

PROGRAMMATION SEANCES CPS et EVAR - CYCLE 1

A PARTIR DES 3 KITS EMPATHIE

L'empathie : approche du mot avec les élèves

Avant toute étude du nom *empathie*, il convient d'avoir réalisé les séances du kit relatives aux émotions ou à la communication empathique. Une courte vidéo peut également être projetée aux élèves les plus jeunes (cycles 1 et 2) afin de les sensibiliser à ce qu'est une émotion.

À titre d'exemple, il peut être fait usage de la vidéo « Les émotions » (03:13 min.) tirée de la série « Les émotions du P'tit cube » (© Réseau Canopé).

<https://lesfondamentaux.reseau-canope.fr/video/enseignement-moral-et-civique/respecter-autrui/les-emotions-de-ptit-cube/les-emotions>

Le mot *empathie* peut être introduit avec les élèves mais doit être accompagné d'énoncés simples qui vont permettre à la classe d'en percevoir le sens. À titre d'exemples, on peut proposer, en fonction du cycle concerné, les formulations suivantes qui peuvent être suivies, après un premier énoncé fourni par le maître, de dictées à l'adulte permettant de vérifier que le sens est acquis.

Cycles 1 et 2

« L'empathie, c'est le fait d'être gentil avec quelqu'un ».

« L'empathie, c'est le fait de montrer à quelqu'un qu'on comprend ce qu'il ressent ».

À partir de la définition du mot « empathie » qui a été construite avec la classe, indiquer si les phrases suivantes expriment de l'empathie.

Cycle 1 (travail à l'oral)

Pierre est gentil avec Zoé.

Liu a fait pleurer Matéo.

Fatoumata a offert un cadeau à Kevin.

Antoine s'est moqué de Nicolas.

Conseils d'organisation pour la mise en œuvre des séances des kits empathie :

1 séance de 30 à 45 minutes par semaine (la même séance peut être reconduite sur plusieurs semaines)

1 à 2 activités des kits empathie par période en PS

2 activités des kits empathie par période en MS

2 à 3 activités des kits empathie par période en GS

Les 3 grandes compétences psychosociales



COMPÉTENCES COGNITIVES

Accroître sa compréhension de soi

- ➔ S'autoévaluer positivement
- ➔ Connaître ses buts personnels
- ➔ Renforcer son attention
- ➔ Atteindre ses buts et gérer ses impulsions
- ➔ Résoudre des problèmes de façon créative et efficace



COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

Accroître sa compréhension des émotions

- ➔ Accroître sa connaissance des émotions
- ➔ Identifier ses émotions
- ➔ Gérer ses autres émotions (agréables/désagréables)
- ➔ Réguler son stress
- ➔ Exprimer ses émotions de façon constructive

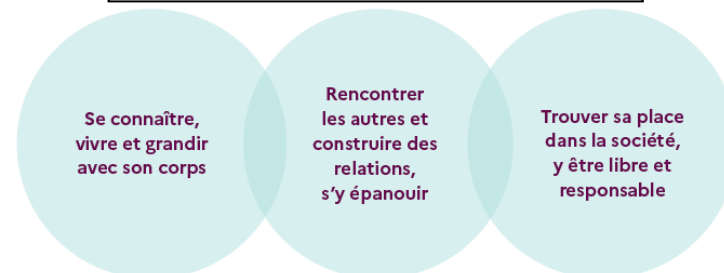


COMPÉTENCES SOCIALES

Communiquer de façon constructive

- ➔ Communiquer de façon empathique
- ➔ Communiquer de façon efficace
- ➔ S'affirmer par le consentement et le refus
- ➔ Développer des liens sociaux
- ➔ Résoudre des conflits de façon constructive
- ➔ Développer des attitudes et comportements pro-sociaux

Les 3 grandes compétences EVAR



Classement des activités des 3 kits empathie	PS	MS	GS
	Année 1	Année 2	Année 3
S'autoévaluer positivement kit1			
Une chose dont je suis fier(e) p16			x
Mes qualités au service du collectif p18			X
Connaître ses buts personnels kit2			
J'identifie et j'exprime mes besoins p7		x Après l'accueil du matin ?	x
Prendre en compte son besoin de repos p13	Début d'après-midi, temps calme ? x	x	
Renforcer son attention kit2			
Renforcer l'attention à sa respiration p24	x	x	
Renforcer l'attention à ses sensation p26		x	x
Renforcer son attention au monde extérieur au travers des 5 sens p29			x
Atteindre ses buts et gérer des impulsions kit3			
Le théâtre de marionnettes p11	x	x	
Je persévère p15			X (peut être fait avec un autre projet)
Résoudre des problèmes de façon créative et efficace kit3			
Recherche de solution aux problèmes de la vie quotidienne p31		x	
Savoir demander de l'aide p34		x	x
Accroître sa connaissance des émotions kit1			
Reconnaître les manifestations des émotions et leurs déclencheurs externes p32	x	x	x
Le mime des émotions p37	x	x	x

