

## Récapitulatif des actions proposées, des populations cibles et des décideurs concernés

Actions proposées	Populations cibles	Décideurs concernés
Familiariser les enfants avec les fruits et légumes à l'école maternelle	Enfants école maternelle	Municipalités
Développer les classes à projet artistique et culturel « goût et art culinaire »	Enfants école primaire	Instituteurs
Sensibiliser les enfants et leur famille à l'importance du petit déjeuner	Enfants et parents école maternelle et primaire	Municipalités, associations de parents
Réglementer la distribution de boissons et aliments à l'école	Enfants école primaire, collège, lycée	Directeurs d'écoles, chefs d'établissement
Favoriser l'application du programme d'éducation physique à l'école	École primaire	Directeurs d'écoles, instituteurs
Assurer une heure d'activité physique quotidienne supplémentaire pour tous les enfants au CP	Enfants CP	Ministère chargé de l'éducation, Ministère chargé de la santé
Inciter les municipalités à développer les dispositifs permettant l'activité physique des enfants en dehors de l'école	Enfants, adolescents	Municipalités
Former la communauté éducative à la promotion de la santé mentale	Enseignants et futurs enseignants	IUFM, ENSP
Mettre en application des programmes de promotion de la santé mentale	Enfants école primaire, collège, lycée	Ministère chargé de l'éducation, Ministère chargé de la santé
Développer et évaluer le programme « Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle » en France	Enfants école primaire	Ministère chargé de l'éducation Instituteurs, chercheurs
Développer et évaluer le programme « <i>I can do</i> »	Enfants école primaire	Ministère chargé de l'éducation Instituteurs, chercheurs
Réactiver la loi Évin	Enfants, adolescents	Ministères
Développer la prévention situationnelle des risques liés à la prise d'alcool chez les jeunes	Adolescents	Ministères Jeunesse, Sports
Structurer le milieu de la recherche et de la formation en éducation pour la santé	Enfants, adolescents	Inpes
Développer de nouveaux outils d'évaluation en éducation pour la santé	Enfants, adolescents	Inpes
Évaluer l'impact des programmes sur les comportements de consommation	Enfants, adolescents	Ministères santé, recherche, chercheurs, Inpes
Réaliser des recherches sur la prévention en santé mentale	Enfants, adolescents	Ministères santé, recherche, chercheurs



## Fiche 1. Protocole d'action : éducation nutritionnelle à l'école maternelle

Objectif	Familiariser les enfants avec les fruits et légumes, notamment crus, et favoriser l'appréciation gustative de ces aliments
Orientation globale des liens à promouvoir	<p>Restauration scolaire, collations et apprentissages scolaires : concrétiser le plus possible les éléments de savoirs et les pratiques</p> <p>École et familles : limiter les incohérences entre pratiques et savoirs scolaires et pratiques familiales<sup>21</sup>, faciliter une écoute à domicile des apprentissages de l'enfant, valoriser certains savoir-faire familiaux</p> <p>École et activités périscolaires, en cohérence interactive avec tous les lieux de vie de l'enfant (garderie, centres de loisirs...): contribuer à l'atteinte de l'objectif notamment par le suivi d'activités de maraîchage</p> <p>Le lien peut être formalisé par un contrat éducatif local (commune, éducation, nationale, jeunesse)</p>
Intervenants	<p>Directeur d'école : assure le lien avec l'équipe municipale, oriente les interventions de ce personnel</p> <p>Enseignants : chargés de l'animation pédagogique globale</p> <p>Personnel ATSEM (agent territorial spécialisé dans les écoles maternelles)</p> <p>Animateurs de la garderie, du centre de loisir</p> <p>Familles : information et implication pour aider dans l'animation de certaines séquences</p> <p>Équipe municipale : lien avec les producteurs locaux de fruits et légumes/ les marchés d'intérêt régional</p> <p>Médecins de la PMI, infirmières scolaires, peuvent venir en appui, notamment dans le lien avec les familles</p>
Moyens et outils	<p>Quelques suggestions : pommes, bananes, clémentines, figues, radis, concombres, carottes, tomates, choux-fleur, céleris... ; pour certaines circonstances particulières, la cuisson peut être prévue : purée de potiron, compote de poire. Les surgelés pourront aussi être découverts</p> <p>La pratique peut, au mieux, associer les parents : participation, sous la supervision de l'enseignant, aux séquences d'exploration sensorielle, à la confection de certaines recettes à base de fruits et de légumes, à des sorties de découverte pratique au marché. La fête de fin d'année peut être un catalyseur de certaines réalisations : recettes, préparation d'étals pour des jeux gustatifs, de reconnaissance, d'intrus, déguisements utilisant fruits et légumes comme support de créativité</p>
Durée	<p>Le programme se déroule durant l'année scolaire</p> <p>Un relais avec des activités de renforcement à l'année n + 1 doit être intégré dans le projet d'école</p>
Evaluation	<p>Observation de l'évolution des attirances des enfants, par exemple sur des tables de découvertes (proposant diverses variétés d'aliments dont des fruits et légumes)</p> <p>Observation au moment du repas scolaire de l'évolution de la quantité de fruits et légumes laissée dans les assiettes</p>
Activité complémentaire « Jardin potager »	Selon disponibilité de terrain, de temps, de personnel

