



Intervention pour l'Apprentissage socio-émotionnel

MANUEL DU FORMATEUR

À L'INTENTION DES GESTIONNAIRES POUR FORMER
LES LEADERS ET FACILITATEURS À L'EBA

BOÎTE À OUTILS DES ESPACES DE
BIEN-ÊTRE ET D'APPRENTISSAGE



© 2016 International Rescue Committee

Tous droits réservés.

SIÈGE SOCIAL

International Rescue Committee

| 122 East 42ND Street, New York, NY 10168- | +9RESCUE | Rescue.org
+212 551 3000

Pour plus d'informations sur la Boîte à outils Espaces de Bien-être et d'Apprentissage, veuillez contacter l'IRC à children@rescue.org. Pour télécharger les ressources dans la boîte à outils EBA, veuillez vous rendre sur SHLS.rescue.org

AVIS LÉGAL

Le contenu et les conclusions de la boîte à outils Espaces de Bien-être et d'Apprentissage appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement les vues de l'Agence américaine pour le développement international ou le gouvernement américain.

Table des matières

Introduction	7
Partie 1 Informations pour le formateur	8
Contexte	9
Qu'est-ce que l'Apprentissage socio-émotionnel (ASÉ) ?	9
Pourquoi l'ASÉ est-il important pour les enfants dans un Espace de Bien-être et d'Apprentissage (EBA) ?	11
Comprendre les outils	13
L'Intervention pour l'ASÉ	13
Manuel du formateur d'ASÉ	13
Banque de plan de leçon d'ASÉ	15
Banque d'activités d'ASÉ	26
Enseigner la formation pour l'ASÉ	27
Guide de sensibilité d'ASÉ	27
Préparation pour la formation pour l'ASÉ	28
Partie 2 Sessions de formation pour l'ASÉ	34
Jour 1	35
Sessions de formation pour l'ASÉ 1 : Débuter la formation	36
Sessions de formation pour l'ASÉ 2 : Pourquoi pratiquer l'ASÉ	41
Session de formation pour l'ASÉ 3 : Compétences clés de l'ASÉ	49
Session de formation pour l'ASÉ 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ et compétences d'ASÉ	57



La Session de formation d'ASÉ 5 : Esprit présent	61
Conclusion jour 1	66
Jour 2	67
Activité de début de formation pour l'ASÉ : Ouverture du parachute	68
Session de formation pour l'ASÉ 6 : Utiliser les plans de leçon guidée	70
Session de formation pour l'ASÉ 7 : Modeler l'ASÉ	77
Session de formation pour l'ASÉ 8 : Préparation et présentation des plans de leçon d'ASÉ	87
Activité de fin de formation pour l'ASÉ : Fermeture du parachute	93
Jour 3	95
Activité de début de formation pour l'ASÉ : Ouverture du parachute	96
Session de formation pour l'ASÉ 9 : Démonstration de jeux d'ASÉ	98
Session de formation pour l'ASÉ 10 : Préparation et démonstration de jeux d'ASÉ	102
Session de formation pour l'ASÉ 11 : Utiliser le plan hebdomadaire d'ASÉ	109
Session de formation pour l'ASÉ 12 : Post-test et discussion de fin	113
Conclure la formation	115
Activité de fin de formation pour l'ASÉ : Fermeture du parachute	116
Sessions optionnelles	118
Session de formation pour l'ASÉ 13 : Brainstorming d'activités et de jeux d'ASÉ (optionnel)	119
Session de formation pour l'ASÉ 14 : Besoins d'ASÉ adaptés à l'âge (optionnel)	123



Partie 3 Ressources de formation	127
Ressource 1 : Programme de formation proposé	128
Ressource 2 : Liste de ressources pour la formation pour l'ASÉ	132
Ressource 3 : Pré-test et post-test d'ASÉ (avec réponses)	133
Ressource 4 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences	136
Ressource 5 : Puzzle de compétence d'ASÉ	137
Ressource 6 : Course au trésor des Objectifs et séquences d'ASÉ (avec réponses)	138
Ressource 7 : Feuille d'évaluation d'ASÉ	139
Ressource 8 : Feuille de présence à la présentation de leçon d'ASÉ	140
Ressource 9 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ (avec réponses)	141
Partie 4 Polycopiés	147
Polycopié 1 : Formation pré-test d'ASÉ	148
Polycopié 2 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences	151
Polycopié 3 : Compétences d'ASÉ	152
Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ	153
Polycopié 5 : Course au trésor des Objectifs et séquences	162



Polycopié 6 : Activités d'esprit présent	163
Polycopié 7 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ	166
Polycopié 8 : Caractéristiques et besoins des tranches d'âge	172
Polycopié 9 : Feuille d'évaluation de présentation d'ASÉ	174
Polycopié 10 : Post-test de formation pour l'ASÉ	175
Polycopié 11 : Évaluation de formation pour l'ASÉ	178
Polycopié 12 : Glossaire d'ASÉ	179



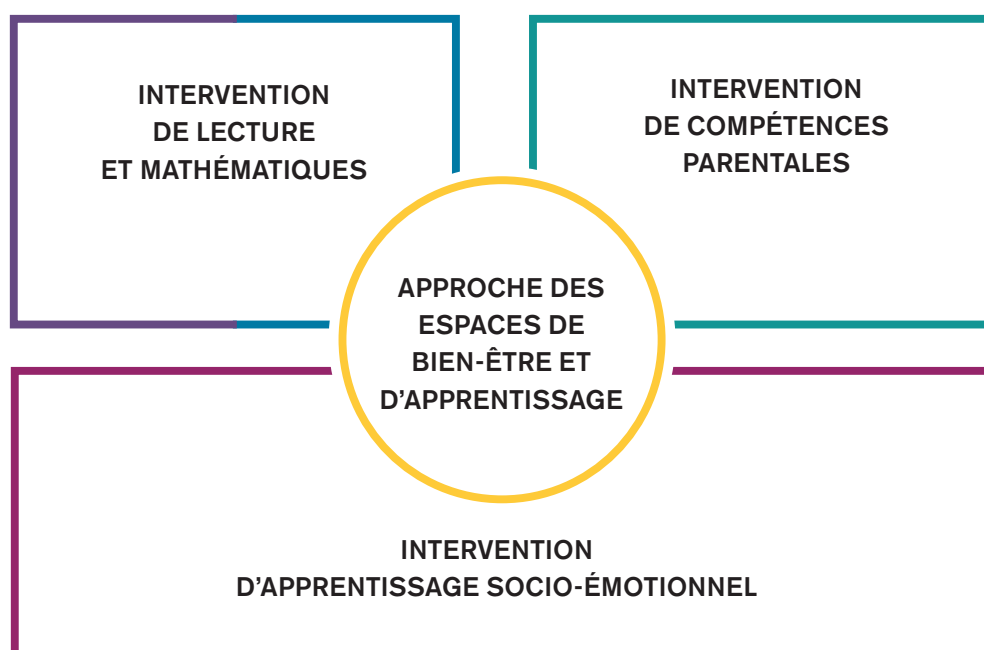
Introduction

Bienvenue dans le manuel du formateur d'Apprentissage socio-émotionnel en *Espaces de Bien-être et d'Apprentissage* ! Cette ressource doit être utilisée par un formateur pour instruire les Facilitateurs d'Apprentissage socio-émotionnel (ASÉ) à réaliser une Intervention pour l'ASÉ dans un Espace de Bien-être et d'Apprentissage (EBA).

Ce manuel est divisé en 4 parties :

- Partie 1 : Informations pour aider le formateur à comprendre le contenu et se préparer à la formation
- Partie 2 : Sessions de formation pour l'ASÉ écrites à l'avance
- Partie 3 : Ressources de formation pour l'ASÉ
- Partie 4 : Polycopiés de formation pour l'ASÉ

L'Intervention pour l'ASÉ est l'une des 4 composantes de la boîte à outils EBA. Tel qu'illustré dans le diagramme ci-dessous, l'Approche EBA, l'Intervention lecture et mathématiques, l'Intervention Habiletés parentales et l'Intervention pour l'ASÉ sont complémentaires. Elles contribuent toutes à un objectif global : la **sécurité, le bien-être et l'apprentissage des enfants en situation d'urgence**.



PARTIE 1

Informations pour le formateur

La première partie du manuel du formateur vous fournit, en tant que formateur, les informations nécessaires pour comprendre le contenu d'apprentissage socio-émotionnel et pour former les Facilitateurs d'ASÉ à l'enseigner. Cette première partie est divisée en 3 sections :

- 1 Contexte** : cette section fournit des informations sur le concept d'ASÉ et explique pourquoi il est important d'atteindre les objectifs de la boîte à outils EBA.
- 2 Comprendre les outils** : cette section fournit des informations sur la structure et le contenu de la formation pour l'ASÉ et les outils éducatifs.
- 3 Enseignement de la formation pour l'ASÉ** : cette section fournit des conseils sur la préparation avant la formation et vous guide pour l'enseigner fidèlement.



Qu'est-ce que l'Apprentissage socio-émotionnel (ASÉ) ?



L'Apprentissage socio-émotionnel (ASÉ) fournit aux enfants et aux adultes les outils pour avoir du bien-être et réussir dans la vie. L'ASÉ se compose des processus permettant aux enfants et aux adultes d'acquérir et d'appliquer efficacement les connaissances, attitudes et habiletés nécessaires pour comprendre et gérer leurs émotions, établir et atteindre des objectifs positifs, éprouver de l'empathie et en faire preuve envers les autres, établir et maintenir des relations positives et prendre des décisions responsables.

L'approche de l'ASÉ dans la boîte à outils EBA est adaptée du travail continu de l'International Rescue Committee (IRC) visant à intégrer l'ASÉ dans les programmes d'éducation et de protection. L'approche de l'ASÉ par l'IRC se compose de 5 compétences spécifiques :¹

- 1. Fortification mentale** : l'ensemble des habiletés qui nous aident à nous concentrer, nous rappeler des consignes et des concepts, gérer nos impulsions, réussir à jongler entre plusieurs tâches et à organiser des étapes ainsi que des informations de manière logique.
- 2. Régulation des émotions** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de comprendre nos propres émotions et de gérer nos sentiments de manière positive.
- 3. Habiletés sociales positives** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de nouer des relations les uns envers les autres, en comprenant le comportement des autres, et en y répondant d'une façon qui réduit les conflits et promeut des interactions sociales positives.
- 4. Résolution de conflit** : l'ensemble des habiletés qui nous aident à régler les problèmes et les conflits de manière positive lorsqu'ils se présentent.
- 5. Persévérance** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de surmonter les défis et de continuer à travailler à atteindre un objectif réaliste.

1. Les compétences représentent la connaissance, les habiletés et les attitudes développées progressivement, sur une longue période de temps, depuis la petite enfance jusqu'à l'école primaire, au collège/lycée, et au-delà de l'éducation formelle.

En plus des 5 compétences, l'« **Esprit présent** » est intégré dans l'ensemble du programme, et se retrouve dans chaque leçon d'ASÉ. L'Esprit présent est un état intentionnel où l'on est conscient et concentré sur le moment présent, tout en acceptant la réalité. L'Esprit présent peut enseigner la concentration, la connaissance de soi et la régulation des émotions. À la fin de l'Intervention pour l'ASÉ, les enfants doivent comprendre les avantages de l'esprit présent pour diminuer les sentiments d'anxiété et de stress, pour concentrer leur attention et pour apprendre à persévérer lors de moments difficiles.

COMPÉTENCES D'ASÉ

Compétence	Habilités
Fortification Mentale	Pratiquer l'écoute active
	Suivre des consignes
	Focaliser l'attention
	Pratiquer la souplesse cognitive (capacité à passer d'un concept à l'autre, ou à penser simultanément à plusieurs concepts)
	Contrôler ses pulsions et réfréner les comportements et réponses inappropriés (capacité à résister à une tentation ou à une pulsion)
	Cultiver la mémoire vive (capacité à retenir et à utiliser des informations nouvelles et récemment apprises)
Régulation des Émotions	Identifier le concept et les types d'émotions
	Identifier ses propres émotions
	Identifier les actions permettant de contrôler les émotions dans le cadre des normes locales
	Gérer et contrôler ses émotions
Habiletés sociales positives	Reconnaître, accepter et répondre aux sentiments et aux perspectives des autres (empathie)
	Comprendre l'impact de ses actions sur les autres
	Identifier les forces et supports externes et de la communauté
	Reconnaître/être sensible aux similarités et différences individuelles et de groupe
	Appliquer des habiletés de communication efficaces et positives
	Coopérer et travailler efficacement avec les autres grâce au travail en équipe
Résolution de Conflit	Développer et préserver des relations positives
	Identifier les problèmes
	Éviter les interactions négatives et la pression de groupe, y compris celles des intimidateurs
	Générer des solutions gagnant-gagnant
	Mettre en pratique des comportements et stratégies de résolution de conflit
	Régler efficacement des conflits parmi des groupes



Persévérance

Développer un sentiment de contrôle

Organiser des étapes et des informations de manière logique

Définir les objectifs personnels et académiques et y parvenir

Appliquer des habiletés de prise de décision pour gérer, de manière responsable, les situations académiques, sociales et émotionnelles quotidiennes

Développer une image de soi/une identité positives, ainsi que de la confiance en soi

Démontrer une autoréflexion et des améliorations

Développer un sentiment d'espoir pour l'avenir

Utiliser des stratégies de patience

Pourquoi l'ASÉ est-il important pour les enfants dans un Espace de Bien-être et d'Apprentissage (EBA) ?

L'accent porté sur l'ASÉ dans les EBA se base sur des preuves indiquant fortement son importance pour les enfants qui ont subi une adversité sévère, notamment la pauvreté, le déplacement et la violence. Les crises et les conflits ont des effets directs et profonds sur la sécurité physique, le bien-être et la capacité d'apprentissage des enfants. La neuroscience a démontré que les enfants qui ont subi les types d'adversité communs dans les situations de crise peuvent avoir une réponse physiologique de « Stress toxique » qui inhibe leur développement cérébral, ce qui affecte leur santé physique et mentale, leur cognition, leur comportement et leurs relations.²

Toutefois, ces effets sont réversibles. Les enfants sont incroyablement résilients. Il a été démontré que l'ASÉ diminue les effets de l'adversité en fournissant aux enfants les outils nécessaires pour se concentrer, réguler leurs réponses émotionnelles, interagir avec les autres et faire face au stress et aux défis.³ Il a également été démontré que l'ASÉ reconstruit ou construit pour la première fois une structure cérébrale saine et des connexions neurologiques saines. Parmi les avantages à long terme de l'ASÉ figurent une amélioration des performances académiques, des habiletés sociales positives, une image de soi positive, ainsi que la diminution de l'agressivité, de la détresse émotionnelle et des problèmes de comportement.⁴

Les recherches suggèrent que l'apprentissage social et émotionnel est le plus efficace lorsqu'on l'enseigne directement dans un environnement d'apprentissage sûr et attentionné. On a également prouvé que fournir des opportunités aux enfants d'exercer des habiletés d'ASÉ avec des jeux et renforcer ces compétences avec l'implication de ceux qui s'occupent

2. Voir, par exemple, Compas, B. (2006). Psychobiological processes of stress and coping: Implications for resilience in childhood and adolescence. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 226–234.
3. Cohen, J. (2006). Social, emotional, ethical, and academic education: Creating a climate for learning, participation in democracy, and well-being. *Harvard Educational Review*, 76(2), 201–237.
4. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., and Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing children's social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432



des enfants est efficace.⁵ Dans le cadre de ces démonstrations, les enfants dans l'EBA prennent part à un enseignement d'ASÉ direct et participent à des jeux d'ASÉ afin de renforcer leurs compétences d'ASÉ au sein d'un environnement sûr et prévisible.

5. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., and Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing children's social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432.



L'Intervention pour l'ASÉ

L'ASÉ dans un EBA est conçu pour développer et renforcer les 5 compétences d'ASÉ chez les **enfants âgés de 6 à 11 ans**. La boîte à outils fournit du contenu pour un **cycle d'intervention de 9 mois**. Selon les recommandations, les enfants doivent assister à des **sessions d'ASÉ de 2 heures 3 fois par semaine**.⁶

Toutes les sessions d'ASÉ doivent avoir la même structure. Chaque session d'ASÉ commence par les mêmes activités de début et de fin de 15 minutes; celles-ci aident à établir un rituel et une routine pour les enfants. Les enfants prennent part à 30 minutes de consignes d'ASÉ explicites lors de la leçon d'ASÉ, suivies de 60 minutes de jeux d'ASÉ lors desquels ils pratiquent les mêmes compétences d'ASÉ.



Manuel du formateur d'ASÉ

Le Manuel du formateur d'ASÉ EBA fournit un guide écrit permettant de faciliter une formation d'ASÉ de 3 jours aux facilitateurs d'ASÉ. Il est essentiel que vous **étudiez les sessions de formation et les ressources à l'avance** et que vous **suiviez les consignes écrites** du Manuel du formateur d'ASÉ afin de vous assurer de livrer le contenu de manière précise et dans le temps donné.

Les ressources et polycopiés sont fournis à la fin du Manuel du formateur. Les participants recevront un **Livret de formation pour l'ASÉ** qui rassemble les polycopiés utilisés lors de la formation des participants. Il sert également d'outil de référence lorsqu'ils commencent à enseigner le contenu.

⁶. Le Manuel du formateur ASÉ, la Banque de plans de leçons ASÉ et la Banque de Jeux ASÉ sont conçus pour des sessions ASÉ de 2 heures, 3 fois par semaine. Le calendrier du programme devra être adapté en fonction du contexte, le cas échéant.



La formation pour l'ASÉ consiste en **12 sessions**. Le plan de formation proposé comprend 20 heures de formation mises en œuvre en **3 jours avant le début de l'intervention pour l'ASÉ**. Il existe aussi deux sessions de formation optionnelles qui peuvent être ajoutées à cette formation si le temps et les ressources le permettent. Elles peuvent aussi être mises en œuvre pendant le cycle d'implémentation.

Chaque session de formation est divisée en 2 parties :

- 1. Résumé de la session de formation** : le « résumé de la session de formation » au début de chaque session de formation fournit une référence rapide des informations clés sur la session de formation. Il comprend les objectifs de la session de formation, les messages clés, la durée, les ressources nécessaires, la préparation requise et un aperçu de la session de formation.
- 2. Étapes à suivre** : la section « Étapes à suivre » (après le résumé de session) fournit le script que vous devez suivre pour enseigner la session de formation. Toutes les sessions de formation, à l'exception de la première et la dernière, suivent la même structure et sont divisées en quatre parties :
 - i. **Échauffement** : les participants prennent part à une activité qui les prépare à apprendre l'objectif du jour. Cette activité peut être une révision de la session précédente ou une activité amusante et agréable, pour donner le ton de la session.
 - ii. **Présentation** : le formateur introduit les objectifs de la session de formation et du contenu pertinent.
 - iii. **Pratique** : les participants pratiquent l'habileté seuls, en binômes ou en petits groupes.
 - iv. **Application** : les participants présentent leur travail, répondent individuellement à une question ou résolvent un problème afin de montrer ce qu'ils ont appris pendant la session de formation.



Banque de plan de leçon d'ASÉ

La banque de plan de leçon d'ASÉ contient tout le contenu de consignes pour que les facilitateurs d'ASÉ puissent enseigner les leçons d'ASÉ avec les enfants dans l'EBA. Elle contient 3 sections : ressources clés, plans de leçon quotidiens et plans de leçon hebdomadaires.

1. Ressources clés : Objectifs et séquences d'ASÉ et compétences d'ASÉ

Objectifs et séquences d'ASÉ est un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, la façon de l'enseigner et dans quel ordre durant les neuf mois de l'Intervention pour l'ASÉ. Il est important d'enseigner les habiletés d'ASÉ de la manière explicite et séquencée mise en avant ici, car les habiletés d'ASÉ s'appuient les unes sur les autres.

La **ressource** Compétences d'ASÉ. présente les habiletés spécifiques qui développent une compétence. Les habiletés d'ASÉ sont évaluées à la fin d'une période de temps, comme à la fin d'une leçon, à la fin d'une semaine ou à la fin des 36 semaines de l'Intervention pour l'ASÉ.

Les Objectifs et séquences d'ASÉ et les compétences d'ASÉ sont définis pour la tranche d'âge 6 à 11 ans. Ils sont fournis sur les pages suivantes ainsi qu'en p Page 153 dans ce manuel du formateur d'ASÉ.



Objectifs et séquences d'ASÉ (Polycopié 4 : Objectifs et séquence d'ASÉ)

ESPRIT PRÉSENT

L'Esprit présent est abordé dans chaque leçon, pour l'ensemble des Objectifs et séquences d'ASÉ.

Objectifs :

grâce à l'esprit présent, les enfants doivent être capables de...

- Comprendre les avantages et l'utilisation de l'esprit présent dans leurs vies (FM)
- Démontrer les stratégies d'esprit présent telles que respirer lentement, s'asseoir en silence, et la visualisation (FM)

MODULE 1 : INTRODUCTION

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
1	Apprendre à connaître ses pairs et sa classe	Fortification mentale, Habiletés sociales positives	• Nommer leurs camarades de classe (HSP) • Décrire comment les gens peuvent être similaires et différents (HSP) • Se décrire avec plusieurs caractéristiques, capacités et réussites de base (P) • Nommer et effectuer les processus de salle de classe (exemples : comment demander la permission d'aller aux toilettes, passer d'une activité à l'autre, etc.) (FM) • Expliquer le concept de lever la main et d'attendre d'être appelé avant de parler (FM)	• Jeux de nom : « Charade de noms », « Passer la balle » • Partager des objets qui sont important pour chaque élève (montrer et raconter) • Dessiner et partager des images de soi, de ce que l'on aime et de ses réussites • Présentations partagées avec un partenaire • Trouver des camarades de classe avec des similarités/différences • Dessiner des mains
2	Normes de salle de classe	Fortification mentale, Habiletés sociales positives	• Écouter respectueusement (contact visuel approprié selon l'âge et la culture, hochement de tête, questions pour clarifier) les réflexions des autres et partager ses propres pensées (HSP) • Démontrer la capacité à se rappeler des normes de salle de classe (FM) • Comprendre les exigences de sécurité dans la salle de classe (FM) • Créer des règles de salle de classe et d'école et en discuter (FM) • Suivre les règles de salle de classe et d'école (FM) • Décrire les conséquences de transgresser les règles d'école ou de salle de classe (FM) • Comprendre et démontrer des capacités d'organisation (FM)	• Jouer à « Je Trouve » avec des objets dans la salle de classe • Discussion sur ce que sont les règles et pourquoi elles sont importantes • Co-crée des règles de salle de classe sur des étoiles en papier • Scénarios expliquant les conséquences de la transgression de règles • Partager les « normes de salle de classe » • Créer un « organisateur »



MODULE 2 : COMMENT APPRENDRE

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
3	Apprendre à écouter	Fortification mentale	- Nommer et démontrer les règles d'écoute en groupe, notamment parler à son tour et être respectueux (FM, HSP) - Démontrer des habiletés d'écoute avec attention (FM) - Comprendre comment écouter affecte l'apprentissage (FM)	- Discuter des règles d'écoute - Démontrer la valeur de l'écoute en faisant parler tout le monde en même temps - Raconter une histoire sur la valeur de l'écoute - Écoute de partenaire guidée et partage avec le groupe - D'accord/pas d'accord sur la valeur de l'écoute - Écouter et dessiner « Professeur Dit »
4	Garder votre concentration	Fortification mentale	- Identifier les stratégies pour focaliser l'attention (FM) - Identifier les distractions de la classe (FM) - Démontrer les habiletés d'attention (FM)	- Chanter en groupes en même temps et utiliser des stratégies pour focaliser l'attention - Pratiquer la respiration par le ventre, parler à Soi-Même, l'agitation contrôlée - Utiliser des stratégies pour focaliser l'attention en dessinant - Faire des activités physiques en utilisant des stratégies pour focaliser l'attention « Jeu du miroir » pour suivre les mouvements d'un partenaire
5	Se maîtriser	Fortification mentale, Régulation des émotions	- Expliquer le concept de lever la main et d'attendre d'être appelé avant de parler (FM) - Démontrer la capacité à s'asseoir et à rester immobile (FM, RE) - Démontrer la capacité de se mettre en rang et en cercle sans faire de bruit, en tant que groupe (FM, HSP)	- Discuter de l'importance de contrôler ses impulsions - Scénarios dans lesquels on doit contrôler les impulsions - Discuter des stratégies et les pratiquer - Quand/où former un rang et un cercle : pratiquer et discuter - Danser-Arrêter-Danser
6	Fortification mentale	Fortification mentale	- Expliquer la capacité à alterner entre des activités similaires - Démontrer les habiletés d'attention, de mémoire et de contrôle des impulsions (FM) - Démontrer la capacité à retenir des informations à l'aide de la mémoire à court terme (FM) - Comprendre le déroulé et la progression d'événements (FM) - Démontrer la capacité à organiser des événements dans l'ordre (FM)	- Copains de la poignée de main dansée - Activité de mémoire menées par l'enseignant avec activité à plusieurs étapes - Jeux de mémoire (avec cartes, etc.) - Partage de groupe pour se souvenir de ce qui a été appris - Mettre en ordre les images d'une histoire que l'enseignant lit à voix haute
7	Semaine d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 3, 4, 5 et 6	- Règles d'écoute active - Dessiner en écoutant - Écrire les stratégies pour focaliser l'attention - Dessiner une flèche vers le haut/bas pour décrire quand contrôler les impulsions - Se mettre en rang - Danser-Arrêter-Danser - Activités de représentation - Copains de poignée de main



MODULE 3 : MES SENTIMENTS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
8	Quels sont mes sentiments ?	Régulation des émotions	- Identifier les indices physiques de leurs corps permettant d'identifier et de nommer leurs sentiments, y compris l'inquiétude (RE) - Nommer un éventail de sentiments : joie, solitude, terreur, ennui, colère, tristesse, contrariété, surprise, force, fierté, peur, contentement, timidité, inquiétude, fatigue, amour (RE) - Identifier les sentiments agréables et désagréables (RE)	- Associer les émotions à des visages - Pratiquer des déclarations « Je me sens... » (en cercle) - Dessiner vos sentiments - Jeux de rôle avec les émotions agréables / désagréables - Pouce dressé/pouce baissé pour les sentiments agréables/désagréables
9	Prédire mes sentiments	Régulation des émotions	- Nommer des sentiments de base à partir d'indices environnementaux, situationnels et/ou physiques (RE) - Décrire comment des situations diverses provoquent des sentiments différents (RE) - Identifier les situations qui nécessitent l'utilisation de stratégies de gestion des émotions (RE, CR, HSP)	- Associer les émotions à des flashcards - Scénarios avec réponses émotionnelles / Régulation des émotions - Dessiner des images de « quand je me sens... » - Jeux de rôle sur les différents sentiments - Thermomètre des sentiments - Discussion et pratique sur la transformation de modèles de pensée négatifs
10	Gérer mes sentiments	Régulation des émotions	- Comprendre que les émotions sont liées au comportement (RE) - Identifier un adulte et/ou un pair à qui parler lorsqu'on subit des sentiments forts (RE, HSP) - Identifier les manières convenables pour exprimer un éventail de sentiments (RE) - Identifier et expliquer la respiration par le ventre comme une technique de détente (RE) - Identifier et expliquer « s'arrêter et nommer votre sentiment » comme une technique de détente (RE)	- Apprendre et pratiquer les stratégies : respiration par le ventre, compter jusqu'à 10, l'agitation contrôlée, objet d'apaisement, chanter - Créer une boîte à outils pour calmer ses émotions - Faire des sauts avec écart et utiliser des stratégies pour calmer ses émotions - Scénarios et jeux de rôle de Régulation des émotions - Associer les stratégies aux scénarios
11	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 8, 9 et 10	- Flashcards de sentiments - Faire passer le sentiment - Dessiner mon sentiment - Scénarios de sentiment - Transformation de modèles de pensée négatifs - Revoir les stratégies pour calmer ses émotions - Associer les stratégies et scénarios



MODULE 4 : LES SENTIMENTS DES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
12	Identifier les sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Nommer et reconnaître les sentiments des autres (HSP) - Utiliser des indices physiques, verbaux et de situation pour déterminer les sentiments des autres (HSP)	- Apprendre les indices situation–corps–mot pour comprendre les sentiments des autres - Charades des émotions - Jeux de rôle ou études de cas pour identifier les émotions et les réponses émotionnelles des autres - Identifications des émotions de personnages dans le cadre d'une histoire
13	Comprendre les sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Réaliser l'importance de comprendre les sentiments des autres (HSP) - Expliquer que, pour la même situation, les sentiments des gens peuvent être différents (HSP) - Prédire ce que les autres peuvent ressentir en fonction de leurs actions, ou de celles de quelqu'un d'autre (HSP)	- Associer des visages aux sentiments - Scénarios pour trouver quelqu'un avec une réponse émotionnelle différente - Identifier les différents sentiments et pourquoi ils surviennent dans les histoires - Jeu de rôle des réponses émotionnelles - Jeu de petits coups de balle avec réponses émotionnelles
14	Répondre aux sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Répondre aux sentiments et perspectives des autres en fonction de leurs expressions faciales et de leurs gestes (HSP) - Expliquer la capacité de voir les choses par la perspective d'un autre (HSP) - Déterminer les réponses respectueuses selon différents scénarios (HSP) - Expliquer le respect de la propriété des autres (HSP)	- Apprendre les 4 sens de l'empathie - Dessiner ou écrire un scénario où l'on utilise l'empathie - Jeux de rôle ou études de cas pour identifier les émotions et les réponses émotionnelles des autres - Définir et pratiquer le changement de perspective
15	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 12, 13 et 14	- Charades des émotions - Bingo de sentiments - Jeu de rôle de sentiments - Faire passer le sentiment - Dessiner les 4 sens de l'empathie - Histoire sur le désaccord et le changement de perspective



MODULE 5 : COMMENT MES ACTIONS AFFECTENT LES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
16	Ce que je dis et fais affecte les autres	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habilités sociales positives	- Comprendre que chaque action entraîne une réaction (FM, RE, HSP) - Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des comportements et actions envers soi ou les autres (FM, RE, HSP) - Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des mots sur les autres (FM, RE, HSP) - Comprendre comment leurs actions affectent les adultes qui s'occupent d'eux (FM, HSP)	- Zip-Zap-Zop - Qui suis-je ? Action-réaction - Jeu de rôle de scénarios en incarnant un aidant - Dessiner un réseau d'adultes qui s'occupent d'eux - Accord/désaccord avec les réactions aux scénarios
17	Réagir aux accidents	Habilités sociales positives	- Identifier ce qu'il faut dire lorsqu'ils font quelque chose par accident (HSP, RE) - Expliquer comment s'excuser et admettre un accident (HSP)	- Parler de la définition d'un accident - Histoire sur un accident et ses conséquences - Scénarios et jeux de rôle pour réagir à un accident - Pratiquer comment s'excuser et admettre un accident
18	Construire une communauté scolaire positive	Habilités sociales positives, Persévérance	- Identifier les forces de la famille, des pairs, de l'école et de la communauté (HSP) - Expliquer comment les membres de la famille, les pairs, le personnel scolaire et les membres de la communauté peuvent participer à la réussite de l'école et soutenir une attitude responsable (HSP, P) - Expliquer la capacité à respecter ses droits et ceux des autres (HSP) - Identifier et jouer les rôles et comportements qui participent au bien-être personnel et de la classe (HSP)	- Faire une couverture des forces de la communauté - Dessiner un « écosystème » de la communauté - Faire une carte des services d'assistance disponibles - Marcher en confiance - Jeux de rôle avec différents membres de la communauté - Définir et classer les droits et responsabilités
19	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habilités sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 16, 17 et 18	- Action-réaction - Réactions positives ou négatives - Réactions aux accidents - Scénarios d'accident - Cercle de compliments - Traits de confiance



MODULE 6 : SE FAIRE DES AMIS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
20	Qui est un ami ?	Habiletés sociales positives	- Comprendre l'importance des amitiés et comment elles créent un sentiment d'appartenance et de soutien (HSP) - Identifier un éventail de traits indiquant que quelqu'un est un ami (HSP) - Identifier ses amis (HSP)	- Dessiner des amis - Sélectionner les caractéristiques d'un ami parmi un éventail de caractéristiques - Dessiner une carte d'amitié - Créer des fleurs d'amitié - Raconter une histoire sur des amis improbables
21	Commencer une amitié	Habiletés sociales positives	- Expliquer l'attitude accueillante et chaleureuse (qui peut modifier le comportement de quelqu'un) (HSP) - Expliquer comment inviter quelqu'un à jouer en réponse à des scénarios (HSP) - Commencer à jouer de manière appropriée (HSP) - Interagir avec les autres lors de jeux (HSP) - Établir et préserver des amitiés (HSP)	- Discussion pour comprendre que tous les humains ont les mêmes besoins, et qu'il faut donc traiter son prochain comme on aimerait qu'on nous traite - Jeu de rôle : devenir ami avec un nouvel élève - Pratiquer les habiletés de conversation - Des petits groupes se pratiquent à rejoindre un jeu en cours
22	Maintenir des amitiés	Habiletés sociales positives	- Décrire les qualités positives des autres (HSP) - Identifier et démontrer des manières de montrer de la compassion et de l'empathie pour les autres, y compris écouter, aider et parler gentiment (HSP, RE)	- Créer une recette de l'amitié - Jeu de lancer de balle en offrant un compliment - Pratiquer les comportements d'attention, de partage, de pardon et de coopération - Travailler ensemble en identifiant les besoins de l'autre
23	Coopération et travail d'équipe	Habiletés sociales positives	- Expliquer la capacité à travailler avec d'autres (HSP) - Comprendre les différents rôles d'un groupe (HSP) - Expliquer les manières de négocier et d'arriver à un compromis (HSP)	- Garder le ballon en l'air - Nœud humain - Pratique/discussion de groupe avec différents rôles assignés - Jeux de rôle ou pratique en duo sur la négociation et le compromis
24	Harcèlement	Résolution de conflit	- Développer et démontrer des habiletés permettant de reconnaître et de gérer les intimidateurs (RC) - Identifier comment les autres influencent vos comportements et décisions (RC, HSP)	- Pratiquer les stratégies pour dire « non » - Lire à haute voix des histoires sur le harcèlement - Dessiner pour expliquer comment combattre la pression de groupe négative - Créer une « liste anti-intimidateur »
25	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 20, 21, 22, 23 et 24	- Dessiner votre ami - Quels sont les traits d'un ami - Fleurs d'amitié - Les 3 C - Cercle de compliments - Amis improbables - Dessiner ensemble - Comportements d'intimidateur - Dessins animés d'influence



MODULE 7 : RÉSOUDRE LES PROBLÈMES AVEC LES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
26	Identifier les problèmes	Résolution de conflit	- Identifier les problèmes et conflits habituellement rencontrés par ses pairs (RC) - Utiliser les mots pour décrire les problèmes présentés dans les scénarios (RC) - Présenter un problème sans mettre personne en cause (RC, HSP)	- Raconter une histoire sur un problème - Scénarios où les enfants identifient des problèmes - Pratique la présentation de problème sans mise en cause - Associer les causes et conséquences en cas de conflits - Déterminer si différents scénarios peuvent engendrer un conflit
27	Générer des solutions	Résolution de conflit	- Identifier les approches pour résoudre les conflits de manière constructive (approche en 3 étapes : s'arrêter, penser, agir) (RC) - Générer des solutions aux problèmes présentés dans les scénarios (RC, P)	- Dessiner des images S'arrêter-penser-agir - S'arrêter pendant une danse - Brainstorming d'alternatives au conflit - Développer des plans d'action en cas de problème
28	Mettre en pratique des comportements de résolution de conflit	Résolution de conflit	- Identifier les habiletés utilisées dans la résolution de conflit (RC) - S'excuser et proposer de réparer les torts (RC, HSP) - Appliquer les étapes de résolution de problème aux conflits entre pairs (RC, P) - Définir et différencier le partage, l'échange et le jeu à tour de rôle en tant que solutions équitables lorsque deux enfants veulent jouer avec la même chose (RC, HSP)	- Penser des solutions gagnant-gagnant et partager avec un partenaire - Tiré d'un chapeau – définir les problèmes et sélectionner des alternatives - Pratiquer S'arrêter-penser-agir dans des jeux de rôle - Pratiquer regarder et écouter - Pratiquer les affirmations en « Je »
29	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 26, 27 et 28	- Les 5 W - Jeu des reproches - S'arrêter-penser-agir - Scénarios de conflit - Regarder et écouter - Jeu de rôle de résolution de conflit



MODULE 8 : ACCOMPLIR SES OBJECTIFS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
30	Identité personnelle positive	Régulation des émotions, Persévérance	- Développer un sentiment d'appartenance (RE) - Se décrire avec plusieurs caractéristiques de base (P) - Montrer de l'enthousiasme et de la curiosité en tant qu'élève (P) - Se définir en tant qu'apprenant (P) - Faire preuve d'optimisme et un sentiment de soi positif (P)	- Dessiner une image de soi avec des caractéristiques - Jouer aux lancer de la balle avec compliments - Accord/désaccord avec les traits de l'apprenant - Brainstorming et associer les forces et faiblesses
31	Définir les objectifs personnels et académiques	Persévérance	- Décrire pourquoi l'apprentissage est important pour que les enfants accomplissent leurs objectifs personnels (P) - Définir les objectifs personnels et académiques (P)	- Raconter une histoire sur l'établissement d'objectifs - Prétendre ce que vous voulez être - Définir les objectifs académiques individuels « Mise en scène immobile » sur les étapes pour atteindre les objectifs. - Dessiner des images sur la réussite d'objectifs
32	Atteindre vos objectifs et réflexion sur soi	Persévérance	- Identifier les stratégies pour atteindre les objectifs (P) - Diviser les objectifs en étapes gérables (P) - Suivre les étapes pour remplir les objectifs personnels et académiques (P) - Réfléchir sur les stratégies utilisées pour atteindre les objectifs (P) - Faire preuve de persévérance en tant qu'apprenant (P)	- Remplir un Plan de réalisation d'objectif - Créer une « Recette pour la réussite » - Développer des plans pour réaliser des objectifs - Activités autour de « ce que vous voulez être en grandissant » - Penser et Partager avec un Partenaire dans le cadre d'un objectif à atteindre
33	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habilités sociales positives, Résolution de conflit Persévérance	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 30, 31 et 32	- Qui suis-je ? - Forces et faiblesses - Établir un objectif - Drame gelé du futur - Recette d'objectif - PRO



MODULE 9 : REGARDER EN ARRIÈRE ET ALLER DE L'AVANT

Semaine	Thème	Compétences	Objectifs : Les enfants doivent être capables de...	Exemples d'activités
34	Passer en revue	Fortification Mentale : Régulation des émotions ; Habiletés sociales positives Résolution de conflit Persévérance	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des Modules 2, 3, 4, 5	- Activité pratique par paires – Écoute active - Scénarios et sélection de stratégies pour concentrer l'attention - Flashcards de sentiments - Passage en revue et scénarios de boîte à outils pour calmer ses émotions - Jouer à « Faire passer le sentiment » - Passer en revue et pratiquer les 4 sens de l'empathie
35	Passer en revue	Fortification Mentale : Régulation des émotions ; Habiletés sociales positives Résolution de conflit Persévérance	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des Modules 6, 7, 8	- Penser et partager avec un partenaire la manière dont les actions affectent les autres - Scénarios d'accident - Passer en revue les forces de la communauté - Déclarations D'accord/Pas d'accord sur l'Amitié - Activité pratique de conversation par paires - Dessiner des manières de gérer l'intimidation - Passer en revue « S'arrêter-penser-agir » - Jeu de rôle de résolution de conflit
36	Définir des objectifs à long terme	Fortification Mentale : Régulation des émotions ; Habiletés sociales positives Résolution de conflit Persévérance	- Discuter des souhaits concernant l'avenir (P; ER) - Développer un plan pour réaliser les objectifs à long terme (P)	- Définir un objectif à long terme - Créer un PRO pour l'objectif - Dessiner un autoportrait, comparer à des dessins plus anciens et discuter avec la classe - Cercle de compliments - Vœux et remerciements



- 2. Plans de leçon quotidiens** : les plans de leçon quotidiens dans la banque de plan de leçon d'ASÉ fournissent les grandes lignes du plan de session d'ASÉ de 2 heures et du guide prescrit pour la leçon de 30 minutes. Les objectifs d'apprentissage des plans de leçon sont tirés des Objectifs et séquences d'ASÉ pour chaque niveau, qui présente le contenu à enseigner chaque semaine.

