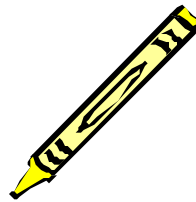


LES GÉNIES-JEUX

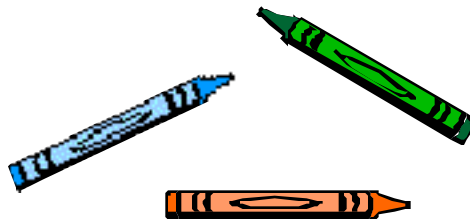
Activités de développement de l'estime de soi



Élèves du primaire



GUIDE D'ANIMATION À L'INTENTION DES ENSEIGNANTS



proposé par



**L'ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTÉ MENTALE**
FILIALE
CHAUDIÈRE-APPALACHES

5935, St-Georges, bureau 310
Lévis (Québec) G6V 4K8
Tél. : (418) 835-5920
Télec. : (418) 835-1850
Courriel : info@acsm-ca.qc.ca
Site : www.acsm-ca.qc.ca

INFORMATIONS

L'Association Canadienne pour la Santé Mentale de Chaudière-Appalaches est un organisme sans but lucratif qui se préoccupe du bien-être émotionnel de la personne. Reconnue et accréditée par la Régie régionale de la santé et des services sociaux, elle poursuit des objectifs de promotion de la santé mentale et de prévention des maladies.

Intervenir tôt dans la vie d'un individu, en encourageant les comportements positifs, c'est augmenter ses chances de développer des attitudes favorables à une bonne santé mentale. Avoir une bonne estime de soi constitue une base solide pour le développement de la personnalité d'un enfant. C'est pourquoi nous sollicitons votre précieuse collaboration pour réaliser quelques activités de développement de l'estime de soi avec les élèves de votre classe.

Objectif général :

- Développer l'estime de soi chez l'enfant.

Objectifs spécifiques :

- Susciter les échanges et discussions sur l'estime de soi entre enseignants / élèves / parents
- Développer le respect des différences

Moyens utilisés :

- Dessins
- Exercices d'écriture
- Jeux divers
- Compréhension de texte
- Discussions

Le genre masculin est utilisé dans le seul but d'alléger le texte et ne comporte aucune forme de discrimination.

INSTRUCTIONS

Ce guide contient :

- 3 feuilles d'activités à photocopier
- 1 solutionnaire
- 1 questionnaire d'évaluation

1. Photocopier les feuilles d'activités (pages 5, 6 et 7). Les remettre à chaque élève en lui demandant de faire chacune des activités proposées.
2. À l'aide du solutionnaire, revoir avec les élèves chaque activité en portant une attention particulière à la définition de l'estime de soi et au respect des différences.
3. Demander aux élèves d'apporter les feuilles d'activités à la maison et de les montrer à leurs parents.

Le questionnaire d'évaluation sert de guide pour évaluer la pertinence de cette activité.

Bonnes activités !

LE SOLUTIONNAIRE

Activité 1: Colorie François et Annie.

Les élèves complètent leur propre dessin selon le code de couleur proposé.

Définition de l'estime de soi :

C'est la valeur que l'on s'accorde à soi-même. C'est le sentiment que nous avons concernant ce que nous croyons être. C'est avoir le sentiment que nous sommes aimé, que nous sommes à la hauteur et que nous sommes uniques.

Avoir une bonne estime de soi signifie :

- avoir une bonne opinion de soi-même
- avoir une idée de sa propre valeur
- avoir une attitude positive
- être la plupart du temps satisfait de soi-même
- se fixer des objectifs réalistes

Activité 2 : Mots entrecroisés

- | | | | |
|------------------|-------------|--------------|----------|
| 1. Détermination | 2. Respect | 3. Sécurité | 4. Amour |
| 5. Appartenance | 6. Identité | 7. Confiance | |

Activité 3: Respect des différences:

Chacun de nous a une personnalité **unique**. Nous sommes tous différents et c'est ce qui nous rend tous importants. Chacun a quelque chose de **positif** en lui et quelque chose d'intéressant à exprimer et à connaître. Nous avons tous des points forts et des points faibles. Je suis peut-être **meilleur** que toi dans certains domaines, mais, tu peux me montrer plein de belles choses dans d'autres domaines.