21. Les résultats de l'enquête Inca2 montrent que jusqu'à l'âge de 10 ans, les repas pris en restauration scolaire ont en moyenne une qualité nutritionnelle supérieure à ce qui est proposé à domicile

## Fiche 1. Suite

Objectif	<p>Accompagner la croissance de légumes</p> <p>Découvrir l'origine des aliments, accompagner le cycle de la nature, découvrir les étapes de maturation de la graine au légume (ou fruit). Appréhender la notion du temps de la croissance, de la maturation. Découvrir les éléments nécessaires à la croissance. Appréhender la notion de sécurité au travail</p> <p>L'activité doit se dérouler à la garderie ou au centre de loisirs afin d'éviter que le moment de la maturité, de la cueillette et de la consommation ne survienne durant une période de fermeture de l'école</p>
Intervenants	<p>Idem fiche 1</p> <p>La mairie peut mettre à disposition un jardinier pour certaines séquences</p>
Matériel	<p>Carré de terre (selon disponibilité), ustensiles de jardinage à la taille d'enfants de maternelle</p>
Déroulement	<p>Par petits groupes de 5-7 enfants, étapes et soins prodigués aux plantations (préparation de la terre, semis, désherbage, arrosage, utilisation d'engrais, cueillette) sont décrits et réalisés par les enfants</p>

## Fiche 2. Protocole d'action : « goût et art culinaire »

Objectifs	<p>Ouvrir les élèves aux pratiques culturelles et représentations sociales liées à l'acte alimentaire, à ces dimensions essentielles de l'alimentation, complémentaires de la satisfaction des besoins physiologiques</p> <p>Favoriser une pédagogie active qui réconcilie l'art, la culture, la technique, la technologie et la science</p>
Modalités de l'action	<p>« On mange bien à l'école » : projet intergénérationnel</p> <p>« Une école des saveurs » : journées thématiques</p> <p>« Les ateliers expérimentaux du goût » : découverte de produits nationaux</p>
Intervenants internes et externes	<p>Le directeur d'école, les enseignants, les personnels de santé, les personnels de la communauté éducative, les familles, la municipalité, les sociétés de restauration collective, les artisans, les producteurs, les détaillants, les restaurateurs, les apprentis, le secteur de l'agroalimentaire, les spécialistes de la restauration scolaire rattachés à la Ligue de l'enseignement, l'Institut français de formation et de recherche sur les arts culinaires, l'Institut français pour la nutrition, l'Institut national de la recherche agronomique...</p>
Déroulement de l'activité	<p>Pour chaque sens, chaque enfant doit décrire ce qu'il ressent et trouver les mots pour qualifier ses sensations vis-à-vis de différents fruits (toucher, vue, goût, odorat)</p>
Séquences pédagogiques	<p>Cuisiner fruits et légumes en maternelle (dès la petite section, soit 3 ans) : faire pour le plaisir, développer ses capacités sensorielles, faire pour partager, pour offrir, collaborer à une réalisation collective, pour l'éducation à l'hygiène, pour l'éducation à la sécurité</p> <p>Compétences disciplinaires : entrer dans le monde de l'écrit par la manipulation, l'action, les sens. Il s'agit de nommer, utiliser des ustensiles, des ingrédients, des images, le codage, découvrir un écrit formalisé à travers la recette...</p> <p>Eveil scientifique et technologique : découvrir des ustensiles, des machines, leur fonctionnement, découvrir les états de la matière, observer des transformations simples par la cuisson</p> <p>Langage oral : enrichir le vocabulaire en nommant ingrédients, ustensiles, actions, termes spatio-temporels, adjectifs qualificatifs, structurer des phrases simples</p>
Évaluation	<p>Estimer l'évolution de la connaissance et de l'acceptation de la diversité alimentaire, notamment au travers de la consommation de fruits et de légumes : consommation réelle en situation (collation, repas de la restauration scolaire), quantités de restes...</p> <p>Compétences acquises en fin de cycle au travers des enseignements. Estimation de l'évolution des attitudes et des consommations des enfants à domicile (par des questionnaires adaptés proposés aux familles)</p>



