

Activité 1

Inviter les élèves à observer chacune des six photos de la galerie. Animer une conversation en groupe-classe à partir des questions. Au besoin, consulter avec les élèves l'**Outil 7** de la Boîte à outils pour leur rappeler les conditions favorables à l'interaction. Utiliser les pistes suivantes pour guider la conversation.

a Demander aux élèves d'identifier chaque rituel, puis de dire s'il s'agit d'un rituel du matin, du midi ou du soir.

Exemples de réponses :

- Rituel A: Faire son lit: le matin.
- Rituel B: Préparer un lunch: le matin ou le soir; le midi, si on dîne à la maison.
- Rituel C: Prendre l'autobus scolaire: le matin et le soir.
- Rituel D: Se brosser les dents: le matin et le soir.
- Rituel E: Faire ses devoirs: le soir.
- Rituel F: Dire bonjour ou au revoir à ses parents: le matin et le soir; le midi, si on dîne à la maison.

b et **c** Distribuer la **Fiche de l'élève**. Dans un premier temps, demander aux élèves d'encercler sur leur fiche l'emoji qui correspond, selon eux, à chaque rituel (emoji souriant pour « agréable » et emoji triste pour « désagréable »). Au besoin, consulter avec les élèves l'**Outil 3** pour les aider à objectiver ce qu'est une émotion

agréable ou désagréable. Consulter également l'**Outil 4** pour leur faire prendre conscience que les réactions (ou appréciations) peuvent être différentes d'une personne à l'autre.

Ensuite, demander aux élèves d'encercler la photo du rituel qui leur semble le plus agréable et de faire un X sur la photo du rituel qui leur semble le plus désagréable. Inviter les élèves à former des dyades pour comparer leurs réponses. (Est-ce que les rituels les plus agréables et les plus désagréables sont les mêmes? Sont-ils différents? Pourquoi? etc.) Inviter quelques élèves à partager leurs réponses avec la classe en les justifiant. Rappeler que les préférences de rituel peuvent être semblables ou différentes pour chaque personne.

d Amener les élèves à imaginer des questions de compréhension à poser à des amis pour mieux connaître leurs rituels du matin et du soir. (Que fais-tu en premier lorsque tu te lèves le matin? Que manges-tu au petit-déjeuner? Est-ce que tu prépares ton sac d'école le soir ou le matin avant de partir pour l'école? À quelle heure te couches-tu? Combien de fois par jour te brosses-tu tes dents? etc.) Au besoin, consulter avec les élèves l'**Outil 2** pour leur donner des exemples de questions de compréhension.

DCF SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

En amenant les élèves à prendre conscience des rituels qui ponctuent leurs journées et à donner une appréciation de certains rituels, ils prennent conscience de leurs besoins fondamentaux. À cette occasion, il serait opportun de préciser aux élèves que les rituels qu'on adopte dans nos vies participent à combler nos besoins physiques (manger, dormir, jouer, se détendre, etc.), affectifs (séparations et retrouvailles, temps passé en famille et avec les amis) et de sécurité (donner du sens au quotidien, apporter de la stabilité et de la prévisibilité).

FLEXIBILITÉ PÉDAGOGIQUE

Il est possible de réaliser l'activité entièrement en groupe-classe, sans utiliser la Fiche de l'élève. Dans ce cas, écrire au tableau la liste des six rituels qui apparaissent dans la galerie de photos et corriger les réponses des élèves au tableau au fur et à mesure du déroulement de l'activité.