Les plans de leçon quotidien sont fournis pour les 12 premières semaines.

Ces leçons structurées comprennent des stratégies d'enseignements et des activités qui impliquent les enfants d'une manière ludique et exploratoire afin de développer leurs habiletés d'ASÉ. Les jeux, les chansons, les activités artistiques, les jeux de rôle, le travail en petits groupes ou en binômes et l'utilisation d'aides à l'enseignement sont encouragés pour créer une expérience d'apprentissage inclusive, sécurisée et plaisante.

Chaque plan de leçon d'ASÉ quotidien est divisé en 3 parties :

- i. **Plan de session d'ASÉ** : Le « plan de session d'ASÉ » sur la première page des plans de leçons quotidiens fournit la structure de la session d'ASÉ de 2 heures et des suggestions pour les jeux d'ASÉ du jour. Le plan de session d'ASÉ suit le même format pour tous les plans de leçon quotidiens.
- ii. **Résumé de la leçon** : le « résumé de la leçon » fournit une référence rapide pour les informations clés sur la leçon y compris : la compétence enseignée, le niveau des enfants, le sujet, le numéro de semaine, le numéro de la leçon, la durée, les objectifs d'apprentissage, les ressources requises, la préparation requises, les notes de sensibilité et un aperçu de la leçon.
- iii. **Étapes à suivre** : la section « Étapes à suivre » sous le Résumé de leçon fournit le script que le facilitateur d'ASÉ doit suivre pour enseigner le plan de leçon quotidien. Veuillez noter que les plans de leçon quotidiens suivent la même structure en 4 parties que les sessions de formation dans le manuel du formateur d'ASÉ. Ils sont divisés en 4 sections : Échauffement, Présentation, Pratique, Application.

Échauffement : les enfants participent à une activité qui les prépare à apprendre l'objectif du jour. Cette activité peut être une révision d'une habileté apprise précédemment ou une activité amusante et agréable pour donner le ton de la leçon, comme une chanson ou une histoire.

Présentation : le facilitateur introduit l'objectif d'apprentissage de la leçon et le contenu pertinent.



Pratique : les enfants pratiquent l'habileté seuls, en binômes ou en petits groupes.

Application : les enfants présentent leur travail, répondent individuellement à une question ou résolvent un problème afin de montrer ce qu'ils ont appris pendant la leçon.

- 3. Les plans de leçon hebdomadaires** : les plans de leçon hebdomadaires dans la banque de plan de leçon d'ASÉ sont **fournis pour les semaines 13 à 36**. Le facilitateur d'ASÉ doit les utiliser pour enseigner des leçons quotidiennes dans le même format que les plans de leçon quotidiens utilisés pendant les 12 premières semaines. Pour chacune des 3 leçons pour la semaine, le plan identifie un objectif d'apprentissage spécifique et fournit des idées d'activités pour les 4 sections dans le plan de la leçon : échauffement, présentation, pratique et application.

Banque d'activités d'ASÉ

La banque d'activités d'ASÉ contient 52 jeux qui doivent être joués dans la période de 60 minutes des jeux d'ASÉ après la leçon d'ASÉ de 30 minutes. Les jeux sont conçus pour renforcer les cinq compétences d'ASÉ : Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance.

Les jeux sont conçus pour des enfants entre 6 et 11 ans, mais ils peuvent être modifiés pour des enfants plus âgés. Ils sont adaptables à différents contextes culturels et genres et sont utilisables dans des environnements faibles en ressources. Les jeux d'ASÉ sont catégorisés selon les 5 compétences d'ASÉ, bien que la plupart des activités développent plusieurs compétences.



Enseigner la formation pour l'ASÉ

Guide de sensibilité d'ASÉ

Afin de prouver l'importance de la sensibilité dans la mise en œuvre du contenu d'ASÉ pour les enfants, les formateurs et les facilitateurs doivent réfléchir aux types de sensibilité qui doivent être pris en compte spécifiquement et modelés dans les sessions de formation. Les « conseils de sensibilité » donnés dans la formation et dans les plans de leçon sont basés sur cette Note de sensibilité.

L'ASÉ est important, car il aide les enfants à faire face à des expériences traumatiques, à s'entendre avec les autres et à réussir leur vie. Cependant, certains thèmes d'ASÉ peuvent, de manière involontaire, déclencher des réponses émotionnelles. Dans ce cas, il est essentiel de communiquer efficacement et de manière appropriée avec l'enfant et de le référer aux services pertinents au besoin.

Le facilitateur d'ASÉ doit être sensible à **l'identité, aux capacités et aux expériences** des enfants dans l'EBA. Les pratiques de facilitateur suggérées pour chacun de ses aspects sont fournies ci-dessous :

1. Identité

- Soyez vigilants si des enfants d'une certaine origine sont marginalisés et empêchez les discriminations à l'intérieur de la classe en promouvant un environnement égalitaire.
- Ne tolérez aucune moquerie ou harcèlement à propos des différences des enfants.
- Ne favorisez aucun groupe par rapport à un autre.
- Utilisez votre discernement : ne mettez pas en binômes des enfants issus de différents groupes trop tôt dans l'intervention. Ce sera plus évident un peu plus tard lorsque les enfants auront appris à se connaître.
- Ajustez les activités pour répondre aux dynamiques de genre. Par exemple, assurez-vous qu'il n'y a pas de contact physique, divisez la classe en garçons et filles ou adaptez toute discussion qui implique des parties du corps, etc.



2. Capacités

- Encouragez un **environnement positif** où tous les enfants ont le sentiment d'être dans un **espace sûr**.
- **Arrêtez la discrimination** immédiatement.
- Ajustez les activités afin que tous les enfants, quel que soit leur handicap, puissent participer.
- Il est important d'**inclure** tous les enfants, quelle que soit leur capacité.

3. Expériences

- Découvrez vos enfants et leurs expériences, particulièrement les événements majeurs.
- Ne mettez pas de pression supplémentaire sur les enfants pour qu'ils répondent aux questions.
- Si un enfant est bouleversé ou émotionnel pendant que les autres enfants sont occupés ou pendant une période calme, allez vers lui et demandez-lui s'il va bien. Si ce n'est pas grave, calmez-le et réconfortez-le.
- Si un enfant éprouve une détresse émotionnelle sévère, référez-le aux services appropriés. Référez-vous à la **Formation de premier secours psychologique** et la **formation fondamentale** pour plus d'informations.
- Soyez vigilants à la façon dont les enfants perçoivent les autres enfants qui expriment de la détresse. Ne leur permettez pas de juger ou de stigmatiser l'enfant en détresse.

Préparation pour la formation pour l'ASÉ

1. **Apprenez à connaître les participants** : avant la formation d'ASÉ EBA, rassemblez les informations pertinentes pour comprendre les participants. Le responsable EBA ou la personne qui a conçu le programme EBA devrait être en mesure de vous fournir le contexte des participants. Cela permettra de s'assurer que le contenu est en adéquation avec leur situation et leur culture, et qu'il respecte leur identité, leurs capacités et leurs expériences.
2. **Étudier et contextualiser le Manuel du formateur d'ASÉ EBA** : afin de fournir une formation de haute qualité, étudiez le Manuel du formateur d'ASÉ EBA en profondeur et familiarisez-vous avec le contenu des sessions. Lorsque vous étudiez la ressource, utilisez ce que vous avez appris sur les participants pour contextualiser le contenu et la mise en œuvre selon le profil des participants et le contexte local. Cherchez des conseils spécifiques à l'adaptation dans les sessions de formation.



- 3. Sélectionnez un lieu approprié :** sélectionnez un lieu où la formation peut avoir lieu sans dérangement. L'espace doit être suffisant pour permettre à tous les participants de s'asseoir et d'effectuer les activités en petits groupes ou en groupe entier de manière confortable.
- 4. Rassemblez les matériaux requis :** rassemblez d'avance tous les matériaux requis pour les 3 jours de formation. Utilisez « Ressource 2 : Liste de ressources pour la formation pour l'ASÉ » dans ce but. Vous devrez peut-être adapter quelques-uns des matériaux en fonction du contexte ou les remplacer avec des alternatives locales qui sont plus facilement disponibles ou plus appropriées pour l'activité.
- 5. Étudiez et adaptez le programme de formation pour l'ASÉ proposé :** étudiez le programme proposé ci-dessous et adaptez le calendrier selon les besoins. Il est fortement recommandé que les facilitateurs d'ASÉ suivent les 12 sessions de formation avant de débiter à faciliter les sessions d'ASÉ.



Programme proposé pour la formation pour l'ASÉ

JOUR 1

Session	Durée	Objectifs de la session
<i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>		
SESSION DE FORMATION ASÉ 1 : DÉBUTER LA FORMATION	1 heure	• S'adresser aux autres participants par leur prénom. • Exprimer leurs objectifs pour la formation. • Parler des émotions et des sentiments liés au partage d'informations sur eux-mêmes. • Expliquer les règles de l'espace de formation requises pour en faire un « espace sûr ». • Implémenter une activité introductrice ponctuée d'ASÉ dans leur EBA.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 2 : POURQUOI PRATIQUER L'ASÉ	1 heure	• Décrire la structure d'une session ASÉ et le but des différents outils d'ASÉ. • Lister les bénéfices d'ASÉ à quelqu'un qui a vécu un événement traumatisant. • Expliquer une raison pour laquelle l'ASÉ est enseigné en EBA.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 3 : COMPÉTENCES CLÉS D'ASÉ	2 heures	• Définir l'Apprentissage Socio-Émotionnel (ASÉ). • Définir les 5 compétences ASÉ et de nommer des habiletés socio-émotionnelles relevant de chaque compétence. • Exprimer le fait que toutes les compétences ASÉ sont nécessaires pour réussir dans la vie. • Créer des schémas d'ASÉ et de compétences ASÉ pour les enfants.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
LA SESSION DE FORMATION ASÉ 4 : COMPÉTENCES, OBJECTIFS ET SÉQUENCE ASÉ	1 heure	• Nommer les compétences ASÉ. • Lister les habiletés ASÉ sous chaque compétence ASÉ. • Prouver la compréhension des Objectifs et séquences d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 5 : ESPRIT PRÉSENT	1 heure et 15 minutes	• Définir l'esprit présent. • Lister les pratiques d'esprit présent qui sont les plus répandues dans leur communauté. • Animer une activité d'esprit présent. • Participer à une activité d'Esprit présent et l'évaluer. • Exprimer de quelle manière l'esprit présent peut être utile et s'appliquer aux enfants auxquels ils enseignent.
CONCLUSION DU 1ER JOUR	15 minutes	Les participants discutent de ce qu'ils ont appris aujourd'hui et démontrent une activité de « lancement de balles ».



JOUR 2

Session	Durée	Objectifs de la session <i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute. • Trouver les consignes de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Banque de plans de leçons ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 6 : UTILISER LES PLANS DE LEÇON GUIDÉE	1 heure et 15 minutes	• Expliquer les similitudes et les différences entre l'utilisation, le contenu et la structure d'un plan de leçon quotidien et d'un plan de leçon hebdomadaire. • Animer un segment d'un plan de leçon quotidien. • Prendre un temps de réflexion et discuter de leur expérience en utilisant un plan de leçon. • Expliquer comment utiliser les plans de leçon ASÉ pour enseigner le contenu de l'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 7 : MODÉLISER L'APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNEL	1 heure et 45 minutes	• Définir un modèle et ce que signifie modeler des habiletés d'ASÉ. • Lister les stratégies de modélisation des compétences d'ASÉ. • Lister les mots qui renforcent l'ASÉ. • Faire la démonstration d'un jeu de rôle qui modélise correctement. compétence d'ASÉ. • Soupeser des manières efficaces de modeler des compétences ASÉ.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : PLAN DE LEÇON ASÉ PRÉPARATION ET PRÉSENTATION	1 heure et 30 minutes	• Animer une leçon d'ASÉ à l'aide d'un plan de leçon quotidien. • Évaluer de manière critique les présentations de plans de leçons d'ASÉ, démontrer une connaissance des éléments nécessaires d'un plan de leçon.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : (SUITE)	2 heures	
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de fermeture du parachute. • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ.



JOUR 3

Session	Durée	Objectifs de la session <i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute. • Expliquez le but de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Session d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 9 : DÉMONSTRATION DE JEUX D'ASÉ	30 minutes	• Jouer au jeu d'ASÉ « Eau et glace ». • Lister les façons d'adapter un jeu à un contexte.
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : PLAN DE JEUX D'ASÉ PRÉPARATION ET DÉMONSTRATION	1 heure	• Sélectionner les Jeux d'ASÉ adaptés pour une semaine dans les Objectifs et séquences. • Adapter un Jeu d'ASÉ à un contexte. • Animer un Jeu d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : (SUITE)	1 heure	
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 11 : PRÉPARER ET PRÉSENTER LES PLANS DE SESSION ASÉ	1 heure et 30 minutes	• Identifier les erreurs dans un plan de session d'ASÉ erroné. • Créer un plan de session d'ASÉ et un plan de leçon à l'aide d'un plan de leçon hebdomadaire dans la banque de jeux ASÉ. • Expliquer les plans de leçon et apprendre comment créer des Plans de session d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 12 : POST-TEST ET DISCUSSION DE FIN	1 heure	• Démontrer ce qu'ils ont appris de la formation pour l'ASÉ dans le post-test EBA ASÉ. • Fournir des commentaires sur la formation pour l'ASÉ dans le formulaire d'évaluation de formation EBA d'ASÉ.
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de fermeture du parachute. • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ



SESSIONS OPTIONNELLES

Session	Durée	Objectifs de la session
<i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>		
SESSION DE FORMATION ASÉ 13 : ACTIVITÉS ET JEUX D'ASÉ	1 heure et 30 minutes	• Réfléchir à leur expérience lorsqu'ils ont participé au jeu d'ASÉ du « Nœud humain ». • Faire un brainstorming sur les jeux locaux et/ou de la communauté qui peuvent enseigner des compétences d'ASÉ particulières ou des habiletés spécifiques. • Enseigner un jeu local et/ou de la communauté en tant que jeu ASÉ en utilisant le langage d'ASÉ approprié • Réfléchir et discuter de moyens efficaces pour enseigner un jeu ASÉ et pour l'intégrer dans leur EBA.
SESSION DE FORMATION ASÉ 14 : BESOINS ASÉ ADAPTÉS À L'ÂGE	1 heure	• Discuter des caractéristiques et besoins des différentes tranches d'âge d'après leur propre expérience et à l'aide du polycopié fourni. • Adapter le jeu d'ASÉ « Eau et glace » pour une tranche d'âge différente et réfléchir sur ce processus.



PARTIE 2

Sessions de formation pour l'ASÉ

Après avoir terminé la formation pour l'ASÉ, les facilitateurs seront en mesure de :

- 1** Comprendre l'importance de l'ASÉ pour les enfants affectés par une crise.
- 2** Utiliser efficacement les outils d'Apprentissage socio-émotionnel dans la boîte à outils EBA.
- 3** Construire des activités d'apprentissage actives et amusantes afin que les enfants construisent leurs habiletés sociales et émotionnelles.
- 4** Développer des habiletés sociales et émotionnelles chez les enfants en utilisant des stratégies d'apprentissage actives, en modélisant des habiletés d'ASÉ et en répondant aux besoins des enfants.



Jour 1

Session	Durée	Objectifs de la session
<i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>		
SESSION DE FORMATION ASÉ 1 : DÉBUTER LA FORMATION	1 heure	• S'adresser aux autres participants par leur prénom. • Exprimer leurs objectifs pour la formation. • Parler des émotions et des sentiments liés au partage d'informations sur eux-mêmes. • Expliquer les règles de l'espace de formation requises pour en faire un « espace sûr ». • Implémenter une activité introductrice ponctuée d'ASÉ dans leur EBA.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 2 : POURQUOI PRATIQUER L'ASÉ	1 heure	• Décrire la structure d'une session ASÉ et le but des différents outils d'ASÉ. • Lister les bénéfices d'ASÉ à quelqu'un qui a vécu un événement traumatisant. • Expliquer une raison pour laquelle l'ASÉ est enseigné en EBA.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 3 : COMPÉTENCES CLÉS D'ASÉ	2 heures	• Définir l'Apprentissage Socio-Émotionnel (ASÉ). • Définir les 5 compétences ASÉ et de nommer des habiletés socio-émotionnelles relevant de chaque compétence. • Exprimer le fait que toutes les compétences d'ASÉ sont nécessaires pour réussir dans la vie. • Créer des schémas d'ASÉ et de compétences d'ASÉ pour les enfants.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 4 : COMPÉTENCES, OBJECTIFS ET SÉQUENCE ASÉ	1 heure	• Nommer les compétences ASÉ. • Lister les habiletés ASÉ sous chaque compétence ASÉ. • Prouver la compréhension des Objectifs et séquences d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 5 : ESPRI PRÉSENT	1 heure et 15 minutes	• Définir l'esprit présent. • Lister les pratiques d'esprit présent qui sont les plus répandues dans leur communauté. • Animer une activité d'esprit présent. • Participer à une activité d'Esprit présent et l'évaluer. • Exprimer de quelle manière l'esprit présent peut être utile et s'appliquer • aux enfants auxquels ils enseignent..
CONCLUSION DU 1ER JOUR	15 minutes	Les participants discutent de ce qu'ils ont appris aujourd'hui et démontrent une activité de « lancement de balles ».



Sessions de formation pour l'ASÉ 1 :

Débuter la formation

Résumé de la session de formation | Durée : 1 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- S'adresser aux autres participants par leur prénom.
- Exprimer leurs objectifs pour la formation.
- Parler des émotions et des sentiments liés au partage d'informations sur eux-mêmes.
- Expliquer les règles de l'espace de formation requises pour en faire un « espace sûr ».
- Implémenter une activité introductrice ponctuée d'ASÉ dans leur EBA.

MESSAGES CLÉS

Les participants apprennent à se connaître, prennent part à une activité introductrice d'ASÉ pertinente et évaluent leurs connaissances de l'ASÉ.

RESSOURCES REQUISES

- [Ressource 1 : Programme de formation proposé](#)
- Livret de formation pour l'ASÉ
 - [Polycopié 1 : Formation pré-test d'ASÉ](#)
- Flip-charts et marqueurs
- Papier et stylos
- Crayons de plomb et crayons de couleurs
- Ruban adhésif

PRÉPARATION REQUISE

- Utilisez [Ressource 1 : Programme de formation proposé](#) pour ajouter le temps et développer le programme de formation final.
- Imprimer le programme de formation final pour tous les participants.
- Imprimer des copies du Livret de formation pour l'ASÉ pour tous les participants.
- Écrivez « Flip-chart d'affichage » en haut d'un flip-chart et mettez-le sur un mur dans un endroit accessible à tous les participants.
- Placez un flip-chart en avant dans la salle.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur et les participants se présentent. Les participants créent un autoportrait et le partagent avec les autres en petits groupes. Ils en discutent ensuite devant tout le groupe. Le formateur distribue le programme de formation et le consulte avec les participants. Les participants co-crée des règles et complètent le Pré-test d'ASÉ EBA.

7. Utilisation d'un flip-chart d'affichage : il est probable que les participants posent des questions ou amènent des sujets nécessitant du temps pour en discuter. Si un exercice n'est pas en lien avec le sujet mentionné, ou si le temps manque pour en discuter, écrivez la question ou le sujet sur le flip-chart d'affichage pour y revenir plus tard. Le facilitateur doit régulièrement consulter la liste du flip-chart d'affichage et essayer de traiter ces points aux moments opportuns. Cette méthode permet de garantir la progression de la formation comme prévu sans négliger les nouveaux problèmes importants.



Étapes à suivre

Introduction des participants

Activité : Accueil | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Accueillez les participants à la formation pour l'ASÉ. Présentez-vous, dites d'où vous venez et où vous travaillez.



2. **DITES >** *Vous êtes tous ici pour cette formation dans le but d'apprendre comment enseigner l'Apprentissage socio-émotionnel aux enfants dans l'EBA. À la fin de cette formation, vous assurerez avec confiance l'Apprentissage socio-émotionnel, ou d'ASÉ, les leçons et les jeux.*

3. Faites en sorte que les participants échangent leurs noms, d'où ils viennent et quelque chose à propos d'eux qu'ils aimeraient que le groupe sache.

4. Signalez le flip-chart d'affichage placé sur le mur.



5. **DITES >**
 - *Lorsque nous apprenons ensemble, vous pouvez avoir des questions ou des inquiétudes que nous n'aurons pas le temps d'aborder immédiatement. C'est la raison pour laquelle nous avons un « flip-chart d'affichage ». Le flip-chart d'affichage est le flip-chart placé sur le mur ici.*
 - *À n'importe quel moment durant notre formation, vous pouvez poser une question ou une inquiétude que je mettrai sur le flip-chart d'affichage. Ainsi, nous pouvons rester concentrés sur la tâche pendant notre session et nous nous assurerons de revoir ce que nous avons noté à la fin de la journée ou plus tard pendant la formation.*

Introductions et objectifs

Activité : Autoportrait et débrief | **Durée :** 20 minutes

Composition : individuel, petit groupe, groupe entier

1. Distribuez les papiers, les marqueurs et les crayons à tous les participants pour l'**activité** Autoportrait.



2. **DITES >** *Dans tout environnement d'apprentissage, il est important de connaître ses pairs. Cela sera également important pour les enfants dans l'EBA.*

3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité autoportrait.





4. **DITES >**

- *Dessinez-vous sur le papier qui vous a été donné, en représentant une chose que vous faites bien et un objectif pour cette formation.*
- *Vous avez 10 minutes pour compléter cette tâche.*

5. Déplacez-vous dans la pièce et assurez-vous qu'ils comprennent les consignes et qu'ils font la tâche.
6. Après 10 minutes, lorsque vous voyez qu'ils ont fini de dessiner, attirez l'attention de tout le monde.
7. Divisez les participants en groupes en fonction de leur couleur préférée. Si un groupe possède plus de 6 participants, divisez ce groupe en groupes plus petits.



8. **DITES >** *Partagez votre dessin avec votre groupe et dites-leur votre prénom, ce que vous faites bien et votre objectif pour la formation.*

9. Après 5 à 10 minutes, rassemblez tous les groupes et animez une discussion incluant tout le groupe. Après chaque question, faites une pause et demandez les réponses aux participants.



10. **DEMANDEZ >**

- *Comment vous êtes-vous senti en partageant votre dessin ?*
- *Qu'est-ce que cela vous a fait de parler de quelque chose où vous êtes bon ?*
- *Qu'est-ce que cela vous a fait de parler de vos objectifs ?*
- *Comment la dynamique de groupe a-t-elle évolué lorsque vous en partagiez plus sur vous-même ?*

11. Finissez l'activité.



12. **DITES >** *C'est une activité d'introduction que vous pouvez faire avec les enfants dans l'EBA. Cette activité donne aux enfants une opportunité de se présenter et d'en apprendre plus sur leurs pairs. Elle donne le ton pour parler des émotions et se comprendre les uns les autres. Elle renforce l'idée que l'EBA est un espace sûr.*

13. Affichez les dessins sur le mur à la fin de l'activité.
14. Distribuez le programme de la formation et donnez aux participants un résumé de 1 à 2 lignes sur chaque session de formation.
15. Demandez aux participants s'ils ont des questions. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.



Pré-test

Activité : Pré-test | Durée : 20 minutes | Composition : individuel



1. **DITES >** *Je vais vous remettre un pré-test qui devra être rempli **individuellement**.*
2. Distribuez le Livret de formation pour l'ASÉ.
3. Invitez les participants à se rendre la p.5 du Livret et à compléter le Page 148 Polycopié 1 : Formation pré-test d'ASÉ.
4. Laissez 15 minutes aux participants pour faire le pré-test. Ramassez tous les pré-tests lorsqu'ils sont finis.

Co-créer les règles

Activité : Co-créer les règles | Durée : 15 minutes | Composition : groupe entier



2. **DEMANDEZ >** *Pour vous, que signifie un « espace sûr » ?*



3. **DITES >** *Un « espace sûr » est un endroit où tous les participants sont les bienvenus pour venir et s'exprimer en toute aisance, sans avoir peur d'être jugés, exclus, harcelés ou violentés. Pour s'assurer que nous nous trouvons dans un espace sûr, nous devons créer un ensemble de règles que nous devrons tous respecter.*
4. Donnez un exemple de règle, comme la confidentialité : nous acceptons de ne rien partager de ce qui est abordé dans cet espace sûr avec qui que ce soit en dehors du groupe, y compris la famille proche ou les amis.
5. Faites en sorte que les participants partagent les règles qu'ils veulent inclure dans les règles de la formation. Demandez à un participant de les noter sur le flip-chart.



- 6.** Il est important de faire figurer les règles suivantes; si elles ne sont pas mentionnées par les participants, faites-les ressortir par des questions ou donnez-les en exemple :
- Respecter les opinions et les expériences de chacun.
 - Laisser les préjugés en dehors de l'espace sûr.
 - S'écouter mutuellement.
 - Participer activement.
- 7.** Assurez-vous que tous les participants acceptent les règles.



Sessions de formation pour l'ASÉ 2 :

Pourquoi pratiquer l'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 1 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Décrire la structure d'une session d'ASÉ et le but des différents outils d'ASÉ.
- Lister les bénéfices d'ASÉ pour quelqu'un qui a vécu un événement traumatisant.
- Expliquer une raison pour laquelle l'ASÉ est enseigné en EBA.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent que l'ASÉ peut réduire l'impact du stress toxique sur le cerveau. L'ASÉ renforce la capacité des enfants à apprendre, les aide à se concentrer, augmente leur bien-être émotionnel, les aide à maintenir des relations saines, leur donne des habiletés pour résoudre les conflits et les encourage à prendre des décisions responsables.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ (de la session précédente)
- Banque de plan de leçon d'ASÉ
- Banque d'activités d'ASÉ
- Flip-chart
- Papier et stylos
- Marqueurs
- Ruban adhésif

PRÉPARATION REQUISE

- Imprimez la banque de plan de leçon d'ASÉ et la Banque d'activités d'ASÉ pour tous les participants.
- Placez un flip-chart en avant dans la salle.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur présente les outils d'ASÉ aux participants. Le formateur explique ce qu'est l'ASÉ, comment il sera enseigné en EBA et pourquoi il est important. Ensuite, les participants partagent des anecdotes sur les moments où les pratiques d'ASÉ leur auraient été utiles et sur la manière dont ces habiletés pourraient être bénéfiques pour les enfants dans l'EBA. Enfin, le groupe revoit ce qu'il a appris à propos de l'ASÉ.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Présentation des outils d'ASÉ | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

ADAPTATION > Adaptez les consignes à la planification de programme EBA dans votre contexte



1. Distribuez le Livret de formation d'ASÉ à tous les participants.
2. Expliquez que le Livret de formation d'ASÉ contient des messages clés, des informations importantes et des polycopiés issus des formations. Vous utiliserez cette ressource tout au long de la formation et vous pourrez aussi vous y référer lorsque cela est nécessaire, une fois que vous commencez à implémenter les leçons et jeux d'ASÉ.
3. Distribuez la banque de plan de leçon d'ASÉ et la Banque d'activités d'ASÉ à tous les participants.
4. **DITES >** Vous utiliserez ces 2 outils pour implémenter l'Intervention pour l'ASÉ. Vous implémenterez **des sessions d'ASÉ de 2 heures 3 fois par semaine.**
5. Dessinez le diagramme suivant sur le flip-chart :



6. Expliquez aux participants le découpage de la session de 2 heures en utilisant le diagramme.



7. **DITES >**
 - Toute session d'ASÉ débutera par une activité d'ouverture de 15 minutes, suivie par une leçon d'ASÉ de 30 minutes, 60 minutes de jeux d'ASÉ et 15 minutes d'activité de fin. Suivre cette structure crée un environnement prévisible pour les enfants, ce qui les aide à apprendre et à se sentir en sécurité.
 - Pendant cette formation, vous apprendrez comment utiliser la Banque de plan de leçon d'ASÉ pour enseigner la leçon d'ASÉ de 30 minutes et utiliserez la Banque d'activités d'ASÉ pour enseigner des jeux d'ASÉ. Vous vous entraînerez également aux activités de début et de fin lors des Jour 2 et Jour 3 de la formation.



8. Vérifiez que les participants ont compris la structure d'une session d'ASÉ et les outils.



9. **DEMANDEZ >**

- *Quelle est la première chose que nous faisons lors d'une session d'ASÉ ?*
- *Où pouvez-vous trouver des conseils pour enseigner la leçon d'ASÉ de 30 minutes ?*
- *Où puis-je trouver les jeux pour renforcer les habiletés d'ASÉ chez les enfants ?*
- *Comment terminons-nous toutes les sessions d'ASÉ ?*
- *Combien de temps dure une session d'ASÉ ?*
- *Pourquoi les sessions d'ASÉ devraient-elles toujours suivre le même format ?*

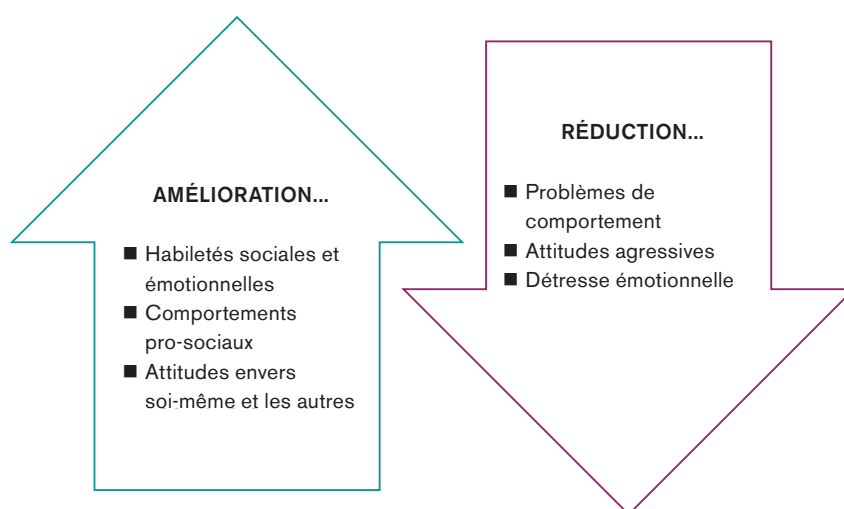
Présentation

Activité : Pourquoi nous appliquons l'ASÉ | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Présentez cette session comme un moment où les participants vont apprendre le concept d'ASÉ et les raisons pour lesquelles nous pratiquons l'ASÉ.
2. Commencez par expliquer les effets positifs de l'ASÉ.



3. **DITES >** *Il a été prouvé que l'ASÉ améliore les habiletés sociales, émotionnelles et cognitives, les comportements pro-sociaux et les attitudes envers soi-même et les autres. Il a été démontré que l'ASÉ réduit les problèmes de comportement, les attitudes agressives et la détresse émotionnelle.*
4. Sur le flip-chart, tracez une flèche allant du haut vers le bas pour montrer l'impact de l'ASÉ, comme ci-dessous :



5. Dessinez le premier carré d'un diagramme, « Adversité sévère » sur le flip-chart comme indiqué ci-dessous :

**ADVERSITÉ
SÉVÈRE : violence,
déplacement,
pauvreté extrême**

CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Lorsque vous décrivez ces formes d'adversité, ne leur demandez pas de décrire leurs propres expériences de l'adversité, car cela pourrait provoquer des réponses de détresse émotionnelle.

6. **DITES >** Dans des conditions de conflit et de désastre, les enfants et les jeunes peuvent faire face à l'adversité sous plusieurs formes. Cela comprend :

- Exposition à la violence : communauté, domestique
- Expérience directe de la violence, négligence, exploitation
- Blessure physique, mauvaise santé
- Accès limité et faible aux services sociaux
- Perte ou séparation d'avec les parents
- Migration forcée
- Pauvreté
- Exploitation
- Mauvaise santé
- Détresse psychosociale

7. Dessinez le deuxième carré sur le diagramme « Exposition directe à la violence, l'adversité et à des environnements stressants » sur le flip-chart, comme indiqué ci-dessous :

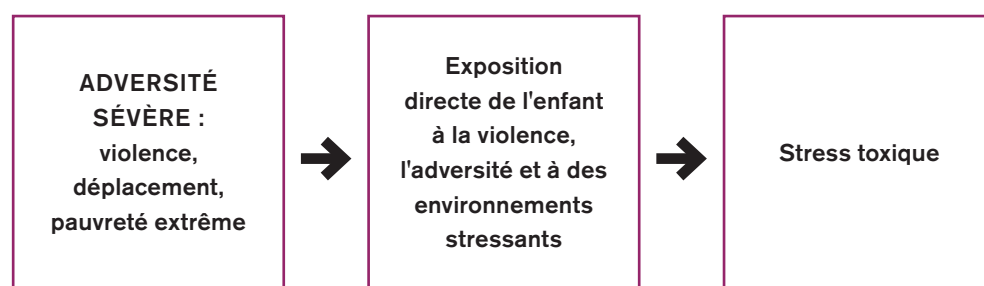
**ÉPREUVES
DIFFICILES :
violence, migration
extrême pauvreté**



**Exposition directe
de l'enfant à la
violence, à des
épreuves et à des
environnements
stressants**



8. Dessinez le troisième carré, « Stress toxique », sur le diagramme sur le flip-chart, comme indiqué ci-dessous :



9. Expliquez le concept de stress toxique :

- Le stress toxique est la réponse physique du corps à des périodes fréquentes, prolongées (sur une longue durée) et sévères d'adversité ou de menaces comme c'est le cas pendant ou après un conflit.
- En endommageant le cerveau, le stress toxique peut entraîner des changements permanents dans la structure et le fonctionnement du cerveau, ce qui crée des problèmes pour les individus. Par exemple, le stress toxique peut entraîner des troubles de la concentration et des difficultés à contrôler ses impulsions.
- Beaucoup d'enfants exposés à de l'adversité sévère et qui, en conséquence, ont vécu des périodes de stress toxique, peuvent développer des comportements négatifs à court et à long terme. Par exemple, les enfants peuvent être distraits et incapables d'apprendre et de se concentrer. Ils peuvent devenir en colère ou triste, être dans l'incapacité de se faire des amis ou d'interagir avec d'autres enfants et se retrouver dans de nombreuses bagarres avec leurs pairs, ou ils peuvent perdre tout espoir en leur futur.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ

> Accordez suffisamment de temps à la réflexion, et rappelez aux participants les règles qu'ils ont créées sur le respect et le fait de ne pas nommer des membres particuliers de la communauté.