### Fiche 3. Protocole d'action : promouvoir le développement d'activité physique à l'école maternelle

Objectifs	<p>Permettre le développement moteur, affectif et intellectuel</p> <p>Favoriser la construction des actions motrices fondamentales</p> <p>Acquérir les compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en bonne santé</p> <p>Permettre la prise de contact avec différentes activités</p> <p>Contribuer à orienter les efforts des enfants et à leur donner du sens</p>
Population cible	Élèves de maternelle petite et moyenne section
Lieu de l'action	École et cour de l'école
Durée	<p>Une séance d'activités corporelles chaque jour durant 30 à 45 minutes en milieu de matinée et en fin d'après-midi</p> <p>Récréation : 15 à 30 minutes</p>
Responsable du projet	<p>Au niveau national : Ministère de l'Éducation nationale</p> <p>Au niveau local : le directeur d'école</p>
Acteurs de l'action	Enseignants
Modalités de l'action	<p>Actions réalisées pour le plaisir, lié aux sensations et aux émotions ressenties en laissant jouer l'enfant</p> <p>Faire découvrir aux enfants différentes activités motrices :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• actions de déplacement (locomotions) qui répondent au besoin du tout petit de mieux connaître son corps et d'affirmer son équilibre</li> <li>• équilibre : tenir sur un pied</li> <li>• manipulations : saisir, tirer, pousser</li> <li>• déplacements et mouvements dansés, jeux d'expression, réception d'objets</li> </ul> <p>Lier ces activités avec une activité d'éveil sur l'apport énergétique (alimentation, régularité des repas, composition des menus) et la dépense énergétique (bouger) ; faire comprendre à l'enfant la nécessité de respecter l'intimité de chacun, l'intégrité de son corps et de celui des autres</p> <p>Apprendre et faire comprendre à l'enfant la notion de risque calculé</p> <p>Lui donner le goût d'évoluer et de jouer au sein du groupe</p>
Outils	<p>Document de cadrage de l'action pour les enseignants : Bulletin officiel du Ministère de l'Éducation nationale sur les horaires et programmes n° 1 hors série du 14 février 2002</p> <p>Instruments de jeu de la vie quotidienne : blocs de mousse, bancs, gros tapis, plans inclinés, tunnels, chariots, tricycles, cubes en mousse, ballons, cordes à sauter, balles...</p>
Bilan de l'action	Pour chaque enfant, évaluer le niveau de compétences spécifiques liées à chaque action
Estimation grossière des coûts	<p>Faible coût d'investissement</p> <p>Faible coût de fonctionnement</p>
Evaluation	Évaluer comment l'enfant est capable de s'engager dans une action, contrôler ses émotions, prendre des repères, se conduire dans le groupe en fonction des règles établies



#### Fiche 4. Protocole d'action : promouvoir le développement d'activité physique au cycle des apprentissages fondamentaux (CP-CE1)

