



Séance 10

Savourer les expériences agréables et les partager

Sujet	Bilan de la séquence CM1
Objectifs pédagogiques	Repérer et exprimer ce que le programme leur a apporté S'exprimer de manière claire, savoir valoriser et/ou exprimer des critiques constructives
CPS développées	CS1 - Communiquer de façon constructive : CS1-2 communication efficace

Eléments requis / Matériel	Disposition de la salle
○ Système de fixation (aimant/scotch/patafixe) ○ Séance 10 - Outil pédago Arbre Explo Santé (sur feuille/carton A2 ou A3) ○ Post-it de différentes couleurs (x2/élève) ○ Bulle séance 10 ○ Diaporama séances (facultatif) ○ Goûter (facultatif)	

Déroulé		
Temps / Sujet	Guide	Remarques / Actions animateurs
Rituel de début 10 min Au choix parmi les outils proposés.	Au choix parmi les outils proposés.	
Introduction 5 min	Demander aux enfants ce que nous avons vu la séance dernière => comment peut-on atteindre nos objectifs : petits pas, pensées positives, en trouvant sa technique d'apprentissage et son environnement favorable à cela (calme, musique, soutien, aide des autres etc.) Dans cette séance l'idée est d'apprendre à communiquer de manière efficace (CPS) : - Entre nous pour exprimer notre vécu d'une même expérience ;	⇒ Les enfants s'expriment librement Pour cette dernière séance de la séquence CM1, il est possible de préparer un diapo photo pour aider à se remémorer toutes les séances. Un temps convivial de goûter peut être envisagé. Une photo collective peut être prise à l'issue de la séance.
Retour travail à la maison 10 min	Demander à quelques volontaires de partager le travail à faire à la maison : « <i>Comment présenterais-tu Explo'Santé autour de toi ?</i> »	
Activité 2 Bilan Explo'Santé 30 min	Tout au long de cette séquence nous avons expérimenté un rituel pour savourer. Savourer est un processus que les personnes activent, pour : - Se remémorer des expériences - Se connecter à l'expérience en cours (c'est ce qu'on a fait les rituels de début et de fin de séance cette année) - Anticiper les futurs événements Post-it n°1 : <u>Se remémorer des expériences :</u> Noter ce que tu as aimé dans Explo'santé (pour se remémorer les expériences positives et passées d'Explo'santé) Post it 2 : <u>Anticiper les futurs événements :</u>	⇒ <u>Séance 10 - Outils pédago Arbre Explo Santé A3</u> 

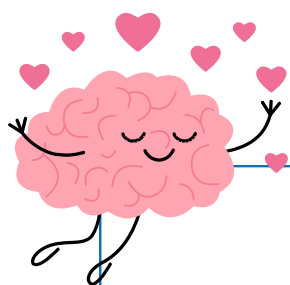
	Qu'aimerais-tu retrouver ou trouver dans Explo'santé l'année prochaine (pour anticiper les événements futurs) Chaque enfant vient coller ses Post-it autour de l'arbre (comme des feuilles). Ceux qui veulent s'exprimer le peuvent.	⇒ <u>Post-it</u> – utiliser plusieurs couleurs pour que cela se voit mieux sur l'arbre !
Pause attentionnelle	En fonction du besoin du groupe proposer une pause attentionnelle.	Pause attentionnelle
Rituel de fin 15 min	Demander aux élèves ce qu'ils retiennent de la séance et comment ils résumeraient en quelques mots ce qu'ils ont retenu. Faire un petit discours de félicitations, leur donner notre ressenti sur les séances avec eux. Mettre en avant l'importance de se connaître, de connaître ses émotions, de les gérer, des CPS au sens large dans sa vie dans la relation avec les autres. L'expérience sera prolongée avec les CM1 lorsqu'ils seront en CM2, avec pour thématique « Ma santé et mon environnement ». Chaque séance se termine de la même manière. - Lecture de la fiche “Ce que nous avons vu” Les mots à faire deviner et compléter sont : Agréables, expériences, efficace, psychosociales - Rituel de fin : SAVOURER Rappeler aux élèves ce que veut dire « savourer ». C'est porter son attention sur une chose appréciée à un moment donné, en le notant par exemple. “Dans ma journée, j'ai aimé... parce que...” Colorier ensemble la bulle de la CPS travaillée. Ajouter la bulle au poster	⇒ <u>Bulle séance 10</u> ⇒ <u>Séance 10 – Nous avons vu + Schéma final</u> 10 Savourer les expériences agréables et les partager Ce que nous avons vu : • Durant cette année et cette séance nous avons appris à savourer les moments • Cette pratique peut se faire avant, pendant et après un événement agréable : ➢ Avant : Se remémorer des ➢ Pendant : Se connecter à l'expérience en cours ➢ Après : Anticiper positivement les futurs événements • CPS : Communiquer de façon c'est être capable de formuler ses idées de manière claire, de valoriser ou de produire des critiques constructives. • Cette année, grâce à Explo'santé : nous avons découvert l'importance de mieux nous connaître, de connaître nos émotions afin de mieux vivre ensemble et de préserver notre santé à travers les Compétences Mon rituel de fin de séance SAVOURER un moment... Dans ma journée, j'ai aimé Parce que Point de vigilance pour les élèves qui ne vont pas bénéficier des autres séquences pédagogiques 



Ce que nous avons vu :

- Durant cette année et cette séance nous avons appris à savourer les moments
- Cette pratique peut se faire avant, pendant et après un évènement agréable :
 - Avant : Se remémorer des
 - Pendant : Prendre conscience de ce qui se passe maintenant
 - Après : Anticiper positivement les futurs évènements
- **CPS : Communiquer de façon c'est être capable de formuler ses idées de manière claire, de valoriser ou de produire des critiques constructives.**
- Cette année, grâce à Explo'santé : nous avons découvert l'importance de mieux nous connaître, de connaître nos émotions afin de mieux vivre ensemble et de préserver notre santé à travers les Compétences

Mon rituel de fin de séance



SAVOURER un moment...

Dans ma journée, j'ai aimé

.....

.....

Parce que

.....

.....