Nous avons tous une grande **valeur** et nous devons nous accepter tel que nous sommes. J'ai des goûts, des qualités et des défauts qui sont différents des tiens. Par contre, nos personnalités réunies peuvent se compléter et former une **magnifique** équipe. Seulement, pour arriver à une telle complicité il faut respecter nos **différences**, s'expliquer clairement nos désirs afin de bien se comprendre. Ainsi nous serons bien toi et moi, dans notre tête, dans notre cœur et dans notre corps. Chacun sera en harmonie avec soi-même et avec les autres tout en gardant sa propre **identité**.

LES GÉNIES-JEUX

François et Annie sont deux amis de l'Association Canadienne pour la Santé Mentale. Ils t'accompagneront dans ces activités portant sur l'estime de soi. Ils aimeraient pouvoir partager avec toi leurs connaissances sur l'estime de soi. Ils te proposent trois petites activités pour te divertir tout en découvrant ce qu'est l'estime de soi. François et Annie te souhaitent d'avoir bien du plaisir au cours des activités. N'oublie pas de bien suivre les consignes.

Activité 1

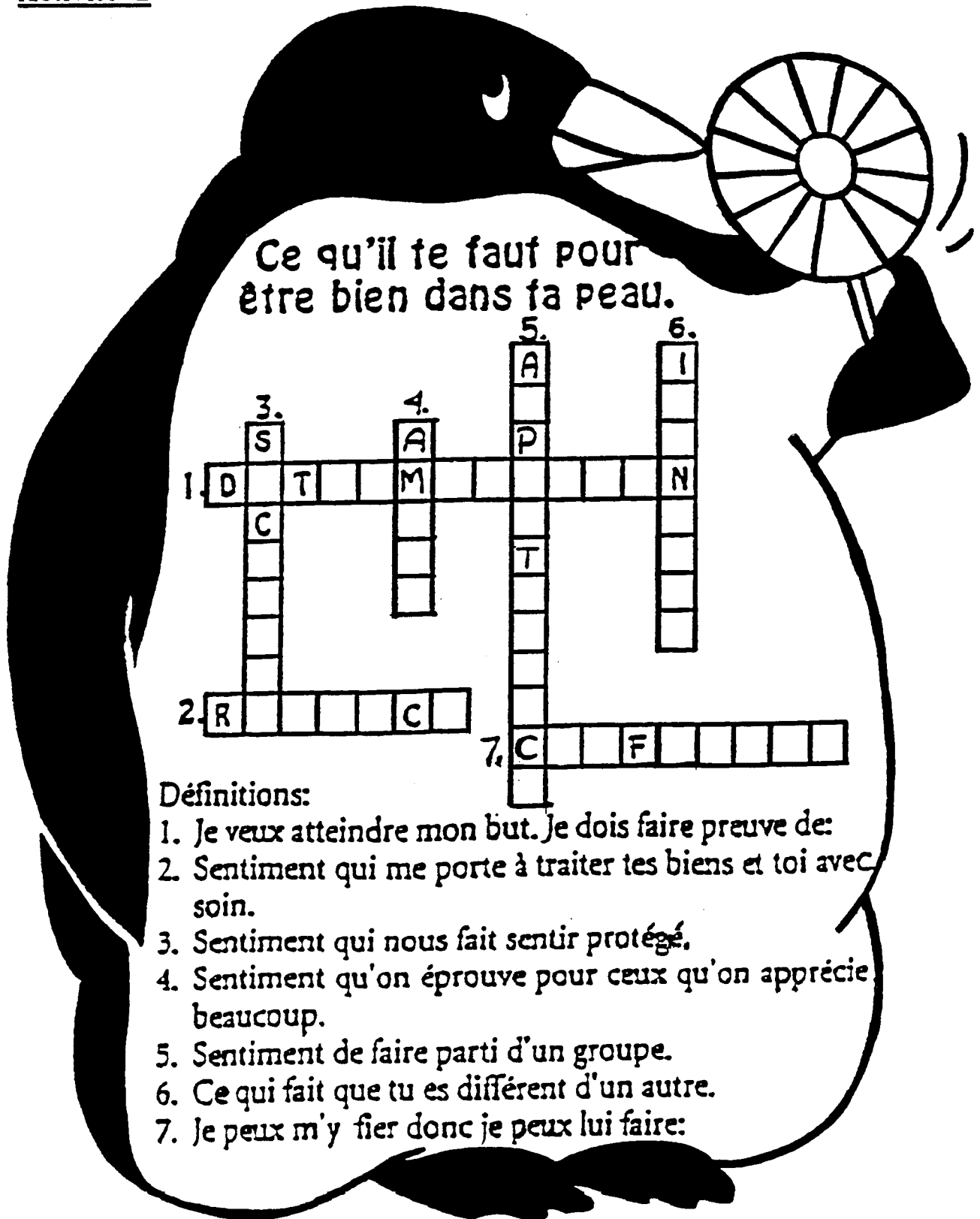
Colorie tes amis François et Annie selon le code de couleur suivant:

1 - Bleu 2 - Rouge 3 - Vert 4 - Couleur peau
5 - Noir 6 - Rose 7 - Gris pâle 8 - Orange 9 - Brun



Dans tes mots, explique ce que veut dire «avoir une bonne estime de soi».

Activité 2



Activité 3



RESPECT DES DIFFÉRENCES

Chacun de nous a une personnalité _____. Nous sommes tous différents et c'est ce qui nous rend tous importants. Chacun a quelque chose de _____ en lui et quelque chose d'intéressant à exprimer et à connaître. Nous avons tous des points forts et des points faibles. Je suis peut-être _____ que toi dans certains domaines, mais, tu peux me montrer plein de belles choses dans d'autres domaines.

Nous avons tous une grande _____ et nous devons nous accepter tel que nous sommes. J'ai des goûts, des qualités et des défauts qui sont différents des tiens. Par contre, nos personnalités réunies peuvent se compléter et former une _____ équipe. Seulement, pour arriver à une telle complicité il faut respecter nos _____, s'expliquer clairement nos désirs afin de bien se comprendre. Ainsi nous serons bien, toi et moi, dans notre tête, dans notre coeur et dans notre corps. Chacun sera en harmonie avec soi-même et avec les autres tout en gardant sa propre _____.

CONSIGNE:

Remplis les espaces avec les mots suivants:

- | | | |
|------------|--------------|---------------|
| * meilleur | * positif | * différences |
| * identité | * magnifique | * unique |
| * valeur | | |

EVALUATION

ÉVALUATION

1. **Avez-vous trouvé pertinentes les activités « Les GÉNIES-JEUX » ?**

Très pertinentes Pertinentes Peu pertinentes Pas pertinentes

2. **Les élèves ont-ils éprouvé des difficultés à répondre aux questions ?**

Beaucoup Peu Aucune difficulté

Si oui, lesquelles ?

3. **Les élèves se sont-ils montrés intéressés par les activités présentées ?**

Très intéressés Intéressés Peu intéressés Pas intéressés

S'ils ont manifesté peu ou pas d'intérêt pour une ou des activités, pouvez-vous nous indiquer lesquelles ?

4. **Combien de temps avez-vous consacré à ces activités avec les élèves ?**

Selon vous, le temps consacré aux activités, était-il ?

Très utile Utile Peu utile Pas utile du tout

Pourquoi ? _____

5. **Serez-vous intéressé à renouveler l'expérience avec vos élèves l'an prochain ?
Et pourquoi ?**

6. **Commentaires et suggestions d'amélioration**
