

Sophie Cordier

8-12 ans

Ma classe positive

Osons enseigner autrement !



GAI SAVOIR®

Sommaire

Sommaire	1
Préambule	2
Lexique des termes utilisés	3
Bibliographie	4
Notes à destination de l'enseignant(e)	5
1. Environnement de la classe	6
1.1. Une classe comme les autres	6
1.2. Ma classe, un lieu où je me sens bien.	7
1.3. Mon super prof !	10
2. À la découverte de soi et de ses élèves	11
2.1. Les intelligences multiples	11
2.2. Les profils d'apprentissage	15
2.3. Mes talents, mes points forts	16
2.4. Mon monde « qualités »	17
2.5. À l'écoute de mes besoins	18
3. Techniques de préparation à l'apprentissage	21
3.1. Le Brain Gym	21
3.2. La méditation en pleine conscience	22
3.3. Le geste d'attention	26
4. Apprendre à apprendre	27
4.1. La mémorisation	27
4.2. Stratégies pour faciliter la mémorisation	27
4.3. Le Mind mapping : un bel outil au service des apprentissages	29
5. La gestion des émotions	31
5.1. L'enfant et ses émotions	31
5.2. Accompagner les émotions de l'enfant	31
Fiches outils	33
Outil 1 – Quel(s) personnage(s) te ressemble(nt) le plus ?	34
Outil 2 – Mes intelligences multiples	35
Outil 3 – Le test VAK(OG)	38
Outil 4 – À la découverte de mes talents, de mes points forts !	40
Outil 5 – À la découverte de mes qualités	41
Outil 6 – Mon auto-louange	43
Outil 7 – Mon affiche perso	44
Outil 8 – Mon calendrier de la fierté	45
Outil 9 – À l'écoute de mes besoins	46
Outil 10 – Je me branche avec le Brain Gym.	48
Outil 11 – L'attention, ça s'apprend !	49
Outil 12 – L'attention, ça s'apprend ! (suite)	50
Outil 13 – Petits trucs pour mémoriser plus facilement	52
Outil 14 – Petits trucs pour mémoriser plus facilement (suite)	53
Outil 15 – Initiation au Mind mapping	56
Album photos « Ma classe positive »	58

Préambule

C'est un fait de société : enseigner en 2020 n'a plus rien à voir avec l'enseignement d'il y a dix ou vingt ans ! Le monde change excessivement rapidement et les élèves que nous recevons dans nos classes suivent la même trajectoire. Eux s'adaptent simplement à la société dans laquelle ils vivent. C'est donc à nous, enseignants, de nous adapter en conséquence pour rendre notre enseignement à la hauteur pédagogique de ce qu'ils sont en mesure d'attendre.

Éduquer, selon Philippe Meirieu, c'est « transmettre et émanciper, accompagner chacune et chacun pour qu'il se fasse œuvre de lui-même et s'inscrive dans un collectif... ». Pour y parvenir, nous devons travailler sur des « génériques » tels la motivation, l'intérêt des élèves, la pédagogie différenciée, la formation citoyenne, le respect de l'enfant, l'évaluation formative...

Et tout cela en exerçant son « autorité » d'adulte qui assume, à la fois, la transmission et le renouvellement du monde... en incarnant la joie d'apprendre et de comprendre..., en donnant à espérer un avenir possible pour les enfants d'aujourd'hui qui nous sont confiés.

La classe d'aujourd'hui doit être organisée comme un « espace hors menaces » et les moyens pour y arriver sont nombreux. À l'heure où fleurissent des ouvrages sur le yoga, la méditation, le Taï chi, la sophrologie, le Brain Gym, les intelligences multiples..., qu'en est-il de l'utilisation de ces outils en classe ? Est-ce réalisable dans un horaire déjà bien chargé ? Doit-on y consacrer beaucoup de temps ? Quels sont les effets remarquables dans les classes qui proposent déjà cet enseignement ?

