Reprendre la classe après le confinement

UN GUIDE D'ACTIVITES POUR MOBILISER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES DES ELEVES DU 1ER DEGRE :

1. REVIVRE ENSEMBLE
2. LE VECU PENDANT LE CONFINEMENT
3. LES EMOTIONS

AVRIL 2020

IREPS Bretagne
Association soutenue par l'ARS Bretagne

La distance imposée par le confinement a rompu brusquement le lien social pourtant indispensable aux apprentissages. Les enfants et les adultes vont vivre un moment de retrouvailles où chacun va devoir retrouver ses marques : les rituels d'accueil, les règles de vie de la classe…

L'IREPS Bretagne vous propose ici une sélection d'activités permettant de renouer le lien avec chacun et renouer avec l'esprit de groupe que vous aviez créé, tout en tenant compte des gestes barrières qui s'imposent à nous dans ce moment.

Nous appuyant sur les informations disponibles au moment où nous écrivons ces lignes et dans un contexte évolutif, il nous semble nécessaire de rappeler qu'il est important que vous, les enseignants, continuiez de vérifier que les activités et consignes prévues dans ce guide (par exemple, la circulation de documents) restent compatibles avec les indications données par l'Education Nationale.

Bonne classe à vous et aux enfants !

(Pour gagner du temps vous pouvez cliquer sur chaque item de cette table des matières)

Table des matières

Pourquoi ce document ? 4

Les compétences psychosociales dans le cadre du retour à l'école post-confinement 5

Les activités 6

« Re »vivre ensemble 7

Objectifs des séquences : 7

Activités pour les élèves de Cycle 1 8

La mascotte de votre classe 8

Le jeu de la pelote/de la ficelle (inspiré de l'OCCE) 10

Le jeu du cache-cache (inspiré de l'OCCE) 12

La ronde des goûts (inspiré de l'OCCE) 13

Activités pour les élèves de Cycle 2 et Cycle 3 14

Le portrait chinois 14

La « carte d'identité » 17

Le vécu pendant le confinement ____ **19**

Objectifs des séquences : ____ 19

Activités pour les élèves de Cycle 1 ____ 20

« Robin est confiné à la maison » ____ 20

Activités pour les élèves de Cycle 2 ____ 23

Mon héroïne, c'est toi ____ 23

Activités pour les élèves de Cycle 3 ____ 25

Le blason au temps du confinement (inspirée du Cartable des CPS) ____ 25

Les émotions ressenties pendant le confinement ____ **29**

Objectifs : ____ 29

Activités pour les élèves de Cycle 1 ____ 30

« Robin est confiné à la maison » (planches consacrées aux émotions) ____ 30

Activités pour les élèves de Cycle 2 et Cycle 3 ____ 33

Mon héroïne c'est toi (les émotions) ____ 33

Pour aller plus loin ____ **37**

Productions de l'IREPS sur CPS : ____ 37

Le Covid expliqué aux enfants : ____ 37

Vos contacts à l'IREPS Bretagne ____ **38**

Antenne des Côtes d'Armor ____ 38

Antenne du Finistère ____ 38

Antenne de l'Ile et Vilaine ____ 38

Antenne du Morbihan ____ 38

Pourquoi ce document ?

En Bretagne, l'IREPS (Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé) accompagne des établissements scolaires du premier degré au développement des compétences psychosociales [1] [2] des enfants. Ces compétences sont travaillées en lien avec les apprentissages pédagogiques et dans des activités spécifiques, en individuel ou en collectif. Elles permettent par exemple, l'expression des émotions, la gestion des conflits, une meilleure communication… Elles contribuent ainsi à améliorer la santé globale et la réussite éducative des élèves.

Dans le contexte particulier d'épidémie au COVID-19, l'IREPS a souhaité proposer aux enseignants.es des pistes pour faciliter le retour en classe en tenant compte des effets du confinement et de leurs liens avec le développement des compétences psychosociales.
La propagation de l'épidémie et le confinement ont eu un impact sur les habitudes, l'équilibre de chacun. Le vécu de la situation est différent pour chaque individu et dépend surtout des conditions dans lesquelles chaque enfant a été amené à vivre la situation (logement, cadre de vie, l'équipement informatique, deuil et maladie de proches…)

Il semble donc essentiel de permettre aux enfants d'exprimer ce qu'ils ont ressenti et vécu pendant cette période et de mettre en avant les stratégies et les compétences psychosociales mobilisées.

[1] **Vous trouverez plus d'informations sur les compétences psychosociales sur le portail documentaire de l'IREPS** https://www.infodoc-promotionsantebretagne.fr/dyn/portal/index.seam?aloId=16329&page=alo
[2] **Une capsule vidéo de présentation des compétences psychosociales est disponible :** https://youtu.be/L76E8JEdlAM

Les compétences psychosociales dans le cadre du retour à l'école post-confinement

Les compétences psychosociales (CPS), selon la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé, **« sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif qui lui permet d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion d'interactions avec les autres, sa culture et son environnement »**.

Au cours de cette période que nous traversons, les enfants et les adultes sont fortement éprouvés et amenés à mobiliser quotidiennement des compétences pour gérer le stress, trouver des solutions à leurs problèmes, accueillir leurs émotions… Cela ne se fait pas toujours sans difficulté.
Pour les enfants, deux mois de confinement correspondent à la durée d'une période de congé estivale, sans qu'il s'agisse dans ce cas de vacances. Ce retour à l'école est une nouvelle transition entre l'environnement familial et l'environnement scolaire. Il s'agit, pour tous, de retrouver le rythme de l'école, reconstruire un sentiment d'appartenance avec les autres élèves, en adoptant des gestes barrières.

