



Exemples d'activités

La boîte magique

Objectif d'apprentissage :

Développer chez l'enfant une meilleure perception de lui-même.

Matériel requis :

Boîte de carton, miroir.

Façon de procéder :

- Ä Placer un miroir au fond d'une boîte de carton avant l'arrivée des enfants.
- Ä Demander aux enfants de s'asseoir en cercle.
- Ä Demander aux enfants de réfléchir durant quelques minutes à une personne qui à leur avis, est très «spéciale» pour eux, soit à la maison, soit à l'école.
- Ä Laisser les enfants répondre à la question pour quelques minutes à l'aide d'exemples.
- Ä Proposer aux enfants la «boîte magique» et faire le commentaire suivant : «j'ai aujourd'hui une boîte magique qui va vous permettre de découvrir une personne «très spéciale» mais j'aimerais que vous ne disiez à personne ce que vous verrez dans la boîte».
- Ä Demander au groupe de raconter ce qu'il a vu dans la «boîte magique».
- Ä Faire exprimer aux enfants pourquoi chacun d'entre eux est une personne très «spéciale»? «Qu'est-ce qui fait que je suis spécial?»

Je m'appelle « qualité »

Objectif d'apprentissage :

Développer chez l'enfant une meilleure connaissance et estime d'eux-même.

Matériel requis :

Liste des qualités ([PDF](#)).

Façon de procéder :

- Ä Expliquer aux enfants que l'activité du jour sera faite autour du mot «qualité».
- Ä Demander aux enfants s'ils connaissent ce mot et ce qu'il signifie pour eux.

- Ä Enrichir la définition avec eux en expliquant qu'il s'agit souvent d'un talent que l'on possède ou encore une disposition heureuse de son caractère, qui permet d'être aimé et apprécié par les autres.
- Ä Donner des exemples d'une ou deux de ses propres qualités ou nommer des qualités de quelques-uns des enfants de la classe, afin de mieux démontrer comment cette qualité se manifeste.
- Ä Consulter la liste des qualités avec eux.
- Ä Demander aux enfants
 - de réfléchir quelques minutes à une qualité qu'il ou elle possède.
 - de partager cette qualité avec le reste de la classe. Ex. Je suis patient, j'attends toujours mon tour. Je suis adroit, je sais fabriquer seul un avion, etc.

La nouvelle amie de Delphine

Objectif d'apprentissage :

Faire prendre conscience aux enfants qu'il est parfois nécessaire de faire les premiers pas et d'être persévérant, pour se faire des amis.

Matériel requis :

Histoire : «La nouvelle amie de Delphine».

Façon de procéder :

- Ä Demander aux enfants de s'asseoir en cercle et expliquer que l'activité du jour se fera autour du thème de l'amitié par le biais d'une histoire.
- Ä Faire la lecture de l'histoire «[La nouvelle amie de Delphine](#)».
- Ä Demander aux enfants :
 - de résumer l'histoire
 - d'exprimer ce que Rosalie ressent en ce premier jour d'école maternelle;
 - d'énumérer les gestes gentils de Delphine envers Rosalie;
 - d'expliquer pourquoi Rosalie ne répond pas aux offres de Delphine;
 - d'expliquer ce qu'eux auraient fait pour aider Rosalie à participer aux activités;
 - d'exprimer si à leurs avis, il est important d'inclure dans leurs jeux les compagnons et les compagnes qui se montrent timides et ne s'avancent jamais et pourquoi ?
 - de jouer les personnages de l'histoire.

La nouvelle amie de Delphine

C'est la rentrée de septembre pour les enfants de classe maternelle à l'école St-Quentin et Delphine se sent toute excitée à l'idée de rencontrer de nouveaux amis. Les parents de Delphine viennent tout juste d'emménager dans la jolie maison aux volets jaunes de la rue Boisjoli et Delphine n'a pas encore eu le temps de faire de nouvelles connaissances.