10. Demandez aux participants s'ils ont constaté certains de ces comportements négatifs dans la communauté et de partager ce qu'ils ont vu.

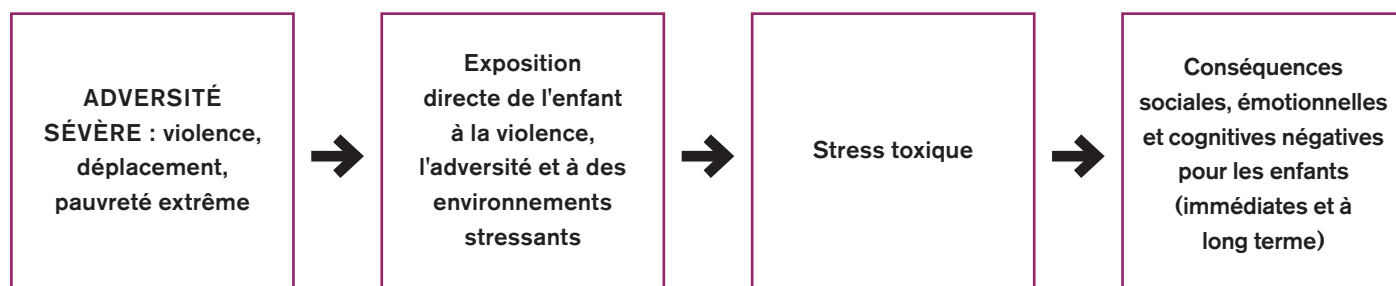
CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Il est important que les participants qui ont subi un stress toxique ne pensent pas que vous suggérez que leur cerveau est endommagé.

11. Expliquez que les enfants qui expérimentent du stress toxique développent des comportements négatifs qui peuvent entraîner des conséquences négatives à long terme, comme l'abus de drogues, la violence, le recrutement par des gangs ou des forces armées, des problèmes de santé (y compris des problèmes cardiaques et du diabète) et quitter la scolarité de manière prématurée, ce qui réduit considérablement leurs opportunités de carrière.



- 12.** Dessinez le quatrième carré du diagramme « Conséquences sociales, émotionnelles et cognitives négatives pour les enfants (immédiates et à long terme) » sur le flip-chart comme indiqué ci-dessous :

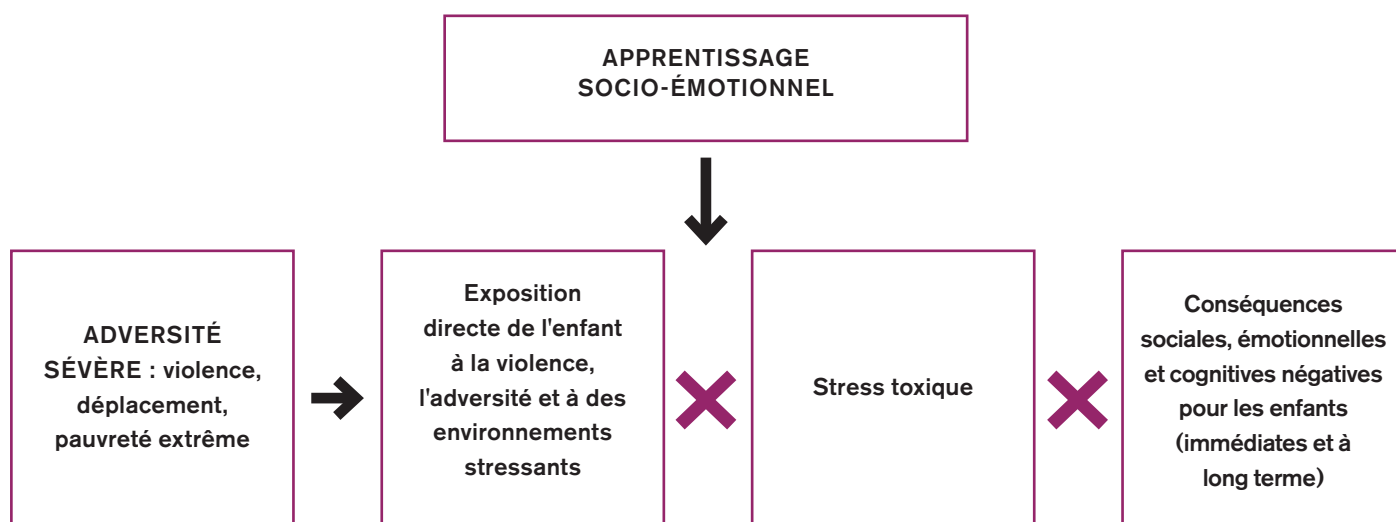


- 13.** Expliquez qu'il existe de nombreuses preuves démontrant que ces effets peuvent être réduits ou même inversés. Les enfants, même ceux qui ont fait face au danger et aux difficultés, peuvent tout de même s'épanouir lorsqu'ils sont exposés à des adultes adultes qui s'occupent d'eux et stables, qu'ils sont en bonne santé et bien nourris et qu'ils vivent des expériences d'apprentissage de qualité.



- 14. DITES >** *Les recherches ont prouvé que les habiletés sociales et émotionnelles peuvent prévenir les comportements agressifs et créateurs de conflit plus tard dans la vie; ils peuvent ainsi aider à éviter les cycles répétés de violence. L'ASÉ réduit également les effets de l'adversité en fournissant aux enfants les outils nécessaires pour se concentrer, réguler leurs réponses émotionnelles, interagir avec les autres et gérer le stress et les défis. Ces habiletés sont essentielles pour le développement sain et positif de l'enfant.*

- 15.** Dessinez le dernier carré sur le diagramme, le X passant au travers de la deuxième et de la troisième flèches et « Apprentissage socio-émotionnel » pointé sur le X sur le flip-chart comme indiqué ci-dessous :



- 16.** Demandez aux participants des idées sur la manière d'apprendre aux enfants des habiletés sociales et émotionnelles qui les aideront à réussir.
- 17.** Expliquez qu'il existe de nombreuses façons d'enseigner les habiletés sociales et émotionnelles. Les recherches montrent que l'efficacité maximale de ces enseignements est atteinte lorsque les habiletés sont enseignées via :
- Une instruction d'ASÉ explicite ou directe.
 - L'entraînement des habiletés d'ASÉ par des jeux.
 - L'infusion d'habiletés sociales et émotionnelles dans d'autres zones académiques, comme la lecture ou les mathématiques.
 - Le renforcement des habiletés par l'implication de la communauté et des parents.
- 18.** Expliquez que ces preuves sont l'inspiration de l'inclusion de l'ASÉ via toutes les interventions dans l'EBA. Tous les facilitateurs suivent une formation de base dans la compréhension des problèmes de protection de l'enfant, en utilisant des techniques d'animation centrées sur l'enfant et en communiquant avec les enfants qui sont en détresse. Cela permet aux enfants d'apprendre dans un environnement sûr, prévisible et encourageant.

ASTUCE > Ne parlez pas d'interventions qui ne sont pas appliquées dans votre programme d'EBA.

- 19.** Expliquez que l'Intervention pour l'ASÉ fournit 30 minutes d'instructions d'ASÉ directes et des opportunités pour pratiquer ces habiletés via 60 minutes de jeux d'ASÉ. Les Interventions lecture et mathématiques utilisent des stratégies d'apprentissage qui encouragent l'ASÉ. L'Intervention pour les compétences parentales responsabilise les adultes qui s'occupent d'eux pour s'occuper du bien-être de leurs enfants.

Pratique

Activité : Partager des anecdotes | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** individuel, en binômes

- 1.** Donnez aux participants les consignes pour l'**activité** Partager des anecdotes.



2. DITES >

- Prenez quelques minutes pour penser à quelqu'un qui a vécu un événement traumatique et les signes qu'il présente.
- Prenez deux minutes pour penser à la manière dont cette personne pourrait bénéficier de l'ASÉ.
- Tournez-vous vers la personne à côté de vous et partagez votre histoire. Rappelez-vous de la règle de confidentialité : vous ne devez pas dire de noms, uniquement les symptômes que la personne présente et la manière dont elle pourrait bénéficier des leçons d'ASÉ.



CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Dans certains cas, les participants et/ou celles et ceux qui leurs sont chers ont pu subir des événements difficiles par le passé récent. Dans ce type de scénario, modifiez l'activité et dites : « Tous ensemble, faites un brainstorming des séquelles des gens après avoir subi des événements difficiles. Avec un partenaire, partagez comment l'ASÉ peut limiter ces signes. »

3. Rassemblez tout le groupe. Permettez à certains participants de partager leur histoire. Menez une discussion en utilisant les questions suivantes :

- Comment l'ASÉ peut bénéficier à ceux qui ont traversé des événements traumatiques ?
- Selon vous, quel sera l'impact si nous pratiquons l'ASÉ avec ces individus ?

Application

Activité : « Pourquoi l'ASÉ ? » Lancement de balle | **Durée :** 10 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **lancement de balle**.



2. DITES >

- Formez un cercle pour l'activité lancement de balle.
- Lancez-vous la balle les uns aux autres. Lorsque vous lancez la balle, expliquez une raison pour laquelle l'ASÉ est enseigné en EBA.

3. Demandez aux participants s'ils ont des questions. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.



4. DITES > Au sein de l'EBA, il y a de multiples opportunités d'aider les enfants à développer leurs habiletés socio-émotionnelles : via les plans de leçon d'ASÉ, les jeux d'ASÉ et les leçons de lecture et de maths.

5. Demandez aux participants s'ils ont des questions. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.

ASTUCE > SI

la lecture fondamentale et l'Intervention mathématiques ne sont pas appliquées dans l'EBA, ne les mentionnez pas.



Session de formation pour l'ASÉ 3 : Compétences clés de l'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 2 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Définir l'Apprentissage socio-émotionnel (ASÉ).
- Définir les 5 compétences de l'ASÉ et nommer des habiletés socio-émotionnelles relevant de chaque compétence.
- Exprimer le fait que toutes les compétences d'ASÉ sont nécessaires pour réussir dans la vie.
- Créer des schémas d'ASÉ et de compétences d'ASÉ pour les enfants.

MESSAGES CLÉS

Les participants sont introduits au concept d'ASÉ, aux 5 compétences d'ASÉ et à la manière dont l'ASÉ se développe via des leçons d'ASÉ et des jeux d'ASÉ.

RESSOURCES REQUISES

- [Ressource 4 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences](#)
- [Ressource 5 : Puzzle de compétence d'ASÉ](#)
- Grands morceaux de carton (un par participant)
- Schémas/grands morceaux de papier, crayons, crayons de couleurs
- Flip-charts (assez pour tous les participants), marqueurs
- Ruban adhésif
- Ciseaux

PRÉPARATION REQUISE

- Utilisez [Ressource 5 : Puzzle de compétence d'ASÉ](#) pour créer le puzzle, en le divisant en autant de pièces qu'il y a de participants.
- Utilisez [Ressource 4 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences](#) pour préparer les schémas avec des définitions d'ASÉ et les 5 compétences d'ASÉ.
- Faites des panneaux « D'accord », « Pas d'accord » et « Parfois ». Accrochez le panneau « D'accord » d'un côté de la pièce, « Pas d'accord » de l'autre côté de la pièce et « Parfois » au milieu.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur et les participants discutent de l'ASÉ et définissent les 5 compétences d'ASÉ. En tant que groupe, les participants assemblent le puzzle des compétences d'ASÉ et discutent du puzzle en groupe. Enfin, les participants font leur propre puzzle et schéma de compétence d'ASÉ.



Étapes à suivre

Préparation

Activité : D'accord, pas d'accord | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Dites aux participants qu'ils en apprendront plus sur l' « Apprentissage socio-émotionnel » ou « ASÉ » au cours de cette session ainsi que sur l'approche EBA pour développer des habiletés d'ASÉ spécifiques chez les enfants. Ils apprendront également comment utiliser la banque de plans de leçon et la Banque d'activités d'ASÉ pour enseigner l'ASÉ dans l'EBA.

2. Donnez aux participants les consignes pour l'**activité** D'accord/Pas d'accord.



3. **DITES >**

- *Je vais lire une phrase.*
- *Si vous êtes d'accord avec cette phrase, marchez jusqu'au panneau « D'accord ».*
- *Si vous n'êtes pas d'accord, marchez jusqu'au panneau « Pas d'accord ».*
- *Si vous êtes parfois d'accord, mais pas toujours, vous pouvez vous placer au milieu, près du panneau « Parfois ».*

4. Lisez les phrases suivantes. Après chaque phrase, demandez à une personne de chaque côté d'expliquer pourquoi elle a choisi « D'accord », « Pas d'accord » ou « Parfois ». Assurez-vous que les participants comprennent le message clé pour chaque phrase.

ASTUCE > SI les participants sont d'accord avec ceci, posez-leur des questions pour en savoir plus. S'ils pensent à l'enseignement de façon traditionnelle, expliquez que certaines des activités d'apprentissage nécessitent de se déplacer, mais que les enfants doivent néanmoins se concentrer pendant de telles activités.



5. **DITES >** *Les enfants apprennent mieux lorsqu'ils sont en mesure de d'asseoir et d'écouter.*

Exemples de réponse : Parfois

Messages clés à faire passer : la capacité à se concentrer est une habileté clé que les individus doivent développer afin d'apprendre.



6. **DITES >** *La meilleure façon de résoudre un conflit est de l'ignorer.*

Exemple de réponse : Pas d'accord

Messages clés à faire passer : lorsqu'un conflit est ignoré, il va refaire surface. S'il est traité de manière productive, il peut être résolu et mené à des résultats positifs pour toutes les parties impliquées.





7. **DITES >** *La gestion de la colère est une habileté que les enfants ont à la naissance ou non, et ce n'est pas quelque chose qui s'apprend.*

Exemple de réponse : Pas d'accord

Messages clés à faire passer : On peut apprendre des stratégies pour contrôler la colère. Contrôler ses émotions vous permet d'interagir avec d'autres personnes et de continuer à travailler sur les tâches que vous devez accomplir.



8. **DITES >** *Nous avons beaucoup à apprendre des personnes qui viennent de groupes ethniques et culturels différents, il est donc important d'accepter nos différences et de travailler ensemble.*

Exemple de réponse : D'accord

Messages clés à faire passer : des groupes divers peuvent apprendre les uns des autres. Il est important d'être en mesure de travailler avec différents groupes, particulièrement dans une nation diverse.

ASTUCE > SI vous estimez que cet élément pourrait provoquer des crises émotionnelles ou des points de vue négatifs, excluez-le de cette activité.



9. **DITES >** *Lorsque vous faites face à des défis pour atteindre vos objectifs, vous devriez abandonner.*

Exemple de réponse : Pas d'accord

Messages clés à faire passer : afin d'atteindre vos objectifs, vous devez persister et trouver des moyens de surmonter les difficultés.

10. Demandez aux participants de se rasseoir.



11. **DITES >** *Toutes les phrases dont nous venons de discuter font appel à des habiletés sociales et émotionnelles nécessaires à la réussite dans la vie d'une personne. Il s'agit des habiletés que vous allez enseigner aux enfants dans l'EBA.*

Présentation

Activité : Définitions de l'ASÉ et des compétences d'ASÉ | **Durée :** 1 heure

Composition : groupe entier



1. **DEMANDEZ >** *Pour vous, quelle est la définition d'« Apprentissage socio-émotionnel » ?*
2. Lorsque les participants répondent, ajoutez les mots clés qui font partie de la définition de l'ASÉ sur le flip-chart.



3. Mettez en place le flip-chart préparé avec la définition d'ASÉ :

L'Apprentissage socio-émotionnel se compose des processus permettant aux enfants et aux adultes d'acquérir et d'appliquer efficacement les connaissances, attitudes et habiletés nécessaires pour comprendre et gérer leurs émotions, établir et atteindre des objectifs positifs, éprouver de l'empathie et en faire preuve envers les autres, établir et préserver des relations positives et prendre des décisions responsables.

4. Demandez à un volontaire de lire la définition.



5. Demandez aux participants ce que cette définition veut dire pour eux. Demandez-leur de partager le sens d'ASÉ avec leurs propres mots.

6. Rappelez-leur que l'adversité sévère peut avoir un impact négatif sur la capacité des enfants à apprendre et à former des relations saines. L'ASÉ peut réduire ces effets négatifs.



7. **DITES >** Dans l'EBA, l'ASÉ possède 5 compétences clés : Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance.

8. Expliquez que vous allez passer en détail sur chaque compétence. Demandez aux participants ce qu'ils pensent de chacune des compétences, en commençant par la Fortification mentale.

9. Lorsque les participants répondent, ajoutez les mots clés qui font partie de la définition de la Fortification mentale sur le flip-chart.

10. Mettez en place le flip-chart préparé avec la définition de la Fortification mentale et demandez à un participant de la lire.

11. Expliquez la définition en termes clairs et simples dans la langue locale.

12. Demandez s'ils peuvent trouver des exemples d'habiletés.

13. Répondez aux questions restantes sur la compétence.

14. Répétez ce processus avec les 4 compétences restantes : Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Si vous remarquez que les participants surestiment l'impact positif potentiel de l'ASÉ sur l'enfant, clarifiez que l'ASÉ ne peut que réduire certains effets de l'adversité sur les aspects sociaux, cognitifs et émotionnels de l'enfant, mais qu'il ne peut pas résoudre les problèmes de développement plus globaux issus de l'adversité (faim, pauvreté, etc.).



FORTIFICATION MENTALE

- **Définition : la Fortification mentale** est l'ensemble des habiletés qui nous aident à nous concentrer, nous rappeler des consignes et des concepts, gérer nos impulsions, réussir à jongler entre plusieurs tâches et à organiser des étapes ainsi que des informations de manière logique.
- **Exemples d'habiletés** : habiletés d'écoute, capacité de se concentrer et suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique.

RÉGULATION DES ÉMOTIONS

- **Définition : la Régulation des émotions** est l'ensemble des habiletés qui nous permettent de comprendre nos propres émotions et de gérer notre sensibilité de manière positive.
- **Exemples d'habiletés** : Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer les émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage.

HABILETÉS SOCIALES POSITIVES

- **Définition : les Habiletés sociales positives** sont l'ensemble des habiletés qui nous permettent d'interagir les uns avec les autres, en comprenant les sentiments et le comportement des autres, et en y répondant d'une façon qui évite les conflits et promeut des interactions sociales positives.
- **Exemple d'habileté** : Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie (la capacité de comprendre et de s'identifier aux sentiments des autres personnes), comprendre la dynamique de groupe, se faire des amis, entretenir des amitiés.

RÉSOLUTION DE CONFLIT

- **Définition : la Résolution de conflit** est l'ensemble des habiletés qui nous aident à régler les problèmes et les conflits de manière positive lorsqu'ils se présentent.
- **Exemple d'habileté** : Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, mettre en place des stratégies de Résolution de conflit, répondre au harcèlement.

PERSÉVÉRANCE

- **Définition : la Persévérance** est l'ensemble des habiletés qui nous permettent de surmonter les défis et de continuer à tendre vers un objectif réaliste.
- **Exemple d'habiletés** : Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectifs, développer une identité de soi positive.



Pratique

Activité : Puzzle | Durée : 20 minutes | Composition : groupe entier

1. Donnez à chaque participant une pièce de ce puzzle (Ressource 5 : Puzzle de compétence d'ASÉ).

2. Donnez des consignes aux participants pour l'activité **Puzzle**.



3. **DITES >**

- *Nous allons travailler ensemble pour construire un seul puzzle en utilisant les pièces dont chacun d'entre vous dispose.*
- *Sans vous donner plus de consignes, je voudrais que vous vous leviez tous et que vous trouviez un moyen de construire le puzzle.*
- *Vous avez 15 minutes pour compléter le puzzle.*

4. Observez les participants pendant qu'ils collaborent. Notez les conflits qui émergent et la manière dont les participants les gèrent. Notez les différents rôles que prennent différents individus.

5. À la fin des 15 minutes, arrêtez le groupe, peu importe où il en est dans la réalisation du puzzle.

6. Demandez aux participants s'ils comprennent ce que veut dire le puzzle.



7. **DITES >**

- *Les cinq compétences reposent les unes sur les autres. Vous avez d'abord besoin de « Fortification mentale » pour être en mesure de vous concentrer et de réussir une tâche. Ensuite, votre « Régulation des émotions » vous permet d'apprécier l'activité et de ne pas être submergé par l'anxiété.*
- *Vos « Habiletés sociales positives » vous permettent de travailler en équipe. Si un conflit émerge, « Résolution de conflit » vous permet de faire le médiateur. Enfin, votre « Persévérance » vous permet de continuer jusqu'à ce que vous y arriviez.*

8. Expliquez que bien que les compétences reposent les unes sur les autres, les habiletés relevant de chacune des compétences sont nécessaires pour réaliser une tâche. Par exemple, dans cette activité puzzle, ils ont utilisé des habiletés de toutes les compétences afin de réussir.



9. **DEMANDEZ >** *Quelles habiletés de Fortification mentale avez-vous utilisées ?*

Exemple de réponse : contrôle des impulsions et concentration.



10. **DEMANDEZ >** *Quelles habiletés de Régulation des émotions avez-vous utilisées ?*

Exemple de réponse : Contrôler la frustration.





11. **DEMANDEZ** > Quelles Habiletés sociales positives avez-vous utilisées ?

Exemple de réponse : Parler avec nos pairs.



12. **DEMANDEZ** > Quelles habiletés de Résolution de conflit avez-vous utilisées ?

Exemple de réponse : Prendre du recul et parler lorsque des problèmes émergent.



13. **DEMANDEZ** > Quelles habiletés de Persévérance avez-vous utilisées ?

Exemple de réponse : Continuer d'essayer malgré les difficultés.

14. Revoyez les apprentissages de la session.



15. **DITES** >

- Même si les 5 compétences reposent les unes sur les autres, elles sont toutes les 5 nécessaires pour réussir dans la vie, comme vous l'avez prouvé en finissant le puzzle.
- Les 5 compétences sont abordées au cours du programme.
- La structure du programme commence avec plus de Fortification mentale et se termine avec plus de Persévérance.

16. Collez le puzzle et accrochez-le dans la salle de formation.

Application

Activité : Créer votre propre schéma d'ASÉ | **Durée** : 25 minutes | **Composition** : individuel



1. **DITES** > Vous allez maintenant avoir l'opportunité de faire des schémas, comme le flip-chart que j'ai utilisé précédemment, que vous ramènerez dans votre EBA.



2. **DEMANDEZ** > Quelles sont les caractéristiques d'une bonne ressource d'enseignement ?

Exemple de réponse : elle est claire, colorée et utile.

3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **schémas** d'ASÉ.



4. **DITES** >

- Référez-vous à la page 8 Polycopié 2 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences dans le livret de formation pour l'ASÉ.
- Écrivez la définition d'un terme sur chaque flip-chart : « Apprentissage socio-émotionnel », « Fortification mentale », « Régulation des émotions », « Habiletés sociales positives », « Résolution de conflit » et « Persévérance ».



- *Écrivez la définition avec des mots simples pour que les enfants puissent les comprendre.*
 - *Incluez toutes les images qui renforcent la définition. Par exemple, une image d'enfants qui se tiennent la main ou qui réussissent à l'école, etc.*
5. Chaque participant doit prendre 6 feuilles du flip-chart et des marqueurs pour faire les schémas de définition pour « Apprentissage socio-émotionnel », « Fortification mentale », « Régulation des émotions », « Habiletés sociales positives », « Résolution de conflit » et « Persévérance ».
 6. Lorsqu'ils ont terminé, demandez à tous les participants de ranger leur matériel dans un endroit sûr où ils peuvent les ramener à leur EBA à la fin de la formation.
 7. Demandez aux participants s'ils ont des questions. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.



Session de formation pour l'ASÉ 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ et compétences d'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 1 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Nommer les compétences d'ASÉ.
- Lister les habiletés d'ASÉ sous chaque compétence d'ASÉ.
- Prouver la compréhension des Objectifs et séquences d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent que les Objectifs et séquences d'ASÉ est un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, de comment l'enseigner et dans quel ordre.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ EBA :
 - Polycopié 3 : Compétences d'ASÉ
 - Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ
 - Polycopié 5 : Course au trésor des Objectifs et séquences

PRÉPARATION REQUISE

Aucune

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur explique les habiletés d'ASÉ sous chaque compétence et les Objectifs et séquences d'ASÉ aux participants. Les participants font une Course au trésor des Objectifs et séquences d'ASÉ et débrièfent sur les ressources Objectifs et séquences d'ASÉ et Compétences d'ASÉ.



Étapes à suivre

Préparation

Activité : Introduction aux habiletés d'ASÉ et aux Objectifs et séquences d'ASÉ | **Durée :** 5 minutes

Composition : groupe entier

1. Demandez aux volontaires de lister les compétences d'ASÉ dont ils se souviennent.

Réponses :

- Fortification mentale
- Régulation des émotions
- Habiletés sociales positives
- Résolution de conflit
- Persévérance

-  **2. DEMANDEZ >** Il y a 5 catégories d'habiletés. Pouvez-vous vous rappeler certaines des habiletés dont nous avons parlé pendant le brainstorming lors de la session sur les compétences d'ASÉ ?

-  **3. DITES >** Objectifs et séquences d'ASÉ est un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, de comment l'enseigner et dans quel ordre. Les habiletés d'ASÉ et les Objectifs et séquences d'ASÉ sont les documents de référence pour ce que vous allez enseigner, et comment et à quel moment vous allez l'enseigner.

Présentation

Activité : Habiletés d'ASÉ | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** petits groupes

1. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ EBA à la page 9 et de regarder attentivement les habiletés d'ASÉ en Polycopié 3 : Compétences d'ASÉ.

-  **2. DITES >** Chaque compétence que vous avez appris un peu plus tôt dans la journée comprend une grande variété d'habiletés. Vous avez 10 minutes pour lire la liste des habiletés en petits groupes et trouvez des questions sur les habiletés à présenter au groupe.
3. Accordez 10 minutes aux participants pour revoir la liste des habiletés.
 4. Déplacez-vous et voyez si vous pouvez aider les groupes à comprendre les habiletés.



5. Rassemblez tout le groupe.
6. Menez une discussion en répondant aux questions qui restent sur les habiletés.

Pratique

Activité : Objectifs et séquences d'ASÉ | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ EBA à la page 9 et de regarder Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ.

 → 2. **DITES >** *les Objectifs et séquences d'ASÉ est un plan du programme utilisé pour enseigner l'ASÉ. C'est un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, de comment l'enseigner et dans quel ordre.*

 → 3. **DITES >**

- *Pensez à l'activité puzzle où vous avez appris que toutes les compétences sont nécessaires de manière simultanée, mais que les compétences reposent les unes sur les autres, en commençant par la Fortification mentale et en travaillant vers la Persévérance.*
- *Bien qu'il y ait un accent mis sur la Fortification mentale dans les sessions de début, et sur Persévérance dans les sessions de fin, toutes les compétences sont enseignées tout au long du programme.*

 → 4. **DITES >**

- *Tentons de mieux comprendre les Objectifs et séquences d'ASÉ.*
- *Il y a 9 « modules », chacun avec un thème différent, travaillant sur différentes habiletés.*
- *La colonne la plus à gauche, « Semaine », indique l'ordre des sujets. Chaque semaine aborde un sujet différent.*
- *Ensuite, il y a la colonne « Sujet ». Selon vous, à quoi sert-elle ?*
- *Elle sert à avoir une idée générale de ce qu'on enseigne cette semaine-là.*
- *Ensuite vient « Compétences ». Pouvez-vous lister les 5 compétences ?*
- *Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance*
- *Le deuxième en partant de la droite est « Habiletés d'ASÉ ». Selon vous, à quoi correspondent-elles ?*
- *C'est l'ensemble des objectifs que les enfants doivent être capable de faire à la fin de la semaine.*
- *Enfin, les « exemples d'activités » sont différentes activités que les facilitateurs peuvent utiliser lors de leur enseignement cette semaine-là.*





5. **DITES >** Vous enseignerez 3 cours de 2 heures chacun, chaque semaine, afin de couvrir intégralement les différents sujets.

6. Retournez au flip-chart suivant issu de la Session 2 et révisez le découpage de la session d'ASÉ :



- 15 minutes : activité d'ouverture
- 30 minutes : leçons d'ASÉ pour développer les compétences d'ASÉ des enfants
- 60 minutes : jeux d'ASÉ pour renforcer les compétences d'ASÉ
- 15 minutes : activité de fin

7. Expliquez que la leçon d'ASÉ, tout comme le jeu d'ASÉ, suit l'ordre des Objectifs et séquences d'ASÉ.

Application

Activité : Course au trésor des Objectifs et séquences d'ASÉ | **Durée :** 25 minutes

Composition : groupe entier

1. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ EBA à la page 18 et de regarder Polycopié 5 : Course au trésor des Objectifs et séquences.
2. Expliquez qu'ils doivent répondre aux questions de la Course au trésor.
3. Une fois que tous les participants ont fini de répondre à la Course au trésor, consultez les réponses. Demandez aux participants de noter leur propre Course au trésor.
4. Répondez aux questions restantes sur les Objectifs et séquences d'ASÉ.



La Session de formation d'ASÉ 5 : Esprit présent

Résumé de la session de formation | Durée : 1 heure et 15 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Définir l'esprit présent.
- Lister les pratiques d'esprit présent qui sont les plus répandues dans leur communauté.
- Animer une activité d'Esprit présent.
- Participer à une activité d'Esprit présent et l'évaluer.
- Exprimer de quelle manière l'esprit présent peut être utile et s'appliquer aux enfants auxquels ils enseignent.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent que l'esprit présent est l'état intentionnel d'être conscient et concentré sur le moment présent et d'accepter la réalité. Cette pratique peut apprendre la concentration, la connaissance de soi et la régulation des émotions.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ EBA
 - Polycopié 6 : Activités d'esprit présent
- Balle
- Flip-charts et marqueurs

PRÉPARATION REQUISE

- Placez un flip-chart en avant dans la salle.
- Vérifiez sur le flip-chart d'affichage s'il y a des questions que vous aimeriez aborder avant de mettre un terme à la formation.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur donne une définition d'esprit présent. Les participants font un brainstorming et participent à une activité sur l'esprit présent. En petits groupes, les participants s'entraînent à mener des activités d'esprit présent scriptées. Ils discutent ensuite et posent des questions sur l'esprit présent dans l'ASÉ.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Présenter l'esprit présent | Durée : 10 minutes | Composition : groupe entier



1. **DITES >** *L'Esprit présent est un état intentionnel où l'on est conscient et concentré sur le moment présent, tout en acceptant la réalité. C'est un état atteint le plus généralement via des stratégies d'apaisement qui aident à se concentrer sur l'esprit et le corps. Les activités d'esprit présent peuvent aider tout le monde, pas uniquement les enfants et ceux touchés par des situations d'adversité.*



2. **DEMANDEZ >**
- Êtes-vous familiers avec le concept d'esprit présent ?
 - Selon vous, qu'est-ce que signifie avoir l'esprit présent ?
 - Quelles types d'activités pratiquez-vous pour vous calmer ou vous sentir en paix ?
 - Existe-t-il des techniques qui sont similaires dans votre culture ou pratiquées largement dans votre communauté ?

3. Écrivez sur un flip-chart toutes les notes qui sont pertinentes à la définition de l'esprit présent.



4. **DITES >** *Les plans de leçon d'ASÉ comprennent des activités d'Esprit présent. L'esprit présent aide les enfants à développer de la concentration et de la connaissance de soi, ainsi qu'à gérer le stress et l'anxiété. Ces habiletés aideront les enfants à apprendre et à persévérer dans la vie.*

CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Utilisez les informations des participants sur les pratiques de l'esprit présent dans leur culture afin de rendre la discussion plus pertinente. Par exemple, s'ils voient l'esprit présent comme un moyen de trouver la paix, utilisez ce langage pour expliquer le concept. S'ils utilisent l'esprit présent pour se calmer, orientez la discussion selon ces termes.



Présentation

Activité : Démonstration d'esprit présent | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** individuel



1. **DITES**(Bald) calmement > *Vous allez maintenant pratiquer une activité d'esprit présent.*
2. Doucement et calmement, donnez aux participants les consignes pour l'**activité** « Démonstration d'Esprit présent ».
 - Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel.
 - Inspirez profondément.
 - Expirez lentement et laissez-vous relaxer.
 - Resserrez vos orteils, et relâchez-les en ressentant la chaleur partir de vos orteils.
 - Contractez les muscles de vos jambes et de vos genoux, et relâchez-les, puis sentez la chaleur partir de vos jambes.
 - Contractez vos fesses et laissez la chaleur chauffer votre chaise alors que vous vous relâchez.
 - Contractez les muscles de votre ventre, et relâchez-les en sentant la chaleur irradier de vous.
 - Sentez votre poitrine se contracter, puis se relâcher en libérant la chaleur.
 - Haussez vos épaules jusqu'à vos oreilles, puis relaxez vos épaules jusqu'à votre dos en sentant la chaleur s'échapper.
 - Contractez vos bras, et relâchez-les en laissant la chaleur s'échapper du bout de vos doigts.
 - Sentez la chaleur monter jusqu'à votre cou et envelopper votre tête.
 - Sentez la chaleur et la détente de votre corps.
3. Laissez les participants assis en silence pendant une minute ou aussi longtemps qu'ils sont à l'aise.



4. Lentement et calmement, **DITES** >
 - *À présent, ramenez votre attention vers la formation.*
 - *Bougez vos doigts et vos orteils.*
 - *Faites des petits cercles avec vos poignets.*
 - *Allongez vos bras vers le ciel et secouez-les.*
 - *Si vous avez les yeux fermés, ouvrez-les doucement.*



5. Une fois que les participants sont de nouveau ensemble, faites-les réfléchir en silence à ce qu'ils viennent de vivre, à comment ils se sont sentis et à comment ce genre d'activités pourrait être utile.
6. Ensuite, menez une discussion sur l'activité en utilisant des questions comme :
 - Qu'avez-vous ressenti ?
 - Comment vous êtes-vous senti à ce moment là ?
 - Comment pensez-vous que ce genre d'activités pourrait être utile, pour vous ou pour les enfants ?

Pratique

Activité : Pratiquer l'enseignement de l'esprit présent | **Durée :** 40 minutes | **Composition :** petits groupes

1. Expliquez qu'ils vont pratiquer en petits groupes l'enseignement d'activités d'esprit présent, comme celle qu'ils viennent de faire.
2. Divisez les participants en petits groupes.
3. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ EBA à la page 19 et de regarder Polycopié 6 : Activités d'esprit présent.
4. Donnez un aperçu rapide de toutes les activités d'esprit présent dans le polycopié. Les participants peuvent sélectionner quelle activité ils veulent pratiquer au sein de leur petit groupe.
5. Écrivez les questions suivantes sur un flip-chart pour guider les commentaires concernant les personnes qui mènent une activité d'esprit présent.
 - Qu'est-ce qui était bien à propos de l'activité d'esprit présent ?
 - Qu'est-ce que vous changeriez à propos de l'activité d'esprit présent ?
 - Qu'est-ce qui était bien dans la façon dont l'activité d'esprit présent a été présentée ?
 - Qu'est-ce que vous changeriez dans la façon dont l'activité a été présentée ?



Application

Activité : Discussion sur l'esprit présent | **Durée :** 10 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Une fois que tout le monde a pratiqué l'enseignement de l'esprit présent en petits groupes, rassemblez le groupe.
2. Demandez-leur de partager leurs perceptions de l'esprit présent et la manière dont ils pensent que c'est utile et applicable aux enfants à qui ils enseignent.
3. Demandez aux participants s'ils ont des questions à poser sur l'esprit présent. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.



Conclusion jour 1

Activité : Ce que nous avons appris | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Terminez la journée en passant en revue ce que les participants ont appris aujourd'hui.
2. Placez les participants en cercle.
3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **lancement de balle**.