Objectif	<p>Permettre le développement moteur, affectif et intellectuel</p> <p>Développer les capacités et ressources nécessaires aux conduites motrices</p> <p>Accès aux diverses activités physiques, sportives et artistiques</p> <p>Acquisition des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter, le garder en bonne santé</p> <p>Apprendre à l'élève à mieux se connaître, mieux connaître les autres, dominer ses émotions, mettre en œuvre les codes et prendre des repères</p> <p>Contribuer à orienter les efforts des enfants et à leur donner du sens</p>
Population cible	Élèves de grande section de maternelle, CP et CE1
Lieu de l'action	École et cour de l'école
Durée	<p>Une séance d'activités corporelles chaque jour durant 30 à 45 minutes en milieu de matinée et en fin d'après-midi</p> <p>Récréation : 15 à 30 minutes</p>
Responsable du projet	<p>Au niveau national : Ministère de l'Éducation nationale</p> <p>Au niveau local : le directeur d'école</p>
Acteurs de l'action	Enseignants
Modalités de l'action	<p>Faire découvrir aux enfants différentes activités motrices : déplacements (courir, sauter, marcher), équilibre (tenir sur un pied), manipulations (saisir, tirer, pousser, lancer, réception d'objets)</p> <p>Lier cette activité avec une activité d'éveil sur l'apport énergétique (alimentation, régularité des repas, composition des menus) et la dépense énergétique (bouger) ; faire comprendre à l'enfant la nécessité de respecter l'intégrité de son corps et de celui des autres</p> <p>Apprendre et faire comprendre à l'enfant la notion de risque calculé. Lui donner le goût d'évoluer et de jouer au sein du groupe</p>
Outils	<p>Document de cadrage de l'action pour les enseignants : Bulletin Officiel du Ministère de l'Éducation nationale sur les horaires et programmes n° 1 hors série du 14 février 2002</p> <p>Instruments de jeu de la vie quotidienne, cordes à sauter, balles...</p>
Bilan de l'action	Évaluer le niveau de compétences spécifiques liées à chaque action
Estimation grossière des coûts	<p>Faible coût d'investissement</p> <p>Faible coût de fonctionnement</p>
Evaluation	Évolution du niveau des compétences de chaque enfant



## Fiche 5. Protocole d'action : promouvoir le développement d'activité physique au cycle des approfondissements (CE2, CM1 et CM2)

Objectif	<p>L'enseignement de l'éducation physique et sportive vise, au cycle des approfondissements :</p> <p>Le développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices</p> <p>L'accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques, sportives et artistiques, pratiques sociales de référence</p> <p>L'acquisition des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en forme</p> <p>L'éducation à la santé par la découverte du fonctionnement du corps en privilégiant les conditions de maintien du corps en bonne santé</p> <p>Les mouvements corporels (fonctionnement des articulations et des muscles)</p> <p>Une première approche des fonctions de nutrition (digestion, respiration et circulation)</p> <p>La reproduction des humains et l'éducation à la sexualité</p> <p>Les actions bénéfiques ou nocives de nos comportements (notamment dans l'alimentation)</p> <p>Des principes simples de secourisme</p>
Population cible	Élèves de CE2 à CM2
Lieu de l'action	École et cour de l'école
Durée	3 heures d'éducation physique et sportive par semaine
Responsable du projet	<p>Au niveau national : Ministère de l'Éducation nationale</p> <p>Au niveau local : directeur d'école</p>
Acteurs de l'action	Enseignants
Modalités de l'action	<p>Activités athlétiques : courses de vitesse, courses d'endurance, sauts en longueur, lancers</p> <p>Activités de natation : nager longtemps</p> <p>Activités d'orientation : escalade, activités nautiques, activités de roule et de glisse, équitation...</p> <p>Activités collectives : jeux de lutte, jeux de raquettes, jeux collectifs (traditionnels ou sportifs)</p> <p>Activités à visée artistique, esthétique ou expressive : gymnastique artistique, gymnastique rythmique, activités de cirque, natation synchronisée...</p> <p>Programmation des activités</p> <p>Trois heures hebdomadaires réparties au minimum sur deux jours distincts par semaine. La pratique journalière, quand elle est réalisable dans des conditions acceptables, doit être recherchée chaque fois que c'est possible</p>
Outils	<p>Document de cadrage de l'action pour les enseignants : Bulletin officiel du Ministère de l'Éducation Nationale sur les horaires et programmes n° 1 hors série du 14 février 2002</p> <p>Instruments de jeu de la vie quotidienne : cordes à sauter, balles, bicyclette, roller...</p>
Bilan de l'action	Évaluer le niveau de compétences spécifiques liées à chaque action
Estimation grossière des coûts	<p>Faible coût d'investissement</p> <p>Faible coût de fonctionnement</p>
Évaluation	Compétences acquises par les élèves