Le Pacte d'excellence a prévu, pour les années à venir, un accroissement substantiel du bien-être à l'école et un climat scolaire plus adapté. Il est de notre ressort de mettre tout en place pour y arriver. À chacun d'entre nous de trouver, dans toutes les propositions faites dans cet ouvrage, les moyens qui nous correspondent le mieux, dans l'intérêt de nos élèves.

Si enseigner aujourd'hui, c'est avoir chaque jour pour chaque enfant la plus haute ambition, alors nous ne pouvons plus passer à côté de ces outils qui permettent aux enfants, aux adultes de demain, de grandir positivement et de trouver leur place dans une école de qualité plus ouverte sur son environnement et mieux adaptée aux conditions du bien-être de l'enfant.

« Non seulement, on peut encore enseigner aujourd'hui... Mais il faut absolument enseigner aujourd'hui, plus que jamais ! » (Philippe Meirieu)

Osons enseigner AUTREMENT !

Michel Roiseux
Directeur éditorial

Notes à destination de l'enseignant(e)



Si un enfant ne peut apprendre de la façon dont nous enseignons,
peut-être devrions-nous enseigner de la façon dont ils apprennent.

Ignacio Estrada

1.2 Ma classe, un lieu où je me sens bien.

A. Un environnement matériel de qualité

- **La disposition des bancs**

Nous conseillons les îlots de quatre ou six élèves qui ont l'avantage de créer une chouette ambiance dans la classe, de regrouper les enfants en fonction de leurs affinités, leurs difficultés mais également de favoriser la coopération. Il faudra cependant veiller à une bonne orientation des bancs afin que chaque élève bénéficie d'une bonne visibilité. Les élèves éprouvant des difficultés peuvent être regroupés autour du coin « outils » placé à côté du bureau de l'instituteur(trice).

- **Les coins**

N'hésitez pas à déplacer ou ajouter certains meubles de manière à créer des coins, c'est-à-dire des espaces destinés à une ou plusieurs activités dans lesquels les enfants peuvent se rendre librement lorsque leur travail est terminé et vérifié.

Citons par exemple :

- le coin bibliothèque

Des livres rangés dans une armoire ouverte ou un meuble, un tapis ou un canapé, des coussins, une petite table...

- le coin des artistes

Matériel varié de récupération ou non, apporté par les enfants et l'instituteur(trice) : gouaches, toiles et chevalets, feuilles de dessin, bouchons, laine, bouteilles, rouleaux, frigolite... ainsi que quelques modèles de réalisations classés éventuellement dans un classeur.

- le coin méditation

Tapis et coussins personnels. Il est conseillé de suivre une petite formation ou de lire un ouvrage à ce sujet afin d'initier correctement ses élèves.

- le coin émotions et retour au calme

L'enfant « emprisonné » par une émotion (tristesse, colère, peur...) viendra s'asseoir sur la chaise des émotions pour se calmer en frappant sur le coussin de la colère, en froissant une feuille de papier ou tout simplement en respirant profondément plusieurs fois. Il sera invité à écrire, dans un petit cahier, ce qui a provoqué l'émotion et comment il l'a ressentie.

- le banc de l'amitié

Vous pouvez placer ce banc dans le couloir avec deux chaises. Les autres classes pourront ainsi également l'utiliser. Il permettra à deux élèves en conflit de s'exprimer et de trouver ensemble un terrain d'entente, ce qui favorisera une communication non violente.

- le coin outils

Matériel de manipulation divers adapté aux difficultés rencontrées par certains élèves de la classe (matériel favorisant le comptage, la compréhension des grandeurs...).

- le coin des intelligences multiples

Jeux et exercices permettant de développer les huit intelligences (cf. p.11 et 12), rangés dans des fardes ou des tiroirs différents.