4. DITES >

- Commencez avec la balle et partagez une chose que vous avez apprise aujourd'hui, puis lancez-la à une autre personne dans le cercle, qui partagera ce qu'il ou elle a appris.
- La balle continuera d'être passée jusqu'à ce que tout le monde ait partagé ce qu'il a appris aujourd'hui.



Jour 2

Session	Durée	Objectifs de la session <i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute • Trouver les consignes de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 6 : UTILISER LES PLANS DE LEÇON GUIDÉE	1 heure et 15 minutes	• Expliquer les similitudes et les différences entre l'utilisation, le contenu et la structure d'un plan de leçon quotidien et d'un plan de leçon hebdomadaire. • Animer un segment d'un plan de leçon quotidien. • Prendre un temps de réflexion et discuter de leur expérience en utilisant un plan de leçon. • Expliquer comment utiliser les plans de leçon d'ASÉ pour enseigner le contenu de l'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 7 : MODÉLISER L'APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNEL	1 heure et 45 minutes	• Définir un modèle et ce que signifie modeler des habiletés d'ASÉ. • Lister les stratégies de modélisation des compétences d'ASÉ. • Lister les mots qui renforcent l'ASÉ. • Faire la démonstration d'un jeu de rôle qui modélise correctement une compétence d'ASÉ. • Évaluer des manières efficaces de modeler des compétences ASÉ.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : PLAN DE LEÇON D'ASÉ PRÉPARATION ET PRÉSENTATION	1 heure et 30 minutes	• Animer une leçon d'ASÉ à l'aide d'un plan de leçon quotidien. • Évaluer de manière critique les présentations de plans de leçons d'ASÉ, démontrer une connaissance des éléments nécessaires d'un plan de leçon.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : (SUITE)	2 heures	
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de fermeture du parachute. • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ.



Activité de début de formation pour l'ASÉ : Ouverture du parachute

Résumé de session d'ouverture

OBJECTIFS DE LA SESSION D'OUVERTURE

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Suivre les consignes et participer à l'activité d'ouverture du parachute.
- Trouver les consignes de l'activité d'ouverture du parachute dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Le formateur fait la démonstration de l'activité d'Ouverture du parachute aux participants et indique que, dans le cadre de l'EBA, son objectif est de constituer une routine afin de promouvoir un environnement sûr, prévisible et encourageant dans l'ASÉ.

Étapes à suivre

Activité : Ouverture du parachute | **Durée** : 15 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Placez les participants en cercle.



2. **DITES >** *Nous allons faire l'activité d'ouverture du parachute, que vous allez aussi faire au début de chaque session d'ASÉ. Nous ouvrirons la formation d'ASÉ d'aujourd'hui et demain par l'activité d'ouverture du parachute, afin de comprendre son utilité dans l'ASÉ.*

3. Donnez les consignes de l'activité d'**ouverture du parachute** aux participants.



4. **DITES >**

- *Au milieu du cercle, il y a un parachute plié imaginaire.*
- *Savez-vous ce qu'est un parachute ?*
- *Ce parachute est notre « Espace Sûr ». Quoiqu'il arrive lorsque le parachute est ouvert, ceci restera confidentiel. Cela veut dire que ça reste dans notre espace sûr. Nous ne jugeons personne, et nous ne nous moquons de personne dans notre espace sûr. C'est l'endroit où tout le monde peut librement ressentir ses émotions et participer.*
- *Comme le parachute est plié, nous devons l'ouvrir.*

ASTUCE > S'ILS ne savent pas ce qu'est un parachute, expliquez-le avec un dessin, ou dites que c'est comme un grand parapluie.



- Venez au centre, et rapprochez-vous les uns des autres.
- Tout le monde doit prendre un coin et l'ouvrir dans un grand cercle.
- Chacun va faire comme s'il avait un triangle avec une couleur différente.
- Cette couleur représente comment vous vous sentez aujourd'hui.
- Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez.
- Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.

5. Partagez votre couleur, puis déplacez-vous et assurez-vous que tout le monde partage sa couleur.



6. **DITES >** *Le parachute est toujours présent dans la salle de formation. Rappelez-vous que le parachute est un espace sûr dans lequel tout est confidentiel et où chacun peut librement ressentir ses émotions et participer. À la fin de la journée, il sera fermé.*
7. Informez les participants qu'ils peuvent trouver les consignes des activités du Parachute aux pages 17 à 18 dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ. Dites-leur que les deux premières semaines des plans de leçon quotidiens contiennent également les activités du Parachute.



Session de formation pour l'ASÉ 6 : Utiliser les plans de leçon guidée

Résumé de la session de formation | Durée : 1 heure et 15 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Expliquer les similarités et les différences entre l'usage, le contenu et la structure d'un plan de leçon quotidien et d'un plan de leçon hebdomadaire.
- Animer un segment d'un plan de leçon quotidien.
- Prendre un temps de réflexion et discuter de leur expérience en utilisant un plan de leçon.
- Expliquer comment utiliser les plans de leçon d'ASÉ pour enseigner le contenu de l'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent comment utiliser les plans de leçon d'ASÉ fournis pour les leçons d'ASÉ de 30 minutes dans la session d'ASÉ de 2 heures.

RESSOURCES REQUISES

- Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA
- Livret de formation pour l'ASÉ EBA
 - Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ
- Flip-charts et marqueurs

PRÉPARATION REQUISE

- Lisez le flip-chart d'affichage pour voir s'il y a des questions/commentaires qui peuvent être abordés lors des sessions du jour. Récupérez les informations en avance, si besoin. Si vous ne savez pas comment régler certains problèmes, parlez au leader de l'EBA pour obtenir des conseils.
- Placez un flip-chart en avant dans la salle.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur explique le but du plan de leçon et couvre les 4 sections : Échauffement, Présentation, Pratique et Application. Le formateur revoie ensuite la structure de la session d'ASÉ de 2 heures. En petits groupes, les participants se pratiquent en utilisant un plan de leçon. Ils prennent ensuite du temps pour réfléchir à l'activité.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Penser et Partager avec un Partenaire | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** en binômes

1. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **Penser et Partager avec un Partenaire**.



2. **DITES >**

- *Pensez individuellement à la question : Quel est le but d'un plan leçon ?*
- *Partagez ce que vous en avez pensé avec un partenaire.*
- *Partagez ce dont vous avez discuté avec votre binôme au groupe entier.*

Présentation

Activité : Structure du plan de leçon | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** en équipes

1. Revoyez la structure de la session d'ASÉ de 2 heures avec les participants en

posant les questions suivantes et en faisant répondre les volontaires.

- Quelle est la durée d'une session d'ASÉ ?
Réponse : 2 heures
- Quelle est la première chose que les enfants feront dans une session d'ASÉ ?
Réponse : l'activité d'ouverture du parachute
- Combien de temps pouvez-vous prendre pour faire l'activité d'ouverture du parachute ?
Réponse : 15 minutes.
- Quelle est la deuxième chose que les enfants feront dans une session d'ASÉ et pendant combien de temps ?
Réponse : Une leçon d'ASÉ de 30 minutes.
- Quelle ressource allez-vous utiliser pour enseigner la leçon d'ASÉ de 30 minutes ?
Réponse : la Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA
- Comment les compétences d'ASÉ seront-elles renforcées chez les enfants ?
Réponse : Via des jeux d'ASÉ.
- Où pouvez-vous trouver les jeux d'ASÉ ?
Réponse : la Banque d'activités d'ASÉ.



ASTUCE > LES participants ne doivent pas utiliser exactement les mêmes mots que ceux de la réponse. Ils peuvent expliquer la signification d'espace sûr selon leurs propres termes.

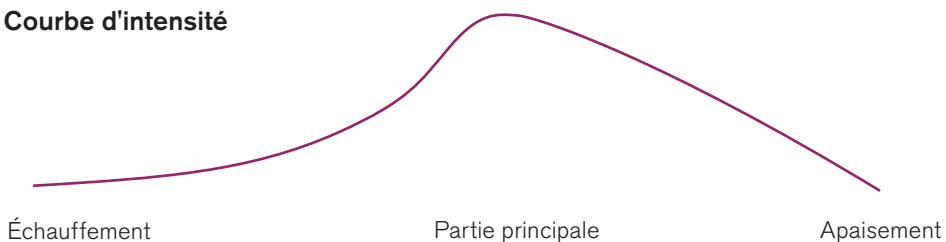
- Quelle est la dernière chose que les enfants feront avant de quitter l'EBA ?
Réponse : Activité de fermeture du parachute.
- Qu'est-ce qu'un « espace sûr » ?
Réponse : Un espace sûr est l'endroit où tout le monde peut librement ressentir ses émotions et participer. Tout ce que l'on dit dans un espace sûr est confidentiel et nous ne jugeons ni ne nous moquons de personne dans un espace sûr.
- Quelles sont les 5 compétences d'ASÉ ?
Réponse : Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance.

2. Revoyez la structure d'ASÉ EBA en utilisant le flip-chart suivant issu de la Session 2 :



3. Introduisez l'idée d'une courbe d'intensité. Dessinez la courbe d'intensité sur un flip-chart.

Courbe d'intensité



- 4. DITES >** Revoyons la structure de la session d'ASÉ en utilisant la courbe d'intensité. La ligne de la courbe représente le niveau d'activité physique et mentale des enfants pendant une période donnée.
- 5.** Expliquez en détail la structure de la session d'ASÉ en utilisant la courbe d'intensité, en pointant vers les parties pertinentes de la courbe pendant que vous expliquez.





6. DITES >

- **L'activité d'ouverture du parachute de 15 minutes** aide les enfants à se « préparer » pour la session de 2 heures. Les enfants arrivent très énervés. Cette activité les aide à préparer leur esprit et leur corps à la session.
- La même activité d'ouverture que nous avons faite aujourd'hui sera effectuée avant chaque session d'ASÉ dans l'EBA. La répétition des activités d'ouverture et de fin aide à créer un environnement sûr, prévisible et encourageant à l'EBA.
- **La leçon d'ASÉ de 30 minutes** aide à renforcer les habiletés d'ASÉ des enfants d'une manière intentionnelle. C'est le temps « d'enseignement » et il vient dans la « partie principale » de la courbe d'intensité.
- **Les jeux d'ASÉ de 60 minutes** renforcent les habiletés d'ASÉ que les enfants apprennent pendant la leçon d'ASÉ, via le jeu et l'enseignement informel. Il vient également dans la « partie principale » de la courbe d'intensité.
- **L'activité de fermeture du parachute de 15 minutes** est la partie « apaisement » de la courbe d'intensité. À la fin, l'activité d'apaisement aide les enfants à se sentir calmes et relaxés avant qu'ils ne quittent l'EBA. Établir des rituels et des routines aide à créer un environnement sûr, prévisible et encourageant au sein de l'EBA.

7. Récapitulez les réponses des participants sur le but d'un plan de leçon à partir de la discussion précédente.
8. Expliquez que les plans de leçon fournissent un guide pour les activités à effectuer pendant une leçon. Chaque leçon d'ASÉ possède 4 sections. La même structure et le même format sont suivis tout au long de l'intervention.
9. Écrivez les 4 parties d'un plan sur un flip-chart et expliquez leur but.



10. DITES >

- **Échauffement** : les enfants participent à une activité qui les prépare à apprendre l'objectif du jour. Cette activité peut être une révision d'une leçon précédente ou une activité amusante et agréable, pour donner le ton de la session.
- **Présentation** : le facilitateur d'ASÉ introduit les objectifs de la leçon d'ASÉ ainsi que le contenu pertinent.
- **Pratique** : les enfants pratiquent l'habileté seuls, en binômes ou en petits groupes.
- **Application** : les enfants présentent leur travail, répondent individuellement à une question ou résolvent un problème afin de montrer ce qu'ils ont appris pendant la leçon.



11. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ EBA à la page 9 et de regarder Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ.
12. En utilisant un objectif d'apprentissage des Objectifs et séquences d'ASÉ, demandez aux participants de faire un brainstorming sur une activité qui pourrait être utilisée dans chaque section de la leçon.
13. Partagez l'exemple suivant au groupe entier qui vient des Objectifs d'apprentissage pour les familiariser avec les différentes parties des plans de leçon.
 - Objectif d'apprentissage de la Semaine 6 : Démontrer la capacité à retenir des informations dans la mémoire à court terme.
 - Échauffement : Faire une activité d'esprit présent sur la mémoire et la répétition d'une phrase et créer une poignée de mains distinctive avec une autre personne.
 - Présentation : Les enfants font un brainstorming sur l'importance d'utiliser leur mémoire à court terme.
 - Pratique : Jouer au jeu de cartes « Mémoire ».
 - Application : Se rappeler de l'exercice et trouvez votre partenaire pour faire votre poignée de mains secrète avec lui et partagez avec votre « copain » ce que vous avez appris aujourd'hui.
14. Dites-leur que les Objectifs et séquences d'ASÉ sont également disponibles sur la page 8 dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA.

Pratique

Activité : Utiliser un plan de leçon | **Durée :** 45 minutes | **Composition :** petits groupes



1. **DITES >** *La Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA est divisée en plans de leçon quotidiens et hebdomadaires. Les plans quotidiens fournissent plus de détails pour chaque jour de consignes. Les plans hebdomadaires fournissent plutôt les grandes lignes d'activités pour une semaine complète. L'ordre de toutes ces leçons est basé sur les Objectifs et séquences d'ASÉ.*
2. Demandez aux participants de se rendre à la page 19 dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ et de regarder attentivement la section sur les Plans de leçon quotidiens.
3. **DITES >** *Ces plans sont les plans de leçon quotidiens que vous utiliserez pendant les 12 premières semaines. Ils contiennent des consignes détaillées à suivre pour enseigner la leçon de 30 minutes.*
4. Demandez aux participants de se rendre à la page 260 dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA et de regarder attentivement la section sur les Plans de leçon hebdomadaires.





5. **DITES >** *Ce sont les plans de leçon hebdomadaires que vous utiliserez à partir de la 13e semaine. Chaque plan de leçon hebdomadaire contient des consignes brèves pour 3 jours de leçons d'ASÉ de 30 minutes par semaine. Une fois que vous avez utilisé les plans de leçon quotidiens pendant 12 semaines, vous serez en mesure d'enseigner 3 leçons quotidiennes en utilisant les activités mises en avant par les plans hebdomadaires.*
6. Donnez aux participants 2 minutes pour revoir le plan de leçon quotidien et un plan de leçon hebdomadaire de la Banque de plan de leçon d'ASÉ en binômes. Ils doivent identifier 2 similarités et 2 différences entre les formats des 2 plans de leçon.
7. Demandez aux participants volontaires de partager les similarités et les différences qu'ils ont identifiées. Si les autres participants trouvent les mêmes similarités/différences que celles partagées avec le groupe, ils devront lever la main.
8. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **Utiliser un plan de leçon.**



9. **DITES >**
- *Séparez-vous en petits groupes de 4 à 5 participants.*
 - *Chaque groupe doit sélectionner un plan de leçon depuis la Banque de plan de leçon d'ASÉ EBA.*
 - *Dans vos groupes, implémentez, chacun votre tour, des segments de 5 minutes du plan de leçon.*
 - *Lorsque vous entendez mon signal, cela signifie que les 5 minutes sont écoulées et que le participant menant la leçon doit changer.*
10. En fonction de la taille des groupes et de la quantité de temps alloué, laissez une minute à chaque groupe pour se préparer et donnez ensuite le signal toutes les 5 minutes pour marquer le moment où le leader du groupe doit changer.



Application

Activité : Réflexions | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez aux participants de réfléchir à leur expérience lors de l'utilisation des plans de leçon basée sur les questions suivantes et de partager leur réponse avec le groupe entier.
 - De quelle manière le plan de leçon a-t-il eu un impact sur votre capacité à mener l'activité ?
 - Qu'avez-vous aimé lors de l'utilisation du plan de leçon ?
 - Qu'avez-vous moins apprécié lors de l'utilisation du plan de leçon ?
 - Quelle était la différence entre le plan de leçon quotidien et hebdomadaire ? Lequel vous a mis le plus à l'aise ou était plus facile à utiliser ? Pourquoi ?
 - Comment allez-vous utiliser les plans de leçon pour enseigner l'ASÉ aux enfants dans l'EBA ?
2. Demandez aux participants s'ils ont des questions. Répondez aux questions ou notez-les sur le flip-chart d'affichage pour y répondre plus tard.



Session de formation pour l'ASÉ 7 : Modeler l'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 1 heure et 45 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Définir un modèle et ce que signifie modeler les habiletés d'ASÉ.
- Lister les stratégies de modélisation des compétences d'ASÉ.
- Lister les mots qui renforcent l'ASÉ.
- Faire la démonstration d'un jeu de rôle qui modélise correctement une compétence d'ASÉ.
- Évaluer les manières efficaces de modeler des compétences d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent qu'il est nécessaire de modeler les habiletés sociales et émotionnelles afin de les enseigner efficacement aux enfants dans l'EBA.

RESSOURCES REQUISES

- Flip-charts et marqueurs
- Papier et stylos

PRÉPARATION REQUISE

- Créer un flip-chart avec les consignes de jeu de rôle et les questions des discussions de groupe en utilisant le texte fourni ci-dessous.
- Créez un flip-chart avec le titre « Langage et Comportements d'ASÉ » et divisez-le en 5 colonnes (une pour chaque compétence) : Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives, Résolution de conflit et Persévérance.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur explique ce qu'est un modèle et pourquoi il est nécessaire d'avoir un modèle pour pratiquer toutes les 5 compétences d'ASÉ. Les participants font un brainstorming de mots qu'ils peuvent utiliser dans leur EBA pour l'ensemble des 5 compétences. En groupes, les participants présentent les jeux de rôle pré-préparés. Tout le monde réfléchit aux jeux de rôle et aux 5 compétences.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Qu'est-ce que la modélisation ? | **Durée :** 10 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez aux participants pourquoi, selon eux, il est important de modeler les habiletés socio-émotionnelles.



2. **DITES >** *Il est important pour nous de modeler les habiletés d'apprentissage socio-émotionnel pour les élèves afin que nous puissions renforcer les habiletés que nous leur enseignons. Si nous ne modélisons pas les habiletés d'ASÉ, les étudiants ne comprendront pas la valeur de l'ASÉ.*



3. **DITES >** *Il existe un certain langage et il y a certaines actions qui renforcent l'enseignement explicite de l'ASÉ.*

4. Menez une discussion basée sur les questions suivantes :

- Que signifie être un « modèle » ?
Exemple de réponse : Pour montrer le bon exemple aux enfants via la démonstration de valeurs et d'habiletés qu'on leur enseigne.
- Selon vous, qu'est-ce que signifie « modeler » des habiletés sociales et émotionnelles ?
Exemple de réponse : Faire la démonstration des habiletés que nous enseignons à nos enfants via nos interactions interpersonnelles. Nous prêtons attention aux enfants, nous contrôlons la frustration avec les enfants, nous les aidons à résoudre les conflits, et nous leur montrons la persévérance et la capacité d'interagir avec les autres.
- De quelle manière les autres sont-ils touchés lorsque vous ne modélisez pas les habiletés d'ASÉ ?
Exemple de réponse : Lorsque vous ne modélisez pas les habiletés d'ASÉ, les enfants pensent que c'est normal et acceptable d'agir de cette façon. Vous pouvez renforcer ou enseigner de mauvaises habitudes parmi les enfants, plutôt que d'enseigner et de modeler de bonnes habitudes et habiletés d'ASÉ.



5. **DITES >** *J'aimerais maintenant que vous pensiez à la façon dont vous modélerez les 5 compétences d'ASÉ dans votre EBA et que vous le partagiez.*

6. Repassez sur chaque compétence d'ASÉ une par une et demandez aux participants de partager leur réponse.



Exemple de réponses :

- Fortification mentale : faire plusieurs choses à la fois, donner des consignes claires, écouter les enfants
- Régulation des émotions : réguler nos réponses émotionnelles, ne pas se laisser emporter par la frustration ou la colère
- Habiletés sociales positives : être gentil et patient, écouter les autres et essayer de comprendre leurs émotions
- Résolution de conflit : résoudre des conflits entre les enfants, éviter les conflits avec les autres
- Persévérance : surmonter les défis, comme travailler avec des ressources limitées

Présentation

Activité : Stratégies pour modeler l'ASÉ | **Durée** : 25 minutes | **Composition** : groupe entier

-  **1. DITES >** À présent, nous allons discuter des stratégies pour modeler l'ASÉ dans chacune des compétences, en commençant par la **Fortification mentale**.
-  **2. DITES >** Pensez à la façon dont l'activité d'ouverture du parachute modèle la Fortification mentale. Ensuite, pensez à une seule façon dont pratiquer l'activité d'ouverture du parachute avant chaque leçon d'ASÉ peut aider les enfants à se concentrer.
- 3.** Faites partager leurs réponses à 1 ou 2 volontaires.
-  **4. DITES >** Mettre en place des routines, comme l'activité d'ouverture du parachute, aide les enfants à concentrer leur attention avant de commencer la leçon. En donnant aux enfants un moment et un espace pour se concentrer lorsqu'ils viennent à l'EBA, vous modelerez la Fortification mentale et enseignerez aux enfants comment se concentrer et focaliser leur attention par eux-mêmes.
- 5.** Si vous avez une vidéo et un projecteur disponibles, regardez la vidéo Créer des salles de classe curatives 2.1 : Mettre en place une routine disponible en ligne ici : www.youtube.com/watch?v=GRgocAQWSOQ. Discutez ensuite des questions ci-dessous. Si vous ne possédez pas l'équipement nécessaire, passez directement à la discussion ci-dessous.
- 6.** Menez une courte discussion basée sur les questions suivantes :



- Comment pensez-vous que les techniques dont nous avons discutées peuvent être bénéfiques aux enfants dans l'EBA ?
- Comment pensez-vous que leur Fortification mentale va s'améliorer si vous utilisez cette stratégie pour modeler la Fortification mentale ?
- Comment pouvez-vous incorporer ces techniques dans votre classe ? Quels défis pourriez-vous rencontrer, et comment pensez-vous les surmonter ?

RÉGULATION DES ÉMOTIONS :



- **7. DITES >** *Ensuite, je voudrais que vous réfléchissiez à la **Régulation des émotions**. Comment pensez-vous qu'établir des règles de classe et des conséquences cohérentes peut aider à modeler la Régulation des émotions ?*

- 8.** Faites partager leurs réponses à 1 ou 2 volontaires.



- **9. DITES >**

- *En ayant des conséquences cohérentes, vos propres émotions seront minimisées dans la réponse. Cela empêchera d'avoir une réponse émotionnelle extrême lorsqu'un enfant se comporte mal.*
- *Vous pouvez également utiliser certaines des stratégies que vous enseignerez aux enfants, telles que la respiration par le ventre et compter jusqu'à 10, pour modeler la Régulation des émotions dans l'EBA.*
- *Le meilleur moyen de gérer un mauvais comportement est de l'empêcher, ce qui peut être accompli par la co-création de règles avec les enfants.*

- 10.** Si vous avez une vidéo et un projecteur disponibles, regardez la vidéo des salles de classe curatives 2.2 : Créer des règles de classe de façon conjointe, disponible en ligne ici: www.youtube.com/watch?v=9qPkin2DO_Y et discutez ensuite des questions ci-dessous. Si vous ne possédez pas l'équipement nécessaire, passez directement à la discussion ci-dessous.

- 11.** Menez une courte discussion basée sur les questions suivantes :

- Comment pensez-vous que les techniques dont nous avons discutées peuvent être bénéfiques aux enfants dans l'EBA ?
- Comment pensez-vous que leur Régulation des émotions va s'améliorer si vous utilisez cette stratégie pour modeler la Régulation des émotions ?
- Comment pouvez-vous incorporer ces techniques dans votre classe ? Quels défis pourriez-vous rencontrer, et comment pensez-vous les surmonter ?



- **12. DITES >** *Ensuite, je voudrais que vous réfléchissiez aux **Habiletés sociales positives**. Selon vous, comment est-ce que se connecter aux expériences vécues par les enfants et dire leur prénom peut aider à modeler les Habiletés sociales positives ?*

- 13.** Faites partager leurs réponses à 1 ou 2 volontaires.





14. **DITES >** *En vous connectant avec les enfants, vous leur permettrez de créer un lien social positif avec vous et de se sentir plus en sécurité et plus à l'aise dans l'EBA. En montrant aux enfants comment relier les activités et les conversations aux expériences vécues d'une autre personne, vous ferez la démonstration de la manière dont ils peuvent en apprendre plus sur les autres et créer des relations positives.*

15. Si vous avez une vidéo et un projecteur disponibles, regardez la vidéo des salles de classe curatives 5.2: Faire le lien avec l'expérience vécue des élèves, disponible en ligne ici : www.youtube.com/watch?v=gTqvmziYcQ. Discutez ensuite des questions ci-dessous. Si vous ne possédez pas l'équipement nécessaire, passez directement à la discussion ci-dessous.

16. Menez une courte discussion basée sur les questions suivantes :

- Comment pensez-vous que les techniques dont nous avons discutées peuvent être bénéfiques aux enfants dans l'EBA ?
- Comment pensez-vous que leurs Habiletés sociales positives vont s'améliorer si vous utilisez cette stratégie pour modeler les Habiletés sociales positives ?
- Comment pouvez-vous incorporer ces techniques dans votre classe ? Quels défis pourriez-vous rencontrer, et comment pensez-vous les surmonter ?



17. **DITES >** *Ensuite, je voudrais que vous réfléchissiez à la **Résolution de conflit**. Comment pensez-vous que rester calme et agir comme médiateur lorsqu'un conflit émerge peut aider à modeler les habiletés de Résolution de conflit ?*

18. Faites partager leurs réponses à 1 ou 2 volontaires.

19. **DITES >** *Lorsque les enfants ont une mauvaise conduite ou entrent en conflit, il y a généralement quelque chose d'autre derrière. Ils ont peut-être besoin d'une attention spéciale parce qu'ils ne reçoivent pas assez d'attention à la maison ou qu'ils s'ennuient. En assignant des tâches pertinentes en classe, vous leur montrerez qu'il y a une solution autre que le conflit. Des tâches appropriées en classe peuvent également être utilisées en tant que discipline positive pour les mauvais comportements.*

20. Si vous avez une vidéo et un projecteur disponibles, regardez la vidéo Créer des salles de classe curatives 3.2 : Créer et attribuer des tâches significatives disponible en ligne ici : www.youtube.com/watch?v=4v1dDLRXvCQ Discutez ensuite des questions ci-dessous. Si vous ne possédez pas l'équipement nécessaire, passez directement à la discussion ci-dessous.



21. Menez une courte discussion basée sur les questions suivantes :

- Comment pensez-vous que les techniques dont nous avons discutées peuvent être bénéfiques aux enfants dans l'EBA ?
- Comment pensez-vous que la Résolution de conflit des élèves va s'améliorer si vous utilisez cette stratégie pour modeler la Résolution de conflit ?
- Comment pouvez-vous incorporer ces techniques dans votre classe ? Quels défis pourriez-vous rencontrer, et comment pensez-vous les surmonter ?



22. DITES > *Ensuite, je voudrais que vous réfléchissiez à la **Persévérance**. Comment pensez-vous qu'encourager l'établissement d'objectif peut aider à modeler la Persévérance ?*

23. Faites partager leurs réponses à 1 ou 2 volontaires.

24. DITES > *En encourageant l'établissement d'objectif, vous montrez aux enfants l'importance d'établir des objectifs atteignables à court et à long terme. Vous pouvez également fixer vos propres objectifs et montrer aux enfants comment diviser ceux-ci en objectifs atteignables, ainsi que comment ajuster leurs objectifs lorsque les choses ne se passent pas comme prévu.*

25. Si vous avez une vidéo et un projecteur disponibles, regardez la vidéo Créer des salles de classe curatives 4.2 : www.youtube.com/watch?v=KulB4Wogin8. Encourager la définition des objectifs disponible en ligne ici : . Discutez ensuite des questions ci-dessous. Si vous ne possédez pas l'équipement nécessaire, passez directement à la discussion ci-dessous.

26. Menez une courte discussion basée sur les questions suivantes :

- Comment pensez-vous que les techniques dont nous avons discutées peuvent être bénéfiques aux enfants dans l'EBA ?
- Comment pensez-vous que leur Persévérance va s'améliorer si vous utilisez cette stratégie pour modeler la Persévérance ?
- Comment pouvez-vous incorporer ces techniques dans votre classe ? Quels défis pourriez-vous rencontrer, et comment pensez-vous les surmonter ?



Pratique

Activité : Brainstorming des langages et comportements d'ASÉ supplémentaires | **Durée :** 20 minutes

Composition : groupe entier

1. Montrez le flip-chart intitulé « Langage et comportements d'ASÉ »



2. **DITES >** *Nous allons faire un brainstorming sur le langage et les mots utilisés en EBA qui vont renforcer l'apprentissage social et émotionnel. Quelles phrases et mots peut-on utiliser en classe pour renforcer l'apprentissage social et émotionnel ?*

3. Demandez à un volontaire d'écrire sa réponse sur le flip-chart.

Exemple de réponses :

Fortification mentale

- *Langage : se concentrer, écouter, rester immobile, contrôler, planifier, se rappeler, organiser, logique, objectif, accomplir*
- *Comportements : être multitâches, écouter les enfants, organiser les leçons de manière logique*

Régulation des émotions

- *Langage : « Je me sens », heureux, triste, frustré, j'ai hâte« Comment vous sentez-vous en conséquence de cela ? », émotion, douleur, exprimer*
- *Comportements : contrôler votre frustration et votre colère, surmonter la déception, ne montrer qu'une joie modérée*

Habiletés sociales positives

- *Langage : empathie, accepter, similarité, différence, pression de groupe négative, communiquer, tolérance, partager*
- *Comportements : demander aux enfants comment ils se sentent, essayer de connaître chaque enfant personnellement*

Résolution de conflit

- *Langage : conséquences, s'excuser, faire le médiateur, affirmé, causer, résoudre, stratégies, « s'arrêter, penser, agir », admettre, étapes de résolution de problème*
- *Comportements : faire le médiateur lors de conflits entre enfants, rester calme pour éviter les conflits entre enfants, parents et autres facilitateur EBA*



Persévérance

- *Langage : objectif, franchir, surmonter, confiance, amélioration, décision, accomplir, futur, espoir*
- *Comportements : continuer d'enseigner dans des circonstances difficiles, fixer des objectifs que vous partagez avec la classe et que vous divisez en étapes.*

4. Revoyez toutes les réponses en demandant à un participant de lire le langage et les comportements d'ASÉ du flip-chart.
5. Expliquez qu'ils auront d'autres possibilités de pratiquer pendant le reste de leur formation.

Application

Activité : Préparation et présentation de jeu de rôle | **Durée :** 50 minutes

Composition : petits groupes

1. Répartissez les participants en 5 groupes.
2. Affichez les consignes et questions pour l'activité de groupe (tel qu'illustré ci-dessous).

CONSIGNES ET QUESTIONS SUR L'ACTIVITÉ DE JEU DE RÔLE

1. Créez un jeu de rôle modelant la compétence assignée à votre groupe.
 - Fortification mentale : établir des routines pour focaliser l'attention.
 - Régulation des émotions : co-créez des règles de classe pour limiter les réponses émotionnelles aux mauvais comportements des enfants.
 - Habiletés sociales positives : faire des liens avec les expériences des enfants.
 - Résolution de conflit : créer des tâches et la discipline pertinentes et significatives.
 - Persévérance : encourager l'établissement d'objectif.
2. Envisagez les éléments suivants lors de jeu de rôle :
 - Comment le facilitateur peut-il modeler de bonnes habiletés d'ASÉ ?
 - Que se passera-t-il si le facilitateur ne modèle pas les habiletés d'ASÉ ?
3. Préparez-vous à présenter le jeu de rôle à l'ensemble du groupe.





CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

Les participants peuvent rencontrer des obstacles dans le modelage d'habiletés d'ASÉ, notamment leur propre stress, la charge de travail, la pauvreté, l'expérience de crises, etc. Il est important de leur accorder l'espace nécessaire pour exprimer leurs sentiments. Ne les ignorez pas. Soyez positif par rapport à la façon dont les habiletés d'ASÉ pourraient les aider dans leur rôle de facilitateur d'ASÉ. La formation ne fait que commencer, alors demandez-leur de temps en temps quel est leur perception et ressenti concernant l'ASÉ, et concernant les obstacles préalablement exprimés.



3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **jeu de rôle**.

4. DITES >

- Chaque groupe va recevoir une compétence qu'il faudra modeler en se basant sur les stratégies que vous avez apprises plus tôt.
- Gardez ces 2 questions en tête lors de vos scénarios de jeux de rôle :
 - Comment un facilitateur peut-il modeler les habiletés d'ASÉ ?
 - Que se passera-t-il si le facilitateur d'ASÉ ne modèle pas les habiletés d'ASÉ ?
- Lorsque vous serez prêt, vous présenterez votre jeu de rôle à tout le monde.

5. Laissez 15 minutes aux groupes pour préparer leur jeu de rôle.

6. Circulez entre les groupes et vérifiez le déroulement avec chacun d'entre eux.

7. Aidez-les en posant des questions, en les dirigeant pour comprendre comment les facilitateurs d'ASÉ peuvent améliorer leurs habiletés dans chaque scénario. Voici quelques exemples de questions :

- Quel sera le résultat si le facilitateur d'ASÉ ne modèle pas la compétence ?
- Comment le résultat sera-t-il meilleur si le facilitateur d'ASÉ modèle la compétence ?

8. Après 15 minutes, **DIRE >** *Et maintenant, chaque groupe a 5 minutes pour présenter ses jeux de rôle. Après chaque jeu de rôle, le groupe discute de ce qu'il serait advenu si le facilitateur d'ASÉ n'avait pas modelé la compétence. Les groupes qui ne jouent pas doivent regarder attentivement afin de fournir des commentaires au cours de la discussion.*

9. Demander à chaque groupe de présenter leur jeu de rôle et discutez ensuite de ce qu'il serait advenu si le facilitateur d'ASÉ n'avait pas modelé la compétence.

10. Une fois que chaque groupe aura présenté son jeu de rôle, animer une discussion portant sur les questions ci-dessous :

- Quel domaine est-ce que le facilitateur d'ASÉ a-t-il modelé ?
- Quel aspect de la réponse du facilitateur d'ASÉ modelait les habiletés d'ASÉ ?
- En quoi le facilitateur d'ASÉ aurait-il pu améliorer sa modélisation d'habileté d'ASÉ ?



- Comment le facilitateur peut-il modeler les habiletés d'ASÉ pour un résultat optimal dans un scénario similaire ?
- Quelle autre réponse aurait pu fournir le facilitateur d'ASÉ afin de prendre le genre en compte ? Et le contexte ? Et la sensibilité de conflit ?
- Qu'avez-vous ressenti en incarnant un facilitateur d'ASÉ modélant des habiletés d'ASÉ ?
- Était-ce difficile d'identifier des façons de modeler des habiletés d'ASÉ ?
- Quelles habiletés apprises aujourd'hui allez-vous ramener dans l'EBA ?



Session de formation pour l'ASÉ 8 : Préparation et présentation des plans de leçon d'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 3h 30 à 4 h (ajuster au besoin)

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Animer une leçon d'ASÉ à l'aide d'un plan de leçon quotidien.
- Évaluer de manière critique les présentations de plan de leçon d'ASÉ, démontrer une connaissance des éléments nécessaire d'un plan de leçon.

MESSAGES CLÉS

Les participants préparent et présentent un plan de leçon d'ASÉ.

RESSOURCES REQUISES

- Ressource 7 : Feuille d'évaluation d'ASÉ
- Ressource 8 : Feuille de présence à la présentation de leçon d'ASÉ
- Flip-charts et marqueurs
- Papier et stylos
- Ruban adhésif
- Minuteur

PRÉPARATION REQUISE

Imprimer des copies de [Ressource 7 : Feuille d'évaluation d'ASÉ](#) (10 par participant)

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Les participants préparent et présentent les plans de leçon d'ASÉ en binôme. Ils remplissent une feuille d'évaluation de présentation pour toutes les autres présentations. Le formateur anime une discussion sur les présentations, et les participants reçoivent des commentaires de leurs pairs.



Étapes à suivre

Préparation

Activité : Explication de préparation de leçon d'ASÉ | **Durée** : 5 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Revoyez l'ensemble des éléments appris par les participants qui pourront être utiles à cette activité et en lien avec :

- Comprendre toutes les compétences d'ASÉ
- Modeler les habiletés sociales et émotionnelles pour les élèves
- Les différentes méthodes pour enseigner l'ASÉ

2. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **préparation de leçon d'ASÉ**.