Ce document s'organise autour de trois objectifs :

- Permettre aux enfants de renouer plus aisément avec la dynamique de groupe et de classe,
- Soutenir les échanges sur ce que les enfants ont vécu, ressenti durant cette période de confinement,
- Partager les difficultés rencontrées et les compétences mises en œuvre pour faire face aux situations vécues

La mise en œuvre des gestes barrières est traitée de façon transversale tout au long du document.

Les activités

Pour chaque cycle, « des outils et supports d'animation » vous sont proposés. « Des questions » associées à l'animation permettront un retour réflexif, ainsi les enfants pourront s'exprimer et prendre conscience de ce qu'ils ont vécu, des différentes stratégies mises en œuvre.

Pour mémoire, afin de faciliter vos échanges, il est toujours recommandé de rappeler les règles de communication dans le groupe :

- Respect dans les échanges
- Le droit de ne pas s'exprimer
- Ce qu'on échange dans le groupe reste dans le groupe,
- …

	Cycle 1	**Cycle 2**	**Cycle 3**
Revivre ensemble	La mascotte de votre classe Le jeu de la pelote/de la ficelle Le jeu du cache-cache La ronde des goûts	La carte d'identité Le portrait chinois	La carte d'identité Le portrait chinois
Le vécu pendant le confinement	Robin est confiné à la maison	Mon héroïne c'est toi	Le blason
Les émotions ressenties pendant le confinement	Robin est confiné à la maison (les émotions)	Mon héroïne c'est toi (les émotions)	Mon héroïne c'est toi (les émotions)

Les gestes barrières sont évoqués dans le document et une trame de questionnement vous est proposée.

Des ressources « pour aller plus loin » seront également citées.

« Re »vivre ensemble

Objectifs des séquences :

- Ré-apprendre à mieux se connaître et à mieux connaître les autres
- Renforcer la cohésion de groupe
- Renforcer le sentiment d'appartenance à un groupe
- Répondre aux besoins de mouvement des plus jeunes notamment

Activités pour les élèves de Cycle 1

La mascotte de votre classe

Niveaux : Toute petite section, petite section, moyenne section, grande section

Objectif : Reprendre des rituels

Consigne :
Pour accueillir les enfants, l'enseignant peut faire parler cette mascotte sur :

- Sa satisfaction de les retrouver : « Comme je suis content.e de vous retrouver ! Comme vous m'avez manqué ! » ;
- Sur les enfants qui manquent (reconstituer la classe avec les photos des absents) « Mais vous n'êtes pas tous là ! Pouvez-vous m'aider à trouver qui nous manque ? » ;
- Sur les conditions de ce retour et les gestes barrières que vous allez appliquer dans la classe et que les enfants doivent comprendre : « Vous savez pourquoi on ne peut pas encore être tous ensemble ? »

Retour réflexif :

Reposer la mascotte
« Et vous ? Est-ce que … (nom de la mascotte) vous a manqué ? »
« Qui d'autres vous a manqué pendant qu'on était chez soi ? »
« Depuis combien de temps on ne s'est pas vus ? » (Présenter une frise avec le jour du départ et le jour du retour) ?

Préciser aux enfants comment ils ont été choisis pour revenir à l'école :

- par ordre alphabétique ;
- parce que les papas et mamans travaillent auprès de personnes malades ;
- parce que pendant la continuité pédagogique, pour plein de raisons, on n'a pas pu leur faire un petit signe et continuer d'apprendre des choses ensemble.

A partir de ce que les enfants auront dit sur « qui vous a manqué », résumer en expliquant que ce qui a beaucoup manqué pendant que nous n'étions pas à l'école, c'est de se voir et de jouer, travailler, rigoler ensemble, comme avant quand on se voyait tous les jours à l'école, parce qu'on fait partie du même groupe classe et que nous étions habitués à nous retrouver.

Recenser ce qui a permis de rester en lien pendant le confinement : l'école à la maison, les petits messages de maitre.esse, les visioconférences, les échanges téléphoniques entre enfants de l'école, se voir à la fenêtre… .

Vous souvenez-vous de ce que … (nom de la mascotte) nous a dit que nous devions faire pour se protéger et protéger les autres ?
Reprendre les gestes barrières évoqués par la mascotte et les préciser ou se mettre en situation dans la classe.

Le jeu de la pelote/de la ficelle (inspiré de l'OCCE)

Niveaux : Moyenne section, grande section

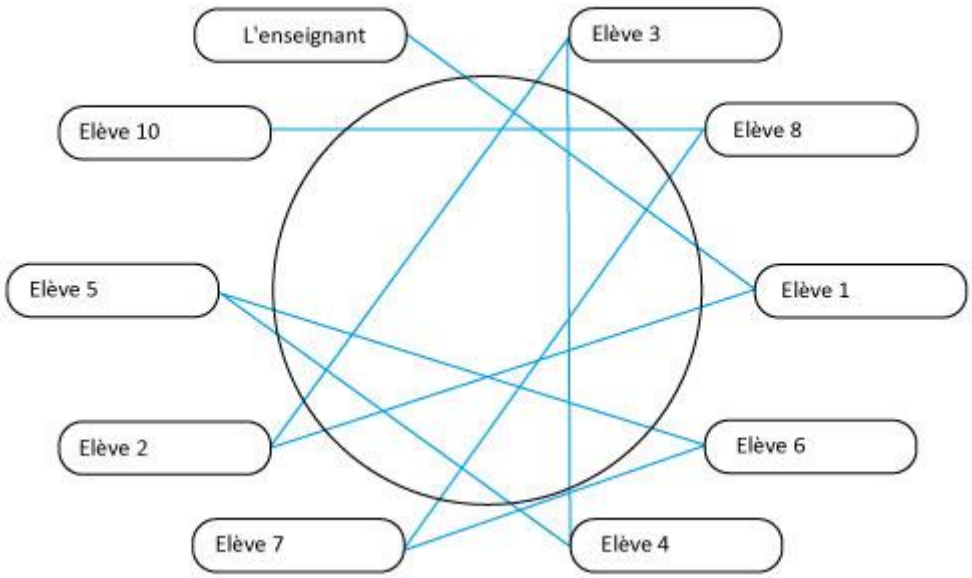
Objectifs : Renouer les liens et réactiver la coopération