Ce matin-là le papa de Delphine l'a reconduite à l'école pour 8h15, il l'a embrassée bien fort et est reparti vers son lieu de travail. Delphine s'est aussitôt assise sur le banc tout à côté du gros arbre et s'est contentée d'observer avec curiosité les autres enfants.

Sur un banc d'à côté, une petite fille toute habillée de bleu a l'air terriblement malheureuse et semble se retenir pour ne pas pleurer. C'est que Rosalie se sent dépaysée, ses parents sont partis en voyage et l'ont confiée à sa marraine. Tante Mireille se montre bien gentille et pleine d'attentions mais ce matin, elle aimerait bien que papa et maman soient auprès d'elle. Tout est si nouveau, la ville, la rue, l'école et tous ces enfants inconnus qui crient et qui courent autour d'elle. Elle se sent toute petite. Delphine, assise tout près, se rend bien compte que la petite fille en bleu a besoin d'encouragement, elle décide de faire les premiers pas, s'approche doucement de Rosalie et lui dit gentiment :

Bonjour, je m'appelle Delphine, et toi, comment t'appelles-tu?

Rosalie baisse encore un peu plus la tête et ne répond pas. Delphine persiste.

J'ai une belle corde rouge dans mon sac, tu aimerais sauter à la corde avec moi?

Rosalie n'ose même pas lever les yeux. Delphine qui ne se décourage jamais dit:

Tu sais, nous pourrions nous asseoir ensemble en classe, qu'en dis-tu ?

À ce moment, la cloche sonne la rentrée. Sabine la titulaire de maternelle, qui a observé l'attitude de Rosalie, vient la chercher, lui prend gentiment la main et l'entraîne vers la classe avec les autres enfants. Au moment des présentations en classe, Rosalie n'arrive pas à dire son nom. Elle garde la tête basse et ne regarde personne.

Delphine qui n'est pas timide pour deux sous est étonnée, elle se promet de faire parler cette petite fille, mais le brouhaha de la première journée l'empêche d'approcher Rosalie. Delphine, philosophe, se dit que demain sera toujours là et qu'elle trouvera sûrement d'autres occasions de faire connaissance.

Le lendemain, aucun changement d'attitude chez Rosalie, et ce, malgré tous les efforts de Sabine la titulaire. Rosalie ne parle pas et les autres élèves commencent à la trouver un peu bizarre. Lors des jeux, ils l'ignorent superbement, tous sauf Delphine qui essaie bien de l'intégrer à son groupe mais sans succès.

Delphine pense alors à une nouvelle approche, demain elle apportera sa belle boîte remplie de perles à enfiler, du fil, des ciseaux, elle réussira peut-être à intéresser Rosalie ? Le lendemain, elle s'approche de celle-ci tout doucement et lui dit :

Tu veux m'aider à faire des bracelets, j'ai suffisamment de perles pour nous deux.

Rosalie garde toujours la tête baissée mais Delphine est persévérante :

Si tu ne veux pas enfiler des perles, viens, nous allons faire un casse-tête.

Cette fois Rosalie avance timidement sa main et sourit légèrement. Delphine prend la main de Rosalie et toutes deux se dirigent vers la table des casse-têtes.

Depuis ce jour, Delphine et Rosalie sont devenues de grandes amies.

Yvette Lapointe

Je m'amuse à reconnaître les sentiments



Objectif d'apprentissage :

Augmenter chez l'enfant la reconnaissance des différents sentiments qui s'expriment sur les visages.

Matériel requis :

Dessins de visages exprimant la joie, la tristesse, la peur, la colère, le calme, la fierté, etc. Voir dessins

Façon de procéder :