3. **DITES >**

- Vous allez travailler à deux afin d'enseigner de courtes leçons d'ASÉ basées sur l'un des plans de leçon quotidiens de votre banque de plan de leçon.
- Chaque groupe de deux doit adapter son plan de leçon d'ASÉ pour l'enseigner en 20 minutes.
- Lorsque vous présentez votre plan de leçon, vous ne devez pas présenter l'activité d'Esprit présent.
- Assurez-vous d'incorporer une introduction, une activité et une conclusion.
- Vous serez arrêtés après 20 minutes, où que vous en soyez dans le plan de leçon, comme vous le seriez dans une vraie classe.
- Afin de ne pas dépasser 20 minutes, vous pouvez passer rapidement sur les activités. Par exemple, si les enfants ont 10 minutes pour dessiner une image, vous pouvez n'accorder que 5 minutes à cette activité dans le cadre de votre présentation à ce groupe.
- Rappelez-vous d'utiliser les 4 sections du plan de leçon : Échauffement, Présentation, Pratique, Application. Si vous n'incorporez pas l'une de ces sections dans votre présentation, expliquez-nous brièvement comment cette activité se serait passée pour que nous comprenions le déroulement du plan.



ASTUCE > SI vous n'avez pas assez de copies des feuilles d'évaluation de présentation, les participants peuvent ouvrir la page 31 du Livret de formation pour l'ASÉ et utiliser pour noter les présentations.

- *Après chaque présentation, les autres participants vous noteront selon les critères suivants :*
 - *Structure de la présentation (introduction/activité/conclusion)*
 - *Modeler les habiletés sociales et émotionnelles*
 - *Observer les enfants et leur répondre*
 - *Consignes précises sur le sujet*
 - *Pertinence des activités pour les enfants*
 - *Sensibilité aux contextes et expériences des enfants*

- **4.** Distribuer des copies de Ressource 7 : Feuille d'évaluation d'ASÉ à tous les participants.



- **5. DITES >** *Tout le monde va évaluer les présentations des autres à l'aide de ces feuilles d'évaluation, qui seront ensuite partagées pour votre réflexion et votre amélioration personnelle, une habileté socio-émotionnelle.*

Présentation

Activité : Préparation de la leçon d'ASÉ | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** binômes

- 1.** En fonction du niveau de compréhension des participants et du nombre de postes de facilitateurs à pourvoir pour une session d'ASÉ, permettez aux participants de sélectionner un partenaire pour coprésenter le plan de leçon ou de travailler individuellement.
- 2.** Faites passer Ressource 8 : Feuille de présence à la présentation de leçon d'ASÉ, qui contient les semaines des Objectifs et séquences d'ASÉ afin que le présentateur/binôme puisse sélectionner quelle semaine il(s) va/vont présenter.
- 3.** Répondez aux questions des participants sur les leçons de démonstration.
- 4.** Déplacez-vous et répondez aux questions pendant la préparation.



Pratique

Activité : Faire la démonstration des leçons d'ASÉ

Durée : 2 heures et 45 minutes (ajuster en fonction du nombre de participants)

Composition : individuel ou binômes, groupe entier

ASTUCE > ASSUREZ-VOUS

que les deux groupes peuvent présenter simultanément, sans se déranger.

1. Rassemblez tout le groupe.
2. Expliquez qu'une moitié des binômes/individuels feront une présentation d'un côté de la pièce et l'autre moitié dans une autre partie. Les présentations auront lieu simultanément avec un groupe présentant dans sa section et le second groupe dans l'autre partie de la section.
3. Il devrait y avoir un formateur pour observer chacune des présentations.
4. Divisez les binômes/individuels et assignez-leur l'ordre dans lequel ils vont présenter.
5. Revoyez la feuille d'évaluation de la présentation.
6. **DITES >**
 - *Les binômes/individuels viendront à l'avant et présenteront un par un dans les parties respectives de la pièce. Je lancerais le minuteur lorsque vous commencez et une alarme se déclenchera au bout de 20 minutes. À ce moment-là, les deux groupes devront arrêter immédiatement.*
 - *Tous les autres participants joueront le rôle d'enfants. Après la présentation, tous les participants jouant le rôle des « enfants » auront 2 minutes pour finir la feuille d'évaluation de la présentation et me la remettre.*
7. Programmez l'alarme pour qu'elle sonne exactement 20 minutes plus tard.
8. Déplacez-vous et observez une partie de chaque présentation.
9. Demandez aux présentateurs de venir un par un faire leur présentations dans leur section respective.
10. Après chaque présentation, invitez le groupe à applaudir le(s) présentateur(s). Collectez la feuille d'évaluation de la présentation et faites en sorte de les annoter pour les donner au(x) présentateur(s).



ASTUCE > S'IL y a plus de 16 participants, vous pouvez faire réaliser les présentations simultanément en 3–4 sections, ou accorder plus de temps à cette session, si possible.



Application

Activité : Réflexions | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** Petit groupe; groupe entier

1. Remerciez tous les groupes pour leur présentation.
2. Mettez en place le flip-chart avec les questions de la discussion.
3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **Réflexions**.



4. **DITES >**

- *En petits groupes, vous avez 10 minutes pour discuter des questions sur le flip-chart :*
 - *Comment vous êtes-vous senti en présentant au groupe ?*
 - *Qu'avez-vous ressenti lorsque vous prétendiez être un enfant lors des leçons des autres participants ?*
 - *Dans l'ensemble, quelles sont les choses que les présentateurs ont bien faites ?*
 - *Quelles sont les choses qui auraient pu être meilleures ?*
 - *Qu'avez-vous appris de vos pairs dans le cadre de leurs plans de leçon modelés ?*
 - *Quels sont les points essentiels de l'activité du jour (présentation de jeu d'ASÉ) ?*
 - *Ensuite, tout le monde se rassemble en groupe entier et partage un résumé des réflexions de leur petit groupe.*
5. Demandez aux participants de former des groupes de 5 et de se séparer en petits groupes.
 6. Lancez le minuteur et dites aux groupes de commencer la discussion.
 7. Après 10 minutes, donnez à chaque groupe une à deux minutes pour présenter un résumé de leurs réflexions.
 8. Une fois que tous les groupes ont fait leur présentation, résumez leurs réflexions pour terminer la session.
 9. Demandez aux participants de reformer les binômes de présentation ou de travailler individuellement pour débriefier leurs présentations.



10. Écrivez les questions suivantes sur un flip-chart :

- Abordez et notez votre propre présentation sur les 5 échelles :
 - Structure de la présentation (introduction /activité /conclusion)
 - Modeler les habiletés sociales et émotionnelles
 - Observer les enfants et leur répondre
 - Consignes précises sur le sujet
 - Pertinence des activités pour les enfants
 - Sensibilité aux contextes et expériences des enfants
- Qu'est-ce qui a bien fonctionné dans la présentation ?
- Qu'est-ce que vous auriez pu améliorer dans la présentation ?
- Qu'est-ce que vous auriez changé dans la préparation ?

11. Distribuez les feuille d'évaluation de la présentation aux binômes/individuels concernés pendant qu'ils débriefent.

12. Si vous êtes en mesure de fournir un feedback individuel, prenez le temps de parler à certains des participants. Il est préférable de donner du feedback en face à face, mais s'il n'y a pas assez de temps, écrivez-le.



Activité de fin de formation pour l'ASÉ : Fermeture du parachute

Résumé de session de clôture

OBJECTIFS DE LA SESSION DE CLÔTURE

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Suivre les consignes et de participer à l'activité de fermeture du parachute.
- Trouver les consignes pour l'activité de fermeture du parachute dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ.

MESSAGE CLÉ

Le formateur fait la démonstration de l'activité de fermeture du parachute aux participants et indique que, dans le cadre de l'EBA, son objectif est de constituer une routine afin de promouvoir un environnement sûr, prévisible et encourageant dans l'ASÉ.

Étapes à suivre

Activité : Fermeture du parachute | **Durée** : 15 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Placez tous les participants en cercle avec le parachute au centre.



2. **DITES >** *Nous allons faire l'activité de fermeture du parachute, que vous allez aussi faire à la fin de chaque session d'ASÉ. Les jours de formation restants se finiront tous par l'activité de fermeture du parachute, afin de comprendre son utilité dans l'ASÉ.*

3. Donnez les consignes de l'activité de **fermeture du parachute** aux participants.



4. **DITES >**

- Avant de fermer le parachute, nous devons nous débarrasser des mauvais sentiments.
- Secouons nos corps pour envoyer nos mauvais sentiments dans le parachute, et pour ne garder que les bons sentiments.
- Maintenant, le parachute est rempli de tous les mauvais sentiments. Pour s'en débarrasser, il faut soulever le parachute. Chaque fois qu'il est soulevé, tous nos mauvais sentiments disparaissent. Lorsqu'ils sont en l'air, ils disparaissent et ne laissent la place qu'aux bons sentiments.
- Tirez 10 fois le parachute imaginaire vers le haut et vers le bas, en comptant tous à voix haute.

ASTUCE > MONTREZ

comment secouer son corps.



- *Chacun possède son propre triangle de couleur différente dans le parachute. Cette couleur représente comment vous vous sentez maintenant. Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez. Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.*

5. Partagez votre couleur, puis déplacez-vous et assurez-vous que tout le monde partage sa couleur.

6. Continuez l'activité de fermeture du parachute.



7. DITES >

- *Tout le monde se positionne sur le bord du parachute, sur vos triangles.*
- *Imaginez que vous prenez les bons sentiments et couleurs des triangles de chacun, comme s'ils vous pleuvaient dessus et recouvraient tout votre corps.*
- *Enroulez le parachute jusqu'au centre pour le replier, en vous rencontrant au milieu du cercle.*
- *Mettons le parachute dans le coin.*



8. DITES > *Lorsque vous fermez le parachute dans l'EBA, trouvez un endroit où ranger le parachute en sécurité, et demandez à tous de le placer ici, chaque jour.*

9. Rappelez aux participants qu'ils peuvent trouver les consignes des activités du Parachute aux pages 17 à 18 dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ. Dites-leur que les deux premières semaines des plans de leçon quotidiens contiennent également les activités du Parachute.



Jour 3

Session	Durée	Objectifs de la session <i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute • Expliquez le but de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Session d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 9 : DÉMONSTRATION DE JEUX D'ASÉ	30 minutes	• Jouer au jeu d'ASÉ « Eau et glace ». • Lister les façons d'adapter un jeu à un contexte.
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : PLAN DE JEUX D'ASÉ PRÉPARATION ET DÉMONSTRATION	1 heure	• Sélectionner les Jeux d'ASÉ adaptés pour une semaine dans les Objectifs et Séquence • Adapter un Jeu d'ASÉ à un contexte. • Animer un Jeu d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : (SUITE)	1 heure	
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 11 : PRÉPARER ET PRÉSENTER LES PLANS DE SESSION ASÉ	1 heure et 30 minutes	• Identifier les erreurs dans un plan de session d'ASÉ erroné. • Créer un plan de session d'ASÉ et un plan de leçon à l'aide d'un plan de leçon hebdomadaire dans la banque de jeux ASÉ. • Expliquer les plans de leçon et apprendre comment créer des plans de session d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 12 : POST-TEST ET DISCUSSION FINALE	1 heure	• Démontrer ce qu'ils ont appris de la formation pour l'ASÉ dans le post-test EBA ASÉ. • Fournir des commentaires sur la formation pour l'ASÉ dans le formulaire d'évaluation de formation EBA d'ASÉ.
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de Fermeture du parachute • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ



Activité de début de formation pour l'ASÉ : Ouverture du parachute

Résumé de session d'ouverture

OBJECTIFS DE LA SESSION D'OUVERTURE

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Suivre les consignes et participer à l'activité d'ouverture du parachute.
- Expliquez le but de l'activité d'ouverture du parachute dans la session d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Le formateur fait la démonstration de l'activité d'Ouverture du parachute aux participants et indique que, dans le cadre de l'EBA, son objectif est de constituer une routine afin de promouvoir un environnement sûr, prévisible et encourageant dans l'EBA.

Étapes à suivre

Activité : Ouverture du parachute | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Placez les participants en cercle.



2. **DITES >** *Nous allons faire l'activité d'ouverture du parachute, que vous allez aussi faire au début de chaque session d'ASÉ.*

3. Donnez les consignes de l'activité d'**ouverture du parachute** aux participants.

4. **DITES >**

- *Au milieu du cercle, il y a un parachute plié imaginaire.*
- *Savez-vous ce qu'est un parachute ?*
- *Ce parachute est notre « Espace Sûr ». Quoiqu'il arrive lorsque le parachute est ouvert, ceci restera confidentiel. Cela veut dire que ça reste dans notre espace sûr. Nous ne jugeons personne, et nous ne nous moquons de personne dans notre espace sûr. C'est l'endroit où tout le monde peut librement ressentir ses émotions et participer.*
- *Comme le parachute est plié, nous devons l'ouvrir.*
- *Venez au centre, et rapprochez-vous les uns des autres.*
- *Tout le monde doit prendre un coin et l'ouvrir dans un grand cercle.*

ASTUCE > VOUS pouvez également demander à un participant d'animer cette activité.

ASTUCE > S'ILS ne savent pas ce qu'est un parachute, expliquez-le avec un dessin, ou dites que c'est comme un grand parapluie.



- Chacun va faire comme s'il avait un triangle avec une couleur différente.
- Cette couleur représente comment vous vous sentez aujourd'hui.
- Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez.
- Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.

5. Partagez votre couleur, puis déplacez-vous et assurez-vous que tout le monde partage sa couleur.



6. **DITES >** *Le parachute est toujours présent dans la salle de formation. Rappelez-vous que le parachute est un espace sûr dans lequel tout est confidentiel et où chacun peut librement ressentir ses émotions et participer. À la fin de la journée, il sera fermé.*

7. Animez la discussion sur l'importance de l'activité d'ouverture du parachute.



8. **DEMANDEZ >**

- *Qu'avez-vous ressenti en faisant l'activité d'ouverture du parachute hier et aujourd'hui ?*
- *Selon vous, pourquoi est-il important de terminer chaque session d'ASÉ par cette activité ?*



Session de formation pour l'ASÉ 9 : Démonstration de jeux d'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 30 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Jouer au jeu d'ASÉ « Eau et glace ».
- Lister les façons d'adapter un jeu à un contexte.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent pourquoi les jeux d'ASÉ font partie d'une session d'ASÉ.

RESSOURCES REQUISES

Aucune

PRÉPARATION REQUISE

Aucune

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Les participants jouent à un jeu qui s'appelle « Eau et glace » pour renforcer les compétences d'ASÉ. Le formateur anime une discussion après que tout le monde ait joué au jeu.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Pourquoi nous jouons | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Revoyez la structure de la session d'ASÉ de 2 heures :

- Activité d'ouverture du parachute de 15 minutes
- Leçon d'ASÉ explicite de 30 minutes
- Jeux d'ASÉ de 60 minutes
- Activité de fermeture du parachute de 15 minutes

2. Demandez aux participants de sortir leur copie de la Banque d'activités d'ASÉ.



3. **DITES >**

- *Un jeu d'ASÉ est toute activité qui renforce les habiletés d'ASÉ apprises cette semaine là. La Banque d'activités d'ASÉ comprend plusieurs jeux que vous pouvez faire avec les enfants. Vous aurez un guide détaillé sur la manière de sélectionner et de mettre en place un jeu d'ASÉ plus tard dans la formation.*
- *Nous allons à présent jouer à un jeu qui peut être joué avec les enfants dans l'EBA. Ce jeu fait partie des nombreux jeux disponibles dans la Banque d'activités d'ASÉ.*

Présentation

Activité : Consignes Eau et glace | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez à tout le monde de se lever et de vous entourer. Définissez les limites au sein desquelles le jeu aura lieu.



2. **DITES >** *Il est important que vous définissiez les limites lorsque vous jouez à des jeux où les enfants courent, afin qu'ils ne sortent pas de la zone sécurisée de l'EBA.*

3. Demandez aux participants les qualités de l'« eau » et de la « glace ».

Réponse : la glace est plus froide et solide et ne bouge pas. L'eau est plus chaude et liquide et bouge facilement.

4. Demandez à 10 volontaires d'être la « glace » et le reste du groupe sera l'« eau ».



5. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **Eau et glace**.



6. **DITES >**

- *Le groupe « Glace » attendra dans le coin et le groupe « Eau » aura 5 secondes pour se disperser.*
- *Lorsque je dis « Allez ! », l'équipe « Glace » essaiera de toucher et de glacer les participants du groupe « Eau », qui doivent essayer d'échapper au groupe « Glace ».*
- *Si un « Glace » touche un « Eau », l'« Eau » se glace et doit rester figer.*
- *Le groupe « Eau » doit essayer de faire fondre ses camarades gelés en les touchant sur l'épaule sans se faire geler eux-mêmes. Une fois qu'ils ont fondu, ils peuvent se déplacer à nouveau.*
- *Personne ne doit courir ou parler pendant le jeu. Tout se déroule en silence.*
- *Après 5 minutes, nous changerons les équipes pour que tout le monde ait l'occasion d'être la « Glace » et l'« Eau ».*

CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

S'il n'est pas décent que les participants soient en contact physique, donnez des bouts de papier avec lesquels chacun pourra toucher l'autre.

Pratique

Activité : Jouer à Eau et Glace | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** Groupe entier

1. Laissez les participants jouer pendant 15 minutes, ou jusqu'à ce que le jeu se termine de lui-même.
2. Observez le jeu et notez lorsqu'il y a une démonstration des habiletés d'ASÉ qui pourraient être l'objet d'une discussion.



3. **DITES >**

- *Après avoir joué à un jeu d'ASÉ avec les enfants, vous devriez terminer par une simple explication de la compétence d'ASÉ qu'ils ont pratiquée pendant le jeu.*
 - *Dans Eau et glace, nous avons pratiqué plusieurs habiletés de Fortification mentale, comme écouter et suivre des consignes et l'autorégulation en ne courant pas partout et en ne parlant pas pendant le jeu. Nous avons aussi développé nos Habiletés sociales positives en jouant en équipe et en travaillant ensemble pour gagner le jeu.*
4. Demandez aux participants d'ouvrir la Banque d'activités d'ASÉ et de choisir n'importe quel jeu. Montrez-leur qu'à la fin des consignes pour chaque jeu, il y a un « **message du jeu** » qu'ils doivent lire à voix haute pour les enfants à comprendre les habiletés d'ASÉ qu'ils pratiquent dans le jeu.



Application

Activité : Discussions sur le jeu | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez aux participants de s'asseoir.
2. Menez une discussion sur le jeu basée sur les questions suivantes :
 - Qu'avez-vous aimé à propos de ce jeu ?
 - Comment cette activité aide-t-elle les enfants à pratiquer leurs habiletés d'ASÉ ?
Exemple de réponse : ils vont pratiquer leur capacité à focaliser leur attention.
 - Y-a-t-il quelque chose que vous changeriez pour améliorer le jeu ?
Exemple de réponse : augmenter le nombre d'enfants dans l'équipe « Glace » pour que le jeu aille plus vite.
 - Y-a-t-il quelque chose que vous feriez pour mieux adapter le jeu en fonction des besoins et de l'origine des enfants dans votre contexte ?
Exemple de réponse : modifier le nom de l'activité en « Feu et sable » parce que les enfants n'ont jamais vu de glace.
 - Quelles sont les compétences d'ASÉ que nous cherchions à développer tout au long de cette activité ?
Exemple de réponse : Fortification mentale.



Session de formation pour l'ASÉ 10 : Préparation et démonstration de jeux d'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 2 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Sélectionner les jeux d'ASÉ appropriés pour une semaine dans les Objectifs et séquences d'ASÉ.
- Adapter un jeu d'ASÉ à un contexte.
- Animer un jeu d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants sélectionnent et pratiquent ensuite l'implémentation d'un jeu d'ASÉ selon les Objectifs et séquences d'ASÉ.

RESSOURCES REQUISES

- Banque d'activités d'ASÉ
- Flip-charts et marqueurs
- Papier et stylos
- Matériel artistique : papier à dessin et crayons de couleurs
- Balle
- Minuteur
- Ciseaux
- Ruban adhésif
- Cordes

PRÉPARATION REQUISE

Préparez le flip-chart avec les « Principes fondamentaux des jeux d'ASÉ » en utilisant les informations présentées sur les pages 101 à 103 (uniquement les titres principaux, pas les détails).

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur présente la manière d'utiliser la Banque d'activités d'ASÉ et les participants sélectionnent les jeux d'ASÉ pour correspondre à chaque compétence d'ASÉ. Les participants adaptent le jeu qu'ils ont choisi et font la démonstration du jeu d'ASÉ dans leur groupe. Le groupe débat et donne du feedback sur la présentation des jeux.



Étapes à suivre

Échauffement

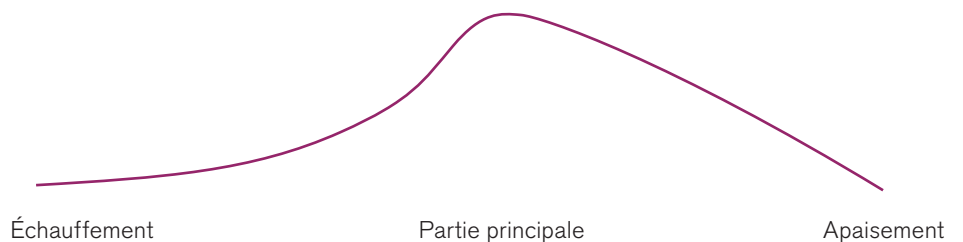
Activité : Principes fondamentaux des jeux d'ASÉ | Durée : 15 minutes | Composition : groupe entier



1. **DITES >** *Les jeux d'ASÉ dans l'EBA sont basés sur les principes de développement de l'enfant et sur la bonne animation, pour développer des compétences d'ASÉ. Suivre ces principes différencie les jeux d'ASÉ des jeux que les enfants peuvent faire par eux-mêmes.*
2. Mettez en place le flip-chart avec « Principes pour le développement des jeux d'ASÉ ».
3. Couvrez les principes suivants sur chaque flip-chart.



4. **DITES >**
 - **Les jeux d'ASÉ sont des opportunités de renforcer les compétences d'ASÉ.**
 - Les jeux d'ASÉ se concentrent sur la même compétence d'ASÉ que la leçon d'ASÉ du jour.
 - Le facilitateur d'ASÉ devrait terminer les jeux d'ASÉ en lisant à haute voix le message du jeu afin que les enfants soient conscients de la manière dont ils pratiquent les compétences d'ASÉ.
 - **Suivez un rituel et une routine**
 - La session d'ASÉ de 2 heures suit le même formant chaque jour, établissant ainsi des rituels et des routines pour les enfants.
 - Cela aide à créer un environnement sûr, bienveillant et attentif au sein de l'EBA.
 - Cela réduit également le risque que les enfants deviennent perturbateurs ou qu'ils aient des réactions de peur aux activités de groupe.
 - **Suivez la Courbe d'intensité**



- **Échauffement** : l'activité d'ouverture du parachute aide les enfants à préparer leur esprit et leur corps à la session d'ASÉ.
- **Partie principale** : il y a une activité maximale pendant la leçon d'ASÉ et la période de jeux d'ASÉ.
- **Apaisement** : l'activité de fermeture du parachute aide les enfants à se calmer et à se détendre avant qu'ils ne quittent l'EBA.

- **Jouez en respectant les règles et coopérez**

- Les valeurs de respect des règles et de coopération doivent être instillées par le facilitateur d'ASÉ lors de la mise en œuvre des jeux d'ASÉ.
- Les enfants doivent être responsables envers eux-mêmes et les autres pour respecter les règles du jeu.
- Les enfants doivent coopérer avec leurs équipes, s'aider les uns les autres, résoudre les conflits paisiblement et se faire confiance quand ils jouent.
- La compétition doit être saine et non agressive.

- **Communiquez ouvertement**

- Toute communication entre le facilitateur d'ASÉ et les enfants, et entre les enfants, doit être ouverte.
- À l'oral, rappelez-vous d'écouter et de parler ouvertement et avec respect.
- Notre langage corporel communique également si nous sommes fermés ou ouverts.

ADAPTATION > ADAPTEZ

cette liste à votre contexte.

Langage corporel ouvert	Langage corporel fermé
Sourire	Montrer des émotions négatives
Établir un contact visuel	Pas de contact visuel
Hocher de la tête en écoutant	Lever les yeux au ciel
Bras sur le côté	Croiser les bras
Corps tourné vers la personne	Corps non tourné vers la personne

- **Soyez créatif et innovant**

- Soyez créatif pour adapter les jeux à différentes tranches d'âge et à différents contextes.
- Faites preuve d'imagination et créez des histoires autour des jeux.
- Si vous sentez que les enfants s'ennuient avec une activité, changez-la pour la rendre plus amusante.



- **Les jeux d'ASÉ sont liés à la protection de l'enfant.**
 - Les enfants expriment régulièrement leurs émotions et leurs sentiments via le jeu. Soyez attentif à cela mais ne leur signalez pas. Cela pourrait les mettre mal à l'aise et les rendre moins expressifs.
 - Soutenez les enfants s'ils expriment leurs émotions et répondez de manière appropriée.
 - Soyez attentif aux « signaux d'alarme » qui peuvent indiquer un problème plus grave. Par exemple : être trop agressif, toucher les autres enfants de manière sexuelle, être très réservé, avoir des bleus ou des blessures non expliqués. Référez ces enfants aux services appropriés. Si vous constatez qu'un enfant connaît une détresse émotionnelle sévère, référez-le aux services appropriés.

Présentation

Activité : Utiliser la Banque d'activités d'ASÉ | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** individuel

1. Introduisez la Banque jeux d'ASÉ.



2. DITES >

- Pour les 3 premiers mois des sessions d'ASÉ, vous utiliserez les plans de leçon quotidiens qui contiennent déjà des suggestions de jeux d'ASÉ. Cependant, si vous n'avez pas les ressources pour le jeu suggéré, ou si vous pensez qu'il ne convient pas à votre groupe d'enfants, vous pouvez sélectionner un jeu différent de la Banque d'activités d'ASÉ.
- Ouvrez n'importe lequel plan de leçon quotidien dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ et regardez les jeux d'ASÉ dans le Plan de session d'ASÉ sur la première page.
- Pendant les 6 mois restants de l'intervention, vous sélectionnerez les jeux d'ASÉ appropriés dans la Banque d'activités d'ASÉ.
- Par conséquent, il est important que vous compreniez la façon dont la Banque d'activités d'ASÉ est conçue et comment vous devriez sélectionner les jeux d'ASÉ à l'intérieur.



3. DITES > Écoutez mes consignes et suivez-les dans votre Banque d'activités d'ASÉ. Il existe 5 étapes simples pour sélectionner un jeu d'ASÉ :

- Allez jusqu'à la page Table des matières (page 3) et identifiez la section qui correspond à la compétence d'ASÉ de la semaine dans les Objectifs et séquences d'ASÉ.



- Sous le nom de chaque jeu d'ASÉ qui figure dans la table des matières, vous trouverez la liste des semaines correspondantes vous indiquant les semaines durant lesquelles il convient d'effectuer ce jeu.
- Sous les « semaines correspondantes », vous trouverez la durée nécessaire pour chaque activité. Certains jeux d'ASÉ sont flexibles et peuvent être allongés ou raccourcis selon les besoins. Les jeux d'ASÉ sont censés durer 60 minutes. En fonction des activités qui correspondent à votre semaine, sélectionnez des jeux qui, ensemble, occuperont 60 minutes environ.
- Rendez-vous au numéro de page de votre jeu d'ASÉ sélectionné. Vous verrez un résumé de l'activité au début de chaque activité. Lisez les exigences d'espace et de ressources du jeu sélectionné. Vous devrez vous assurer que vous avez l'espace et les ressources nécessaires pour implémenter chaque activité que vous avez sélectionné pour l'EBA.
- Si vous constatez que vous ne disposez pas de l'espace ou des ressources nécessaires pour les jeux d'ASÉ suggérés pour la semaine correspondante, reportez-vous à la table des matières et sélectionnez un jeu d'ASÉ qui renforce la compétence d'ASÉ de la semaine.

4. Expliquez comment implémenter les jeux d'ASÉ sélectionnés.



5. DITES >

- Une fois que vous avez sélectionné les jeux d'ASÉ, lisez les consignes soigneusement.
- Adaptez les jeux d'ASÉ sélectionnés en fonction de la tranche d'âge des enfants, du nombre d'enfants dans l'EBA et du contexte culturel et de genre. Des conseils pour l'adaptation sont fournis. Des conseils pour la sensibilité sont également fournis pour aider à s'assurer que ces jeux ne font pas mal aux enfants.
- Rassemblez les ressources nécessaires, organisez l'espace et préparez l'activité.
- Lisez les consignes une fois de plus afin que vous puissiez les animer sans lire, autant que faire se peut. Soyez attentif aux astuces d'animation dans la description des jeux.

6. Vous pouvez vous référer à la page 12 dans la Banque d'activités d'ASÉ si vous en avez besoin, pour obtenir plus d'informations sur la manière dont sélectionner et enseigner des activités.



Pratique

Activité : Préparer les jeux d'ASÉ pour la démonstration | **Durée** : 30 minutes |

Composition : petits groupes

1. Demandez aux participants de se diviser en groupes de 5 à 6 personnes.
2. Assignez une semaine différente à chaque groupe tirée des Objectifs et séquences d'ASÉ.
3. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **Démonstration de jeux d'ASÉ**.



4. DITES >

- *Imaginez que vous sélectionnez et préparez des jeux d'ASÉ pour la section jeux d'ASÉ de 60 minutes dans le cadre de la semaine qui vous a été assignée.*
 - *Vous avez 10 minutes pour sélectionner 2 activités et adaptez une activité.*
 - *Vous ferez la démonstration du jeu que vous adaptez à l'intégralité du groupe lors de la prochaine session.*
 - *Rappelez-vous que pour sélectionner le jeu, vous devez prendre en considération :*
 - *La semaine correspondante*
 - *La durée (sélectionnez deux jeux qui correspondent à 60 minutes)*
 - *L'espace et les ressources nécessaires pour le jeu d'ASÉ sélectionné*
 - *Vous devriez avoir du matériel artistique, un minuteur et une balle à votre disposition pendant les jeux.*
 - *Rappelez-vous les étapes que vous devez suivre pour adapter les jeux à votre public. Vous pouvez vous référer à la page des consignes (page 10) dans la Banque d'activités d'ASÉ au besoin.*
5. Déplacez-vous et écoutez comment les groupes travaillent ensemble pour développer l'activité. Offrez votre aide si vous voyez que quelqu'un est en difficulté.
 6. Après 10 minutes, demandez à chaque groupe de partager :
 - *Quelle semaine et quelle compétence d'ASÉ leur ont été assignées.*
 - *Comment ils ont sélectionné les jeux d'ASÉ.*
 - *Comment ils ont adapté un jeu d'ASÉ.*



Application

Activité : Faire la démonstration d'un jeu d'ASÉ | **Durée** : 60 minutes | **Composition** : petits groupes

ADAPTATION > S'IL y a 2 formateurs ou plus, scindez le groupe en 2 pour des démonstrations simultanées.

1. Demandez à chaque groupe de faire la démonstration d'un jeu d'ASÉ qu'ils ont choisi d'adapter.
2. Demandez à chaque groupe de nommer 1 ou 2 participants pour faire la démonstration de leur jeu d'ASÉ au reste du groupe.
3. Donnez 10 minutes à chaque groupe ou calculez la durée en fonction du temps disponible et du nombre de groupes pour jouer le jeu avec le reste des participants (qui joueront le rôle des enfants).
4. Programmez l'alarme pour qu'elle sonne exactement 10 minutes plus tard. À ce moment-là, ils devront s'arrêter immédiatement.
5. Après chaque présentation, invitez le groupe à applaudir le(s) présentateur(s).
6. Pendant chaque présentation, prenez des notes sur :
 - Si les présentateurs ont suivi les consignes dans le jeu d'ASÉ.
 - S'ils ont modelé l'ASÉ.
 - S'ils ont observé les autres participants pendant qu'ils les faisaient jouer au jeu.
 - S'ils ont adapté les jeux de manière pertinente.
7. Après toutes les démonstrations, animez une discussion sur les défis et réussites concernant la sélection et la réalisation des jeux d'ASÉ, en fonction des questions suivantes :
 - Qu'avez-vous trouvé difficile dans la préparation du plan de jeu d'ASÉ ?
 - Qu'avez-vous trouvé facile dans la préparation du plan de jeu d'ASÉ ?
 - « Comment vous êtes-vous senti en animant le jeu avec le groupe ?
 - Dans l'ensemble, quelles sont les choses que les présentateurs ont bien faites ?
 - Quelles sont les choses qui auraient pu être meilleures ?
 - Qu'avez-vous appris de vos pairs au cours de ces présentations ?
 - Quels sont les points essentiels de l'activité du jour (présentation de jeu d'ASÉ) ?



Session de formation pour l'ASÉ 11 : Utiliser le plan hebdomadaire d'ASÉ

Résumé de la session de formation | Durée : 1 heure et 30 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Identifier les erreurs dans un plan de session d'ASÉ erroné.
- Créer un plan de session d'ASÉ et un plan de leçon à l'aide d'un plan de leçon hebdomadaire dans la Banque d'activités d'ASÉ.
- Expliquer les plans de leçon et apprendre comment créer des plans de session d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent les composants d'une session d'ASÉ de 2 heures pour l'EBA.

PRÉPARATION REQUISE

Aucune

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Les participants travaillent à deux pour vérifier une session d'ASÉ de 2 heures et trouver les 10 erreurs. Le formateur revoit les composants d'une session d'ASÉ de 2 heures, les 4 parties du plan de leçon et comment utiliser la Banque d'activités d'ASÉ. Par deux, les participants créent leur propre plan de session d'ASÉ de 2 heures et passent ceux des autres en revue afin de proposer des commentaires sur le travail de chacun.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ EBA :
 - Polycopié 7 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ
- Ressource 9 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ (avec réponses)
- Papier et stylos
- Flip-charts et marqueurs
- Notes post-it ou notes autocollantes



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Que manque-t-il ? | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** binômes

1. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ à la page 23 Polycopié 7 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ.

2. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **Que manque t'il ?**



3. **DITES >**

- *Ce plan de session d'ASÉ comporte des erreurs.*
- *À deux, trouvez autant d'erreurs que possible dans le plan de session d'ASÉ.*
- *Signalez les erreurs dans vos deux polycopiés.*
- *Vous avez 10 minutes.*

4. Après 10 minutes, rassemblez tout le groupe.

5. Faites le tour de la classe et demandez à chaque duo de partager une erreur dans le plan. Tous ceux qui ont trouvé la même erreur doivent lever la main.

6. Écrivez chaque erreur sur un flip-chart.

7. Revoyez les erreurs trouvées et ajoutez celles qui ont été oubliées à l'aide de Ressource 9 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ (avec réponses)

Présentation

Activité : Vérifier les plans de session d'ASÉ | **Durée :** 10 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Demandez à un volontaire d'écrire les composants d'un plan de session d'ASÉ de 2 heures sur le flip-chart.

- Activité d'ouverture du parachute de 15 minutes
- Leçon d'ASÉ de 30 minutes
- Jeux d'ASÉ de 60 minutes
- Activité de fermeture du parachute de 15 minutes



2. Demandez aux participants de se rappeler de la structure d'un plan de leçon d'ASÉ.

- Échauffement
- Présentation
- Pratique
- Application

3. Posez aux participants les questions de révision suivantes :

- Où pouvez-vous trouver les consignes sur les activités de parachute ?
Réponse : dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ et dans les plans de leçon quotidiens des semaines 1 et 2.
- Combien de types de plans de leçon peut-on trouver dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ ?
Réponse : deux types. Les plans de leçon quotidiens et les plans de leçon hebdomadaires.
- Qu'est-ce que les Objectifs et séquences d'ASÉ ?
Réponse : un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, de comment l'enseigner et dans quel ordre.

Pratique

Activité : Créer des plans de session d'ASÉ de 2 heures | **Durée :** 20 minutes | **Composition :** individuel

1. Demandez aux participants de sélectionner un plan de leçon hebdomadaire dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ et de le lire attentivement.
2. Faites-les utiliser la Banque d'activités d'ASÉ pour sélectionner 2 jeux adéquats dans le plan hebdomadaire sélectionné pour une journée.
3. Les participants doivent utiliser le plan hebdomadaire et les jeux sélectionnés pour écrire un plan de session et un plan de leçon quotidien pour le jour sélectionné dans le plan hebdomadaire.

ASTUCE > RASSUREZ les participants en leur indiquant que ceci peut sembler difficile maintenant, mais qu'après 12 semaines d'utilisation des plans de leçon quotidiens, ce sera bien plus simple !

4. Ils peuvent utiliser les plans de session quotidiens dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ pour référence, mais il n'est pas nécessaire d'inclure plus de détails qu'il n'en faudrait pour enseigner la leçon.