Consignes :

Habituellement le jeu de la pelote est réalisé avec une pelote de laine. En raison des mesures sanitaires, l'activité est ici transposée sur un tableau ou une feuille de papier.
Les élèves se mettent en cercle.
L'enseignant.e écrit au tableau (ou sur une feuille A2, un paperboard) le nom des élèves qui forment le cercle et donne une des consignes ci-dessous.
L'enseignant trace progressivement le trajet qu'aurait fait la laine si les enfants se passaient réellement la pelote.

Exemples de consignes :

- Consigne 1 : « je suis content de vous retrouver parce que … »
- Consigne 2 : « ce qui m'a manqué de l'école, c'est ... »



Il donne la parole à un élève qui énonce la phrase liée à la consigne, puis, l'élève passe à son tour la parole à un autre élève et ainsi de suite, de sorte que lorsque chaque enfant a parlé, une toile se soit formée. Au fur et à mesure que les élèves prennent la parole le maitre tisse les liens entre les prénoms des élèves au tableau (cf. schéma ci-dessus) pour tisser une toile entre les élèves.

Retour réflexif global :

« Qu'est-ce que nous avons sous les yeux ? » (Insister sur la qualité de cette toile, sur le fait d'être tous relié.e.s,…)

Retour réflexif pour la consigne 1 :

« On a bien entendu pourquoi chacun.e était content de revenir à l'école, vous vous souvenez ? (reprendre les propos de chaque enfant)

Retour réflexif pour la consigne 2 :

« On a bien entendu tout ce qui avait manqué à chacun.e, pendant que nous n'étions pas dans l'école, vous vous souvenez ? (reprendre les propos de chaque enfant)

Résumer en expliquant que ce qui a beaucoup manqué pendant que nous n'étions pas à l'école, c'est de se voir et de jouer, travailler, rigoler ensemble, comme avant quand on se voyait tous les jours à l'école, parce qu'on fait partie du même groupe classe et que nous étions habitués à nous retrouver.

Recenser ce qui a permis de rester en lien pendant le confinement : l'école à la maison, les petits messages de maitre.esse, les visioconférences, les échanges téléphoniques entre enfants de l'école, se voir à la fenêtre.

Le jeu du cache-cache (inspiré de l'OCCE)

Niveaux : Toute petite section, petite section, moyenne section, grande section

Objectif : Se retrouver

Consignes :

L'enseignant.e demande aux enfants de se déplacer partout dans la salle, ou dans la cour, au son de la musique. Lorsque l'enseignant.e arrête la musique, les enfants doivent s'accroupir et se cacher les yeux.
L'enseignant.e cache alors un enfant (ou plus si il y a plusieurs cachettes possibles) derrière un paravent ou un meuble, une porte, …

À son signal, les autres enfants ouvrent les yeux et doivent deviner qui se cache.

Retour réflexif :

Faire un retour au calme. Les enfants forment un cercle. Ils s'assoient, posent leurs mains sur les genoux et l'enseignant leur demande de faire quelques grandes respirations avant de parler ensemble du jeu :

« Est-ce que vous avez aimé ce cache-cache ? » ;

« Est-ce que c'était facile de retrouver qui était caché ? » ;

« Est-ce qu'on a eu du mal à se souvenir des prénoms ? »

« Pourquoi on a pu oublier des prénoms ? » ;

«Depuis combien de temps on ne s'est pas vus ? »

(Présenter une frise avec le jour du départ et le jour du retour)

La ronde des goûts (inspiré de l'OCCE)

Niveaux : Moyenne section, grande section

Objectifs : Retrouver les points communs avec les autres et exprimer ses goûts devant les autres.

Consignes :

Les enfants et l'enseignant.e forment un cercle (en respectant les gestes barrières et de distanciation sociale). L'enseignant commence.

Ex : « Ceux qui comme moi aiment le chocolat avancent d'un pas. ». Les enfants qui aiment le chocolat avancent d'un pas.
L'enseignant.e fait préciser aux enfants qui l'ont rejoint au centre du cercle
Combien sommes-nous ?
Quel chocolat chacun préfère-t-il ? (blanc, noir, lait, avec des noisettes ?...)
Quand est-ce qu'on aime manger du chocolat ?
Pourquoi on aime en manger ? (le goût, le moment … ?)

On se remet en cercle. Puis, chaque enfant volontaire énonce la phrase et propose ce qu'il aime. Cela peut être sur le thème des animaux, des jeux... .
A chaque fois, l'enseignant.e cherchera à faire préciser les goûts exprimés.

Retour réflexif :

« Qu'est-ce qu'on a appris sur chacun de nous ? »
Ce que chacun aime : ses goût, que X aime « le chocolat, la musique », que Y aime « Les albums, Le Loup, les chats ».
Que nous aimons des choses différentes et parfois les mêmes choses.

Activités pour les élèves de Cycle 2 et Cycle 3

Le portrait chinois

Niveaux : CP, CE1-CE2, CM1-CM2

Objectif : Se présenter de façon ludique et imaginative.

