

# EXTRAITS

## des séquences 1, 2 et 3

### Kit MATERNELLE

#### Trame des kits ELEVES

TEMPS	SEQUENCES	Approche	CONTENU
<b>TEMPS 1</b>  <b>HIER et AUJOURD'HUI</b>  (ce que j'ai vécu)	1	Retrouvailles	CPS Se retrouver, recréer du lien, de la cohésion.
	2	Partage d'expérience sur le vécu	CPS Comment ai-je vécu le confinement ? Quelles ont été les difficultés ? Qu'est-ce qui s'est bien passé ? Qu'est-ce que j'ai vécu de satisfaisant ? Comment je me sens aujourd'hui ?
	3	Partage de questions	Réflexion Quelles questions je me suis posées ? Mes doutes ?
	4	Partage autour des émotions	CPS Introduction sur les émotions (c'est quoi, à quoi ça sert...) Quelles émotions ai-je ressenties pendant le confinement ? Comment je me sens aujourd'hui ?
	5	Nos forces et ressources	CPS Quelles forces et ressources m'ont aidé pendant cette période ?
<b>TEMPS 2</b>  <b>Et MAINTENANT? Pour DEMAIN</b>  (ce que ça m'apporte, nous apporte)	6	Mieux connaître les émotions	CPS Connaître les émotions Savoir identifier ses émotions, celles des autres (empathie) Savoir exprimer ses propres émotions
	7	Réguler les émotions et le stress	CPS Pratiques de l'attention Respiration
	8	La peur, réelle, imaginaire	Réflexion La crise sanitaire du Covid, et ce qu'elle nous dit de la peur.
	9	Les libertés en confinement	Réflexion Quelles expériences ai-je vécues par rapport à la liberté ?
	10	Apprendre à l'école	Réflexion A quoi ça sert d'aller à l'école ? Qu'est-ce qu'on apprend ? Individuellement, collectivement ?
	11	<i>Maternelle</i> Les choses justes, les choses embêtantes	Réflexion Pourquoi, parfois « C'est pas juste » ? Est-ce que c'est injuste ou embêtant ?
		<i>Elémentaire-Collège/Lycée</i> La fabrique à idée	Réflexion Les expériences nouvelles : une occasion pour inventer de nouvelles idées
	12	<i>Maternelle</i> Être heureux	Réflexion Qu'est ce qui rend heureux ? A-t-on pu être heureux pendant le confinement ?
<i>Elémentaire-Collège/Lycée</i> Le changement, la crise, la résilience		Réflexion Le changement, la crise : comment les vit-on ? Faire preuve de résilience pour rendre l'expérience constructive.	

#### Note importante - Avertissement

Ces kits ont été préparés pendant le confinement. Il a été fait le maximum pour tenir compte des contraintes sanitaires connues au moment de la rédaction des kits et pour adapter les séances à celles-ci. Il reste de la responsabilité de l'enseignant ou de toute personne utilisant ces fiches d'adapter sa séance pour qu'elle respecte toutes les réglementations sanitaires en vigueur.



Mallette CPS  
DECONFINEMENT

**Covid'Ailes**

Reprenre son envol après le confinement

# EXTRAIT de la séquence 1

KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 1 ( CPS )	Retrouvailles
Objectif	Se retrouver, recréer du lien

