

CONNAISSANCE DE SOI / CONNAISSANCE DE L'AUTRE

1. Présentation du projet et du cadre – 5 min
2. : Regroupement - 15 min
3. La pelote de laine - 15 min
4. : Se lève qui - 15 min
5. Débriefing classe entière - 10 min

OBJECTIFS CPS : LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Compétences cognitives : Auto-évaluation : connaître ses goûts, avoir conscience de soi.

Compétences émotionnelles :

Compétences relationnelles : Savoir se positionner dans le groupe

Matériel : Une pelote de laine ou de fil.

Lieu suggéré : Salle avec un espace libre permettant de se déplacer.

Effectifs : xx

PRESENTATION DU PROJET & CADRE (10 MIN)

Pourquoi on est là tous ensemble ?

Vous le savez peut-être on sera ensemble 4 matinées et vous allez vite le comprendre, ces séances ne sont pas des cours ! Le principe de base, c'est la participation active ! Nous allons faire des jeux, avoir des discussions, expérimenter des compétences qui pourront vous servir tout au long de votre vie : c'est un temps et un espace où vous pourrez parler de choses diverses.

Lors de ces séances, nous sommes là pour faciliter les échanges et découvrir des compétences, sans jugement et sans évaluation.

Pour que tout le monde se sente dans les meilleures conditions pour expérimenter (ce n'est pas un cadre habituel), il est nécessaire qu'on ait des « règles » de base. Lesquelles à votre avis ?

La bienveillance, le respect envers soi et les autres, et la confidentialité sont essentiels et doivent être ajoutés par l'animateur s'ils ne sont pas évoqués par les jeunes.

Il est important de vérifier que tout le monde soit bien d'accord avec ces règles, et que chacun puisse s'autoriser à y faire référence au cours de l'activité si elles ne sont pas respectées.

ACTIVITE 1 « LES REGROUPEMENTS » (10 MIN)

Regroupement 1

Inviter les élèves à constituer une chaîne rangée en ordre alphabétique avec la première lettre de notre prénom.

Consigne illustrée par le déplacement de l'adulte :

Par exemple je m'appelle Alice, donc je vais me mettre au début de la chaîne.

Une fois au début de la chaîne je vais demander à ceux qui sont aussi au début de la chaîne leur prénom pour savoir s'ils se situent avant moi ou après moi. Par exemple Adrien sera devant moi dans la chaîne car le D d'Adrien est avant le L d'Alice.

Regroupement 2

Dans le même ordre d'idée, nous allons former une chaîne où nous serons rangés les uns à côté des autres en fonction de notre mois de naissance. On commencera par janvier et finira par décembre.

Consigne illustrée par le déplacement de l'adulte :

Par exemple je suis née en décembre, je me mets au bout de la chaîne.

Débriefing de l'activité :

- Avez-vous aimé cette activité ? Était-ce agréable ?
- C'était facile ? difficile ? Pourquoi ?
- Qu'est-ce qu'on a fait avec cette activité ?
 - La notion d'identité avec le prénom
 - S'exprimer devant les autres
 - Bouger
 - Le sentiment de cohésion, d'appartenance à un groupe
 - S'écouter et partager des points communs
 - Le processus d'organisation utilisé par les participants

ACTIVITE 2 : « LA PELOTE DE LAINE » (20 MIN)

Inviter les enfants à déplacer les chaises de la salle pour former un cercle fermé.

Avec la méthode de la réflexion silencieuse (2 minutes), chaque élève est invité à trouver, **dans sa tête**, une chose qu'il **sait particulièrement bien faire**.

Une première personne va exprimer tout haut quelque chose qu'elle sait très bien faire, puis elle appelle quelqu'un du groupe par son prénom, une fois que la personne c'est reconnue, elle pourra lui envoyer la pelote de laine en faisant bien attention de garder l'extrémité du fil dans la main lance à un autre élève la pelote de laine, en maintenant l'extrémité du fil dans sa main. La personne qui vient de recevoir la pelote exprime une de ses

compétences, puis lance la pelote à un autre élève après avoir entouré ses doigts d'un bout de laine. Répéter ceci, jusqu'à ce que chaque élève ait exprimé quelque chose qu'il sait très bien réaliser.

Je vous conseiller d'écouter avec attention ce que les camarades disent (écouter surtout ce que le camarade précédent dit) car ensuite nous allons rembobiner la pelote de laine !

Consigne illustrée par le déplacement de l'adulte :

1. Je commence en disant « je sais bien faire des origamis »
2. J'appelle Charlotte
3. Je vois qu'elle m'a entendu et qu'elle est prête à recevoir la pelote.
4. Je garde l'extrémité et je lui envoie la pelote.

Et ainsi de suite.

Rembobiner, alors, la pelote très méthodiquement : l'élève qui a la pelote en main la renvoie au camarade précédent en exprimant la compétence que **ce camarade avait exprimée.**

Continuer ainsi jusqu'au premier élève qui a lancé la pelote et qui, lui, dit la compétence du dernier, celui qui a commencé le processus de rembobinage.

Débriefing de l'activité :

- Avez-vous aimé cette activité ? Était-ce agréable ? facile ? Pourquoi ?
- Quelles impressions ont-ils eues en exprimant leurs compétences ?
- Ont-ils découvert pour certains camarades leurs compétences, qu'ils ignoraient ?
- Qu'avez-vous observé dans cette activité ? (forme toile d'araignée, etc.)
- A votre avis à quoi sert cette activité ?
 - o se découvrir et découvrir l'autre
 - o exprimer une de ses compétences
 - o écouter l'autre
 - o prendre conscience des aspects positifs que chacun porte en soi et apporte au groupe
- Et dans la vie de tous les jours, à quoi ça sert ?

ACTIVITE 3 : SE LÈVE QUI

Consigne : « Je vais vous demander de rechercher dans votre tête 2 personnes de la classe.

La première personne sera celle dont vous vous sentez le plus proche (ressemblances)

La deuxième personne sera celle qui vous semble la plus éloignée de vous (différences).

Vous y réfléchissez et vous gardez ces deux noms secrets. »

Maintenant, je vous propose que chacun ferme ses yeux.

Ensuite je vais vous demander de vous avancer d'un pas en avant si l'affirmation que je vais lire vous correspond.

Vous pourrez ouvrir les yeux une fois que je vous l'aurais signalé.

Liste :

- J'aime l'été
- Je suis venue à l'école à pieds
- J'aime l'école

- J'aime prendre du lait au petit déjeuner
- Je déteste qu'on se moque de moi
- J'ai déjà eu honte
- J'aime les surprises
- J'aime danser
- J'aime manger des glaces
- J'aime lire
- J'aime jouer à des jeux de sociétés
- J'aime l'odeur de l'automne
- J'aime les chiens
- J'aime la couleur rose

Débriefing de l'activité :

- Etait-ce agréable ? facile ? Pourquoi ?
- Est-ce que le fait de fermer les yeux vous a aidé ?
- La personne que vous croyiez être très différente de vous s'est-elle avancée en même temps que vous ? Souvent ?
- Qu'est-ce qu'on a fait avec cette activité ?
 - S'affirmer devant les autres
 - Bouger
 - Partager des points communs, des passions communes

Bilan de la première séance :

Qu'en avez-vous pensé ? Comment vous-êtes-vous sentis ?

Qu'avez-vous découvert / appris aujourd'hui ?