Consignes :

Chaque joueur doit dresser son « portrait chinois » sur une feuille de papier, en répondant à des questions posées par l'enseignant.e et débutant toutes par « Si j'étais… ». L'enseignant.e sélectionnera les questions dans la liste ci-dessous, en tenant compte de l'âge des enfants.
Une fois les fiches remplies, l'enseignant.e les ramasse, puis en tire une au hasard et lit les réponses.
Les joueurs.euses doivent deviner le plus rapidement possible qui est décrit par ce « portrait ».
Le joueur.euse dont le portrait est lu ne doit pas s'identifier.
Une fois l'élève identifié par son portrait, on peut lui demander d'expliquer ses choix, et lui donner ainsi l'occasion de se présenter de façon plus complète : « Pourquoi serais-tu un hamster, si tu étais un animal ? »

Variante :
L'enseignant.e mélange les fiches et en distribue une à chaque élève qui doit retrouver l'enfant dont il s'agit.

Questions possibles pour le portrait chinois

Si j'étais un objet, je serais…
Si j'étais une saison, je serais…
Si j'étais un plat, je serais…
Si j'étais un animal, je serais…
Si j'étais une chanson, je serais…
Si j'étais une couleur, je serais…
Si j'étais un dessin animé, je serais…
Si j'étais un fruit, je serais…
Si j'étais un jeu, je serais…
Si j'étais un vêtement, je serais…

Retour réflexif :

« Qu'est-ce que cette activité vous a permis ? »
« Avez-vous découvert ou redécouvert des choses sur chacun de vous ? »
« Qu'est-ce qui vous a surpris ? »

L'enseignant.e insistera sur le fait que certains ont fait le même choix d'animal, de couleur, de saison mais chacun pour des raisons différentes. Ce qui constitue la richesse de cette classe, c'est bien le fait qu'elle soit composée de personnalités singulières.

La « carte d'identité »

Niveaux : CP, CE1-CE2, CM1-CM2

Objectif : se présenter aux autres de façon ludique.

Consignes :

Chaque enfant remplit une carte individuelle d'identité, préparée auparavant par l'enseignant.e qui aura sélectionné les questions dans la liste ci-dessous, en tenant compte de l'âge des enfants.
Lorsque les fiches sont remplies, l'enseignant.e les mélange, puis en tire une au hasard et la lit.
Les élèves doivent identifier la personne concernée le plus rapidement possible. Le joueur dont la carte est lue ne doit pas s'identifier.
Une fois l'élève identifié par son portrait, on peut lui demander d'expliquer ses choix, ou de lui demander des précisions, notamment sur le savoir-faire dont il.elle est fier.e ou sur ce qu'il aime particulièrement dans le livre, la chanson, le film, le plat qu'il.elle a choisi.

Variante :
L'enseignant.e mélange les fiches et en distribue une à chaque élève qui doit retrouver l'enfant.

Questions possibles pour la carte d'identité

Si je devais me décrire avec un mot, ce serait : …
Je suis fière/ fière de savoir-faire : …
Je suis fière/ fière d'être ami avec : …
Mes qualités : je suis …
Ma chanson préférée c'est : …
Mon livre préféré c'est : …
A toi de me trouver !!! Je suis …

Mon film préféré c'est : …
Mon plat préféré c'est : …
La dernière personne que j'ai aidée : …
La dernière personne que j'ai encouragée : …
La dernière personne à qui j'ai dit merci : …

Retour réflexif :

« Qu'est-ce que cette activité vous a permis ? »
« Avez-vous découvert ou redécouvert des choses sur chacun de vous ? »
« Qu'est-ce qui vous a surpris ? »

L'enseignant.e relèvera que cette activité met en valeur, pour chacun :

- des qualités, notamment dans la relation aux autres (personne dont on est fière d'être l'ami.e, dernière personne que l'on a aidée, encouragée, remerciée) ;
- des compétences (les savoir-faire que l'on se connait) ;
- des goûts singuliers (plats, chansons, livres, films préférés).

Cette classe est riche de tout cela.

Le vécu pendant le confinement

Objectifs des séquences :

- Permettre aux enfants de s'exprimer sur la situation vécue, sur le sentiment d'appartenance à la classe et sur le retour à l'école
- Permettre aux enfants d'échanger sur le coronavirus,
- Permettre aux enfants de repérer toutes les activités faîtes chez eux et qui ont été ressources,
- Permettre d'engager le travail sur les émotions
- Permettre d'expliciter et d'accompagner la mise en œuvre des protocoles de protection au sein de l'école : les gestes barrières, le port du masque…

Activités pour les élèves de Cycle 1

« Robin est confiné à la maison »

Niveaux : Toute petite section, petite section, moyenne section, grande section (à séquencer en fonction du niveau des enfants)

Ressources :

« Robin est confiné à la maison » Ado Riana,2020, Paris, illustrations A.G, HappyLivres.
Version imprimable
https://www.cc-acvi.com/wp-content/uploads/2020/04/Robin-est-confin%C3%A9-%C3%A0-la-maison-Ado-Riana.pdf
Vidéo en ligne
https://www.youtube.com/watch?v=jISFFzYeLQ4

Nous vous conseillons d'imprimer le document en format A3 pour qu'il soit visible par tous les enfants à l'image d'un Kamishibai (petit théâtre de papier en Japonais ou de le vidéo-projeter).