- Ä Expliquer aux enfants que l'activité du jour a pour objet l'expression des sentiments, c'est-à-dire, ce que l'on ressent lorsque quelqu'un nous fait plaisir, nous fait rire, ou encore nous fait de la peine, etc., comment notre visage exprime ces sentiments.
- Ä Demander aux enfants de nommer les sentiments qu'ils connaissent et enrichir leur vocabulaire en citant d'autres sentiments tels: affection, amitié, patience, force, bonté, tendresse, crainte, etc.
- Ä Distribuer à chaque enfant une photocopie de l'un des visages exprimant un sentiment.
- Ä Demander aux enfants de nommer le sentiment représenté par l'illustration reçue et de raconter une courte histoire sur l'événement que rappelle ce visage. Ex. : Je me suis senti heureux, content, joyeux, lorsque mes parents m'ont emmené au Biodôme. Il est possible de faire dessiner la situation que l'enfant veut exprimer et durant le dessin ils peuvent verbaliser autour de la situation

Mes gestes

Objectif d'apprentissage :

Rendre les élèves capables de reconnaître et d'interpréter les sentiments exprimés par les gestes.

Matériel requis :

Reproductions de photos de personnes prises dans des revues, des livres à colorier ou dans la banque d'images-émotions qui expriment la joie, la peur, la tristesse, le calme, la colère, etc.; et une baguette. [Pour obtenir une illustration des sentiments \(PDF\)](#)

Façon de procéder :

- Ä Introduire le sujet du jour, vérifier si les élèves comprennent bien le mot «sentiment» et suppléer si nécessaire aux explications données par les élèves.
- Ä Utiliser les photos ou images rassemblées et les accoler au tableau de la classe.
- Ä Demander aux élèves de venir, deux à deux, à l'avant de la classe.
- Ä Désigner l'un des deux élèves comme «acteur» et l'autre comme «observateur».
- Ä Expliquer que l'acteur doit mimer un sentiment (peur, tristesse, joie, colère...) mais uniquement par gestes sans parler et que l'observateur doit indiquer au tableau, à l'aide de la baguette, le visage exprimant le sentiment mimé.

L'histoire de Louissette

Objectif d'apprentissage :

Développer chez l'enfant son sens de l'empathie et son souci des sentiments des autres.

Matériel requis :

Aucun.

Façon de procéder :

- Ä Demander aux enfants de s'asseoir en cercle et expliquer que l'activité du jour sera consacrée à «comment se mettre à la place des autres» et ressentir les mêmes émotions que les autres ressentent, c'est-à-dire la joie, la tristesse, la colère, etc. Pour illustrer le thème, une courte histoire leur sera lue.
- Ä Raconter l'histoire suivante : Louissette est souvent seule. Lors des ateliers, ce jour-là, quelques compagnons de classe se mettent ensemble

pour faire de la plasticine. Louissette s'approche tranquillement et les observe. Le groupe se tourne vers Louissette et lui dit : «ôte-toi de là, tu es dans notre chemin». Louissette s'éloigne sans dire un mot et va s'asseoir toute seule devant son casse-tête.

Ä Expliquer les règles du jeu :

- les enfants se mettent en équipes de quatre et jouent ou miment l'histoire de Louissette;
- l'enfant qui joue le rôle de Louissette doit expliquer comment il s'est senti lorsqu'il était «Louissette»;
- les autres enfants, après le jeu de rôles ou de mime, expriment leur opinion sur les sentiments que Louissette peut ressentir à être ainsi laissée de côté, et sur les raisons des comportements peu amicaux des compagnons de classe.

Je veux aider

Objectif d'apprentissage :

Rendre les élèves capables de savoir distinguer les actions généreuses et d'entraide de celles qui ne le sont pas.

Matériel requis :

Bouts de papier, boîte à tirage.

Façon de procéder :

- Ä Découper d'avance les actions généreuses, d'entraide et d'autres qui ne le sont pas et les déposer dans la boîte à tirage.
- Ä Introduire le sujet du jour et demander aux élèves d'expliquer ce que veut dire «être généreux» et «s'entraider».
- Ä Demander aux élèves:
 - de cueillir à tour de rôle dans la boîte à tirage, un bout de papier;
 - de lire le bout de papier pigé à voix haute et de dire s'il s'agit d'une action de générosité, d'entraide ou pas;
- Ä Discuter avec les élèves s'il leur arrive souvent d'être généreux et de s'entraider. Si oui, de donner des exemples de leurs actions et de commenter les conséquences de ces actions.