Application

Activité : Passage en revue des plans de session d'ASÉ | **Durée** : 40 minutes

Composition : individuel, groupe entier

1. Expliquer les consignes, et demandez à tout le monde d'accrocher leurs plans de session d'ASÉ et plans de leçon sur le mur.
2. Tout le monde parcourt la classe et vérifie que les autres ont sélectionné les jeux d'ASÉ appropriés, qu'ils ont inclus les sections de session d'ASÉ nécessaires et les ont écrites afin de présenter clairement l'ensemble de la session de 2 heures.
3. Donnez suffisamment de post-it à tout le monde pour que tous puissent mettre un ou plusieurs commentaires sur chaque plan.
4. Donnez la consigne aux participants d'écrire leurs commentaires sur chaque plan de session d'ASÉ sur un post-it. Ils doivent coller au moins un post-it sur chaque plan.
5. Vous devez parcourir la classe pour regarder les activités. Vous devez également coller un post-it sur chaque plan.
6. Lorsque tout le monde a fini de parcourir la classe, rassemblez le groupe.
7. Animez une discussion développant ce que les participants ont vu dans les plans de session d'ASÉ en vous basant sur les questions ci-dessous. Assurez-vous de mettre l'accent sur les erreurs fréquentes que vous avez vues dans les plans.
 - Quelles tendances avez-vous remarquées dans les plans ?
 - Quelles leçons avez-vous apprises lors des 3 phases de préparation (utiliser un plan de leçon quotidien, utiliser un plan de leçon hebdomadaire et créer un plan de session d'ASÉ) qui ont amélioré les leçons ?
 - Quelles questions avez-vous encore concernant la création et l'application de ces plans ?
8. Après la discussion, laissez chaque groupe de deux prendre leur plan avec les post-it. Laissez-les consulter ces plans quelques minutes. Pendant ce temps, parcourez la classe et donnez les commentaires individuels restants selon ce que vous avez vu dans les plans.



Session de formation pour l'ASÉ 12 : Post-test et discussion de fin

Résumé de la session de formation | Durée : 1 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Démontrer ce qu'ils ont appris de la formation pour l'ASÉ dans le post-test EBA d'ASÉ.
- Fournir des commentaires sur la formation pour l'ASÉ dans le formulaire d'évaluation de formation EBA d'ASÉ.

MESSAGES CLÉS

Les participants finissent la formation et se sentent préparés à enseigner l'ASÉ dans leur EBA.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ
 - Polycopié 10 : Post-test de formation pour l'ASÉ
 - Polycopié 11 : Évaluation de formation pour l'ASÉ
- Stylos

PRÉPARATION REQUISE

Lisez le flip-chart d'affichage pour voir s'il y a des questions/commentaires qui doivent être abordés avant la fin de la formation. Récupérez les informations en avance, si besoin. Si vous ne savez pas comment régler certains problèmes, parlez au leader EBA ou au responsable EBA pour obtenir des conseils.

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Le formateur explique et distribue le post-test de formation pour l'ASÉ et tous les participants le remplissent. Ensuite, les participants remplissent l'évaluation de formation pour l'ASÉ. Le formateur anime une discussion de fin.



Étapes à suivre

Expliquez le post-test et l'évaluation

Activité : Consignes | **Durée :** 5 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Donnez aux participants les consignes pour le **post-test de formation pour l'ASÉ** et l'**évaluation de formation pour l'ASÉ**.



2. **DITES >**

- Ouvrez le *Livret de formation pour l'ASÉ* à la page 32, au *Polycopié 10 : Post-test de formation pour l'ASÉ*. Vous avez 30 minutes pour le remplir, du mieux que vous pouvez.
- Après avoir rendu le post-test, ouvrez le *Livret de Polycopié 11 : Évaluation de formation pour l'ASÉ* à la page 35.

3. Répondez à toutes les questions.

Post-test

Activité : Remplir le post-test | **Durée :** 30 minutes | **Composition :** individuel

1. Laissez 30 minutes aux participants pour remplir le post-test de formation pour l'ASÉ et vous le rendre.

Évaluations

Activité : Écrire les évaluations de formation | **Durée :** 10 minutes | **Composition :** individuel

1. Laissez 10 minutes aux participants pour remplir leur évaluation de formation pour l'ASÉ.
2. Récupérez-les après 10 minutes, qu'elles soient finies ou non.



Conclure la formation

Activité : Discussion de fin | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Animez une discussion avec les participants afin de conclure la formation. Parmi les exemples de sujets/questions figurent :
 - Toutes les questions restantes des participants
 - Les remercier d'avoir été d'excellents participants
 - Les détails pour toutes formations/visites de site supplémentaires que vous allez animer
2. Conclure la formation en animant la fermeture du parachute.



Activité de fin de formation pour l'ASÉ : Fermeture du parachute

Résumé de session de clôture

OBJECTIFS DE LA SESSION DE CLÔTURE

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Suivre les consignes et de participer à l'activité de fermeture du parachute.
- Trouver les consignes pour l'activité de fermeture du parachute dans la Banque de plan de leçon d'ASÉ.

MESSAGE CLÉ

Le formateur fait la démonstration de l'activité de fermeture du parachute aux participants et indique que, dans le cadre de l'EBA, son objectif est de constituer une routine afin de promouvoir un environnement sûr, prévisible et encourageant dans l'EBA.

Étapes à suivre

Activité : Fermeture du parachute | **Durée** : 15 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Placez tous les participants en cercle avec le parachute au centre.



2. **DITES >** *Nous allons faire l'activité de fermeture du parachute, que vous allez aussi faire à la fin de chaque session d'ASÉ. Les jours de formation restants se finiront tous par l'activité de fermeture du parachute, afin de comprendre son utilité dans l'ASÉ.*

3. Donnez les consignes de l'activité de **fermeture du parachute** aux participants.



4. **DITES >**

- *Avant de fermer le parachute, nous devons nous débarrasser des mauvais sentiments.*
- *Secouons nos corps pour nous envoyer nos mauvais sentiments dans le parachute, et pour ne garder que les bons sentiments.*
- *Maintenant, le parachute est rempli de tous les mauvais sentiments. Pour s'en débarrasser, il faut soulever le parachute. Chaque fois qu'il est soulevé, tous nos mauvais sentiments disparaissent. Lorsqu'ils sont en l'air, ils disparaissent et ne laissent la place qu'aux bons sentiments.*
- *Tirez 10 fois le parachute imaginaire vers le haut et vers le bas, en comptant tous à voix haute.*

ASTUCE > MONTREZ

comment secouer son corps.



- *Chacun possède son propre triangle de couleur différente dans le parachute. Cette couleur représente comment vous vous sentez maintenant. Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez. Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.*

5. Partagez votre couleur, puis déplacez-vous et assurez-vous que tout le monde partage sa couleur.

6. Continuez l'activité de fermeture du parachute.



7. DITES >

- *Tout le monde se positionne sur le bord du parachute, sur vos triangles.*
- *Imaginez que vous prenez les bons sentiments et couleurs des triangles de chacun, comme s'ils vous pleuvaient dessus et recouvraient tout votre corps.*
- *Enroulez le parachute jusqu'au centre pour le replier, en vous rencontrant au milieu du cercle.*
- *Mettons le parachute dans le coin.*



8. DITES > *Lorsque vous fermez le parachute dans l'EBA, trouvez un endroit où ranger le parachute en sécurité, et demandez à tous de le placer ici, chaque jour.*

9. Animez la discussion sur l'importance de l'activité de fermeture du parachute.



10. DEMANDEZ >

- *Qu'avez-vous ressenti en faisant l'activité de fermeture du parachute hier et aujourd'hui ?*
- *Selon vous, pourquoi est-il important de terminer chaque session d'ASÉ par cette activité ?*



Sessions optionnelles

Session	Durée	Aperçu de la session
SESSION DE FORMATION ASÉ 13 : ACTIVITÉS ET JEUX D'ASÉ	1 heure et 30 Minutes	Lors de cette session, les participants vont apprendre à sélectionner des Jeux ASÉ adaptés à un résultat ASÉ et vont pratiquer une implémentation efficace par une activité de démonstration
SESSION DE FORMATION ASÉ 14 : BESOINS ASÉ ADAPTÉS À L'ÂGE	1 heure	Lors de cette session, les participants vont comprendre comment adapter les leçons ASÉ et Jeux ASÉ selon les caractéristiques et besoins des différentes tranches d'âge.



Session de formation pour l'ASÉ 13 : Brainstorming d'activités et de jeux d'ASÉ (optionnel)

Résumé de la session de formation | Durée : 1 heure et 30 minutes

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Réfléchir à leur expérience lorsqu'ils ont participé au jeu d'ASÉ du « Nœud humain ».
- Faire un brainstorming sur les jeux locaux et/ou de la communauté qui peuvent enseigner des compétences d'ASÉ particulières ou des habiletés spécifiques.
- Enseigner un jeu local et/ou de la communauté en tant que jeu d'ASÉ en utilisant le langage d'ASÉ approprié.
- Réfléchir et discuter de moyens efficaces pour enseigner un jeu d'ASÉ et pour l'intégrer dans leur EBA.

MESSAGES CLÉS

Les participants font un brainstorming sur les jeux locaux pour les aider à enseigner l'ASÉ. Ils comprendront également comment ceux-ci pourront les aider dans leurs leçons.

RESSOURCES REQUISES

- Bandeau ou bandana
- Flip-charts et marqueurs
- Papier et stylos
- Jeu de cartes
- Balle
- Ruban adhésif

PRÉPARATION REQUISE

Aucune

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Les participants jouent à un jeu pour renforcer leur compétence d'ASÉ et font un brainstorming des jeux qui peuvent être utilisés pour chacune des 5 autres compétences. En petits groupes, les participants pratiquent l'enseignement de jeux d'ASÉ pour chacune des compétences. Le formateur anime une discussion sur les jeux et les compétences.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Nœud humain | Durée : 10 minutes | Composition : groupe entier

1. Répartissez les participants groupes de 10.
2. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **Nœud humain**.



3. DITES >

- Mettez-vous en cercle, en vous tournant vers l'intérieur du cercle.
- Chaque participant doit tenir les mains de 2 autres participants. Le groupe deviendra ainsi un « Nœud humain ».
- L'objectif est de démêler le nœud le plus rapidement possible sans se lâcher les mains. Le nœud est défait lorsqu'il n'y a plus de bras croisés.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ >

S'il n'est pas décent que les garçons et les filles soient dans un même groupe, formez différents groupes pour garçons et filles.

4. Menez une discussion basée sur les questions suivantes :

- Qu'avez-vous ressenti lorsque vous étiez pris dans le « Nœud humain » ensemble ?
- Comment avez-vous collaboré pour démêler le Nœud humain ?
- Avez-vous dû modifier votre stratégie en cours d'activité ?
- Quelles habiletés avez-vous utilisées pour réussir ?
Exemples de réponses : Persévérance, habiletés de communication, confiance, respect de l'opinion des autres, patience, habiletés de résolution de conflit.

5. Rappelez aux participants que, lorsqu'ils animent un jeu d'ASÉ, ils doivent partager le message du jeu à la fin.



6. DITES > Ce jeu était un exemple de conflit, où les différents participants voulaient faire différentes choses pour démêler le nœud. Bien que l'objectif de chacun fût le même, pour réussir ce jeu, il fallait regarder et écouter pour comprendre le problème. Ensuite, si vous aviez pris le temps de réfléchir avant d'agir, gagner le jeu aurait été plus simple.



7. DITES > C'était l'un des nombreux jeux de la Banque d'activités d'ASÉ que vous pouvez utiliser pour renforcer les habiletés sociales et émotionnelles des enfants. Vous pouvez également transformer des jeux auxquels les enfants jouent dans votre communauté en jeux d'ASÉ, puis les utiliser pour pratiquer les habiletés d'ASÉ.



Présentation

Activité : Brainstorming de jeux | **Durée** : 25 minutes | **Composition** : petits groupes



1. **DITES >** *Vous allez faire un brainstorming des jeux locaux que vous pouvez utiliser dans les leçons d'ASÉ. Pouvez-vous trouver des exemples de jeux traditionnels qui peuvent permettre d'enseigner les habiletés sociales et émotionnelles ?*

Exemples de réponses : 10x10 (organisation, persévérance, travail d'équipe), Faire ce que je fais (suivre des consignes, souplesse cognitive, habiletés motrices), Le feu sur la montagne (concentration, travail d'équipe, établissement d'objectif), jeux de carte (mémoire vive, souplesse cognitive).

2. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **brainstorming de jeux d'ASÉ**.



3. **DITES >**
 - *Vous aurez 5 minutes pour travailler en petits groupes afin de faire un brainstorming des jeux locaux ou des jeux auxquels les enfants jouent dans votre communauté qui peuvent enseigner une compétence d'ASÉ particulière.*
 - *Ensuite, chaque groupe devra sélectionner un jeu parmi ceux-ci. Ce jeu devra ensuite être appris aux autres groupes.*
 - *En sélectionnant ce jeu, gardez à l'esprit les expériences difficiles que les enfants ont pu récemment subir.*
4. Répartissez les participants en 5 groupes.
5. Lorsque les participants auront fini de voir comment ils peuvent enseigner le jeu, comptez-les pour faire en sorte qu'il n'y ait qu'une seule personne de chaque groupe de compétence dans chaque nouveau groupe. En cas de nombre impair, associez 2 personnes de l'un des groupes de compétence pour les intégrer à un nouveau groupe.



Pratique

Activité : Enseigner les jeux | **Durée** : 30 minutes | **Composition** : petits groupes

1. Donnez 5 minutes à chaque groupe pour apprendre leur jeu dans leurs groupes respectifs.
2. Rappelez-leur d'utiliser le langage d'ASÉ approprié en expliquant le jeu.
3. Surveillez le temps, et annoncez aux 5 minutes que le moment est venu d'apprendre un nouveau jeu.
4. Parcourez la classe pendant que les groupes présentent et observez-les. Expliquez aux groupes comment utiliser le langage d'ASÉ approprié, et comment être clair et concis. Rappelez-leur également de faire en sorte que les autres participants se sentent en sécurité et impliqués.

ASTUCE > SOYEZ créatif dans votre manière d'annoncer la fin des 5 minutes. Vous pouvez utiliser une chanson ou frapper des mains.

Application

Activité : Recueil des jeux et discussion | **Durée** : 15 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Rassemblez tout le groupe.
2. Menez une discussion basée sur les questions suivantes :
 - Comment vous êtes-vous senti en expliquant le jeu au groupe ?
 - Qu'avez-vous trouvé de plus difficile ?
 - Utiliser le langage d'ASÉ vous a-t-il semblé difficile ?
 - Avez-vous remarqué quelque chose de particulier qui a rendu les explications du jeu particulièrement efficaces pour enseigner les habiletés sociales et émotionnelles ?
 - Qu'est-ce qui a rendu les explications particulièrement inefficaces ?
 - Comment pouvez-vous incorporer ces jeux dans vos sessions d'ASÉ ?



Session de formation pour l'ASÉ 14 : Besoins d'ASÉ adaptés à l'âge (optionnel)

Résumé de la session de formation | Durée : 1 h

OBJECTIFS DE LA SESSION DE FORMATION

À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :

- Discuter des caractéristiques et besoins des différentes tranches d'âge d'après leur propre expérience et à l'aide du polycopié fourni.
- Adapter le jeu d'ASÉ « Eau et glace » pour une tranche d'âge différente, et réfléchir sur ce processus.

MESSAGES CLÉS

Les participants comprennent que les besoins varient en fonction de la tranche d'âge, et qu'il faut donc adapter les programmes et consignes en fonction.

RESSOURCES REQUISES

- Livret de formation pour l'ASÉ
 - Polycopié 8 : Caractéristiques et besoins des tranches d'âge
- Banque d'activités d'ASÉ

PRÉPARATION REQUISE

Aucune

APERÇU DE LA SESSION DE FORMATION

Les participants comprennent les caractéristiques et besoins des enfants selon leurs âges par le biais d'activités de groupe. Ensuite, ils révisent et enseignent le jeu d'ASÉ « Eau et glace » pour la tranche d'âge appropriée. Le formateur anime une discussion sur les similarités et différences, sur ce qu'il faut améliorer et sur les différentes versions du jeu.



Étapes à suivre

Échauffement

Activité : Se souvenir de son enfance | **Durée :** 15 minutes

Composition : individuel, petit groupe, groupe entier

1. Séparez les participants en 3 groupes, et demandez à chaque groupe de représenter une tranche d'âge (6 à 8 ans, 9 à 11 ans et 12 à 15 ans).
2. Donnez aux participants les consignes pour l'activité de **Se souvenir de son enfance**.



3. DITES >

- *Fermez les yeux et imaginez que vous êtes un enfant de la tranche d'âge qui vous a été assignée.*
 - *Réfléchissez à comment vous étiez : ce que vous aimiez faire, comment vous appreniez, ce que vous pensiez ou ce que vous ressentiez.*
 - *Par exemple, je me souviens que, quand j'avais 8 ans, j'étais très agité(e). Je m'ennuyais très vite et je voulais toujours passer d'une activité à l'autre.*
 - *Après quelques minutes de réflexion, faites partager les histoires au sein de chaque groupe et faites faire un brainstorming des caractéristiques de la tranche d'âge assignée.*
4. Rassemblez le groupe. Faites présenter, à chaque tranche d'âge, ce dont ils ont discuté.
 5. Animez une discussion sur les différences entre les différentes tranches d'âge.

Présentation

Activité : Étapes de développement | **Durée :** 10 minutes

Composition : Petit groupe, groupe entier

1. Demandez aux participants d'ouvrir le Livret de formation pour l'ASÉ à la page 29 Polycopié 8 : Caractéristiques et besoins des tranches d'âge.
2. Demandez-leur de lire les caractéristiques et besoins des enfants de la tranche d'âge assignée et de réfléchir aux questions suivantes :



- Quelles sont les similarités et différences entre la liste et ce dont ils ont discuté plus tôt ?
 - Sont-ils d'accord avec les caractéristiques listées pour leur tranche d'âge ?
3. Une fois la discussion achevée dans tous les groupes, rassemblez-les pour partager les caractéristiques qui semblent les plus importantes pour chaque tranche d'âge.

Pratique

Activité : Adapter les jeux d'ASÉ | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** petits groupes

1. Donnez aux participants les consignes pour l'activité **Adapter les jeux d'ASÉ**.



2. **DITES >**

- Vous souvenez-vous du jeu « Eau et glace » auquel nous avons joué ?
- Au sein de vos petits groupes, adaptez l'activité « Eau et glace » respectivement pour les enfants de 6 à 8 ans, de 9 à 11 ans et de 12 à 15 ans.
- Ensuite, vous reviendrez et une personne désignée de chaque groupe apprendra à l'ensemble du groupe le jeu adapté.
- Vous aurez 10 minutes pour adapter l'activité à votre tranche d'âge.
- Rappelez-vous d'étudier les caractéristiques et besoins de la tranche d'âge, et de réfléchir aux éléments suivants :
 - Pouvez-vous changer les règles ou l'objectif du jeu ?
 - Avez-vous également besoin d'adapter les différentes dynamiques de genre entre les enfants de différentes tranches d'âge ?
 - Pouvez-vous ajouter des astuces à ce plan pour le rendre plus pertinent pour votre tranche d'âge ?

3. Indiquez aux participants de se référer au jeu « Eau et glace », à la page 43. de la Banque d'activités d'ASÉ et à Polycopié 8 : Caractéristiques et besoins des tranches d'âge dans le Livret de formation pour l'ASÉ EBA pour cette activité.



Application

Activité : Enseigner « Eau et glace » à différentes tranches d'âge | **Durée :** 20 minutes

Composition : groupe entier

1. Rassemblez tout le monde.
2. Chaque tranche d'âge va apprendre au reste du groupe leur jeu « Eau et glace » adapté.
3. Lorsque chaque groupe aura appris sa version du jeu, posez quelques questions sur pourquoi/comment ils l'ont changé, en vous basant sur les questions ci-dessous :
 - Quels aspects du jeu avez-vous modifiés ?
Exemple de réponse : la durée.
 - Pourquoi avez-vous modifié ces aspects ?
Exemple de réponse : les jeunes enfants auraient été distraits.
 - De quelles caractéristiques de votre tranche d'âge avez-vous dû particulièrement tenir compte en modifiant ce jeu ?
Exemple de réponse : la capacité de concentration des jeunes enfants est plus faible.
4. Lorsque tous les groupes seront passés, résumez les différents besoins des tranches d'âge.
5. Expliquez que, même si certaines tranches d'âge sont censées être présentes dans l'EBA, différents groupes d'enfants peuvent être présents, et il faudra ainsi adapter les activités en fonction.



PARTIE 3

Ressources de formation



1

Ressource 1 : Programme de formation proposé

JOUR 1

Session	Durée	Objectifs de la session
<i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>		
SESSION DE FORMATION ASÉ 1 : DÉBUTER LA FORMATION	1 heure	• S'adresser aux autres participants par leur prénom. • Exprimer leurs objectifs pour la formation. • Parler des émotions et des sentiments liés au partage d'informations sur eux-mêmes. • Expliquer les règles de l'espace de formation requises pour en faire un « espace sûr ». • Implémenter une activité introductrice ponctuée d'ASÉ dans leur EBA.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 2 : POURQUOI PRATIQUER L'ASÉ	1 heure	• Décrire la structure d'une session ASÉ et le but des différents outils d'ASÉ. • Lister les bénéfices d'ASÉ à quelqu'un qui a vécu un événement traumatisant. • Expliquer une raison pour laquelle l'ASÉ est enseigné en EBA.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 3 : COMPÉTENCES CLÉS D'ASÉ	2 heures	• Définir l'Apprentissage Socio-Émotionnel (ASÉ). • Définir les 5 compétences ASÉ et de nommer des habiletés socio-émotionnelles relevant de chaque compétence. • Exprimer le fait que toutes les compétences d'ASÉ sont nécessaires pour réussir dans la vie. • Créer des schémas d'ASÉ et de compétences d'ASÉ pour les enfants.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 4 : COMPÉTENCES, OBJECTIFS ET SÉQUENCE ASÉ	1 heure	• Nommer les compétences ASÉ. • Lister les habiletés ASÉ sous chaque compétence ASÉ. • Prouver la compréhension des Objectifs et séquences d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 5 : ESPRIT PRÉSENT	1 heure et 15 minutes	• Définir l'esprit présent • Lister les pratiques d'esprit présent qui sont les plus répandues dans leur communauté. • Animer une activité d'esprit présent. • Participer à une activité d'Esprit présent et l'évaluer. • Exprimer de quelle manière l'esprit présent peut être utile et s'appliquer aux enfants auxquels ils enseignent.
CONCLUSION DU 1ER JOUR	15 minutes	Les participants discutent de ce qu'ils ont appris aujourd'hui et démontrent une activité de « lancement de balles ».



JOUR 2

Session	Durée	Objectifs de la session
<i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>		
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute • Trouver les consignes de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Banque de plans de leçons ASÉ
SESSION DE FORMATION ASÉ 6 : UTILISER LES PLANS DE LEÇON GUIDÉE	1 heure et 15 minutes	• Expliquer les similitudes et les différences entre l'utilisation, le contenu et la structure d'un plan de leçon quotidien et d'un plan de leçon hebdomadaire. • Animer un segment d'un plan de leçon quotidien. • Prendre un temps de réflexion et discuter de leur expérience en utilisant un plan de leçon • Expliquer comment utiliser les plans de leçon d'ASÉ pour enseigner le contenu de l'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 7 : MODÉLISER L'APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNEL	1 heure et 45 minutes	• Définir un modèle et ce que signifie modeler des habiletés d'ASÉ. • Lister les stratégies de modélisation des compétences d'ASÉ. • Lister les mots qui renforcent l'ASÉ. • Faire la démonstration d'un jeu de rôle qui modélise correctement. compétence d'ASÉ. • Évaluer des manières efficaces de modeler des compétences ASÉ.
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : PLAN DE LEÇON D'ASÉ PRÉPARATION ET PRÉSENTATION	1 heure et 30 minutes	• Animer une leçon d'ASÉ à l'aide d'un plan de leçon quotidien. • Évaluer de manière critique les présentations de plans de leçons d'ASÉ, démontrer une connaissance des éléments nécessaires d'un plan de leçon.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 8 : (SUITE)	2 heures	
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de fermeture du parachute. • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ.



JOUR 3

Session	Durée	Objectifs de la session <i>À la fin de cette session, les participants seront en mesure de :</i>
OUVERTURE DU PARACHUTE	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité d'Ouverture du parachute. • Expliquez le but de l'activité d'Ouverture du parachute dans la Session d'ASÉ.
SESSION DE FORMATION ASÉ 9 : DÉMONSTRATION DE JEUX D'ASÉ	30 minutes	• Jouer au jeu d'ASÉ « Eau et glace ». • Lister les façons d'adapter un jeu à un contexte.
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : PLAN DE JEUX D'ASÉ PRÉPARATION ET DÉMONSTRATION	1 heure	• Sélectionner les Jeux d'ASÉ adaptés pour une semaine dans les Objectifs et Séquence • Adapter un Jeu d'ASÉ à un contexte. • Animer un Jeu d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 10 : (SUITE)	1 heure	
<i>Déjeuner</i>	<i>1 heure</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 11 : PRÉPARER ET PRÉSENTER LES PLANS DE SESSION ASÉ	1 heure et 30 minutes	• Identifier les erreurs dans un plan de session d'ASÉ erroné. • Créer un plan de session d'ASÉ et un plan de leçon à l'aide d'un plan de leçon hebdomadaire dans la banque de jeux d'ASÉ. • Expliquer les plans de leçon et apprendre comment créer des plans de session d'ASÉ.
<i>Pause</i>	<i>15 minutes</i>	
SESSION DE FORMATION ASÉ 12 : POST-TEST ET DISCUSSION DE FIN	1 heure	• Démontrer ce qu'ils ont appris de la formation pour l'ASÉ dans le post-test EBA ASÉ. • Fournir des commentaires sur la formation pour l'ASÉ dans le formulaire d'évaluation de formation EBA d'ASÉ.
FERMETURE DU PARACHUTE.	15 minutes	• Suivre les consignes et participer à l'activité de fermeture du parachute. • Trouver les consignes pour l'activité de Fermeture du parachute dans la Banque de plans de leçons d'ASÉ.



SESSIONS OPTIONNELLES

Séance	Durée	Objectifs de session
<i>À la fin de la session, les participants seront capables de :</i>		
SESSION DE FORMATION POUR L'ASÉ 13 : ACTIVITÉS ET JEUX D'ASÉ	1 heure et 30 minutes	• Réfléchir à leur expérience lorsqu'ils ont participé au jeu d'ASÉ du « Nœud humain ». • Faire un brainstorming sur les jeux locaux et/ou de la communauté qui peuvent enseigner des compétences d'ASÉ particulières ou des habiletés spécifiques. • Enseigner un jeu local et/ou de la communauté en tant que jeu d'ASÉ en utilisant le langage d'ASÉ approprié. • Réfléchir et discuter de moyens efficaces pour enseigner un jeu d'ASÉ et pour l'intégrer dans leur EBA.
SESSION DE FORMATION POUR L'ASÉ 14 : BESOINS D'ASÉ ADAPTÉES À L'ÂGE	1 heure	• Discuter des caractéristiques et besoins des différentes tranches d'âge d'après leur propre expérience et à l'aide du polycopié fourni. • Adapter le jeu d'ASÉ « Eau et glace » pour une tranche d'âge différente, et réfléchir sur ce processus.



2

Ressource 2 : Liste de ressources pour la formation pour l'ASÉ

Les ressources suivantes sont nécessaires dans le cadre de la formation pour l'ASÉ :

- Ressources de formation : documents à la fin du Manuel du formateur d'ASÉ
- Livret de formation pour l'ASÉ (un pour chaque personne formée)
- Banque de plan de leçon d'ASÉ (une pour chaque personne formée)
- Banque d'activités d'ASÉ (une pour chaque participant)
- Flip-charts et marqueurs
- Papier
- Diagrammes
- Stylos
- Crayons
- Crayons de couleur
- Ruban adhésif
- Grands morceaux de carton (un par participant)
- Ciseaux
- Balle
- Minuteur
- Balle
- Cordes
- Post-it
- Bandeau ou bandana : pour session en option
- Jeu de cartes : pour session optionnelle



3

Ressource 3 : Pré-test et post-test d'ASÉ (avec réponses)

Nom :

Affiliation :

Rôle/Intitulé du poste :

Consignes : répondre de votre mieux aux questions suivantes.

1. Définir l'Apprentissage socio-émotionnel tel que défini dans la formation. (3 points)

Les habiletés interpersonnelles, émotionnelles et cognitives qui aident un individu à réussir dans la vie.

2. Associer chaque compétence d'Apprentissage socio-émotionnel avec l'exemple d'habileté correspondant. (5 points)

Compétence

Exemples d'habiletés

- | | |
|--|---|
| 1. Fortification mentale
(c) | a. Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie, comprendre la dynamique de groupe. |
| 2. Régulation des émotions
(e) | b. Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectif, développer une identité de soi positive. |
| 3. Habiletés sociales positives
(a) | c. Habiletés d'écoute, capacité de focaliser l'attention et de suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique, et utiliser notre mémoire vive. |
| 4. Résolution de conflit
(d) | d. Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, exécuter des stratégies de résolution de conflit. |
| 5. Persévérance
(b) | e. Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer des émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage. |



3. Associer les habileté ci-dessous dans la colonne de gauche à une activité appropriée dans la colonne de droite. (5 points)

Habileté

1. Développer des habiletés d'écoute
(a)
2. Gérer leurs propres émotions
(e)
3. Créer des relations positives entre pairs
(d)
4. Éviter ou résoudre les conflits en classe
(c)
5. Établir et atteindre des objectifs de classe
(b)

Activité

- a. « Faites ce que je dis, pas ce que je fais »/« Professeur Dit », Écoute en duo.
- b. Développer un plan d'action pour atteindre des objectifs décomposés en étapes.
- c. Dessiner des images « S'arrêter, penser, agir ».
- d. Identifier les sentiments des autres dans des histoires, dessiner les caractéristiques d'amis.
- e. Associer les émotions à des visages, scénarios pour pratiquer les tactiques de régulation des émotions.

4. Veuillez choisir la bonne réponse, ci-dessous, sur la manière de gérer le scénario suivant dans votre classe. (4 points)

Votre classe travaille sur un projet artistique individuel. Tout le monde est assis, dessinant un moment où chacun a résolu un conflit. L'un de vos enfants reste debout et marche dans la salle. Vous demandez à l'enfant de s'asseoir, mais celui-ci continue de marcher. L'enfant prend le marqueur sur une autre table, où d'autres enfants dessinent.

1. Donner une tâche pertinente à l'enfant (distribuer des marqueurs, récupérer les dessins, etc.).
2. Demander à l'enfant pourquoi il/elle ne participe pas. Écouter son raisonnement et valider ses sentiments. Développer une solution appropriée.
3. Demander à l'enfant de rendre le marqueur. Lui expliquer pourquoi marcher ainsi distrait les autres enfants. Demander à l'enfant de vous parler d'un moment où il/elle a résolu un conflit.

4. Toutes ces réponses.

5. Aucune des options ci-dessus



5. Répondre par « vrai » ou « faux » aux phrases suivantes. Veuillez expliquer, dans la ligne sous la phrase, pourquoi vous avez sélectionné « vrai » ou « faux ». (9 points au total)

- a. L'Apprentissage socio-émotionnel n'est enseigné qu'en salle de classe. (1 point)

VRAI

FAUX
X

Raison (1/2 point) :

L'ASÉ doit être renforcé sur le terrain de jeux, à la maison et lors de toutes les interactions quotidiennes.

- b. Pour qu'il soit le plus efficace, un facilitateur doit modeler les habiletés sociales et émotionnelles. (1 point)

VRAI
X

FAUX

Raison (1/2 point) :

L'ASÉ est le plus efficace lorsque les enfants ont un modèle et lorsqu'ils peuvent voir et comprendre ce à quoi ressemble certaines habiletés.

- c. Au cours d'une leçon d'Apprentissage socio-émotionnel, le facilitateur doit s'en tenir au plan de la leçon, quoi que les enfants fassent. (1 point)

VRAI

FAUX
X

Raison (1/2 point):

Il est essentiel que le facilitateur observe toujours les enfants et qu'il adapte la leçon en fonction de leurs réponses et de leurs besoins.

- d. Les enfants doivent totalement maîtriser une compétence avant de passer à la suivante. (1 point)

VRAI

FAUX
X

Raison (1/2 point) :

Toutes les compétences se développent en même temps. Bien qu'elles soient interconnectées, aucune n'est jamais entièrement maîtrisée. De ce fait, on doit les enseigner et les développer simultanément. Elles ne sont pas incompatibles.

- e. L'Apprentissage socio-émotionnel doit être enseigné de manière active, adaptées aux enfants, tout en étant centrée sur l'apprenant. (1 point)

VRAI
X

FAUX

Raison (1/2 point) :

Les enfants apprennent mieux lorsqu'ils sont activement impliqués. Une pédagogie active et centrée sur l'apprenant est essentielle à l'ASÉ, car les habiletés apprises doivent être activement pratiquées.

- f. L'Apprentissage socio-émotionnel concerne exclusivement les enfants. (1 point)

VRAI

FAUX
X

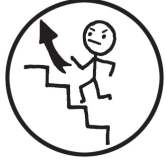
Raison (1/2 point):

Les facilitateurs, les parents et les membres de la communauté bénéficient également de l'ASÉ. Tout le monde doit développer son d'ASÉ.



Ressource 4 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences

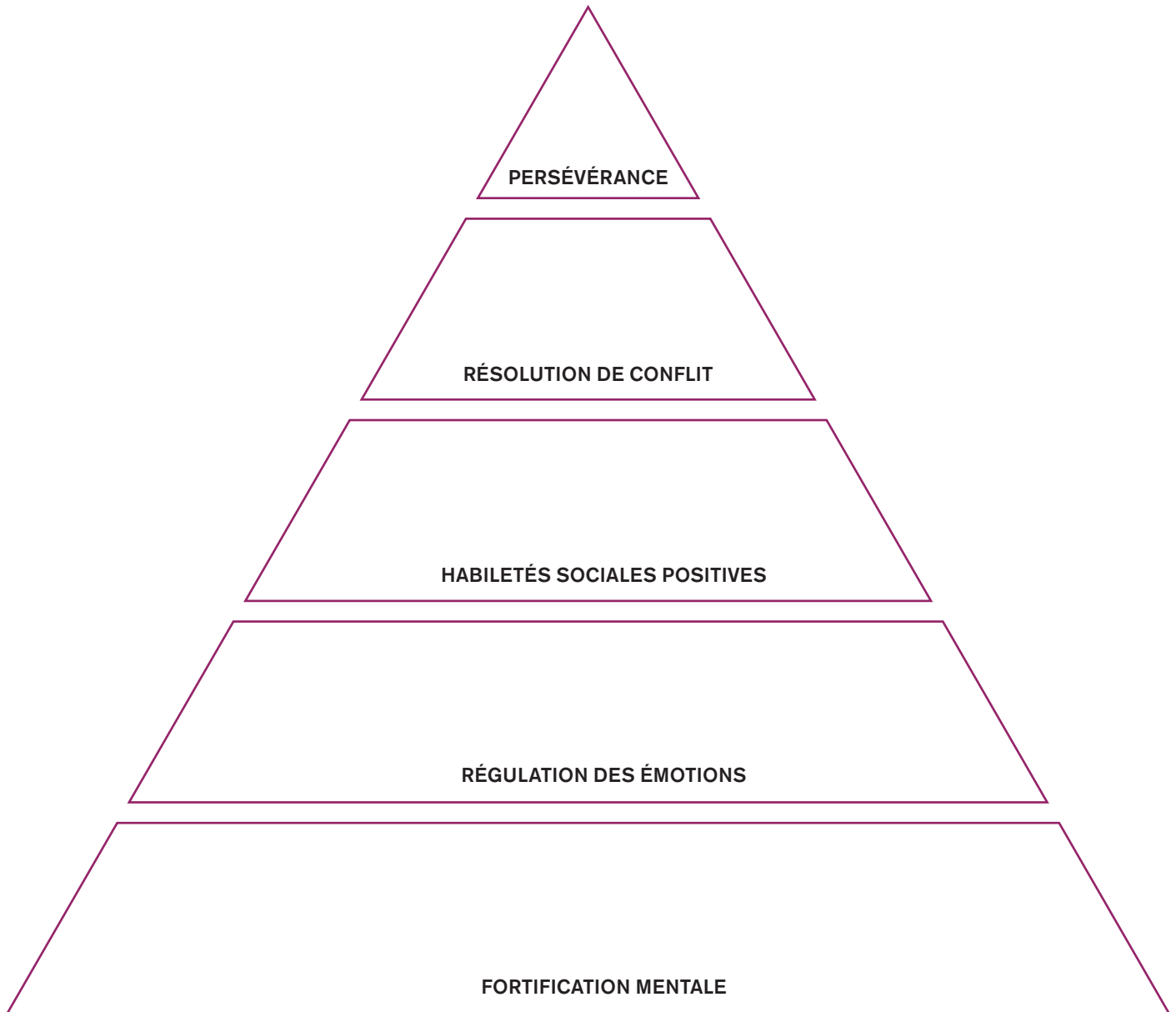
L'Apprentissage socio-émotionnel : il s'agit des processus grâce auxquels les enfants et les adultes acquièrent et appliquent avec succès les connaissances, les attitudes et les habiletés nécessaires pour comprendre et maîtriser leurs émotions, établir et atteindre des objectifs positifs, éprouver et faire preuve d'empathie envers les autres, établir et maintenir des relations positives et prendre des décisions responsables.