Consignes :

L'enseignant.e lit l'histoire (à séquencer et à adapter en fonction du niveau des enfants)

Permettre aux enfants de s'exprimer sur l'histoire et les activités faites par Robin à partir des questions suivantes :

- Comment s'appelle le personnage ?
- Qui sont ses copains d'école (reconnaitre les personnages : les animaux, les fruits, les légumes…)
- Que se passe-t-il pour lui et ses amis ?
- Est-ce que Robin peut encore aller à l'école ?
- Comment il se sent ? Pourquoi est-il triste parfois ? Pourquoi ressent-il parfois de la colère ?
- Est-ce que ça vous rappelle quelque chose ?
- Robin fait des activités chez lui, lesquelles ? Les lister avec les enfants à partir des planches de l'histoire
- Et vous ? Qu'est-ce que vous avez fait ? Est-ce que, comme Robin, vous avez : chanté, écouté de la musique, fait de la peinture, des spectacles, joué à cache-cache… (recenser les activités qui ne sont pas celles qui ont été faites dans le cadre de la continuité pédagogique)
- Quelle activité vous avez préféré faire chez vous ? Pourquoi c'est la préférée ?
- Qu'est-ce que Robin et ses copains pourraient faire comme autres activités ? (compléter la liste de Robin et de ses copains avec celle des enfants).

Nous vous proposons des questions repères spécifiques pour travailler sur les émotions dans la partie suivante : « Parler des émotions ressenties pendant le confinement »

Le point sur les gestes barrières

Reprendre les explications avec les planches concernées et les adapter au niveau des enfants :

- Identifier avec eux les gestes barrières qui vont être mis en œuvre en classe et les expliciter aux enfants :
  - Exercice de lavage des mains par exemple,
  - Des repères pour les distances de sécurité (si j'étends mes bras, es-tu assez loin de moi ?)
  - Qu'est-ce qu'on pouvait faire avant et qu'on ne pourra plus faire pendant quelques temps pour se protéger et protéger les autres du virus ?
  - Quels gestes va-t-on mettre en place ?
  - Qu'est-ce qui est mis en place dans la classe pour qu'on s'en souvienne (les visuels, panneaux …) ?
- Identifier des stratégies pour se soutenir dans l'adoption de ces nouvelles habitudes.
  - Comment fait-on si un enfant oublie parfois ces gestes ? (on lui rappelle gentiment sans crier et sans le montrer du doigt qu'il a oublié quelque chose, on lui montre les visuels…)
  - Expliquer que, dans une journée, on peut oublier et ça va être long de changer nos habitudes ;

Activités pour les élèves de Cycle 2

Mon héroïne, c'est toi

Niveaux : CP, CE1, CE2

Ressources :

Mon héroïne, c'est toi. Comment combattre le Covid-19 quand on est un enfant, écrit et illustré par Helen Patuck pour le Comité permanent interorganisations de l'UNESCO et diffusé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), destiné aux 6-11 ans.

A lire accompagné d'un adulte
https://fr.unesco.org/news/mon-heroine-cest-toi-livre-enfants-face-au-covid-19

Version racontée :
https://www.youtube.com/watch?v=OQhaobfyz6A

Consignes :

- L'enseignant.e lit l'histoire (à séquencer et à adapter en fonction du niveau des enfants)
- Permettre aux enfants de s'exprimer sur l'histoire et les activités faites à partir des questions suivantes :
  - Quels sont les différents personnages ?
  - Que se passe-t-il pour Sara au début de l'histoire ? Peut- elle retourner à l'école ?
  - Quels sont les différents voyages que Sara et Ario ont faits ?
  - Quels sont les règles de sécurités énoncées dans l'histoire? Quels sont les symptômes du coronavirus ? (pour faire un lien avec les gestes barrières qui

sont mis en œuvre en classe, vous pouvez vous référer aux consignes du cycle 1)

- Sara dit que nous pouvons tous être des héros ? Pourquoi ?
- Sasha fait des activités chez elles, lesquelles ? Les lister ensemble
- Et vous ? Qu'est-ce que vous avez fait ? Recenser les activités qui ne sont pas celles qui ont été faites dans le cadre de la continuité pédagogique.
- Quelle activité vous avez préféré faire chez vous ? Pourquoi c'est la préférée ?
- Quels ont été aussi les moments désagréables pour vous ? Qu'est-ce que vous avez fait pour vous sentir mieux ?
- Ario imagine un endroit où il se sent en sécurité. Est-ce que vous pourriez aussi imaginer un endroit où vous vous sentez en sécurité ?

Nous vous proposons des questions repères spécifiques pour travailler sur les émotions dans la partie suivante : « Parler des émotions ressenties pendant le confinement »

Activités pour les élèves de Cycle 3

Le blason au temps du confinement (inspirée du Cartable des CPS[3])

Niveaux : CM1, CM2, 6ème

Consignes :

Partager le sens d'un blason :

- Connaissez-vous les blasons ?
- A quelle période étaient-ils utilisés ?
- A quoi servaient-ils ?

Les Blasons et armoiries du moyen âge rendaient compte de l'identité des personnes, des familles, à partir de symboles. Souvent ils étaient accompagnés de devises. L'enseignant.e peut montrer des exemples de blasons.

Avec cette épidémie de Covid 19, nous vivons une période particulière qui n'est pas encore terminée, et ce temps de confinement a été long. Je vous propose de faire votre blason au temps, non pas des chevaliers, mais du confinement.

- Remettre à chaque élève un blason sur le modèle ci-dessous
- Il y a plusieurs rubriques dans ce blason (les lire ensemble et s'assurer qu'elles sont comprises par tous.es les élèves)
- Vous allez donc écrire dans ce blason, ce que vous avez envie de dire de vous pendant ce confinement
- Lorsque vous aurez terminé, vous pourrez faire découvrir vos blasons aux autres.
- Les élèves peuvent afficher leur blason façon « exposition » avec visite libre des blasons ; soit chacun présente son blason devant le groupe.
- La classe aidée de l'enseignant.e peut faire une synthèse collective pour chaque rubrique qui pourra être affichée sous les blasons concernées. Ainsi au fur et à mesure

[3] **IREPS Pays de Loire** http://www.cartablecps.org

du retour des élèves dans les classes, les absents prendront connaissance du travail de leurs camarades.

