mairie de l’école idéale (à proposer aux enseignants)  Point vigilance : On pourra relayer vers la mairie mais rappeler qu’on ne pourra peut-être pas changer les choses. Cependant, les élèves pourront être force de proposition pour faire changer les choses.**Prolongement pour l’enseignant** : Se saisir des idées des enfants pour éventuellement rédiger une lettre au conseil d’école ou au Maire, etc. |
| 5 minutes**Bonus :** **Rappel fleur des besoins**  | Voyez-vous un lien entre la marche exploratoire d’aujourd’hui et vos avec vos besoins ? | Avoir la fleur des besoins pour y faire référence si on a le temps |
| 10 minutes**Rituel de fin** | Chaque fin de séance se présente de la même manière :* Feedback de la séance en lisant et en complétant ensemble la fiche Séance (*Ce que nous avons vu*) ;
* Faire le rituel de gratitude ;
* Présentation et explication de l’activité à la maison.

« Fais une marche en conscience pour aller ou rentrer de l’école. » Sur le trajet entre la maison et l’école, inviter les enfants et leurs parents à user de leur 5 sens et à repérer toutes les odeurs, images, sons… environnants agréables ou désagréables. »Demande à tes parents de compléter leur partie.* Ajouter la bulle correspondant à la Séance 3 au poster affiché en classe.
 |  |