## Fiche 6. Protocole d'action : assurer une heure d'activité physique supplémentaire pour les enfants du CP

Objectif	Encourager l'activité physique des enfants
Population cible	Élèves de CP
Lieu de l'action	École et cour de l'école
Durée	Année scolaire
Responsable du projet	Au niveau national : Ministère de l'Éducation nationale Au niveau local : le directeur d'école
Acteurs de l'action	Enseignants Professeur d'éducation physique
Modalités de l'action	Faire découvrir aux enfants différentes activités motrices qui ne relèvent pas d'une activité sportive : activités individuelles (marche rapide, footing, cordes à sauter, marelles...) ou collectives (jeux de balles, jeux de groupes...) Lier ces activités avec une activité d'éveil sur l'apport énergétique (alimentation, régularité des repas, composition des menus) et la dépense énergétique (bouger) ; expliquer cet équilibre Demander aux enfants de faire des propositions concernant leur propre activité physique en dehors de l'école (seuls, avec les parents, la fratrie, les amis...) ; mettre en valeur les initiatives qui vont réduire le temps passé devant la télévision
Outils	Document de cadrage de l'action pour les enseignants : Bulletin officiel du Ministère de l'Éducation nationale sur les horaires et programmes n° 1 hors série du 14 février 2002 Instruments de jeu de la vie quotidienne, cordes à sauter, balles...
Bilan de l'action	Bilan sur le déploiement de l'action dans les différents établissements au niveau national, régional, appréciation des chefs d'établissement sur la mise en place de l'action
Estimation grossière des coûts	Faible coût d'investissement Faible coût de fonctionnement
Évaluation	En termes de recherche : évolution de l'obésité par rapport à groupes témoins



## Fiche 7. Protocole d'action : promouvoir l'activité physique en dehors de l'école

Objectif	Encourager l'activité physique des enfants et adolescents
Population cible	Enfants et adolescents
Lieu de l'action	Espaces urbains, associations sportives, centres aérés, équipements municipaux
Durée	Vacances scolaires, jours sans classe, après l'école
Responsables du projet	Ministère Jeunesse et sports Élus locaux Responsables associatifs
Acteurs de l'action	Les parents Les jeunes Animateurs sportifs Animateurs associatifs
Modalités de l'action	Développer des espaces urbains de proximité où l'activité physique est agréable et sécurisée Favoriser l'accès de tous aux équipements sportifs Développer l'offre d'activités physiques en clubs et associations
Outils	Aménager des parcs, espaces verts, pistes cyclables, terrains de jeux Créer des coupons sports (accès des plus démunis aux activités sportives) Organiser des sorties et des rendez-vous sportifs et ludiques Créer une communication incitant à l'activité physique
Bilan de l'action	Évaluer le développement de l'offre d'espaces et d'équipements favorisant l'activité physique
Estimation grossière des coûts	Investissement pour l'aménagement et/ou l'amélioration des espaces Fonctionnement pour l'animation et l'organisation des manifestations, l'entretien des espaces, la communication
Évaluation	Estimer l'activité physique (en durée hebdomadaire par exemple) de la population ciblée en fonction de l'offre d'espaces et d'équipements



## Fiche 8. Programme « Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle », fiche séquence « Les sentiments » pour l'école maternelle et le CP<sup>22</sup>