Retour réflexif :

- Qu'avez-vous ressenti en réalisant ce blason ? En le présentant aux autres ?
- Qu'est-ce que cette activité vous a permis ?

On peut relever que ce travail permet :

- d'exprimer comment chacun.e a vécu ce moment de confinement,
- d'apprendre à mieux se connaitre soi-même dans une telle situation,
- d'identifier les aspects positifs et négatifs de cette expérience,
- de repérer les priorités de chacun pour finir cette année scolaire.

LES GESTES BARRIERES

S'ils ne sont pas ressortis dans les éléments importants pour bien terminer l'année scolaire ensemble, on identifiera, avec les élèves, les nouvelles règles « bien se protéger pour bien vivre ensemble ».
Quels gestes barrières et principes de précaution vont être appliqués dans l'école ?
Il sera peut-être nécessaire de revenir sur des informations simples à propos du virus pour rappeler leur sens.

(Vous pouvez vous référer aux consignes du cycle 1)

Une phrase pour expliquer
ce que cette période du confinement a été pour moi :

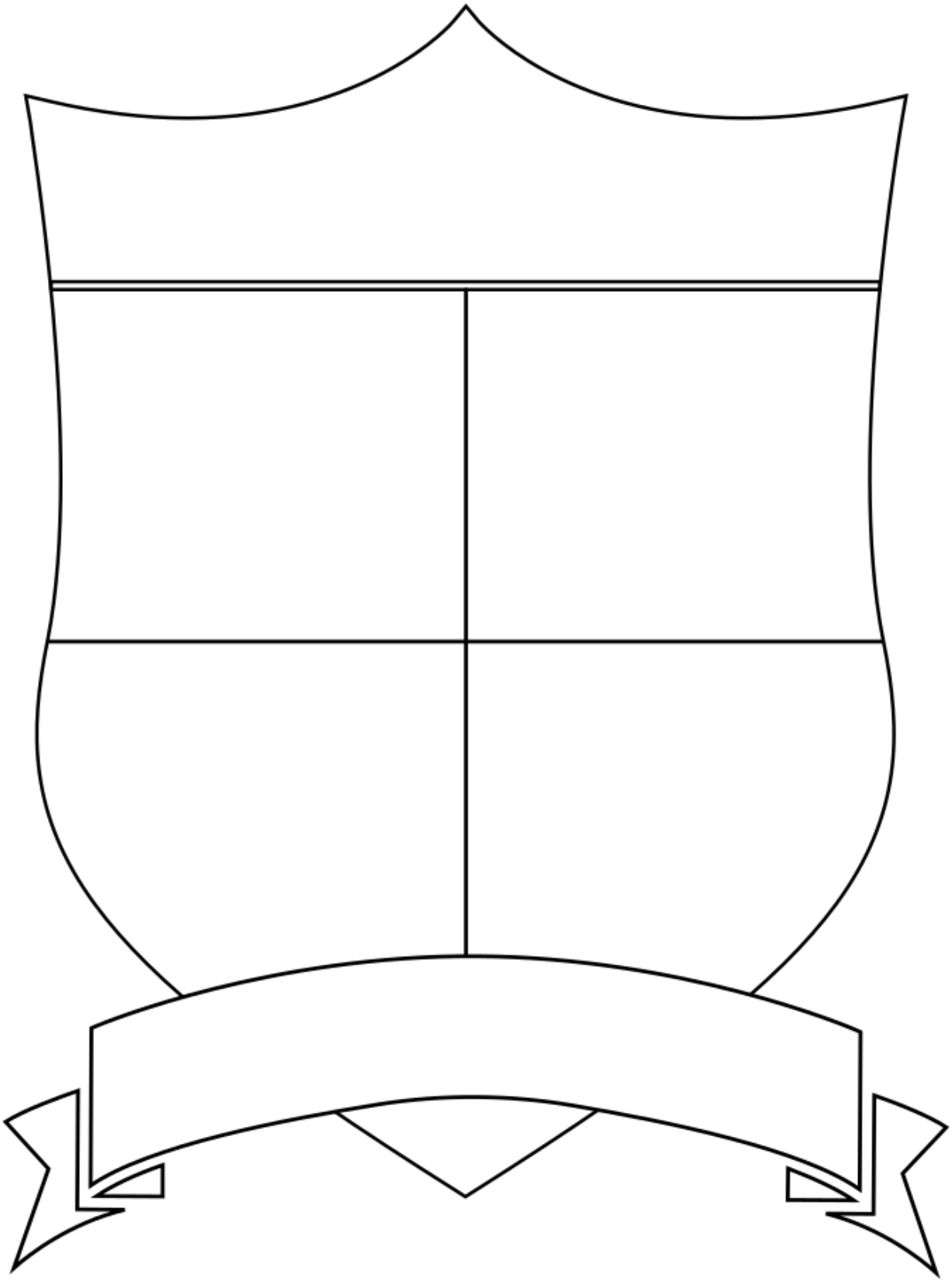
Deux points positifs pendant le confinement (des choses que j'ai apprises à faire ou des qualités que je me suis découvert.e.s …)

Deux points négatifs pendant le confinement (des émotions que j'ai ressenties, des choses qui m'ont manquées …)

Un moment agréable, pendant le confinement ou qui m'a particulièrement intéressé

Un moment désagréable ou qui m'a déplu ou ennuyé

Le plus important pour moi, pour finir ensemble cette année scolaire, c'est



Les émotions ressenties pendant le confinement

Objectifs :