Domaine		Définition	Exemples d'habiletés
Fortification mentale		L'ensemble des habiletés qui nous aide à nous concentrer, à nous rappeler des consignes et des concepts, à réussir à exécuter plusieurs tâches en même temps, et à planifier l'avenir à court et à long terme. Cet ensemble d'habiletés nous aide à filtrer les distractions, à nous fixer des objectifs et à maîtriser nos impulsions.	Habiletés d'écoute, capacité de focaliser l'attention et de suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique, et utiliser notre mémoire vive.
Régulation des émotions		L'ensemble des habiletés qui nous permet de comprendre nos propres émotions et de gérer nos sentiments d'une façon positive. Cet ensemble nous fournit des outils pour prédire et gérer nos émotions.	Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer des émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage.
Habiletés Sociales positives		Les habiletés qui nous permettent de nouer des relations les uns avec les autres de manière positive, en comprenant les sentiments et le comportement des autres et en y répondant d'une façon qui promeut les interactions sociales positives et réduit le conflit.	Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie, comprendre la dynamique de groupe.
Résolution de conflit		Les habiletés qui nous aident à faire face aux problèmes et conflits de toutes sortes de manière positive à mesure qu'ils se présentent. Ces habiletés minimisent l'impact des conflits sur les personnes concernées, pour aboutir à un résultat positif.	Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, enseigner des stratégies de Résolution de conflit.
Persévérance		L'ensemble des habiletés qui nous permet de surmonter des difficultés et de poursuivre l'atteinte d'un objectif réaliste. Ces habiletés renforcent la prise de conscience que tout apprentissage nécessite la persistance, en recherchant d'autres manières d'atteindre un objectif et d'avoir la volonté de demander de l'aide quand il s'agit de surmonter des difficultés.	Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectif, développer une identité de soi positive.



5

Ressource 5 : Puzzle de compétence d'ASÉ



6

Ressource 6 : Course au trésor des Objectifs et séquences d'ASÉ (avec réponses)

1. Combien de modules le programme comporte-t-il ?

9

2. Combien de semaines le module 4 dure-t-il ?

4

3. En combien de semaines les enfants apprennent-ils les habiletés sociales positives ?

20 (ou plus)

4. Quelles compétences sont travaillées au cours de la semaine 30 ?

Régulation des émotions, Persévérance

5. Quel est le résultat d'apprentissage d'un enfant dans la première semaine du module 5 ?

Réponses possibles :

- **Comprendre que chaque action entraîne une réaction (FM, RE, HSP)**
- **Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des comportements et actions envers soi ou les autres (FM, RE, HSP)**
- **Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des mots sur les autres (FM, RE, HSP)**
- **Comprendre comment leurs actions affectent les adultes qui s'occupent d'eux (FM, HSP)**

6. Quelle activité pouvez-vous enseigner aux enfants dans la semaine 8 ?

Réponses possibles :

- **Associer les émotions à des visages**
- **Pratiquer des déclarations « Je me sens... » (en cercle)**
- **Dessiner vos sentiments**
- **Jeux de rôle avec les émotions agréables/désagréables**
- **Pouce dressé/pouce baissé pour les sentiments agréables/désagréables**

7. Quel est le sujet de la deuxième semaine du Module 6 ?

Commencer une amitié

8. Au cours de quelle semaine les enfants apprennent-ils à identifier les problèmes et conflits habituellement rencontrés par leurs pairs ?

Semaine 26

9. Quelle semaine et compétence correspondent à l'activité de définir les objectifs académiques individuels ?

Semaine 31, Persévérance

10. Au cours de quelle(s) semaine(s) les enfants revoient-ils l'ensemble de ce qu'ils ont appris ?

Semaines 34 et 35

FM – Fortification mentale, RE – Régulation des émotions, HSP – Habiletés sociales positives, RC – Résolution de conflit, P – Persévérance





Ressource 7 : Feuille d'évaluation d'ASÉ

Nom :

Affiliation :

Rôle/Intitulé du poste :

Consignes : veuillez noter la personne qui présente sur les catégories suivantes, sur une échelle de 1 à 5.

1 = très mauvais, 2 = mauvais, 3 = passable, 4 = bon, 5 = très bon

1. Structure de la présentation
(introduction/activité/conclusion)

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

4. Consignes précises sur le sujet

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

2. Modeler les habiletés sociales et émotionnelles

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

5. Pertinence des activités pour les enfants

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

3. Observer les enfants et leur répondre

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

6. Sensibilité aux contextes et expériences des enfants

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

7. Autres commentaires :

.....



8

Ressource 8 : Feuille de présence à la présentation de leçon d'ASÉ

Semaine	Sujet	Compétences	Signature
1	Apprendre à connaître ses pairs et sa classe	Fortification mentale Habilités sociales positives	
2	Normes de salle de classe	Fortification mentale Habilités sociales positives	
3	Apprendre à écouter	Fortification mentale	
4	Garder votre concentration	Fortification mentale	
5	Se maîtriser	Fortification mentale, Régulation des émotions	
6	Fortification mentale	Fortification mentale	
8	Quels sont mes sentiments ?	Régulation des émotions	
9	Prédire mes sentiments	Régulation des émotions	
10	Gérer mes sentiments	Régulation des émotions	
12	Identifier les sentiments des autres	Habilités sociales positives	



Semaine 5, leçon 2

Nous maîtriser nous-mêmes

Compétence : Résolution de conflit

1 > Mauvaise compétence (aurait dû être Fortification mentale)

Sujet : Contrôle des impulsions

3 > La leçon d'ASÉ vient avant les jeux d'ASÉ

Plan de session d'ASÉ : 2 heures

2 > Ouverture de parachute = 15 min

1 Ouverture du parachute

5 minutes

P. 141

2 Jeux d'ASÉ

30 minutes

Professeur Dit (15 minutes) p. 21 dans la Banque de jeu d'ASÉ

Dire quelque chose de gentil (15 minutes) p. 83 dans la Banque d'activités d'ASÉ

3 Leçon d'ASÉ

60 minutes

Nous maîtriser nous-mêmes

Absence de la fermeture du parachute

4 > Jeux d'ASÉ = 60 min

5 > Dites quelque chose de gentil est un jeu d'habiletés sociales positives, pas de Fortification mentale

7 > La fermeture du parachute est absente

6 > Jeux d'ASÉ = 30 min



Ouverture du parachute

OBJECTIFS

À la fin de cette activité, les enfants seront en mesure de :

- Être calmes et prêts à se concentrer sur la leçon d'ASÉ.
- Comprendre la routine de l'ouverture du parachute au début de chaque session d'ASÉ.

MESSAGE CLÉ

Débuter chaque session d'ASÉ avec l'ouverture du parachute permet d'établir une routine favorisant un environnement sûr, prévisible et encourageant, ce qui les aide à se préparer aux activités d'ASÉ qui vont suivre.

Étapes à suivre

Activité : Ouverture du parachute | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Tous les enfants se mettent en cercle.
2. Donnez les consignes de l'activité d'**ouverture du parachute** aux enfants.



3. DITES >

- *Au milieu du cercle, il y a un parachute plié imaginaire. Savez-vous ce qu'est un parachute ?*
- *Ce parachute est notre « Espace Sûr ». Quoiqu'il arrive lorsque le parachute est ouvert, ceci restera confidentiel. Cela veut dire que ça reste dans notre espace sûr. Nous ne jugeons personne, et nous ne nous moquons de personne dans notre espace sûr. C'est l'endroit où tout le monde peut librement ressentir ses émotions et participer.*
- *Comme le parachute est plié, nous devons l'ouvrir. Venez au centre, et rapprochez-vous les uns des autres. Tout le monde doit prendre un coin et l'ouvrir dans un grand cercle.*
- *Chacun va faire comme s'il avait un triangle avec une couleur différente. Cette couleur représente comment vous vous sentez aujourd'hui. Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez. Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.*

ASTUCE > S'ILS ne savent pas ce qu'est un parachute, expliquez-le avec un dessin, ou dites que c'est comme un grand parapluie.

4. Dites votre couleur, puis laissez les autres parler de leur couleur.



5. **DITES >** *Le parachute est toujours là, dans notre EBA. Rappelez-vous que le parachute est un espace sûr, où tout est confidentiel et où chacun peut librement ressentir ses émotions et participer. À la fin de la session d'ASÉ, il sera fermé.*



Jeux d'ASÉ

8 > Même chose que #3, #4, #5

1. Professeur Dit (15 minutes) p. 21 dans la Banque d'activités d'ASÉ
2. Dire quelque chose de gentil (15 minutes) p. 83 dans la Banque d'activités d'ASÉ

Leçon d'ASÉ : Nous maîtriser nous-mêmes

Résumé de la leçon

9 > Même chose que #1

10 > Leçon pour enfants de 6 à 11 ans

Compétence : Résolution de conflit | **Sujet :** Contrôle des impulsions | **Niveau :** 12-15 ans | **Durée :** 30 minutes

Module : 2 | **Semaine :** 5 | **Leçon :** 2

OBJECTIFS DE FORMATION

À la fin de cette leçon, les enfants doivent être capable de :

- Comprendre quand ils doivent contrôler leurs impulsions.
- Démontrer la capacité à former un rang et un cercle sans faire de bruit, en tant que groupe

RESSOURCES REQUISES

Aucune

PRÉPARATION REQUISE

Déterminer un prix pour le gagnant de la compétition de mise en rang, en fonction des disponibilités, du genre et de l'âge.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ

- Au cours d'une crise, et après, il est particulièrement difficile pour les enfants de contrôler leurs impulsions. Faites attention aux enfants qui ont du mal à rester tranquilles. Travaillez avec ces enfants après les heures de classe ou pendant que les autres enfants effectuent un travail individuel. Encouragez ces enfants

à apprendre les techniques de respiration par le ventre, ainsi que d'autres techniques pour les aider à se calmer. Vous pouvez devoir travailler avec eux après la classe, et être préparé à les envoyer vers un service approprié, si nécessaire.

- Il est possible qu'il ne soit pas décent de mettre en rang les filles et les garçons ensemble. Si tel est le cas, séparez les groupes par genre.
- Si les lignes et les cercles ne sont pas des formes utilisées en classe dans votre société, remplacez-les par des configurations de classe pertinentes.

APERÇU DE LA LEÇON

Le facilitateur commence en partageant son intention du jour, et les enfants réfléchissent sur ce que ceci implique pour eux, avant l'activité d'Esprit présent. Le facilitateur entame ensuite une discussion sur les lignes et les formes de salle de classe. Les enfants participent ensuite à la compétition de mise en rang et pratiquent la communication sans parole. Le facilitateur termine la classe en revenant sur l'intention du jour.



Étapes à suivre

11 > L'échauffement vient avant la présentation

Présentation

12 > Cette discussion ne prend que 5 minutes

Activité : Discussion sur les lignes et cercles | **Durée :** 25 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Expliquer que, en classe, ces configurations/formations sont habituelles. Par exemple, nous ne sommes pas seulement assis en classe, nous sommes également assis en rangs.

2. Demander d'autres exemples de formes réalisées en classe.

Exemples de réponses : lignes, cercles, aucune forme lors de jeux.

3. Une fois ces réponses fournies, répétez les bonnes réponses.

4. Expliquez que ces différentes configurations/formations sont utilisées à différents moments de la classe.

5. Demander aux enfants à quel moment il faut former un rang en classe.

Exemples de réponses : pour aller d'un endroit à un autre, pour attendre la nourriture, pour aller aux toilettes, etc.

6. Demander aux enfants à quel moment il faut former un rang en classe.

Exemples de réponses : lorsqu'on fait des activités de groupe, lorsque nous partageons, pour lire à la classe, etc.

7. Expliquez le lien avec la dernière session, au cours de laquelle les enfants ont appris à contrôler leurs impulsions. Expliquez qu'ils vont apprendre, aujourd'hui, à se mettre en rang ou en cercle en tant que groupe.

8. Expliquer que rester immobile en ligne ou en cercle fait partie du contrôle des impulsions et de nous-même, car nous devons contrôler nos impulsions pour ne pas sortir de la ligne ou pour ne pas faire autre chose.



Préparation

Activité : Dessiner dans votre tête | Durée : 5 minutes | Composition : individuel

1. Demander aux enfants de se redresser sur leurs chaises et de se préparer pour l'activité d'Esprit présent.



2. **DITES >** *L'intention d'aujourd'hui est : **le contrôle de la participation en classe.***

3. Répéter l'intention du jour doucement.



4. **DEMANDEZ >** *Qu'est-ce que l'intention du jour signifie pour vous aujourd'hui ?*



5. **DITES >**

- *Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel. Respirez calmement. Continuez de respirer doucement pendant une minute.*
- *Si cela vous convient, vous pouvez fermer les yeux. Les yeux fermés, en restant immobile, imaginez un cercle qui se dessine devant vous.*
- *Concentrez votre attention sur ce cercle, et gardez-le immobile devant vous. Lorsque vous commencez à penser à quelque chose d'autre, rappelez-vous doucement de revenir à visualiser votre cercle, devant vous.*

6. Laisser les enfants rester assis en silence pendant 30 secondes à une minute, selon leur capacité à rester tranquilles.

7. Calmement et doucement, ramener l'attention des enfants à la classe.

Pratique

13 > Absence de durée

Activité : compétition de mise en rang | Composition : petits groupes

CONSEIL DE SENSIBILITÉ

> S'il n'est pas approprié de mélanger les groupes par genre, car la mise en rang pourrait provoquer des contacts corporels inappropriés, séparez par genre. Assurez-vous également que la compétition de mise en rang prend toutes les aptitudes physiques en compte. Ajustez si nécessaire.

1. Expliquez les règles de la compétition. Chaque groupe aura la tâche de s'aligner, par ordre de taille. Pour gagner, le groupe doit être entièrement silencieux et immobile, et tous les membres doivent lever la main. Le premier tour est un tour de pratique.
2. Demander à un volontaire de montrer à la classe comment être debout en silence et immobile.
3. Diviser la classe en 3 groupes.



4. Commencer le tour de pratique en donnant la consigne de s'aligner par ordre de taille dans les groupes. Dire « Allez ! » pour commencer l'activité. Vous pouvez également utiliser une manière amusante et culturellement pertinente.
5. Vérifier que tous les groupes ayant fini sont effectivement par ordre de taille.
6. Lors du tour suivant, les enfants doivent travailler au sein du même pour s'aligner par anniversaire, par longueur de cheveux ou par taille de chaussures (selon les circonstances). Dites-leur que, cette fois, ils ne doivent ni parler, ni courir pour se mettre en rang, et qu'ils doivent donc trouver un autre moyen de communiquer. Le groupe qui remporte ce tour obtient un prix. Déterminer ce prix en fonction des disponibilités, et en fonction du contexte, du genre et de l'âge.
7. Demander aux enfants de partager des idées sur comment communiquer sans parler. Ces idées devraient comprendre les gestes de la main, les expressions du visage, etc.
8. Commencer ce tour en disant « Allez ! » ou en utilisant une manière amusante et culturellement pertinente.
9. Demander à chaque membre du groupe, dans l'ordre du rang, de dire leur anniversaire, ou de mesurer leurs cheveux ou encore leurs pieds, afin de vous assurer que le rang est dans le bon ordre.
10. Si vous avez le temps, mélangez les groupes et faites-les se mettre en rang ou en cercle le plus rapidement possible, en silence.

14 > Absence de la section
Application

Absence de la section Application



PARTIE 4

Polycopiés





Polycopié 1 : Formation pré-test d'ASÉ

Nom :

Affiliation :

Rôle/Intitulé du poste :

Consignes : répondre de votre mieux aux questions suivantes.

1. Définir l'Apprentissage socio-émotionnel tel que défini dans la formation. (3 points)

.....

2. Associer chaque compétence d'Apprentissage socio-émotionnel avec l'exemple d'habileté correspondant. (5 points)

Compétence

Exemples d'habiletés

1. Fortification mentale

.....

2. Régulation des émotions

.....

3. Habiletés sociales positives

.....

4. Résolution de conflit

.....

5. Persévérance

.....

a. Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie, comprendre la dynamique de groupe.

b. Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectif, développer une identité de soi positive.

c. Habiletés d'écoute, capacité de focaliser l'attention et de suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique, et utiliser notre mémoire vive.

d. Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, enseigner des stratégies de résolution de conflit.

e. Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer des émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage.



3. Associer les habileté ci-dessous dans la colonne de gauche à une activité appropriée dans la colonne de droite. (5 points)

Habileté

1. Développer des habiletés d'écoute
.....
2. Gérer leurs propres émotions
.....
3. Créer des relations entre pairs positives en classe
.....
4. Éviter ou résoudre les conflits en classe
.....
5. Fixer et atteindre des objectifs de classe
.....

Activité

- a. « Faites ce que je dis, pas ce que je fais »/« Professeur Dit », Écoute en duo.
- b. Développer un plan d'action pour atteindre des objectifs décomposés en étapes.
- c. Dessiner des images « S'arrêter, penser, agir ».
- d. Identifier les sentiments des autres dans des histoires, dessiner les caractéristiques d'amis.
- e. Associer les émotions à des visages, scénarios pour pratiquer les tactiques de régulation des émotions.

4. Veuillez choisir la bonne réponse, ci-dessous, sur la manière de gérer le scénario suivant dans votre classe. (4 points)

Votre classe travaille sur un projet artistique individuel. Tout le monde est assis, dessinant un moment où chacun a résolu un conflit. L'un de vos enfants reste debout et marche dans la salle. Vous demandez à l'enfant de s'asseoir, mais celui-ci continue de marcher. L'enfant prend le marqueur sur une autre table, où d'autres enfants dessinent.

1. Donner une tâche pertinente à l'enfant (distribuer des marqueurs, récupérer les dessins, etc.).
2. Demander à l'enfant pourquoi il/elle ne participe pas. Écouter son raisonnement et valider ses sentiments. Développer une solution appropriée.
3. Demander à l'enfant de rendre le marqueur. Lui expliquer pourquoi marcher ainsi distrait les autres enfants. Demander à l'enfant de vous parler d'un moment où il/elle a résolu un conflit.
4. Toutes ces réponses.
5. Aucune des options ci-dessus



5. Répondre par « vrai » ou « faux » aux phrases suivantes. Veuillez expliquer, dans la ligne sous la phrase, pourquoi vous avez sélectionné « vrai » ou « faux ». (9 points au total)

- a. L'Apprentissage socio-émotionnel n'est enseigné qu'en salle de classe. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- d. Les enfants doivent totalement maîtriser une compétence avant de passer à la suivante. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- b. Pour qu'il soit le plus efficace, un facilitateur doit modeler les habiletés sociales et émotionnelles. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- e. L'Apprentissage socio-émotionnel doit être enseigné de manière active, adaptées aux enfants, tout en étant centrée sur l'apprenant. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- c. Au cours d'une leçon d'Apprentissage socio-émotionnel, le facilitateur doit s'en tenir au plan de la leçon, quoi que les enfants fassent. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- f. L'Apprentissage socio-émotionnel concerne exclusivement les enfants. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....



2

Polycopié 2 : Définitions – l'ASÉ et les 5 compétences

L'Apprentissage socio-émotionnel : il s'agit des processus grâce auxquels les enfants et les adultes acquièrent et appliquent avec succès les connaissances, les attitudes et les habiletés nécessaires pour comprendre et maîtriser leurs émotions, établir et atteindre des objectifs positifs, éprouver et faire preuve d'empathie envers les autres, établir et maintenir des relations positives et prendre des décisions responsables.

Domaine		Définition	Exemples d'habiletés
Fortification mentale		L'ensemble des habiletés qui nous aide à nous concentrer, à nous rappeler des consignes et des concepts, à réussir à exécuter plusieurs tâches en même temps, et à planifier l'avenir à court et à long terme. Cet ensemble d'habiletés nous aide à filtrer les distractions, à nous fixer des objectifs et à contrôler nos impulsions.	Habiletés d'écoute, capacité de focaliser l'attention et de suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique, et utiliser notre mémoire vive.
Régulation des émotions		L'ensemble des habiletés qui nous permet de comprendre nos propres émotions et de gérer nos sentiments d'une façon positive. Cet ensemble nous fournit des outils pour prédire et gérer nos émotions.	Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer des émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage.
Habiletés Sociales positives		Les habiletés qui nous permettent de nouer des relations les uns avec les autres de manière positive, en comprenant les sentiments et le comportement des autres et en y répondant d'une façon qui promeut les interactions sociales positives et réduit le conflit.	Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie, comprendre la dynamique de groupe.
Résolution de conflit		Les habiletés qui nous aident à faire face aux problèmes et conflits de toutes sortes de manière positive à mesure qu'ils se présentent. Ces habiletés minimisent l'impact des conflits sur les personnes concernées, pour aboutir à un résultat positif.	Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, enseigner des stratégies de Résolution de conflit.
Persévérance		L'ensemble des habiletés qui nous permet de surmonter des difficultés et de poursuivre l'atteinte d'un objectif réaliste. Ces habiletés renforcent la prise de conscience que tout apprentissage nécessite la persistance, en recherchant d'autres manières d'atteindre un objectif et d'avoir la volonté de demander de l'aide quand il s'agit de surmonter des difficultés.	Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectif, développer une identité de soi positive.



Compétence	Habiletés
Fortification mentale	Pratiquer l'écoute active.
	Suivre des consignes
	Focaliser l'attention
	Pratiquer la souplesse cognitive (capacité de passer d'un concept à l'autre, ou de penser simultanément à plusieurs concepts)
	Contrôler ses impulsions et réfréner les comportements et réponses inappropriées (capacité de résister à une tentation ou à une pulsion)
	Cultiver la mémoire de travail (capacité à retenir et à utiliser des informations nouvelles et récemment apprises)
Régulation des émotions	Identifier le concept et les types d'émotions
	Identifier ses propres émotions
	Identifier les actions permettant de contrôler les émotions dans le cadre des normes locales
	Gérer et contrôler ses émotions
Habiletés sociales positives	Reconnaître, accepter et répondre aux sentiments et aux perspectives des autres (empathie)
	Identifier l'impact de ses actions sur les autres
	Identifier les forces et supports externes et de la communauté
	Reconnaître et être sensible aux similarités et différences individuelles et de groupe
	Appliquer des habiletés de communications efficaces et positives
	Coopérer et travailler efficacement avec les autres grâce au travail en équipe
	Développer et entretenir des relations positives
Résolution de conflit	Identifier les problèmes
	Éviter les interactions négatives et la pression de groupe, y compris celles des brutes
	Générer des solutions gagnant-gagnant
	Mettre en pratique des comportements et stratégies de résolution de conflit
	Régler efficacement des conflits parmi des groupes
Persévérance	Développer un sentiment de contrôle
	Organiser des étapes et des informations de manière logique
	Définir les objectifs personnels et académiques et y parvenir
	Appliquer des habiletés de prise de décision pour gérer, de manière responsable, les situations académiques, sociales et émotionnelles quotidiennes
	Développer une image de soi et une identité positives, ainsi que de la confiance en soi
	Démontrer une autoréflexion et des améliorations
	Développer un sentiment d'espoir pour le futur
	Utiliser des stratégies de patience



4

Polycopié 4 : Objectifs et séquences d'ASÉ

Niveau : 6–11 ans | **Compétences :** Fortification mentale (FM), Régulation des émotions (RE), Habiletés sociales positives (HSP), Résolution de conflit (RC), Persévérance (P)

ESPRIT PRÉSENT

L'Esprit présent est abordé dans chaque leçon, pour l'ensemble des Objectifs et séquences d'ASÉ.

Objectifs :
grâce à l'esprit présent, les enfants doivent être capables de...

- Comprendre les avantages et l'utilisation de l'esprit présent dans leurs vies (FM)
- Démontrer les stratégies d'esprit présent telles que respirer lentement, s'asseoir en silence, et la visualisation (FM)

MODULE 1 : INTRODUCTION

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
1	Apprendre à connaître ses pairs et sa classe	Fortification mentale Habiletés sociales positives	• Nommer leurs camarades de classe (HSP) • Décrire comment les gens peuvent être similaires et différents (HSP) • Se décrire avec plusieurs caractéristiques, capacités et réussites de base (P) • Nommer et effectuer les processus de salle de classe (exemples : comment demander la permission d'aller aux toilettes, passer d'une activité à l'autre, etc.) (FM) • Expliquer le concept de lever la main et d'attendre d'être appelé avant de parler (FM)	• Jeux de nom : « Charade de noms », « Passer la balle » • Partager des objets qui sont important pour chaque élève (montrer et raconter) • Dessiner et partager des images de soi, de ce que l'on aime et de ses réussites • Présentations partagées avec un partenaire • Trouver des camarades de classe avec des similarités/différences • Dessiner des mains
2	Normes de salle de classe	Fortification mentale; Habiletés sociales positives	• Écouter respectueusement (contact visuel approprié selon l'âge et la culture, hochement de tête, questions pour clarifier) les réflexions des autres et partager ses propres pensées (HSP) • Démontrer la capacité à se rappeler des normes de salle de classe (FM) • Comprendre les exigences de sécurité dans la salle de classe (FM) • Créer des règles de salle de classe et d'école et en discuter (FM) • Suivre les règles de salle de classe et d'école (FM) • Décrire les conséquences de transgresser les règles d'école ou de salle de classe (FM) • Comprendre et démontrer des capacités d'organisation (FM)	• Jouer à « Je Trouve » avec des objets dans la salle de classe • Discussion sur ce que sont les règles et pourquoi elles sont importantes • Co-crée des règles de salle de classe sur des étoiles en papier • Scénarios expliquant les conséquences de la transgression de règles • Partager les « normes de salle de classe » • Créer un « organisateur »



MODULE 2 : COMMENT APPRENDRE

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
3	Apprendre à écouter	Fortification mentale	- Nommer et démontrer les règles d'écoute en groupe, notamment parler à son tour et être respectueux (FM, HSP) - Démontrer des habiletés d'écoute avec attention (FM) - Comprendre comment écouter affecte l'apprentissage (FM)	- Discuter des règles d'écoute - Démontrer la valeur de l'écoute en faisant parler tout le monde en même temps - Raconter une histoire sur la valeur de l'écoute - Écoute de partenaire guidée et partage avec le groupe - D'accord/pas d'accord sur la valeur de l'écoute - Écouter et dessiner « Professeur Dit »
4	Garder votre concentration	Fortification mentale	- Identifier les stratégies pour focaliser l'attention (FM) - Identifier les distractions de la classe (FM) - Expliquer les habiletés d'attention (FM)	- Chanter en groupes en même temps et utiliser des stratégies pour focaliser l'attention - Pratiquer la respiration par le ventre, parler à Soi-Même, l'agitation contrôlée - Utiliser des stratégies pour focaliser l'attention en dessinant - Faire des activités physiques à l'aide de stratégies pour focaliser l'attention « Jeu du miroir » pour suivre les mouvements d'un partenaire
5	Se maîtriser	Fortification mentale; Régulation des émotions	- Expliquer le concept de lever la main et d'attendre d'être appelé avant de parler (FM) - Démontrer la capacité à s'asseoir et à rester immobile (FM, RE) - Démontrer la capacité se mettre en rang et en cercle sans faire de bruit, en tant que groupe (FM, HSP)	- Discuter de l'importance de contrôler ses impulsions - Scénarios dans lesquels on doit contrôler les impulsions - Discuter des stratégies et les pratiquer - Quand/où former un rang et un cercle : pratiquer et discuter - Danser-Arrêter-Danser
6	Fortification mentale	Fortification mentale	- Expliquer la capacité à alterner entre des activités similaires - Démontrer les habiletés d'attention, de mémoire et de contrôle des impulsions (FM) - Démontrer la capacité à retenir des informations à l'aide de la mémoire à court terme (FM) - Comprendre le déroulé et la progression d'événements (FM) - Démontrer la capacité à organiser des événements dans l'ordre (FM)	- Copains de la poignée de main dansée - Activité de mémoire menées par l'enseignant avec activité à plusieurs étapes - Jeux de mémoire (avec cartes, etc.) - Partage de groupe pour se souvenir de ce qui a été appris - Mettre en ordre les images d'une histoire que l'enseignant lit à voix haute
7	Semaine d'évaluation	Fortification mentale; Régulation des émotions	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 3, 4, 5 et 6	- Règles d'écoute active - Dessiner en écoutant - Écrire les stratégies pour concentrer l'attention - Dessiner une flèche vers le haut/bas pour décrire quand contrôler les impulsions - Se mettre en rang - Danser-Arrêter-Danser - Activités de représentation - Copains de poignée de main



MODULE 3 : MES SENTIMENTS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
8	Quels sont mes sentiments ?	Régulation des émotions	- Identifier les indices physiques de leurs corps permettant d'identifier et de nommer leurs sentiments, y compris l'inquiétude (RE) - Nommer un éventail de sentiments : joie, solitude, terreur, ennui, colère, tristesse, contrariété, surprise, force, fierté, peur, contentement, timidité, inquiétude, fatigue, amour (RE) - Identifier les sentiments agréables et désagréables (RE)	- Associer les émotions à des visages - Pratiquer des déclarations « Je me sens... » (en cercle) - Dessiner vos sentiments - Jeux de rôle avec les émotions agréables / désagréables - Pouce dressé/pouce baissé pour les sentiments agréables/désagréables
9	Prédire mes sentiments	Régulation des émotions	- Nommer des sentiments de base à partir d'indices environnementaux, situationnels et/ou physiques (RE) - Décrire quels sentiments provoquent différentes situations (RE) - Identifier les situations qui nécessitent l'utilisation de stratégies de gestion des émotions (RE, CR, HSP)	- Associer les émotions à des flashcards - Scénarios avec réponses émotionnelles / Régulation des émotions - Dessiner des images de « quand je me sens... » - Jeux de rôle sur les différents sentiments - Thermomètre des sentiments - Discussion et pratique sur la transformation de modèles de pensée négatifs
10	Gérer mes sentiments	Régulation des émotions	- Comprendre que les émotions sont liées au comportement (RE) - Identifier un adulte et/ou un pair à qui parler lorsqu'on subit des sentiments forts (RE, HSP) - Identifier les manières convenables pour exprimer un éventail de sentiments (RE) - Identifier et expliquer la respiration par le ventre comme une technique de détente (RE) - Identifier et expliquer « s'arrêter et nommer votre sentiment » comme une technique de détente (RE)	- Apprendre et pratiquer les stratégies : respiration par le ventre, compter jusqu'à 10, l'agitation contrôlée, objet d'apaisement, chanter - Créer une boîte à outils pour calmer ses émotions - Faire des sauts avec écart et utiliser des stratégies pour calmer ses émotions - Scénarios et jeux de rôle de Régulation des émotions - Associer les stratégies aux scénarios
11	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale; Régulation des émotions	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 8, 9 et 10	- Flashcards de sentiments - Faire passer le sentiment - Dessiner mon sentiment - Scénarios de sentiment - Transformation de modèles de pensée négatifs - Revoir les stratégies pour calmer ses émotions - Associer les stratégies et scénarios



MODULE 4 : LES SENTIMENTS DES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
12	Identifier les sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Nommer et reconnaître les sentiments des autres (HSP) - Utiliser des indices physiques, verbaux et de situation pour déterminer les sentiments des autres (HSP)	- Apprendre les indices situation–corps–mot pour comprendre les sentiments des autres - Charades des émotions - Jeux de rôle ou études de cas pour identifier les émotions et les réponses émotionnelles des autres - Identifications des émotions de personnages dans le cadre d'une histoire
13	Comprendre les sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Réaliser l'importance de comprendre les sentiments des autres (HSP) - Expliquer que, pour la même situation, les sentiments des gens peuvent être différents (HSP) - Prédire ce que les autres peuvent ressentir en fonction de leurs actions, ou de celles de quelqu'un d'autre (HSP)	- Associer des visages aux sentiments - Scénarios pour trouver quelqu'un avec une réponse émotionnelle différente - Identifier les différents sentiments et pourquoi ils surviennent dans les histoires - Jeu de rôle des réponses émotionnelles - Jeu de petits coups de balle avec réponses émotionnelles
14	Répondre aux sentiments des autres	Habiletés sociales positives	- Répondre aux sentiments et perspectives des autres en fonction de leurs expressions faciales et de leurs gestes (HSP) - Démontrer la capacité de voir les choses par la perspective d'un autre (HSP) - Déterminer les réponses respectueuses selon différents scénarios (HSP) - Expliquer le respect de la propriété des autres (HSP)	- Apprendre les 4 sens de l'empathie - Dessiner ou écrire un scénario où l'on utilise l'empathie - Jeux de rôle ou études de cas pour identifier les émotions et les réponses émotionnelles des autres - Définir et pratiquer le changement de perspective
15	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habiletés sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 12, 13 et 14	- Charades des émotions - Bingo de sentiments - Jeu de rôle de sentiments - Faire passer le sentiment - Dessiner les 4 sens de l'empathie - Histoire sur le désaccord et le changement de perspective



MODULE 5 : COMMENT MES ACTIONS AFFECTENT LES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
16	Ce que je dis et fais affecte les autres	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habilités sociales positives	- Comprendre que chaque action entraîne une réaction (FM, RE, HSP) - Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des comportements et actions envers soi ou les autres (FM, RE, HSP) - Identifier les conséquences potentielles, positives ou négatives, des mots sur les autres (FM, RE, HSP) - Comprendre comment leurs actions affectent les adultes qui s'occupent d'eux (FM, HSP)	- Zip-Zap-Zop - Qui suis-je ? Action-réaction - Jeu de rôle de scénarios en incarnant un aidant - Dessiner un réseau d'adultes qui s'occupent d'eux - Accord/désaccord avec les réactions aux scénarios
17	Réagir aux accidents	Habilités sociales positives	- Identifier ce qu'il faut dire lorsqu'ils font quelque chose par accident (HSP, RE) - Expliquer comment s'excuser et admettre un accident (HSP)	- Parler de la définition d'un accident - Histoire sur un accident et ses conséquences - Scénarios et jeux de rôle pour réagir à un accident - Pratiquer comment s'excuser et admettre un accident
18	Construire une communauté scolaire positive	Habilités sociales positives; Persévérance	- Identifier les forces de la famille, des pairs, de l'école et de la communauté (HSP) - Expliquer comment les membres de la famille, les pairs, le personnel scolaire et les membres de la communauté peuvent participer à la réussite de l'école et soutenir une attitude responsable (HSP, P) - Expliquer la capacité à respecter ses droits et ceux des autres (HSP) - Identifier et jouer les rôles et comportements qui participent au bien-être personnel et de la classe (HSP)	- Faire une couverture des forces de la communauté - Dessiner un « écosystème » de la communauté - Faire une carte des services d'assistance disponibles - Marcher en confiance - Jeux de rôle avec différents membres de la communauté - Définir et classer les droits et responsabilités
19	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale, Régulation des émotions, Habilités sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 16, 17 et 18	- Action-réaction - Réactions positives ou négatives - Réactions aux accidents - Scénarios d'accident - Cercle de compliments - Traits de confiance



MODULE 6 : SE FAIRE DES AMIS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
20	Qui est un ami ?	Habiletés sociales positives	- Comprendre l'importance des amitiés et comment elles créent un sentiment d'appartenance et de soutien (HSP) - Identifier un éventail de traits indiquant que quelqu'un est un ami (HSP) - Identifier ses amis (HSP)	- Dessiner des amis - Sélectionner les caractéristiques d'un ami parmi un éventail de caractéristiques - Dessiner une carte d'amitié - Créer des fleurs d'amitié - Raconter une histoire sur des amis improbables
21	Commencer une amitié	Habiletés sociales positives	- Expliquer l'attitude accueillante et chaleureuse (qui peut modifier l'attitude de quelqu'un) (HSP) - Expliquer comment inviter quelqu'un à jouer en réponse à des scénarios (HSP) - Commencer à jouer de manière appropriée (HSP) - Interagir avec les autres lors de jeux (HSP) - Établir et entretenir des amitiés (HSP)	- Discussion pour comprendre que tous les humains ont les mêmes besoins, et qu'il faut donc traiter son prochain comme on aimerait être traité - Jeu de rôle : devenir ami avec un nouvel élève - Pratiquer les habiletés de conversation - Des petits groupes se pratiquent à rejoindre un jeu en cours
22	Préserver des amitiés	Habiletés sociales positives	- Décrire les qualités positives des autres (HSP) - Identifier et expliquer des manières de montrer de la compassion et de l'empathie pour les autres, y compris écouter, aider et parler gentiment (HSP, RE)	- Créer une recette de l'amitié - Jeu de lancer de balle en offrant un compliment - Pratiquer les comportements d'attention, de partage, de pardon et de coopération - Travailler ensemble en identifiant les besoins de l'autre
23	Coopération et travail d'équipe	Habiletés sociales positives	- Expliquer la capacité à travailler avec d'autres (HSP) - Comprendre les différents rôles d'un groupe (HSP) - Expliquer les manières de négocier et d'arriver à un compromis (HSP)	- Garder le ballon en l'air - Nœud humain - Pratique/discussion de groupe avec différents rôles assignés - Jeux de rôle ou pratique en duo sur la négociation et le compromis
24	Harcèlement	Résolution de conflit	- Développer et démontrer des habiletés permettant de reconnaître et de gérer les intimidateurs (RC) - Identifier comment les autres influencent vos comportements et décisions (RC, HSP)	- Pratiquer les stratégies pour dire « non » - Lire à haute voix des histoires sur le harcèlement - Dessiner pour expliquer comment combattre la pression de groupe négative - Créer une « liste anti-intimidateur »
25	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale; Régulation des émotions; Habiletés sociales positives	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 20, 21, 22, 23 et 24	- Dessiner votre ami - Quels sont les traits d'un ami - Fleurs d'amitié - Les 3 C - Cercle de compliments - Amis improbables - Dessiner ensemble - Comportements d'intimidateur - Dessins animés d'influence



MODULE 7 : RÉSOUDRE LES PROBLÈMES AVEC LES AUTRES

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
26	Identifier les problèmes	Résolution de conflit	- Identifier les problèmes et conflits habituellement rencontrés par ses pairs (RC) - Utiliser les mots pour décrire les problèmes présentés dans les scénarios (RC) - Présenter un problème sans mettre personne en cause (RC, HSP)	- Raconter une histoire sur un problème - Scénarios où les enfants identifient des problèmes - Pratique la présentation de problème sans mise en cause - Associer les causes et conséquences en cas de conflits - Déterminer si différents scénarios peuvent engendrer un conflit
27	Générer des solutions	Résolution de conflit	- Identifier les approches pour résoudre les conflits de manière constructive (approche en 3 étapes : s'arrêter, penser, agir) (RC) - Générer des solutions aux problèmes présentés dans les scénarios (RC, P)	- Dessiner des images S'arrêter–penser–agir - S'arrêter pendant une danse - Brainstorming d'alternatives au conflit - Développer des plans d'action en cas de problème
28	Mettre en pratique des comportements de résolution de conflit	Résolution de conflit	- Identifier les habiletés utilisées dans la résolution de conflit (RC) - S'excuser et proposer de réparer les torts (RC, HSP) - Appliquer les étapes de résolution de problème aux conflits entre pairs (RC, P) - Définir et différencier le partage, l'échange et le jeu à tour de rôle en tant que solutions équitables lorsque deux enfants veulent jouer avec la même chose (RC, HSP)	- Penser des solutions gagnant-gagnant et partager avec un partenaire - Tiré d'un chapeau – définir les problèmes et sélectionner des alternatives - Pratiquer S'arrêter–penser–agir dans des jeux de rôle - Pratiquer regarder et écouter - Pratiquer les affirmations en « Je »
29	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale; Régulation des émotions; Habiletés sociales positives; Résolution de conflit	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 26, 27 et 28	- Les 5 W - Jeu des reproches - S'arrêter–penser–agir - Scénarios de conflit - Regarder et écouter - Jeu de rôle de résolution de conflit



MODULE 8 : PARVENIR À SES OBJECTIFS

Semaine	Sujet	Compétences	Objectifs : les enfants doivent être capable de...	Exemples d'activités
30	Identité de soi positive	Régulation des émotions; Persévérance	• Développer un sentiment d'appartenance (RE) • Se décrire avec plusieurs caractéristiques de base (P) • Montrer de l'enthousiasme et de la curiosité en tant qu'élève (P) • Se définir en tant qu'apprenant (P) • Afficher de l'optimisme et un sentiment de soi positif (P)	• Dessiner une image de soi avec des caractéristiques • Jouer aux lancer de la balle avec compliments • Accord/désaccord avec les traits de l'apprenant • Brainstorming et associer les forces et faiblesses
31	Définir les objectifs personnels et académiques	Persévérance	• Décrire pourquoi l'apprentissage est important pour que les enfants parviennent à leurs objectifs personnels (P) • Définir les objectifs personnels et académiques (P)	• Raconter une histoire sur l'établissement d'objectifs • Prétendre ce que vous voulez être • Définir les objectifs académiques individuels • « Drame gelé » sur les étapes pour atteindre les objectifs. • Dessiner des images sur la réussite d'objectifs
32	Atteindre vos objectifs et réflexion sur soi	Persévérance	• Identifier les stratégies pour atteindre les objectifs (P) • Diviser les objectifs en étapes gérables (P) • Suivre les étapes pour remplir les objectifs personnels et académiques (P) • Réfléchir sur les stratégies utilisées pour atteindre les objectifs (P) • Faire preuve de persévérance en tant qu'apprenant (P)	• Remplir un Plan de réalisation d'objectif • Créer une « Recette pour la réussite » • Développer des plans pour atteindre des objectifs • Activités autour de « ce que vous voulez être en grandissant » • Penser et Partager avec un Partenaire dans le cadre d'un objectif à atteindre
33	Semaine de révision et d'évaluation	Fortification mentale; Régulation des émotions; Habilités sociales positives; Résolution de conflit Persévérance	Maîtriser tous les objectifs d'apprentissage des semaines 30, 31 et 32	• Qui suis-je ? • Forces et faiblesses • Fixer un objectif • Drame gelé du futur • Recette d'objectif • PRO





5

Polycopié 5 : Course au trésor des Objectifs et séquences

1. Combien de modules le programme comporte-t-il ?

.....