Cycle 1 : École maternelle, CP	Fiche 1 : les sentiments
Objectifs	Repérer les sentiments très fréquemment éprouvés Savoir nommer les émotions et les sentiments éprouvés
Introduction au thème	Sélectionner un livre qui met en évidence plusieurs sentiments aisément reconnaissables par les enfants : joie, tristesse, peur, colère... par exemple, « Le Nakakoué » de C. Ponti (L'École des loisirs, 1977) : « Un matin, alors qu'il se promenait, Zouc trouva une forêt sur sa prairie préférée. Hier, il n'y avait rien, et ce matin, il y avait des arbres partout. Zouc toucha un tronc. Il était mou, rugueux et froid. Ce n'était pas un tronc, mais la patte d'un monstre. Le monstre hurle : un Nakakoué ! Quelle horreur ! Hurlent les autres... » La lecture s'accompagne de mimiques et de gestes qui illustrent et facilitent le repérage et l'identification des sentiments. Expliquer qu'un sentiment ou une émotion correspond à ce qu'on ressent dans diverses occasions, comme recevoir un cadeau, perdre au jeu, voir partir son meilleur ami...
Expression orale	Demander aux élèves de nommer les sentiments éprouvés par les personnages, d'exprimer sur leur visage les émotions repérées et de dire ce qui a motivé ces sentiments et ces émotions. Pour les plus grands, écrire au tableau, dans un premier temps, les sentiments repérés et sous chacun d'eux, les situations qui les favorisent. Dans un second temps, les enfants nommeront les autres sentiments qu'ils connaissent et préciseront les situations qui les favorisent.
Expression corporelle	Nommer un sentiment que des enfants volontaires vont mimer Commentaire : veiller à ce que le maximum d'élèves puisse s'exprimer. Cette première activité est l'occasion de rappeler les règles du programme : écoute, interdiction de critiquer et de se moquer des camarades.
« Comment ça va ce matin ? »	Dessiner sur des cartons, en autant d'exemplaires qu'il y a d'élèves, des pictogrammes représentant des sentiments que les enfants vont devoir identifier. Chaque matin, les élèves choisissent le pictogramme qui traduit les sentiments qu'ils éprouvent à cet instant. Vous-même, choisissez un pictogramme. Quand vous demandez : « Comment ça va ce matin ? », chacun à son tour lève son pictogramme et le montre aux autres. Les élèves et vous-même pouvez ou non commenter ce choix. Il est très intéressant de repérer ainsi les enfants qui se disent souvent tristes ; vous avez plus de légitimité à leur demander ce qui les rend tristes et à en parler avec leurs parents. Un élève qui se dit en colère sera laissé tranquille pendant un moment, le temps qu'il se sente mieux, avant qu'il réintègre lui-même le groupe.
« Les animaux »	Demander aux élèves d'associer le nom d'un animal à un sentiment. Quel est l'animal qui fait peur ? Quel est l'animal qui montre souvent de la peur, celui qu'on associe à la gaieté ou à la colère, celui qui semble triste ?

22. Les fiches 8, 9 et 10 sont tirées de l'ouvrage de FORTIN J. « Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle », Hachette, Paris, 2001 : 144p

## Fiche 8. Suite

---

« Reporter »

À partir de vidéos, ou de diapos prises dans la classe, demander aux enfants d'observer les visages, les mimiques, les gestes qui expriment des sentiments. Cette activité permet de commencer à nuancer les sentiments et à enrichir le vocabulaire en reprenant les mots proposés par les élèves eux-mêmes en fonction des situations. Par exemple, les enfants vont peu à peu distinguer tristesse et ennui ou fatigue, joie et excitation, colère et brutalité...

Si on ne dispose pas de caméra ou d'appareil photo, on recherchera des illustrations photographiques dans les livres, permettant le même repérage des sentiments à partir des gestes et des mimiques.

---

## Fiche 9. Programme « Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle », fiche séquence « Les sentiments » pour le cycle 2