- Permettre aux enfants de verbaliser les émotions vécues pendant cette période
- Partager les différentes ressources et stratégies mises en œuvre pour y faire face et les réguler

Activités pour les élèves de Cycle 1

« Robin est confiné à la maison » (planches consacrées aux émotions)

Niveaux : Petite section, moyenne section, grande section

Consignes :

Utiliser les planches consacrées aux émotions (13 – 14 - 22)

Planche 13 : La tristesse

- Que voit-on sur l'image ?
- Comment sont les têtes des personnages ?
- Comment voit-on qu'ils sont tristes ?
- Comment vous faites un visage triste ?
- A quel moment avez-vous été triste pendant qu'on était obligé de rester chez soi ? Qu'est-ce qui vous rendait triste ?
- Qu'est-ce que vous sentiez dans votre corps ?
- Qu'est-ce que vous vous disiez dans votre tête ?
- Quand on ressent de la tristesse, qu'est-ce qu'on peut faire ?
- Qui peut nous aider à chasser la tristesse ? (recherche de solutions, de ressources)
- Comment on peut aider quelqu'un qui est triste ? (recherche de solutions, de ressources)

Planche 14 : La colère

- Que voit-on sur l'image ?
- Comment sont les têtes des personnages ? Comment voit-on qu'ils sont en colère ?
- Comment vous faites quand vous êtes en colère ?
- Est-ce que vous vous êtes mis.es parfois en colère quand on devait rester chez soi ? Qu'est-ce qui s'est passé et qui vous a mis.es en colère ?
- A-t-on le droit de ressentir de la colère à ce moment-là ? Est-ce agréable ? Comment on se sent ? ça fait quoi dans son corps ?

- Est-ce qu'on peut stopper tout.e seul.e sa colère ? Comment on peut faire ? (recherche de solutions, de ressources)
- Quand quelqu'un est en colère, que peut-on faire pour l'aider à se sentir mieux ? (recherche de solutions, de ressource)

Planche 22 : La joie

- Que voit-on sur l'image ?
- Qu'est-ce qu'il ressent Robin ?
- Comment voit-on qu'il ressent de la joie ?
- Comment vous faites quand vous êtes joyeux, heureux ?
- Pourquoi Robin est-il heureux ? Qu'est-ce qui le rend heureux ? (c'est son anniversaire, il est le roi de la fête, il a des cadeaux, ses copains.es sont avec lui)
- Est-ce qu'il y a des choses qui vous ont rendu joyeux/heureux.se.s pendant qu'on était obligé de rester chez soi ?

Planche 24 : La peur (pas explicitement)

- Que voit-on sur l'image ?
- Dans quoi est le petit garçon ?
- Que fait-il ? C'est quoi les petits points autour de sa bulle ? (aider les enfants à donner du sens : on dirait que les petits points rouges sont un virus, une maladie comme celle qui nous a obligée à rester chez soi avec nos parents, nos frères et sœurs)
- Qu'est-ce qu'il ressent ce petit garçon ? Est-ce qu'il a peur ? De quoi il peut avoir peur ?
- Pendant qu'on devait rester chez soi est-ce que vous avez eu peur d'être malades ? d'attraper le virus ? que papa, maman, vos papis, vos mamies, soient malades à cause du virus ?
- Qu'est-ce qui vous permettait de vous sentir en sécurité ? (la présence d'un parent, le fait de ne pas sortir, d'être prudent quand on sort…)

- Est-ce que c'était une grande ou une petite peur ?
- Est-ce que parfois ça sert à quelque chose d'avoir peur (fuir quand on se sent en danger, se protéger …) ?
- Qu'est-ce qu'il porte, ce petit garçon, pour se protéger ? (on peut revenir sur les gestes barrières)

Activités pour les élèves de Cycle 2 et Cycle 3

Mon héroïne c'est toi (les émotions)

Niveaux : CP, CE1, CE2, CM1, CM2, 6ème

Consignes :

Introduire l'échange avec l'histoire de « Mon héroïne c'est toi »

Les émotions sont évoquées de manière transversale dans l'histoire. « Nous allons essayer de repérer les différentes émotions que Sara et ses amis ont ressenties pendant leur voyage. Est-ce que vous pouvez me citer les différentes émotions que vous avez repérées ? »

Planche 15-16-20-24 : La tristesse

Sara est triste de ne plus revoir ses amis.
Le papa de Sasha est malade.

Ario explique qu'on peut se réfugier dans son lieu sûr quand on est triste.

- Comment voit-on qu'ils ressentent de la tristesse ?
- A quel moment avez-vous été tristes pendant qu'on était obligé de rester chez soi ? Qu'est-ce qui vous rendait triste ?
- Qu'est-ce que vous sentiez dans votre corps ?
- Qu'est-ce que vous vous disiez dans votre tête ?

- Quand on ressent de la tristesse, qu'est-ce qu'on peut faire ?
- Qui peut nous aider à chasser la tristesse ? (recherche de solutions, de ressources)
- Comment on peut aider quelqu'un qui est triste ? (recherche de solutions, de ressources)

Planche 9-17 : La colère (pas explicitement)

Sara est contrariée de ne pas pouvoir aller à l'école et de ne pas pouvoir voir ses amies.
Sasha se dispute parfois avec sa famille.