.....

2. Combien de semaines le module 4 dure-t-il ?

.....

.....

3. En combien de semaines les enfants apprennent-ils les habiletés sociales positives ?

.....

.....

4. Quelles compétences sont travaillées au cours de la semaine 30 ?

.....

.....

5. Quel est le résultat d'apprentissage d'un enfant dans la première semaine du module 5 ?

.....

.....

6. Quelle activité pouvez-vous enseigner aux enfants dans la semaine 8 ?

.....

.....

7. Quel est le sujet de la deuxième semaine du Module 6 ?

.....

.....

8. Au cours de quelle semaine les enfants apprennent-ils à identifier les problèmes et conflits habituellement rencontrés par leurs pairs ?

.....

.....

9. Quelle semaine et compétence correspondent à l'activité de définir les objectifs académiques individuels ?

.....

.....

10. Au cours de quelle(s) semaine(s) les enfants revoient-ils l'ensemble de ce qu'ils ont appris ?

.....

.....



* Remarque : pour toutes les activités d'Esprit présent, lisez les scripts suivants d'une voix lente, calme et apaisante.

1. Contracter et relâcher – chaleur

DITES > Vous allez maintenant passer une minute assis en silence.

DITES > Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel. Inspirez profondément. Expirez lentement et laissez-vous relaxer. Resserrez vos orteils, et relâchez-les en ressentant la chaleur partir de vos orteils. Contractez les muscles de vos jambes et de vos genoux, et relâchez-les, puis sentez la chaleur partir de vos jambes. Contractez vos fesses et laissez la chaleur chauffer votre chaise alors que vous vous relâchez. Contractez les muscles de votre ventre, et relâchez-les en sentant la chaleur irradier de vous. Sentez votre poitrine se contracter, puis se relâcher en libérant la chaleur. Haussez vos épaules jusqu'à vos oreilles, puis relaxez vos épaules jusqu'à votre dos en sentant la chaleur s'échapper. Contractez vos bras, et relâchez-les en laissant la chaleur s'échapper du bout de vos doigts. Sentez la chaleur monter jusqu'à votre cou et envelopper votre tête. Sentez la chaleur et la détente de votre corps.

FAIRE > Laissez les enfants assis en silence pendant 30 secondes ou aussi longtemps qu'ils sont à l'aise.

DITES > Maintenant, ramenez votre attention à la classe. Bougez vos doigts et vos orteils. Faites des petits cercles avec vos poignets. Allongez vos bras vers le ciel et secouez-les. Si vous avez les yeux fermés, ouvrez-les doucement.

2. Se concentrer sur la lumière

DITES > Vous allez maintenant prendre une minute pour visualiser, assis en silence. Si cela vous convient, vous pouvez fermer les yeux.

DITES > Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel. Respirez par le nez, en sentant votre souffle relaxer votre corps. Imaginez que vous voyez une lumière devant vos yeux. Amenez cette lumière sur votre front. Laissez la lumière entrer dans votre tête, la laissant remplir votre tête d'une lumière vive et chaude. Où cette vive lumière existe, il ne peut pas y avoir d'obscurité. Seules les pensées positives peuvent exister. Sentez comme la lumière repousse toutes les mauvaises pensées. Seules les pensées positives restent dans votre esprit. Regardez la lumière se déplacer vers vos oreilles, pour que vous ne puissiez plus qu'entendre des bonnes choses. Regardez la lumière se déplacer dans votre mâchoire et votre bouche. Laissez-vous ne prononcer que des mots positifs. Laissez la lumière se déplacer le long de votre cou et de vos épaules, jusqu'à votre cœur. Laissez votre cœur se remplir de cette lumière, pour que vous ne puissiez ressentir que de bons sentiments. Ressentez la lumière briller depuis votre cœur, et inondez tout le monde et toutes les choses qui vous entourent de bons sentiments. Sentez comme l'ensemble de votre corps est rempli de lumière, et comme vous brillez de bonnes pensées et de bons sentiments. Pensez « La lumière est en moi, je suis la lumière. Je fais briller la lumière sur tout le monde et toutes les choses qui m'entourent. »

FAIRE > Accorder quelques secondes de silence aux enfants.

DITES > Commencez à vous ramener vers le présent. Concentrez-vous sur votre respiration : inspirez et expirez lentement. Bougez vos doigts et vos orteils. Quand vous serez prêts, ouvrez les yeux si vous les aviez fermés.



3. La conscience sensorielle

ADAPTATION > *S'il y a un espace adéquat, si le sol est propre, si cela est approprié culturellement et si cela ne dérange pas les enfants, invitez-les tous à s'allonger sur leurs dos en relaxant l'ensemble de leurs corps.*

DITES > *Fermez les yeux et commencez à ralentir votre respiration. Nous allons apaiser nos esprits et nos corps, et être attentif à nos sens pendant le temps de silence. Commencez à relaxer l'ensemble de votre corps.*

FAIRE > *Donnez la consigne aux enfants de pratiquer la respiration par le ventre pour apaiser leur respiration.*

DITES > *(très lentement, en marquant des pauses) :*

- *Remarquez les sentiments dans votre corps,*
- *les sons que vous entendez,*
- *les parfums que vous sentez,*
- *le goût dans votre bouche*
- *les couleurs que vous voyez derrière vos yeux fermés.*

DITES > *continuez d'être attentif à vos sentiments, aux sons, aux parfums, aux goûts et aux images que vous sentez alors que vous êtes silencieux et calme. Soyez attentifs à ces sentiments et laissez-les tranquilles. N'essayez pas de les changer. Soyez à l'aise avec vos sens.*

FAIRE > *Accordez une minute de silence aux enfants pour observer leurs sens.*

DITES > *Commencez à vous ramener vers le présent. Concentrez-vous sur votre respiration : inspirez et expirez lentement. Bougez vos doigts et vos orteils. Quand vous serez prêts, ouvrez les yeux si vous les aviez fermés.*

DEMANDER > *Qu'avez-vous ressenti alors que vous étiez silencieux, les yeux fermés ? Qu'avez-vous entendu ? Qu'avez-vous senti ? Qu'avez-vous goûté ? Qu'avez-vous vu ?*

4. Expirer le mal

DITES > *Vous pouvez choisir de fermer les yeux ou de les garder ouverts, mais en étant relaxé. Nous allons expirer tout le mal de nos corps, ensemble. Prenez une grande inspiration, lentement, par votre nez, comme si vous sentiez une fleur et que vous vouliez que son parfum reste aussi longtemps que possible. Expirez profondément et lentement par votre bouche. Pour notre prochaine expiration, toutes les mauvaises choses vont se rassembler aux bouts de vos doigts, dans vos bras, pieds, jambes et dans votre tête et votre cou, et venir s'amasser dans votre ventre, le gonflant avec votre souffle. Expirez vigoureusement, pour entendre votre soupir partir. Sentez les mauvaises choses monter à partir de votre ventre et quitter votre corps. Encore deux respirations comme celle-ci, inspirant toutes les mauvaises choses ensemble, et expirant toutes les mauvaises choses. Inspirez doucement, en comptant et en ressentant que les dernières mauvaises choses sont prises par votre respiration. Puis, expirez pour entendre votre soupir, alors que toutes les mauvaises choses quittent votre corps. Et maintenant, inspirez et expirez doucement, 2 fois, en ressentant la différence dans votre corps, où seules les bonnes choses restent.*

FAIRE > *Marquez une pause de quelques secondes pour permettre aux enfants de respirer 2 ou 3 fois.*

DITES > *Ramenez maintenant votre conscience vers votre corps.*



5. S'asseoir en silence

DITES > Redressez-vous sur vos sièges, comme si vous étiez une girafe tendant son cou pour aller chercher des feuilles. L'intention du jour d'aujourd'hui est :

ADAPTATION > S'il n'y a pas de girafe dans votre contexte, changez l'analogie pour que les enfants puissent la comprendre. Exemple : essayez de vous grandir pour faire comme si votre tête allait toucher le ciel.

FAIRE > Répétez l'intention du jour une ou deux fois supplémentaires.

DEMANDER > Qu'est-ce que l'intention du jour signifie pour vous aujourd'hui ?

FAIRE > Demandez à 2 ou 3 enfants qui lèvent la main de partager ce que l'intention du jour signifie pour eux.

DITES > Vous allez maintenant passer une minute assis en silence.

DITES > Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel. Respirez calmement. Continuez de respirer lentement pendant une minute. Si cela vous convient, vous pouvez fermer les yeux et penser à l'intention du jour.

FAIRE > Laissez les enfants rester assis en silence pendant 30 secondes à une minute, selon leur capacité à rester tranquilles.

6. Secouer Tout

DITES > D'abord, secouons nos bras. Secouez vos mains, vos poignets, vos bras et vos coudes, jusqu'aux épaules. Sentez comme si tout ce qui est dans votre esprit sort par le bout de vos doigts.

FAIRE > Secouez vos bras et encouragez tous les enfants à secouer leurs bras.

DITES > Et maintenant, secouons nos jambes. Secouez vos pieds, chevilles, mollets, genoux et cuisses, jusqu'à vos hanches. Sentez comme si votre trajet vers l'école sortait de vos orteils.

FAIRE > Secouez vos jambes et encouragez tous les enfants à secouer leurs jambes.

DITES > Maintenant, rassemblons tout cela et secouons tout. Secouez vos bras, vos jambes, votre tête et vos hanches. Secouez tout votre corps et laissez tout partir.

FAIRE > Montrez comment secouer tout votre corps et encouragez les enfants à secouer tout leur corps.

DITES > Et maintenant, restez parfaitement immobiles. Tenez-vous droit comme un arbre. Gardez votre corps entièrement immobile. Tirez le sommet de votre tête vers le haut, comme des feuilles cherchant le soleil. Grandissez-vous encore un peu.

ADAPTATION > S'il n'y a pas d'arbres dans votre contexte, changez l'analogie pour que les enfants puissent la comprendre. Exemple : essayez de vous grandir pour faire comme si votre tête allait toucher le ciel, comme une girafe allant chercher de la nourriture.



7 Polycopié 7 : Erreurs dans le plan de session d'ASÉ

Semaine 5, leçon 2

Nous maîtriser nous-mêmes

Compétence : Résolution de conflit

Sujet : Contrôle des impulsions

Plan de session d'ASÉ : 2 heures

1 Ouverture du parachute	5 minutes	P. 166
2 Jeux d'ASÉ	30 minutes	Professeur Dit (15 minutes)... p. 21 dans la Banque d'activités d'ASÉ Dire quelque chose de gentil (15 minutes)... p. 83 dans la Banque d'activités d'ASÉ
3 Leçon d'ASÉ	60 minutes	Nous maîtriser nous-mêmes



Ouverture du parachute

OBJECTIFS

À la fin de cette activité, les enfants seront en mesure de :

- Être calmes et prêts à se concentrer sur la leçon d'ASÉ.
- Comprendre la routine de l'ouverture du parachute au début de chaque session d'ASÉ.

MESSAGE CLÉ

Débuter chaque session d'ASÉ avec l'ouverture du parachute permet d'établir une routine favorisant un environnement sûr, prévisible et encourageant, ce qui les aide à se préparer aux activités d'ASÉ qui vont suivre.

Étapes à suivre

Activité : Ouverture du parachute | **Durée :** 15 minutes | **Composition :** groupe entier

1. Tous les enfants se mettent en cercle.
2. Donnez les consignes de l'activité d'**ouverture du parachute** aux enfants.



3. DITES >

- *Au milieu du cercle, il y a un parachute plié imaginaire. Savez-vous ce qu'est un parachute ?*
- *Ce parachute est notre « Espace Sûr ». Quoiqu'il arrive lorsque le parachute est ouvert, ceci restera confidentiel. Cela veut dire que ça reste dans notre espace sûr. Nous ne jugeons personne, et nous ne nous moquons de personne dans notre espace sûr. C'est l'endroit où tout le monde peut librement ressentir ses émotions et participer.*
- *Comme le parachute est plié, nous devons l'ouvrir. Venez au centre, et rapprochez-vous les uns des autres. Tout le monde doit prendre un coin et l'ouvrir dans un grand cercle.*
- *Chacun va faire comme s'il avait un triangle avec une couleur différente. Cette couleur représente comment vous vous sentez aujourd'hui. Réfléchissez un instant à la couleur que vous avez. Nous allons maintenant partager nos couleurs, tour à tour.*

ASTUCE > S'ILS ne savent pas ce qu'est un parachute, expliquez-le avec un dessin, ou dites que c'est comme un grand parapluie.

4. Dites votre couleur, puis laissez les autres parler de leur couleur.



5. **DITES >** *Le parachute est toujours là, dans notre EBA. Rappelez-vous que le parachute est un espace sûr, où tout est confidentiel et où chacun peut librement ressentir ses émotions et participer. À la fin de la session d'ASÉ, il sera fermé.*



Jeux d'ASÉ

1. Professeur Dit (15 minutes)... p. 21 dans la Banque d'activités d'ASÉ
2. Dire quelque chose de gentil (15 minutes)... p. 83 dans la Banque d'activités d'ASÉ

Leçon d'ASÉ : Nous maîtriser nous-mêmes

Résumé de la leçon

Compétence : Résolution de conflit | **Sujet :** Contrôle des impulsions | **Niveau :** 12–15 ans | **Durée :** 30 minutes
Module : 2 | **Semaine :** 5 | **Leçon :** 2

OBJECTIFS DE FORMATION

À la fin de cette leçon, les enfants doivent être capable de :

- Comprendre quand ils doivent contrôler leurs impulsions.
- Expliquer la capacité à former un rang et un cercle sans faire de bruit, en tant que groupe

RESSOURCES REQUISES

Aucune

PRÉPARATION REQUISE

Déterminer un prix pour le gagnant de la compétition de mise en rang, en fonction des disponibilités, du genre et de l'âge.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ

- Au cours d'une crise, et après, il est particulièrement difficile pour les enfants de contrôler leurs impulsions. Faites attention aux enfants qui ont du mal à rester tranquilles. Travaillez avec ces enfants après les heures de classe ou pendant que les autres enfants effectuent un travail individuel. Encouragez ces enfants

à apprendre les techniques de respiration par le ventre, ainsi que d'autres techniques pour les aider à se calmer. Vous pouvez devoir travailler avec eux après la classe, et être préparé à les envoyer vers un service approprié, si nécessaire.

- Il est possible qu'il ne soit pas décent de mettre en rang les filles et les garçons ensemble. Si tel est le cas, séparez les groupes par genre.
- Si les lignes et les cercles ne sont pas des formes utilisées en classe dans votre société, remplacez-les par des configurations de classe pertinentes.

APERÇU DE LA LEÇON

Le facilitateur commence en partageant son intention du jour, et les enfants réfléchissent sur ce que ceci implique pour eux, avant l'activité d'Esprit présent. Le facilitateur entame ensuite une discussion sur les lignes et les formes de salle de classe. Les enfants participent ensuite à la compétition de mise en rang et pratiquent la communication sans parole. Le facilitateur termine la classe en revenant sur l'intention du jour.



Étapes à suivre

Présentation

Activité : Discussion sur les rangs et cercles | **Durée** : 25 minutes | **Composition** : groupe entier

1. Expliquer que, en classe, ces configurations/formations sont habituelles. Par exemple, nous ne sommes pas seulement assis en classe, nous sommes également assis en rangs.

2. Demander d'autres exemples de formes réalisées en classe.

Exemples de réponses : lignes, cercles, aucune forme lors de jeux.

3. Une fois ces réponses fournies, répétez les bonnes réponses.

4. Expliquez que ces différentes configurations/formations sont utilisées à différents moments de la classe.

5. Demander aux enfants à quel moment il faut former un rang en classe.

Exemples de réponses : pour aller d'un endroit à un autre, pour attendre la nourriture, pour aller aux toilettes, etc.

6. Demander aux enfants à quel moment il faut former un rang en classe.

Exemples de réponses : lorsqu'on fait des activités de groupe, lorsque nous partageons, pour lire à la classe, etc.

7. Expliquez le lien avec la dernière session, au cours de laquelle les enfants ont appris à contrôler leurs impulsions. Expliquez qu'ils vont apprendre, aujourd'hui, à se mettre en rang ou en cercle en tant que groupe.

8. Expliquer que rester immobile en ligne ou en cercle fait partie du contrôle des impulsions et de nous-même, car nous devons contrôler nos impulsions pour ne pas sortir de la ligne ou pour ne pas faire autre chose.



Échauffement

Activité : Dessiner dans votre tête | Durée : 5 minutes | Composition : individuel

1. Demander aux enfants de se redresser sur leurs chaises et de se préparer pour l'activité d'Esprit présent.



2. **DITES >** *L'intention d'aujourd'hui est : **contrôler la participation de la classe.***

3. Répéter l'intention du jour doucement.



4. **DEMANDEZ >** *Qu'est-ce que l'intention du jour signifie pour vous aujourd'hui ?*



5. **DITES >**

- *Allongez votre dos de plus en plus haut, en tendant votre tête vers le ciel. Respirez calmement. Continuez de respirer doucement pendant une minute.*
- *Si cela vous convient, vous pouvez fermer les yeux. Les yeux fermés, en restant immobile, imaginez un cercle qui se dessine devant vous.*
- *Concentrez votre attention sur ce cercle, et gardez-le immobile devant vous. Lorsque vous commencez à penser à quelque chose d'autre, rappelez-vous doucement de revenir à visualiser votre cercle, devant vous.*

6. Laisser les enfants rester assis en silence pendant 30 secondes à une minute, selon leur capacité à rester tranquilles.

7. Calmement et doucement, ramener l'attention des enfants à la classe.

Pratique

Activité : compétition de mise en rang | Composition : petits groupes

1. Expliquez les règles de la compétition. Chaque groupe aura la tâche de s'aligner, par ordre de taille. Pour gagner, le groupe doit être entièrement silencieux et immobile, et tous les membres doivent lever la main. Le premier tour est un tour de pratique.
2. Demander à un volontaire de montrer à la classe comment être debout en silence et immobile.
3. Diviser la classe en 3 groupes.

CONSEIL DE SENSIBILITÉ

> S'il n'est pas approprié de mélanger les groupes par genre, car la mise en rang pourrait provoquer des contacts corporels inappropriés, séparez par genre. Assurez-vous également que la compétition de mise en rang prend toutes les aptitudes physiques en compte. Ajustez si nécessaire.



4. Commencer le tour de pratique en donnant la consigne de s'aligner par ordre de taille dans les groupes. Dire « Allez ! » pour commencer l'activité. Vous pouvez également utiliser une manière amusante et culturellement pertinente.
5. Vérifier que tous les groupes ayant fini sont effectivement par ordre de taille.
6. Lors du tour suivant, les enfants doivent travailler au sein du même pour s'aligner par anniversaire, par longueur de cheveux ou par taille de chaussures (selon les circonstances). Dites-leur que, cette fois, ils ne doivent ni parler, ni courir pour se mettre en rang, et qu'ils doivent donc trouver un autre moyen de communiquer. Le groupe qui remporte ce tour obtient un prix. Déterminer ce prix en fonction des disponibilités, et en fonction du contexte, du genre et de l'âge.
7. Demander aux enfants de partager des idées sur comment communiquer sans parler. Ces idées devraient comprendre les gestes de la main, les expressions du visage, etc.
8. Commencer ce tour en disant « Allez ! » ou en utilisant une manière amusante et culturellement pertinente.
9. Demander à chaque membre du groupe, dans l'ordre du rang, de dire leur anniversaire, ou de mesurer leurs cheveux ou encore leurs pieds, afin de vous assurer que le rang est dans le bon ordre.
10. Si vous avez le temps, mélangez les groupes et faites-les se mettre en rang ou en cercle le plus rapidement possible, en silence.



Polycopié 8 : Caractéristiques et besoins des tranches d'âge

	6-8 ans	9-11 ans	12-15 ans
Caractéristiques	• Forte énergie • Faible force musculaire • Grande souplesse des articulations • Faible conscience de son corps • Refuse souvent d'obéir • Agitation • Malice • Différences minimales entre garçons et filles	• Croissance physique rapide • Augmentation du poids • Moins d'énergie • Nouveaux mouvements facilement appris • Plus grande précision de mouvement • Meilleur équilibre • Meilleure perception de son corps • Premices du raisonnement logique • Recherche l'équité • Découvre et apprend les règles • Premices d'un esprit de compétition • Premices de discrimination garçon-fille	• Transformation du corps, apparition des caractéristiques sexuelles primaires et secondaires, avec une gêne potentielle vis-à-vis de ces nouveaux attributs ou de quoi que ce soit qui affecte le corps • Changements hormonaux significatifs conduisant à des changements d'humeur brutaux, parfois incompatibles avec les gens autour • Ajustements de la perception du corps, avec plus d'instabilité et d'impulsivité. Ceci peut parfois engendrer une mauvaise coordination • Différences physiques entre les garçons, qui sont plus musclés et plus forts, et qui possèdent de meilleures habiletés motrices, et les filles, dont le corps change de manière plus évidente, et qui ont tendance à devenir moins agiles • Personnalité qui s'affirme • Développement de l'esprit critique, meilleure capacité à analyser, tendance à ne pas vouloir avoir tort ou être la risée des autres, se moque des autres pour trahir un embarras • Confrontation, opposition au monde des adultes (famille, école, autres figures d'autorité) • Humeurs fluctuantes, passant de l'enthousiasme à la déprime, exagération des émotions, humeurs changeantes, susceptibilité, voire agressivité • Développement d'idéaux sociaux • Plus grande maturité psychologique chez les filles, mais moins de motivation à bouger, en partie dû aux transformations du corps



	6-8 ans	9-11 ans	12-15 ans
Besoins	• Beaucoup de mouvement et peu de position assise • Espace et temps structurés • Possibilité d'apprendre librement sans de nombreuses règles et contraintes • Activités variées et courtes • Compliments et encouragements pour améliorer l'estime de soi • Relations avec les autres pendant les jeux • Imitation des adultes	• jeu et travail en groupes homogènes • Respect des règles • Équité et sportivité dans les jeux • Jeux de grande qualité, avec des mouvements et des variations sans être trop techniques	• Reconnaissance par les pairs et le monde des adultes • Appartenance à un groupe d'amis. Quête de guides et de modèles potentiels • Confiance de la part des adultes et se voir confier des responsabilités conduisant à plus d'autonomie • Importance de la vie en communauté, de la culture, des sports et des activités. • Recherche du sens des choses et d'objectifs dans leurs vies • Faire du sport pour développement global et harmonieux d'un corps en transformation • Les garçons en particulier : motivés par les défis et la compétition, ainsi que par la confrontation saine avec les autres • Les filles en particulier : motivation douce, pas de besoin pressant de bouger, potentiellement embarrassées par leurs corps

Source: Adapté à partir de: 'Terre des Hommes, Working with Children and their Environment' Training Manual for Psychosocial Skills (2011)



Nom :

Affiliation :

Rôle/Intitulé du poste :

Consignes : veuillez noter la personne qui présente sur les catégories suivantes, sur une échelle de 1 à 5.

1 = très mauvais, 2 = mauvais, 3 = passable, 4 = bon, 5 = très bon

- 1.** Structure de la présentation
(introduction/activité/conclusion)

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

- 4.** Consignes précises sur le sujet

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

- 2.** Modeler les habiletés sociales et émotionnelles

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

- 5.** Pertinence des activités pour les enfants

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

- 3.** Observer les enfants et leur répondre

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....
.....

- 6.** Sensibilité aux contextes et expériences des enfants

1 2 3 4 5

Commentaires :

.....
.....

- 7.** Autres commentaires :

.....



Nom :

Affiliation :

Rôle/Intitulé du poste :

Consignes : répondre de votre mieux aux questions suivantes.

1. Définir l'Apprentissage socio-émotionnel tel que défini dans la formation. (3 points)

.....

2. Associer chaque compétence d'Apprentissage socio-émotionnel avec l'exemple d'habileté correspondant. (5 points)

Compétence

Exemples d'habiletés

1. Fortification mentale

.....

2. Régulation des émotions

.....

3. Habiletés sociales positives

.....

4. Résolution de conflit

.....

5. Persévérance

.....

a. Reconnaître et accepter les sentiments des autres, développer de l'empathie, comprendre la dynamique de groupe.

b. Appliquer des habiletés de prise de décision, développer un comportement axé sur l'établissement d'objectif, développer une identité de soi positive.

c. Habiletés d'écoute, capacité de focaliser l'attention et de suivre des consignes, organiser des étapes et des informations de manière logique, et utiliser notre mémoire vive.

d. Identifier des problèmes, trouver des solutions aux conflits, enseigner des stratégies de résolution de conflit.

e. Identifier des sentiments, prédire des sentiments, pratiquer des stratégies pour gérer des émotions, comme la respiration par le ventre et le comptage.



3. Associer les habileté ci-dessous dans la colonne de gauche à une activité appropriée dans la colonne de droite. (5 points)

Habileté

1. Développer des habiletés d'écoute
.....
2. Gérer leurs propres émotions
.....
3. Créer des relations entre pairs positives en classe
.....
4. Éviter ou résoudre les conflits en classe
.....
5. Fixer et atteindre des objectifs de classe
.....

Activité

- a. « Faites ce que je dis, pas ce que je fais »/« Professeur Dit », Écoute en duo.
- b. Développer un plan d'action pour atteindre des objectifs décomposés en étapes.
- c. Dessiner des images « S'arrêter, penser, agir ».
- d. Identifier les sentiments des autres dans des histoires, dessiner les caractéristiques d'amis.
- e. Associer les émotions à des visages, scénarios pour pratiquer les tactiques de régulation des émotions.

4. Veuillez choisir la bonne réponse, ci-dessous, sur la manière de gérer le scénario suivant dans votre classe. (4 points)

Votre classe travaille sur un projet artistique individuel. Tout le monde est assis, dessinant un moment où chacun a résolu un conflit. L'un de vos enfants reste debout et marche dans la salle. Vous demandez à l'enfant de s'asseoir, mais celui-ci continue de marcher. L'enfant prend le marqueur sur une autre table, où d'autres enfants dessinent.

1. Donner une tâche pertinente à l'enfant (distribuer des marqueurs, récupérer les dessins, etc.).
2. Demander à l'enfant pourquoi il/elle ne participe pas. Écouter son raisonnement et valider ses sentiments. Développer une solution appropriée.
3. Demander à l'enfant de rendre le marqueur. Lui expliquer pourquoi marcher ainsi distrait les autres enfants. Demander à l'enfant de vous parler d'un moment où il/elle a résolu un conflit.
4. Toutes ces réponses.
5. Aucune des options ci-dessus



5. Répondre par « vrai » ou « faux » aux phrases suivantes. Veuillez expliquer, dans la ligne sous la phrase, pourquoi vous avez sélectionné « vrai » ou « faux ». (9 points au total)

- a. L'Apprentissage socio-émotionnel n'est enseigné qu'en salle de classe. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- b. Pour qu'il soit le plus efficace, un facilitateur doit modeler les habiletés sociales et émotionnelles. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- c. Au cours d'une leçon d'Apprentissage socio-émotionnel, le facilitateur doit s'en tenir au plan de la leçon, quoi que les enfants fassent. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- d. Les enfants doivent totalement maîtriser une compétence avant de passer à la suivante. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- e. L'Apprentissage socio-émotionnel doit être enseigné de manière active, adaptées aux enfants, tout en étant centrée sur l'apprenant. (1 point)

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....

- f. L'Apprentissage socio-émotionnel concerne exclusivement les enfants. 1 point

VRAI

FAUX

Raison (1/2 point) :

.....

.....



Veillez répondre de votre mieux aux questions suivantes.

1. Dans quelle mesure la formation vous a-t-elle préparé à enseigner l'ASÉ, sur une échelle de 1 à 5 ? (1 = pas du tout, 2 = très peu, 3 = assez, 4 = bien, 5 = très bien)

1 2 3 4 5

2. Pourquoi ou pourquoi pas ?

.....
.....

3. Quelle a été la partie de la formation que vous avez préférée ? Pourquoi ?

.....
.....

4. Quelle a été la partie de la formation que vous avez le **moins** appréciée ? Pourquoi ?

.....
.....

5. Qu'avez-vous appris qui va le mieux vous aider à appliquer l'ASÉ ?

.....
.....

6. Que pensez-vous devoir encore apprendre pour appliquer l'ASÉ ?

.....
.....

7. Quel genre de support supplémentaire sur l'Apprentissage socio-émotionnel pourrait vous être utile ? *Par exemple : plus de formation au début, formation sur le terrain, groupes d'apprentissage avec soutien des pairs*

.....
.....

8. Qu'avez-vous aimé à propos de la stratégie d'animation ? Pourquoi ?

.....
.....

9. Que n'avez-vous **pas** aimé à propos de la stratégie d'animation ? Pourquoi pas ?

.....
.....

10. Avez-vous d'autres commentaires sur la formation ?

.....
.....



COMPÉTENCES

La connaissance, les habiletés et les attitudes développées progressivement, sur une longue période de temps, depuis la petite enfance jusqu'à l'école primaire, au collège/lycée, et au-delà de l'éducation formelle.

OBJECTIF

L'objectif que la session de formation ou le plan de leçon doit atteindre.

OBJECTIFS ET SÉQUENCES D'ASÉ

Objectifs et séquences d'ASÉ désigne un plan détaillé de ce qu'il faut enseigner, comment l'enseigner et dans quel ordre au cours des 9 mois d'Intervention pour l'ASÉ.

COMPÉTENCES D'ASÉ

L'Intervention pour l'ASÉ vise à renforcer 5 compétences d'ASÉ :

- 1. Fortification mentale** : l'ensemble des habiletés qui nous aident à nous concentrer, nous rappeler des consignes et des concepts, gérer nos impulsions, réussir à jongler entre plusieurs tâches et à organiser des étapes ainsi que des informations de manière logique.
- 2. Régulation des émotions** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de comprendre nos propres émotions et de gérer notre sensibilité de manière positive.
- 3. Habiletés sociales positives** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de nouer des relations les uns envers les autres, en comprenant le comportement des autres, et en y répondant d'une façon qui réduit les conflits et promeut des interactions sociales positives des interactions sociales positives.

- 4. Résolution de conflit** : l'ensemble des habiletés qui nous aident à régler les problèmes et les conflits de manière positive lorsqu'ils se présentent.

- 5. Persévérance** : l'ensemble des habiletés qui nous permettent de surmonter les défis et de continuer à travailler à atteindre un objectif réaliste.

APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNEL (ASÉ)

L'ASÉ se compose des processus permettant aux enfants et aux adultes d'acquérir et d'appliquer efficacement les connaissances, attitudes et compétences nécessaires pour comprendre et gérer ses émotions, se fixer et atteindre des objectifs positifs, éprouver de l'empathie et en faire preuve envers les autres, établir et préserver des relations positives et prendre des décisions responsables.

HABILETÉS D'ASÉ

Les capacités et habiletés spécifiques qui constituent une ou plusieurs compétences d'ASÉ.

STRESS TOXIQUE

La réponse de Stress toxique peut survenir lorsqu'un enfant subit une adversité forte, fréquente et/ou prolongée (maltraitance physique ou émotionnelle, négligence chronique, abus de substances ou maladie mentale de l'aidant, exposition à la violence ou les fardeaux accumulés des difficultés économiques de la famille) sans le soutien adéquat d'adulte(s). Ce type d'activation prolongée des systèmes de réponse au stress peut perturber le développement de l'architecture du cerveau et d'autres organes, et augmenter le risque de maladie et de trouble cognitif liés au stress, et cela peut continuer loin dans l'âge adulte.⁸

8. Stress toxique. (pas de date), tiré de <http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/toxic-stress/>

