

Titre de l'activité : **I FEEL GOOD**



enseignement
catholique 85

Pays de la Loire



Objectifs visés :

- Apprendre à se connaître
- Connaître ses forces et ses faiblesses et celles des autres

Éléments décrivant la mise en œuvre de l'activité :

- jeu de cartes "Feel Good"
- Lecture de chacune des cartes qui met en avant des forces, des ressources avec explicitation
- chaque élève, individuellement, devait choisir ses 3 forces principales et les expliciter à ses camarades et noter sur l'arbre des forces son nom en fonction des forces choisies.
- Sur une feuille individuelle, il pouvait entourer ses 3 forces majeures ainsi que les autres qui reflétaient le mieux sa personnalité + feuille envoyée dans la famille pour essayer de le faire avec leurs parents.
- L'arbre des forces est affiché dans la classe.

Les gains sur les enfants / les adultes :

- Mieux se connaître car pour certains, ils ne voient que leurs défauts et aucune qualité.
- Certains élèves ont été surpris du regard des autres qui avaient le droit de dire s'ils étaient d'accord avec le choix des qualités ou en auraient privilégié d'autres.
- Pour l'enseignant : mieux connaître ses élèves et renforcer les qualités tout en essayant de proposer des activités qui vont tendre vers d'autres forces.

Les points de vigilance : si c'était à refaire quels ajustements seraient à apporter ?

- Reprendre cet arbre plusieurs fois dans l'année pour observer de nouveau leurs forces.
- Faire participer les parents avec un retour

Les 24 forces de caractère

FEELGOOD Mon Premier 100 jours
100 jours de bien-être / 2022
Avec le soutien de l'AFSCF - 100 jours de bien-être



Curiosité



Gentillesse



Bien vivre avec ses émotions



Appréciation de la beauté



Gratitude



Espoir



Prudence



Humour



Spiritualité



Enthousiasme



Amour



Bien vivre avec les autres



Justice



Diriger



Créativité



Pardon



Esprit d'équipe



Humilité



Discernement



Goût de l'apprentissage



Sagesse



Courage



Honnêteté



Persévérance

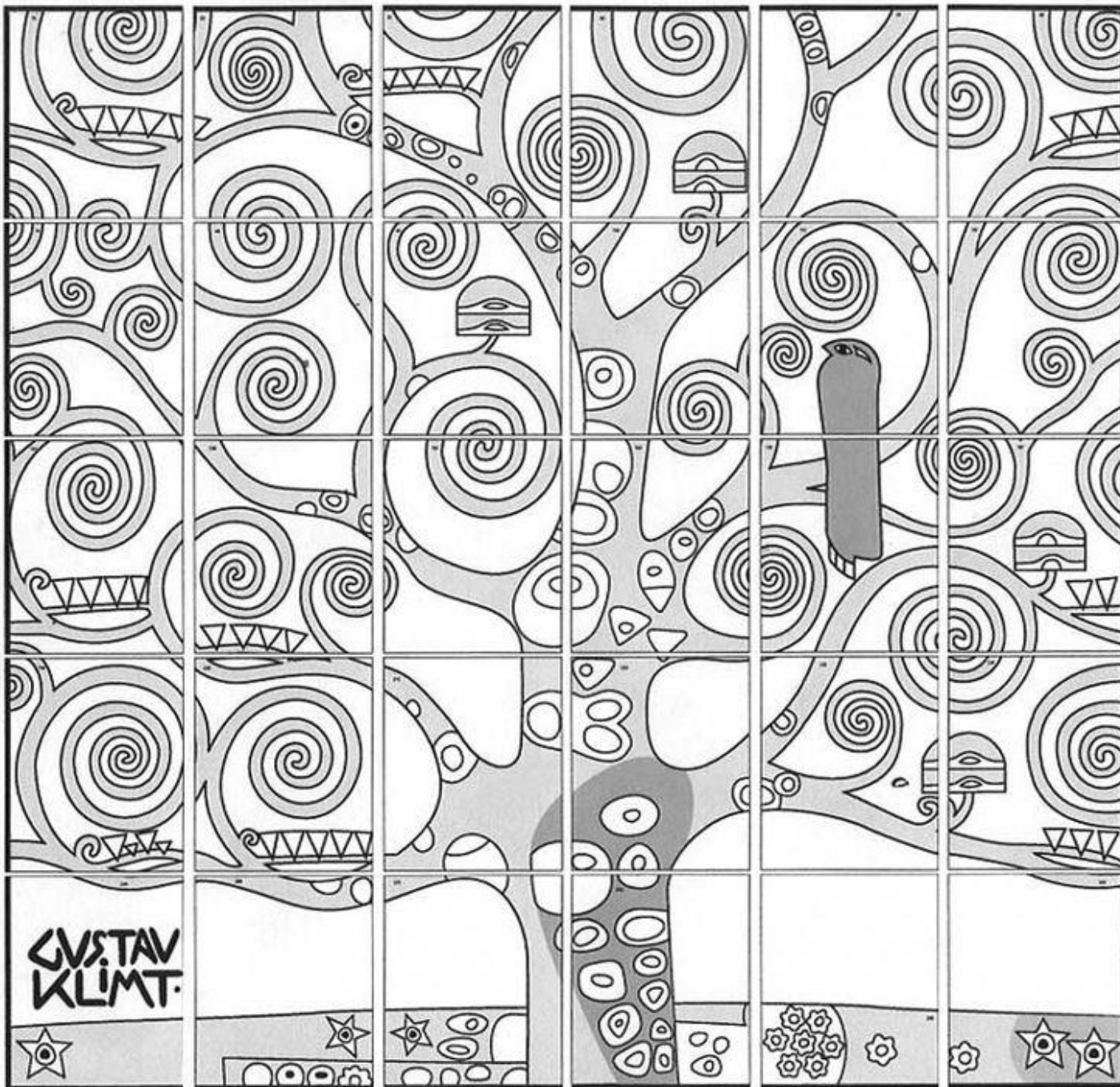


enseignement
catholique 85

Pays de la Loire

Autres activités proposées lors de cette journée :

- Jeu de coopération : réaliser un parcours avec un crayon attaché à une ficelle
- Coopération : Colorier l'arbre de Klimt découper en petits carrés + le reconstituer
- Coopérer/ fédérer : réaliser un coeur-pétale par classe avec leurs empreintes de main puis reconstituer pour faire une fleur géante affichée dans le hall de l'entrée de l'école.
- Apprendre à se connaître : jeu du bingo avec des questions et ils doivent questionner leurs camarades.



Puzzle collectif : chacun colorie une case de l'arbre.



enseignement
catholique 85

Pays de la Loire





Filles
1- LISON ()
2- ZEILIA ()
3- ALANA ()
Garçc
1- SACHA ()
2- MAEL B
3- ALBIN
1- LINA
2- MARGC
3- JADE



enseignement
catholique 85

Pays de la Loire