- Comment vous faites quand vous êtes en colère ?
- Est-ce que vous vous êtes mis.es en colère parfois quand on devait rester chez soi ? Qu'est-ce qui s'est passé et qui vous a mis.es en colère ?
- A-t-on le droit de ressentir de la colère à ce moment-là ? Est-ce agréable ? Comment on se sent ? ça fait quoi dans son corps ?
- Est-ce qu'on peut stopper tout.e seul.e sa colère ? Comment on peut faire ? (recherche de solutions, de ressources)
- Quand quelqu'un est en colère, que peut-on faire pour l'aider à se sentir mieux ? (recherche de solutions, de ressources)

Planche 12-16-17-19 : La joie

Les enfants poussent des cris de joie quand ils voient Ario et Sara.
Sara appelle ses grands-parents.
Salem crie sa joie quand Ario s'envole près des avions.
Sasha éclate de rire, danse et chante.
Kim est heureux de pouvoir jouer avec ses amis.
Sara est heureuse qu'on se protège les uns les autres.
Sara est heureuse de raconter son histoire à sa maman.

- Comment voit-on qu'ils ressentent de la joie ?
- Comment vous faites quand vous êtes joyeux.se.s, heureux.se.s ?
- Pourquoi sont-ils heureux.se.s ? Qu'est-ce qui les rendent heureux ?
- Est-ce qu'il y a des choses qui vous ont rendu joyeux.se.s /heureux.se.s pendant qu'on était obligé de rester chez soi ?
- Est-ce qu'on est tous heureux.se.s des mêmes choses ?
- Est-ce qu'on garde le bonheur pour soi, tout.e seul.e ? => Le bonheur, ça peut se partager !

Planche 10-16- : La peur

Sara a peur des choses qui changent et explique comment elle gère la peur
Leila est inquiète car des personnes peuvent être malades ou mourir
Ario crachent des boules de feu quand il a peur
Ario propose, quand on a peur ou qu'on ne se sent pas en sécurité, d'imaginer un lieu sûr dans sa tête.

- Comment sait-on qu'ils ont peur ? Qu'est ce qui leur a fait peur ?
- Pendant qu'on devait rester chez soi est-ce que vous avez eu peur d'être malades ? d'attraper le virus ? que papa, maman, vos papis, vos mamies, soient malades à cause du virus ?
- Qu'est-ce qui vous permettait de vous sentir en sécurité ? (la présence d'un parent, le fait de ne pas sortir, d'être prudent quand on sort…)
- Est-ce que c'était une grande ou une petite peur ?
- Est-ce que parfois ça sert à quelque chose d'avoir peur (fuir quand on se sent en danger, se protéger …) ?
- Qu'est-ce qu'ils font pour se protéger ? (on peut revenir sur les gestes barrières)
- Que peut-on faire quand quelqu'un a peur ou est inquiet pour le rassurer et le calmer ?

Pour aller plus loin

L'IREPS est un lieu ressource pour tous les professionnels intervenant dans les champs éducatifs, sociaux, sanitaires et qui mettent en œuvre auprès de leur public des actions de promotion de la santé.

Nous vous proposons si vous souhaitez aller plus loin de contacter vos référents départementaux et/ou de prendre connaissance de notre portail documentaire recensant les supports disponibles sur le thème des compétences psychosociales.

Productions de l'IREPS sur CPS :

Lien vers le Portail documentaire :

https://infodoc-promotionsantebretagne.fr/dyn/portal/index.seam?aloId=16329&page=alo

Lien vers une capsule vidéo présentant les compétences psychosociales :

https://promotionsantebretagne.fr/cp/#page-content

Le Covid expliqué aux enfants :

- Comment parler à votre enfant de la maladie à Coronavirus (Covid-19). 8 conseils pour vous aider à protéger et rassurer votre enfant. UNICEF, 03/2020.
- 1 jour 1 actu : L'actualité à hauteur des enfants. Dossier spécial sur le coronavirus Covid-19. Milan, 2020.
- Coronavirus : Expliquer la situation aux jeunes enfants. Hoptoys, 18/03/2020.
- Le Coronavirus : Bande dessinée à imprimer. E. Gravel, 03/2020.
- Le Coronavirus expliqué aux enfants. Supplément Petit Quotidien, Midi Libre, 14/03/2020.
- Le Coronavirus et la transmission des virus. Le P'tit Libé, n°140, 02/2020.
- Coronavirus et gestes barrières expliqués aux enfants. Bayard Presse, 13/03/2020

Vos contacts à l'IREPS Bretagne

Antenne des Côtes d'Armor

106, bd Hoche (locaux de la CPAM) - 22000 SAINT-BRIEUC - 02 96 78 46 99
Accompagnement à la mise en œuvre d'une animation, d'un projet: lydie.gavard-vetel@irepsbretagne.fr
Consultation et prêts des outils pédagogiques sur rendez-vous: pascale.marchetti@irepsbretagne.fr

Antenne du Finistère

9, rue de l'ile d'Houat- 29000 Quimper 02 98 90 11 00
Accompagnement à la mise en œuvre d'une animation, d'un projet: yves.costiou@irepsbretagne.fr
Consultation et prêts des outils pédagogiques sur rendez-vous: flora.carles-onno@irepsbretagne.fr

Antenne de l'Ile et Vilaine

4A, rue du Bignon – 35000 Rennes- 02 99 67 10 54
Accompagnement à la mise en œuvre d'une animation, d'un projet: valerie.lemonnier@irepsbretagne.fr
Consultation et prêts des outils pédagogiques sur rendez-vous: pascale.marchetti@irepsbretagne.fr

Antenne du Morbihan

24, rue Colonel Faure- 56400 Auray – 02 97 29 15 15
Accompagnement à la mise en œuvre d'une animation, d'un projet: maud.begnic@irepsbretagne.fr
Consultation et prêts des outils pédagogiques sur rendez-vous: alexandrine.gandon@irepsbretagne.fr