2 - À la découverte de soi et de ses élèves

2.1 Les intelligences multiples

A. Théorie

Selon Howard Gardner, psychologue américain, nous ne possédons pas UNE intelligence mais HUIT ! Dès sa naissance, chaque personne bénéficie d'un bouquet de huit intelligences, mais à des degrés divers et sous des formes différentes, ce qui rend notre profil unique. Nous possédons chacun des intelligences prédominantes, ce qui aura une influence certaine sur nos expériences scolaires et sociales, sur nos intérêts et sur le choix de notre futur métier. Cette théorie est vraiment une approche pédagogique très puissante car elle prend en compte les ressources personnelles, les acquis, les intérêts de chaque élève et nous fait prendre conscience que nous apprenons et mémorisons tous de manières différentes...

Envie de connaître vos propres intelligences et de prendre en considération le potentiel de chacun de vos élèves ? Partons alors à leur découverte !

B. Les types d'intelligence

• L'intelligence linguistique

Les personnes dotées de cette intelligence utilisent le langage écrit et oral de manière claire et efficace. Elles aiment parler, lire et raconter des histoires, débattre sur un sujet, apprendre une poésie, faire des jeux de mots, des mots croisés, jouer à des jeux type Scrabble et apprendre les langues étrangères. Leurs matières préférées sont le français, l'histoire et les langues étrangères. Elles sont attirées par des métiers tels que journaliste, écrivain, poète, enseignant, animateur radio ou télé, acteur... À noter que c'est l'intelligence la plus mise en avant et utilisée à l'école (avec l'intelligence logico-mathématique).



• L'intelligence logico-mathématique

Les personnes dotées de cette intelligence utilisent les nombres de manière efficace et raisonnent de manière logique. Elles apprécient les casse-tête et les échecs et aiment travailler les notions abstraites, calculer, résoudre des problèmes et des énigmes, explorer, tester, expérimenter. Leurs matières préférées sont les mathématiques, les sciences et l'informatique. Elles sont attirées par les métiers tels qu'ingénieur, mathématicien, informaticien, médecin, chercheur...



• L'intelligence visuo-spatiale

Les personnes dotées de cette intelligence ont une bonne perception de l'espace. Elles aiment construire, créer des œuvres d'art, dessiner, consulter des cartes géographiques, concevoir des plans et s'orienter, faire des graphiques, des puzzles, démonter et remonter des objets. Leurs matières préférées sont la technologie, la géographie et le dessin. Elles sont attirées par des métiers tels qu'architecte, artiste, mécanicien, constructeur...



5 - La gestion des émotions

5.1 L'enfant et ses émotions

Le cerveau des enfants est immature, ce qui explique qu'ils éprouvent de réelles difficultés à gérer leurs émotions et, si celles-ci sont ignorées ou mal comprises, cela peut entraîner de vrais problèmes tant au niveau relationnel que cognitif. Même si nous, parents et acteurs de l'enseignement, nous sentons parfois démunis et impuissants, nous pouvons les aider à développer leur intelligence émotionnelle. Nous pouvons leur apprendre, dès leur plus jeune âge, à identifier ce qui se passe à l'intérieur, à reconnaître les émotions, les accueillir et les canaliser, ce qui leur permettra de vivre de belles relations avec les autres, de mieux gérer les conflits, de développer la confiance en soi, la connaissance de soi... Il est donc important, voire primordial, d'être à l'écoute et de laisser les enfants exprimer ce qu'ils ressentent que ce soit verbalement, par le dessin ou tout autre support d'expression. Ils se sentiront ainsi écoutés, reconnus, libérés et apaisés. C'est la raison pour laquelle, chaque matin, j'invite mes élèves à exprimer leurs émotions s'ils le désirent, collectivement ou en privé car chacun (nous y compris !) porte sur lui son « sac à dos » contenant ses petits et grands soucis qu'il est important de ne pas ignorer !

5.2 Accompagner les émotions des enfants

Les émotions de base sont l'amour, la joie, la tristesse, la colère et la peur. Nous développerons ici la peur et la colère qui nécessitent un réel accompagnement à l'école.