Cycle 2 : CE1 – CE2	Fiche 14 : les sentiments
Objectifs	Repérer différents sentiments Acquérir le vocabulaire nécessaire à l'expression des sentiments Associer les sentiments et les situations qui les favorisent
Introduction au thème	Réunir les élèves en cercle et lire un texte présentant une certaine diversité de sentiments (joie, tristesse, peur, colère...). Par exemple : « Maudit perroquet » de M.A. Murail, dans « Les meilleurs contes d'Astrapi » (Centurion Astrapi, 1990) ou « L'autruche » dans « Contes pour enfants sages » de J. Prévert (Gallimard, 1963, Folio Cadet, 1998) et en marquant bien les intonations correspondant aux différents sentiments, puis reprendre par séquences en laissant les élèves exprimer les sentiments repérés. Par exemple, dans le texte de Prévert, les enfants peuvent repérer, selon leur âge, les expressions et les phrases suivantes : « en colère », « tu m'agaces », « je n'aime pas beaucoup ta mère », « tout le monde a ri, mais moi j'avais envie de pleurer ».
Expression orale	Ce que je ressens quand on me fait un cadeau, on me menace d'une punition, une porte claque dans mon dos, mon meilleur ami est malade, je réussis un devoir. Les élèves peuvent s'exprimer oralement ou mimer le sentiment qu'ils éprouvent.
Expression corporelle	Un élève volontaire choisit et mime un sentiment que les autres doivent deviner. Le premier qui identifie correctement ce sentiment mime à son tour un autre sentiment.
Education et expression artistique	Le mime précédent peut être remplacé par la présentation de portraits choisis dans les magazines. Les enfants sont alors invités à exprimer le sentiment ou l'émotion qu'ils prêtent au personnage. Repérer et exprimer les émotions et les sentiments suscités par les couleurs (couleurs froides et couleurs chaudes). Par exemple, comparer le port de La Ciotat représenté par Braque et celui de Collioure par Derain. Dessiner la figure de quelqu'un de joyeux, triste, en colère, qui a peur... La peindre en tenant compte des émotions qu'apportent les couleurs. Pictogrammes : en première année de cycle 2, dessiner sur une feuille de papier (format 10,5 x 13,5) des pictogrammes correspondant aux sentiments les plus fréquents (joie, tristesse, colère, peur...). Les pictogrammes seront photocopiés en autant d'exemplaires qu'il y a d'élèves, et collés sur des cartons. Les enfants choisissent chaque matin le pictogramme correspondant le mieux à ce qu'ils ressentent, et le placent sur leur table. Rapidement, chaque élève indique à haute voix son état d'humeur. Il a la possibilité de changer de pictogramme au cours de la journée. L'enseignant participe à cette activité en choisissant et en montrant le pictogramme correspondant à son humeur quand il arrive en classe. Commentaire : les élèves perçoivent ainsi que la variabilité des sentiments concerne tout le monde, et qu'il convient d'y porter attention pour s'ajuster au mieux à ses interlocuteurs.
Comptine	Extrait de « Comptines qui chatouillent » de F. David et E. Chollat (Milan Poche Benjamin, 2001) : « Si j'étais de mauvaise humeur, ou renfrogné à faire peur, je ferais de drôles de grimaces en me regardant dans la glace, pour retrouver ma bonne humeur. »



## Fiche 10. Programme « Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle », fiche séquence « Le droit à l'erreur » pour le cycle 3

Cycle 3 : CM1 – CM2	Fiche 33 : le droit à l'erreur
Objectifs	Savoir relativiser un échec pour garder confiance en soi Etre tolérant vis-à-vis des autres
Introduction au thème	<p>Observer</p> <p>À partir de la vidéo d'un match de football (rugby...) ou d'un article de journal avec photo, faire remarquer l'attitude des spectateurs sifflant et conspuant les joueurs qui ratent une passe, un but, un essai, un point..</p> <p>Analyser</p> <p>Les élèves, réunis en cercle, imaginent et expriment les sentiments que les joueurs sifflés peuvent ressentir, puis les sentiments et les motivations des spectateurs agresseurs et, enfin, les sentiments et réactions des joueurs et des spectateurs qui sont témoins de ces manifestations</p> <p>Proposer</p> <p>Diviser la classe en quatre. Le premier groupe s'intéresse aux joueurs sifflés. Il imagine et note par écrit les raisons pour lesquelles ils sont sifflés. Il dresse ensuite une liste des raisons pour lesquelles ils sont sifflés. Il dresse ensuite une liste des réactions possibles des joueurs, en cherchant celles qui leur gardent la meilleure image d'eux-mêmes</p> <p>Le deuxième groupe s'intéresse aux spectateurs qui témoignent leur mécontentement. Leurs réactions sont-elles justifiées ? Quelles en sont les conséquences ? Aident-elles les joueurs ? Quelle satisfaction retirent-ils de leurs réactions ? Pouvaient-ils agir autrement ? Comment ?</p> <p>Le troisième groupe s'intéresse aux joueurs qui ne sont pas sifflés. Quelle est leur attitude vis-à-vis du public et vis-à-vis de leurs camarades ? Que peuvent-ils faire pour que les réactions se modèrent</p> <p>Le quatrième groupe s'intéresse aux spectateurs qui ne manifestent pas. Pourquoi ne font-ils pas comme les autres ? Que pourraient-ils faire vis-à-vis du public perturbateur ?</p> <p>Dans tous les groupes, les avantages et les inconvénients de chaque proposition seront envisagés</p> <p>Commentaire : cette séance concerne tous les élèves et les adultes, car chacun a fait l'expérience de l'échec dans un quelconque domaine. Insister en les mettant en relation avec des événements vécus par les enfants, sur les propositions qui permettent à la personne en difficulté de conserver une image d'elle-même suffisamment positive pour ne pas réagir soit de manière dépressive (« je suis nul », « je n'arriverai jamais à rien ») soit de manière agressive, violente (« je me vengerai », « c'est la faute de ceux qui ne m'aiment pas »)</p> <p>Insister donc, d'une part, sur des réactions individuelles de protection telles que :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– relativiser, prendre de la distance : « ce n'est pas la fin du monde », « je sais que je peux réussir si je le veux vraiment »</li> <li>– l'humour et l'autodérision : « question louper, aujourd'hui, j'étais imbattable »</li> <li>– les manifestations de solidarité dès que l'un des membres de l'équipe (du groupe, de la classe...) est en difficulté</li> </ul> <p>Souligner que parmi les spectateurs, il est probable que certains soient tout aussi mécontents que ceux qui manifestent, mais qu'ils savent se contrôler et ne pas se laisser influencer par les autres (la résistance à la pression des autres se retrouve dans d'autres séquences).</p> <p>Les alternatives à la colère ont été abordées en cycle 2.</p>