Liste des actions

- Ä Rémi décide de faire une surprise à son père et de mettre de l'ordre sur son bureau.
- Ä Amélie met le couvert pour le souper pour aider sa maman.

- Ä Jonathan veut être le premier à effacer le tableau pour le titulaire et bouscule tous les autres élèves pour y arriver.
- Ä Sylvain offre de construire un mobile avec Jérémie pour le nouveau bébé de la voisine.
- Ä Françoise décide de faire un gâteau-surprise pour la fête de son papa.
- Ä Philippe-André offre d'aller à l'épicerie pour la dame âgée du troisième étage.
- Ä Jacinthe invite Noémie à faire partie de son équipe de base-ball, mais lorsque vient son tour de frapper la balle, Jacinthe refuse, sous prétexte qu'elle peut faire perdre l'équipe.
- Ä Michel offre à monsieur Latour d'enlever les mauvaises herbes de son jardin.
- Ä Pierre-Louis offre d'arroser le jardin de madame Ouimet.
- Ä Marie-Claire offre de faire la lecture à sa grand-maman qui a des difficultés avec ses yeux.
- Ä Marie-Josée aide sa petite soeur dans ses devoirs.
- Ä Élise-Andrée refuse d'aider sa maman à transporter un sac d'épicerie.
- Ä Anne-Élizabeth apprend une chanson pour la fête de sa maman.
- Ä Émilie décide d'aider sa grande soeur à garder le nouveau bébé de la voisine.
- Ä Joseph-André participe avec son papa, à la construction d'une voiturette pour bébé Claude.
- Ä Josianne a reçu des sous de sa tante Fernande et propose d'acheter des chocolats et de les partager avec sa copine Nicole.
- Ä Jean-François offre à sa grande soeur de l'aider à faire la vaisselle.
- Ä Marcel décide de mettre de l'ordre dans sa chambre sans que sa maman le lui demande.
- Ä Denis propose d'apprendre à Robert à jouer au ballon-chasseur.
- Ä Patrice propose à Lise, qui ne s'avance jamais, à travailler à un projet de classe ensemble.



habiletés sociales)

La connaissance et l'estime de soi (préalables aux



(Préalables aux habiletés sociales)

La reconnaissance et l'expression des sentiments

En aidant les enfants à reconnaître et à exprimer aisément leurs sentiments, nous les aidons à développer un élément essentiel leur permettant de mieux communiquer et d'être mieux compris par leur entourage.



La sensibilité envers les autres

(Habilités sociales)

La compréhension de ses propres sentiments permet à l'enfant de devenir plus sensible à ceux ressentis par les autres. Cette sensibilité représente très souvent un **préalable à l'établissement de bons rapports sociaux**. En effet, tout être humain a besoin d'être écouté et compris, il en va de son équilibre et de son bien-être. **l'empathie se définit comme une habileté à identifier et à ressentir les états émotionnels de l'autre. capacité de s'émouvoir à la joie ou au malheur d'un autre**. Une telle capacité permet également de diminuer l'incompréhension qui est très souvent source de conflits.



La générosité et l'entraide (Habilités sociales)

Le manque d'habiletés sociales chez un enfant place souvent celui-ci dans une situation pouvant le mener à l'isolement ou au rejet par ses pairs. Ce qui n'était au début qu'une certaine difficulté à développer des liens sociaux avec autrui risque d'entraîner, au fil des ans, soit un grave problème de solitude, soit encore, des troubles sérieux d'extériorisation de la conduite (agressivité, opposition, etc.).



Processus de résolution de problèmes relationnels

(Habilités sociales)

1. **identifier** clairement le problème ou le besoin posé par la situation;
2. **évaluer** les conséquences de chacune des avenues de solutions qui s'offrent à lui;
3. mettre en application la **solution** la plus adaptée;
4. **évaluer** la portée réelle de cette solution et de l'ajuster au besoin.



vivre ensemble

Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal

Québec 

source des illustrations et activités