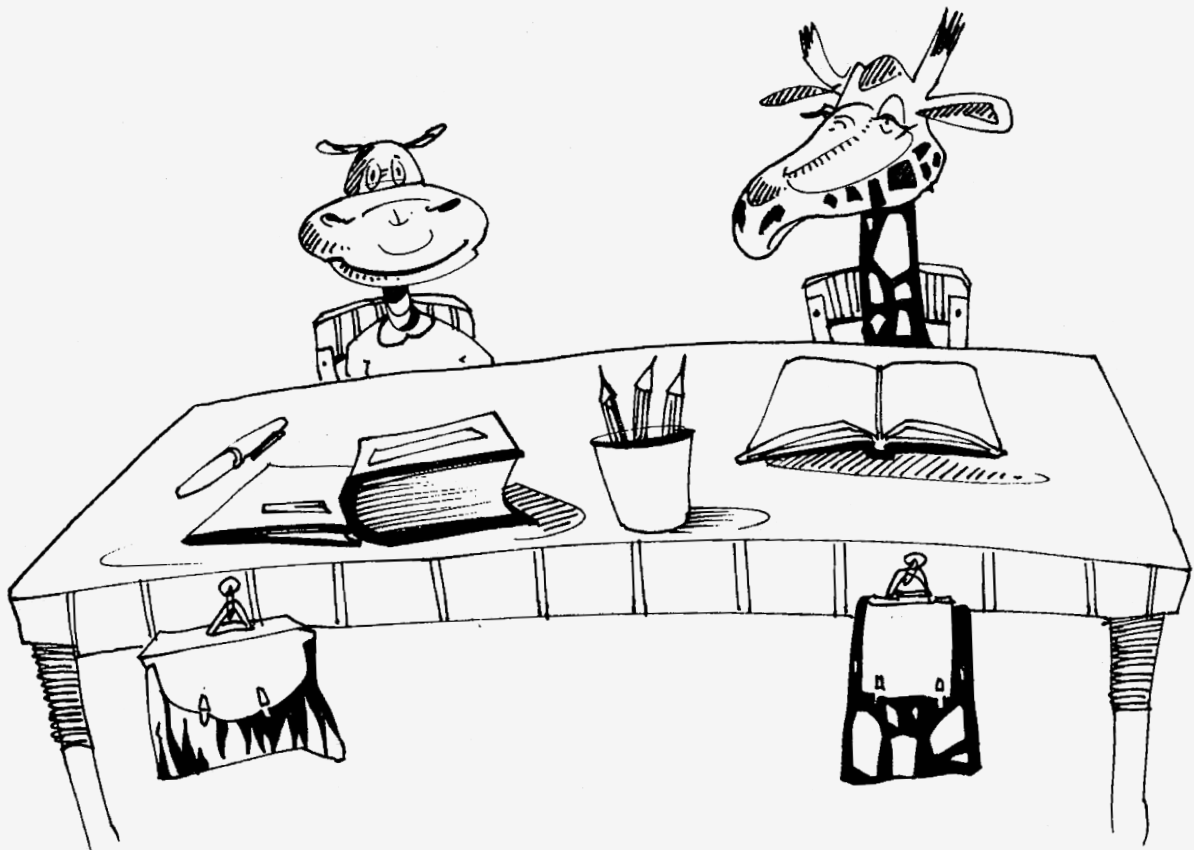
A. La peur

Aider un enfant à dépasser sa peur peut prendre du temps et le brusquer ou l'ignorer peut entraîner de lourdes conséquences. À l'école, cela peut être la peur de l'inconnu, de faire des erreurs, de décevoir, d'être puni, d'être ridicule, d'obtenir de mauvaises notes, des moqueries des autres... Dans tous les cas, la peur éprouvée a toujours sa raison d'être ; elle informe d'un danger et nous prépare à l'affronter. Il est donc important qu'elle soit prise au sérieux, respectée et écoutée.

