

Activité 1

Inviter les élèves à observer les six photos de la galerie et à écouter les jeunes leur parler de leurs besoins. 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 de quel besoin il est question dans chacune des situations.

Réponses attendues :

- Photo A: Karim parle du besoin de manger.
- Photo B: Charlie parle du besoin de faire des câlins, du besoin d'affection, de se sentir en sécurité, du besoin d'aimer et qu'on nous aime.
- Photo C: Charlotte parle du besoin de propreté ainsi que du besoin de reconnaissance ou d'accomplissement.
- Photo D: Julia parle du besoin de s'amuser, de faire de l'activité physique pour rester en santé.
- Photo E: Élianne parle du besoin de se détendre, de se reposer.
- Photo F: Tobi parle du besoin de bien voir, d'être en santé.

b Demander aux élèves comment chaque jeune répond à son besoin.

Réponses attendues :

- Photo A: Karim mange de bons aliments qu'il aime au petit-déjeuner.
- Photo B: Charlie fait un câlin à ses parents le soir avant d'aller se coucher.
- Photo C: Charlotte se brosse les dents.
- Photo D: Julia s'amuse dehors avec ses amis.

- Photo E: Élianne regarde un album ou un film. Parfois, elle dessine dans son cahier ou prend un bain moussant.
- Photo F: Tobi va voir un optométriste.

c Demander aux élèves d'identifier les émotions exprimées par Charlie, Charlotte et Tobi (photos B, C et F) et les réactions associées à ces émotions. Au besoin, consulter avec les élèves l'**Outil 3** et l'**Outil 4** de la Boîte à outils pour leur donner des exemples d'émotions et de réactions.

Réponses attendues :

- Charlie – *Exemples d'émotions*: calme, bien-être, sérénité, quiétude. *Explication*: Charlie dit que ça lui réchauffe le coeur et que ça lui permet de faire de beaux rêves.
- Charlotte – *Exemples d'émotions*: fierté, satisfaction. *Explication*: Charlotte dit d'elle se sent bien, que ses parents et sa dentiste sont fiers d'elle.
- Tobi – *Exemples d'émotions*: joie, soulagement. *Explication*: Tobi dit qu'il est vraiment content.

d Demander aux élèves s'ils connaissent d'autres besoins des jeunes de leur âge. (Oui, le besoin d'apprendre de nouvelles choses ou de rire. Le besoin d'avoir des amis. Le besoin de boire quand on a soif. Le besoin de vêtements et d'une maison, etc.)

e Demander aux élèves si, à leur avis, les jeunes de leur âge ont tous les mêmes besoins. (Oui, nous sommes tous différents, mais nous avons tous besoin des mêmes choses, par exemple la santé, le plaisir, la sécurité, aller à l'école, etc. Non, certains jeunes ont des besoins spéciaux, comme les jeunes qui ont des problèmes d'apprentissage à l'école, ou les jeunes en situation d'handicap. Certains jeunes peuvent aussi avoir besoin de soins spéciaux.)

DGF SANTÉ EN BIEN-ÊTRE

En amenant les élèves à se questionner sur leurs besoins fondamentaux, sur les façons de les combler ainsi que, par extension, sur les conséquences de leurs choix sur leur bien-être et leur santé, ils explorent tous les axes de développement du domaine général de formation. Toutes les activités de cet atelier amènent les élèves à adopter une démarche réflexive dans le développement de saines habitudes de vie sur le plan de la santé, du bien-être, de la sexualité et de la sécurité.

CT STRUCTURER SON IDENTITÉ

Cette activité permet de mettre en œuvre les composantes *S'ouvrir aux stimulations environnantes* et *Mettre à profit ses ressources personnelles*. En explorant différents besoins, on amène les élèves à faire des liens entre ces situations et leur vie de tous les jours, et à prendre conscience des gestes à poser pour exprimer et combler leurs besoins. Aussi, cette activité permet aux élèves de juger de la qualité et de la pertinence de leurs choix quotidiens.

POUR ALLER PLUS LOIN

Site internet (vidéo)

[À quoi ça sert de faire du sport?](#) – 1 jour, 1 question
Durée: 01:42

Cette vidéo explique l'importance de faire du sport pour rester en santé.

Site internet (vidéo)

[Pourquoi doit-on faire attention à ce qu'on mange?](#)
– 1 jour, 1 question

Durée: 01:42

Cette vidéo explique l'importance de bien manger pour rester en santé.