Identifier ses émotions kit2			
Comment-te-sens-tu maintenant ? p41		x	
Travailler le vocabulaire des émotions p47			x
Gérer ses autres émotions (agréables/désagréables) kit2			
J'exprime ma gratitude p60			X
Contracter/décontracter son corps pour réguler ses émotions p64	En motricité ? x	x	x
Réguler son stress kit3			
Ecouter de la musique pour s'apaiser p46	x	x	x
Exprimer ses émotions de façon constructive kit3			
Je reconnais mes émotions A partir de MS p71		x	x
Exprimer ses émotions à travers l'art et le corps p77			x
Communiquer de façon empathique kit1			
La ronde des émotions p50	En lien avec l'éveil aux langues x	x	x
Histoire d'émotions p52	x	x	x
Communiquer de façon efficace kit2			
Le tour de parole p81	x	x	
Le gentil secret p88		X fin MS Lien avec EVAR et la protection des enfants : un secret est toujours gentil, si ce n'est pas le cas il faut le dire à un adulte de confiance	x
S'affirmer par le consentement et le refus kit2			
Je ne suis pas d'accord/Je suis d'accord p99	x	x	x
Mon album préféré p104		x	x
Développer des liens et comportements pro-sociaux kit3			
Le jeu du radeau p92		Motricité, Jeux coopératif x	x
Tempête de puzzles p94		En atelier de 4 élèves, en APC ?	

		x	x
Le jeu du mime empathique p100		x	x
Résoudre des conflits de façon constructive et savoir demander de l'aide kit3			
Un conflit ? que faire ? p112		x	X
Le message des émotions p117	Travail individuel à l'occasion d'un conflit		

Proposition de programmation par période

	PS	Lien avec EVAR	MS	Lien avec EVAR	GS	Lien avec EVAR
OU BIEN	Année 1		Année 2		Année 3	
Période 1	<p>KIT1 Reconnaitre les manifestations des émotions et leurs déclencheurs externes p32</p> <p>Le mime des émotions p37</p>		<p>KIT1 Reconnaitre les manifestations des émotions et leurs déclencheurs externes p32</p> <p>Le mime des émotions p37</p>	<p>Se connaître, vivre et grandir avec son corps :</p> <p>➤ Connaître son corps et identifier des émotions.</p>	<p>KIT1 Reconnaitre les manifestations des émotions et leurs déclencheurs externes p32</p> <p>Le mime des émotions p37</p>	<p>Se connaître, vivre et grandir avec son corps :</p> <p>➤ Connaître son corps et identifier des émotions.</p>
Période 2	<p>KIT2 Prendre en compte son besoin de repos p13</p> <p>Renforcer l'attention à sa respiration p24</p>	<p>Se connaître, vivre et grandir avec son corps :</p> <p>➤ Connaître son corps,</p> <p>➤ Comprendre ce qu'est l'intimité.</p>	<p>KIT3 Le jeu du radeau p92</p> <p>KIT2 Renforcer l'attention à sa respiration p24</p>		<p>KIT3 Le jeu du radeau p92</p> <p>KIT2 Renforcer l'attention à ses sensation p26</p> <p>Renforcer son attention au monde extérieur au travers des 5 sens p29</p>	

Période 3	<p>KIT1 La ronde des émotions p50</p> <p>Histoire d'émotions p52</p> <p><i>Apprendre à s'écouter et à se respecter</i></p>	<p>Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable</p> <p>➤ Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.</p> <p>Ajouter la lecture d'un album sur l'égalité fille-garçon</p>	<p>KIT1 La ronde des émotions p50</p> <p>Histoire d'émotions p52</p>	<p>Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable :</p> <p>➤ Vivre l'égalité entre les filles et les garçons.</p> <p>Ajouter la lecture d'un album sur l'égalité fille-garçon</p> <p>(➤ Découvrir les différentes structures familiales et les respecter</p> <p>Ajouter la lecture d'un album sur la famille)</p>	<p>KIT1 La ronde des émotions p50</p> <p>Histoire d'émotions p52</p>	
Période 4	<p>Kit3 Ecouter de la musique pour s'apaiser p46</p>		<p>KIT2 J'identifie et j'exprime mes besoins p7</p>		<p>Kit3 Ecouter de la musique pour s'apaiser p46</p> <p>KIT3 Je reconnais mes émotions A partir de MS p71</p>	
			<p>Kit3 Ecouter de la musique pour s'apaiser p46</p>		<p>KIT3 Le jeu du mime empathique p100</p>	<p>Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir :</p> <p>➤ Identifier différents types de sentiments dans</p>

						sa relation à l'autre.
Période 5	<p>KIT3 Le théâtre de marionnettes p11</p> <p>KIT2 Je ne suis pas d'accord/Je suis d'accord p99</p>	<p>Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apprendre à exprimer son accord ou son refus, ➤ Apprendre à envisager et à respecter un refus. 	<p>KIT2 Comment-te-sens-tu maintenant ? p41</p> <p>KIT3 Recherche de solution aux problèmes de la vie quotidienne p31</p> <p>Savoir demander de l'aide p34</p>	<p>Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), ➤ Apprendre à faire appel à eux. 	<p>KIT1 Une chose dont je suis fier(e) p16</p> <p>KIT3 Savoir demander de l'aide p34</p> <p>KIT3 Un conflit ? que faire ? p112</p>	<p>Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, ➤ Respecter les autres dans leur différence, ➤ Être respecté par eux

Programme EVAR cycle 1

<https://nuage06.apps.education.fr/index.php/s/Bfrn7bizTkbAnzK?dir=/&openfile=true>

Liste d'albums pour accompagner le programme EVAR

<https://portail-ressources-education-dsden74.web.ac-grenoble.fr/bonneville-2-francais/albums-pour-accompagner-la-mise-en-oeuvre-de-levar>