Comment accompagner l'enfant qui ressent la peur ?

- **Respecter son émotion.**
Il a SA raison d'avoir peur et il est important de la respecter.
- **Écouter.**
Nous lui poserons la question suivante : « De quoi as-tu peur exactement ? »
Nous lui demanderons ensuite un maximum de détails pour comprendre la raison de cette peur et le besoin qui se cache derrière qui n'est probablement pas satisfait.
- **Reconnaître son émotion.**
Nous le laisserons s'exprimer sans le juger, sans minimiser ce qu'il ressent. Nous nous montrerons compréhensif(ve)s.
- **Dédramatiser.**
Nous lui parlerons de notre propre expérience, de ce que nous avons vécu de semblable et nous le rassurerons.
- **Aider à libérer l'émotion.**
Nous lui proposerons de se mettre dans la peau d'un personnage qui n'aurait pas peur dans la même situation et nous rechercherons ensemble les ressources, les forces que celui-ci utilise pour ne pas avoir peur.

Fiches outils



Un maître, ce n'est pas celui qui enseigne quelque chose
mais celui qui pousse son élève à donner le meilleur de lui-même.

Paulo Coelho

À la découverte de mes qualités

Outil
5

Sais-tu que tu es génial(e) ? Si, si... !
Peut-être l'ignores-tu encore...



Pour commencer, écris ici les qualités que tu te donnes.

Besoin d'un coup de pouce ? Voici une liste qui pourrait t'aider à les identifier.
Entoure celles qui te caractérisent le mieux.

Débrouillard(e)	Courageux(se)	Ambitieux(se)	Sportif(ve)
Adroit(e)	Créatif(ve)	Observateur(trice)	Studieux(se)
Logique	Discipliné(e)	Intellectuel(le)	Curieux(se)
Imaginatif(ve)	Original(e)	Spontané(e)	Sociable
Attentif(ve)	Généreux(se)	Serviable	Tolérant(e)
Sympathique	Fonceur(se)	Actif(ve)	Positif(ve)
Dynamique	Persévérant(e)	Minutieux(se)	Conscientieux(se)
Discret(ète)	Soigné(e)	Ordonné(e)	Calme
Respectueux(se)	Accueillant(e)	Appliqué(e)	Aimable
Amusant(e)	Astucieux(se)	Autonome	Attentif(ve) aux autres
Dévoué(e)	Drôle	Fidèle	Gentil(le)
Honnête	Jovial(e)	Sincère	Organisé(e)
Motivé(e)	Patient(e)	Passionné(e)	Sensible
Réconfortant(e)	Souriant(e)	Zen	Sûr(e) de toi

E.C.A.P., c'est parti !

E comme énergique

- Pour faire le plein d'énergie.
Je bois quelques gorgées d'eau pure.



C comme clair (les points du cerveau)

- Pour me brancher et penser clairement.
Je place une main sur mon nombril et avec l'autre main, je masse les points (creux) sous la clavicule de chaque côté du sternum. Après 30 secondes, je change de main.



A comme actif (les mouvements croisés)

- Pour me mettre en action, pour me motiver à travailler.
En alternance, ma main gauche touche mon genou droit et puis ma main droite touche mon genou gauche, ce qui permet d'activer les deux hémisphères de mon cerveau.
Je recommence cet exercice une dizaine de fois.



P comme positif (les contacts croisés)

- Pour me calmer, pour me recentrer et libérer mes tensions.
 - Exercice 1
Je croise les chevilles.
Je tends les bras devant moi. Je croise ensuite mes poignets, paumes l'une contre l'autre, j'entrelace mes doigts et je ramène mes mains contre ma poitrine.
Je détends bien les épaules et je respire profondément trois fois.
 - Exercice 2
Je décroise les jambes et je joins le bout de mes doigts devant ma poitrine.