Rituel d'ouverture	<p><b>Choisir dans cette liste <u>un</u> rituel pour l'ouverture. Le reprendre pour les séances suivantes. L'objectif est de ritualiser ce temps d'échange.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Comptine gestuée</u> sur l'air de Frère Jacques : « Nous voici (bis) <i>Gestuelle : mains qui s'ouvrent</i> A l'école, à l'école <i>Gestuelle : les bretelles du cartable</i> Quelle joie d'être là (bis) <i>Gestuelle : mains en l'air qui balaient le ciel</i> Tous ensemble (bis) OU Pour partager (bis) » <i>Gestuelle : main droite qui balaie en montrant les autres enfants</i> <i>(Créée par Emmanuelle Gontier)</i></li> <li>- <u>Ecouter le son</u> d'une clochette, d'un carillon... en faisant 3 grandes respirations</li> <li>- <u>Se frotter les mains</u> et mettre les mains sur les yeux, sur le cœur... et ressentir la chaleur en silence</li> <li>- <u>S'épousseter le corps</u> pour revenir à celui-ci dans le présent</li> </ul> <p><b>Donner l'intention de la séquence :</b> C'est un temps pour reprendre contact avec le groupe, sa place dans le collectif, se donner de l'énergie, libérer des émotions positives, retrouver le plaisir d'être ensemble en classe.</p>	
	Contenu	<p><b>Activité 1</b></p> <p>30 min</p> <p>Source : </p> <p><b>Le jeu de la pelote (version adaptée)</b></p> <p><b>Description :</b> Tisser des liens entre les élèves alors que chacun partage son vécu à travers 2 questions que pose l'enseignant : « <i>Je suis content de vous retrouver parce que...</i> » et « <i>Ce qui m'a manqué de l'école, c'est...</i> »</p> <p><b>Matériel :</b> fiche pédagogique, tableau, craie</p>

KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 1 ( CPS )	Retrouvailles
Objectif	Se retrouver, recréer du lien.

Contenu	Activité 2	1,2,3, WOOP
	10 min	<p><b>Description :</b> Ce jeu se joue par 2 en face à face en respectant les distances sanitaires.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Un enfant dit 1, son camarade dit 2, le premier enfant dit 3. Refaire 2 fois.</li> <li>-Puis, refaire en changeant le 3 par WOOP : le premier enfant dit 1, le deuxième dit 2, le premier dit WOOP au lieu de 3. Refaire 2 fois.</li> <li>-Puis changer le 2 par un geste, taper dans les mains par exemple. Garder le WOOP à la place du 3. Refaire 2 fois.</li> <li>-Terminer en changeant le 1, par une couleur, rouge par exemple. Au lieu de 1,2, 3, on a donc Rouge, Clap, Woop !</li> </ul> <p>NB : 1,2,3 peut être remplacé par autre chose pour les plus petits.</p> <p><b>Matériel :</b> Aucun</p>
Débrief	<p><b>Prendre ce temps important de « retour réflexif » après chaque activité :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quels ont été les points forts des élèves pendant l'atelier ?</li> <li>- Qu'ont-ils découvert/mis en œuvre/expérimenté ?</li> </ul> <p>Amener les enfants à prendre conscience de ces points par eux-mêmes.</p>	
Eclairage	<p><b>L'attention est fluctuante</b> et varie d'un élève à l'autre, d'une activité à l'autre, d'un moment à l'autre etc. Pour réussir à <b>capter et maintenir l'attention</b> des apprenants, l'un des moyens (que chacun peut s'appliquer à soi-même pour son propre apprentissage) est d'introduire de manière régulière des <b>ruptures</b> dans l'apprentissage, quel qu'il soit.</p> <p>Ces pauses libèrent rendent plus disponible, permettent de mobiliser la <b>mémoire</b>, engagent le <b>corps</b> et les <b>sens</b>, permettent à chacun de se <b>recentrer</b> et de retrouver de <b>l'énergie</b>. Cela ne fait pas perdre du temps, mais peut au contraire en faire gagner grâce à la disponibilité accrue !</p> <p>Ainsi, les activités présentes dans ce kit vous sont proposées en tant que contenus de séquence, mais certaines peuvent tout à fait être reprises à tout moment de la journée au cours de l'année comme « <b>pauses attentionnelles</b> » entre des séquences d'apprentissages plus scolaires !</p>	
Clôture	<p><b>Choisir dans la liste un rituel de clôture</b>, et le reprendre pour les séances suivantes.</p>	

KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 1 ( CPS )	Retrouvailles
Objectif	Se retrouver, recréer du lien.

