

Activité 3

Observer tout d’abord les 16 photos de la galerie avec les élèves et leur demander d’identifier les rituels illustrés. Au besoin, leur rappeler les conditions favorables à l’interaction en consultant l’**Outil 7** de la Boîte à outils. Utiliser les pistes suivantes pour guider la conversation.

- a** Distribuer la **Fiche de l’élève**. Demander aux élèves lesquels des 16 rituels sont, d’après eux, importants pour prendre soin de soi et rester en santé. Leur demander de les encercler sur leur fiche et les informer que leurs réponses peuvent varier. Demander à quelques élèves de partager leurs réponses avec la classe et de les justifier. Les élèves seront à même de découvrir que la plupart des 16 rituels sont liés de près ou de loin au bien-être. Par exemple, les photos A, F, H, I, J, K et N se rapportent à l’hygiène personnelle et aux besoins fondamentaux. Les photos C, E, G, M et P se rapportent au bien-être général (détente, activités physiques et familiales). Les photos B, D, L et O se rapportent à l’organisation de la vie quotidienne.
- b** Demander aux élèves d’identifier les rituels qu’on fait seulement, ou habituellement, une seule fois par jour (les rituels B, H, I, J, L, par exemple). Les réponses peuvent varier.

- c** Demander aux élèves d’identifier les rituels qu’on fait seulement une ou deux fois par semaine (les photos E, G, M, O, par exemple). Les réponses peuvent varier.
- d** Animer une conversation avec les élèves en leur demandant s’ils ont des rituels différents les jours d’école et la fin de semaine. Noter leurs réponses au tableau, sur deux colonnes. Demander aux élèves d’expliquer leurs réponses à l’aide d’exemples. (Les jours d’école, j’ai plus de rituels, car j’ai plus de choses à faire dans la journée, comme faire mon sac, prendre mon lunch, prendre l’autobus scolaire, etc. La fin de semaine, on a plus de temps libre, on se réveille et on se couche à des heures différentes qu’en semaine, etc.) Au besoin, expliquer la différence entre une conversation et une discussion en consultant l’**Outil 6** de la Boîte à outils. Expliquer que « Donner des exemples » est un moyen très efficace pour appuyer ses idées. Au besoin, consulter l’**Outil 8** avec les élèves.

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 16 rituels qui apparaissent dans la galerie de photos et colliger les réponses des élèves au tableau au fur et à mesure du déroulement de l’activité.

POUR ALLER PLUS LOIN

Site internet (vidéo)

[À quoi ça sert de se laver les mains?](#) – 1 jour, 1 question

Durée: 01:42

Cette vidéo explique pourquoi le lavage des mains est essentiel pour rester en bonne santé.

Site internet (vidéo)

[À quoi ça sert de se brosser les dents?](#) – 1 jour, 1 question

Durée: 01:42

Cette vidéo explique comment le brossage des dents est essentiel pour éviter les caries.

Site internet (vidéo)

[À quoi ça sert de faire du sport?](#) – 1 jour, 1 question

Durée: 01:42

Cette vidéo explique pourquoi l’activité physique est essentielle pour bien grandir et être en santé.