## Fiche 10. Suite

---

Expression écrite  
et artistique

Le grand philosophe grec Socrate a écrit : « La chute n'est pas un échec, l'échec est de rester là où on est tombé ».

Après avoir réfléchi, éventuellement à 2 ou 3, les enfants rédigent un texte inspiré de cette citation, en l'appliquant à des situations de leur vie quotidienne.

Quelques textes seront lus par des élèves volontaires et donneront lieu à une discussion autour de l'intérêt à transformer l'échec en une étape salutaire pour se remettre en question, revoir ses façons d'agir et progresser. Souligner le rôle important des camarades pour aider (et non « enfoncer ») celui qui a fait une erreur ou qui a échoué, en l'incitant à rebondir de manière positive. Illustrer la phrase de Socrate.

---

## Fiche 11. Protocole d'action de prévention en santé mentale : adaptation du programme *I can do*<sup>23</sup>

Objectif	Développer les stratégies cognitives et émotionnelles des enfants qui facilitent l'adaptation psychologique aux événements de vie stressants (séparation des parents, transitions scolaires, conflits avec les pairs...) et réduisent le risque de troubles du comportement et d'échec scolaire.
Population cible	Enfants d'école élémentaire (du CE1 au CM2)
Lieu de l'action	La classe
Durée	13 sessions d'une heure pouvant être réalisées à un rythme hebdomadaire
Responsables du projet	Le directeur d'école L'enseignant
Acteurs de l'action	L'enseignant Le conseiller d'éducation Un éducateur formé à la méthode
Modalités de l'action	5 situations ou événements potentiellement stressants sont abordés Les 3 premières séances sont destinées à familiariser les enfants avec les différentes stratégies de « <i> coping </i> » ou stratégies d'ajustement ; les 5 situations de stress sont abordées au cours des 10 séances suivantes (2 séances par facteur de stress) : faire face à une perte, faire face à un déménagement, faire face à la différence, être autonome, faire face à la séparation ou au divorce des parents
Outils	Le manuel d'utilisation Matériel nécessaire : films, textes, jeux
Estimation des coûts	Pas de dépenses spécifiques si animé par l'enseignant Coût minime pour le matériel
Évaluation	Comparés à un groupe témoin, les enfants ayant bénéficié du programme améliorent leurs stratégies sociales de résolution de problèmes et leur sentiment d'efficacité L'impact sur la gestion d'autres facteurs de stress ainsi que sur l'anxiété, l'humeur et les troubles du comportement n'a pas été évalué

23. Adaptation du programme de DUBOW EF. « *I can do, Problem-solving training manual* », Bowling Green State University, 1998 : 162 p