## Pour aller plus loin...

	Activité 1	La Roue pour parler
Contenu	10 min ou +	
	Inspiré et adapté de la « Roue de la Pause » de SCHOLAVIE 	<p><b>Description :</b> Une roue qui propose différentes petites activités ludiques qui mettent en mouvement ou stimulent différents sens. L'enseignant peut s'arrêter rayon après rayon, ou choisir aléatoirement et proposer 1, 2 ou 3 activités. A proposer à différents moments de la journée pour faire des pauses et restimuler l'envie d'apprendre.</p> <p><b>Matériel :</b> fiches « La Roue de la Pause ». Projeter ou imprimer la roue, en grand format ou pour chaque élève ; possibilité d'une version illustrée, avec des images-repères.</p>



Mallette CPS  
DECONFINEMENT

**Covid'Ailes**

Reprendre son envol après le confinement

# EXTRAIT de la séquence 2



KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 2 ( CPS )	Partage d'expérience sur le vécu
Objectif	Mettre en commun les expériences vécues, les difficultés mais aussi les joies et les découvertes

Contenu	Activité 2	« Robin est confiné à la maison »
	30 min	<p><b>Description :</b> A travers l'histoire de Robin, mettre des mots sur le vécu des enfants et partager avec eux à travers un questionnaire.</p> <p><b>Matériel :</b> fiche du livret « <i>Reprendre la classe après le confinement</i> » de l'Ireps Bretagne. Impression en A3 de l'histoire.</p> <p>« <i>Robin est confiné à la maison</i> » Ado Riana, 2020, Paris, illustrations A.G, HappyLivres.</p> <p>Version imprimable : <a href="https://tinyurl.com/robinestconfinealamaison">https://tinyurl.com/robinestconfinealamaison</a></p> <p>Vidéo en ligne : <a href="https://tinyurl.com/videorobin">https://tinyurl.com/videorobin</a></p>
Eclairage	<p>- <b>La communication positive</b> favorise les relations au quotidien ainsi que lors de situations plus difficiles. C'est une compétence essentielle préalable à de nombreuses autres compétences psychosociales.</p> <p>- <b>La Recherche montre</b> que la réorientation de l'attention sur des choses satisfaisantes participe à améliorer le bien-être.</p>	
Débrief	<p><b>Prendre ce temps important de « retour réflexif » après <u>chaque</u> activité :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quels ont été les points forts des élèves pendant l'atelier ?</li> <li>- Qu'ont-ils découvert/mis en œuvre/expérimenté ?</li> </ul> <p>Amener les enfants à prendre conscience de ces points par eux-mêmes.</p>	
Clôture	<p><b>Rituel de clôture</b> (choisi précédemment).</p>	



Mallette CPS  
DECONFINEMENT

**Covid'Ailes**

Reprendre son envol après le confinement

# Séquence 3

KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 3 ( réflexion )	Se poser des questions et comprendre

Déroulé	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3-5 min : une pratique de l'attention à choisir dans le kit « Pratiques de l'attention »</li> <li>- Temps d'échange selon la trame et l'âge des élèves</li> </ul>
Règles de fonctionnement	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Favoriser si possible une disposition en cercle afin que les élèves puissent se regarder quand ils parlent, sinon les élèves restent à leur place.</li> <li>- L'animateur est également dans le cercle. Il est seulement là pour accompagner l'échange, sans donner son opinion personnelle (pouvant être considérée comme la réponse juste). Il aide les enfants à reformuler leur pensée, à dialoguer les uns avec les autres dans le respect et à relancer la discussion si besoin.</li> <li>- Toutes les idées sont intéressantes, il n'y a pas de bonne ou mauvaise réponse. On essaie d'expliquer ses idées.</li> <li>- On formule les phrases en utilisant « je » (je pense que, je suis d'accord/pas d'accord, etc.).</li> <li>- On écoute celui qui parle pour comprendre ses idées. On respecte chaque idée sans se moquer.</li> <li>- On évite de répéter ce qui a déjà été dit.</li> <li>- On est libre de ne pas s'exprimer.</li> </ul>

KIT élèves	MATERNELLE
TEMPS 1	HIER et AUJOURD'HUI
Séquence 3 ( réflexion )	Se poser des questions et comprendre

Trame	I. Fontaine	Partage d'expériences, comprendre et se poser des questions
Durée	4-5 ans: entre 10 et 20 minutes	

