

GRANDIR ENSEMBLE



APPRENDRE À DONNER SON AVIS.

D'accord ou pas d'accord ?

Pour grandir je dois :	D'accord	Pas d'accord
Manger des légumes		
M'arroser tous les matins		
Aller à l'école		
Me battre avec plus fort que moi		

Grandir c'est :	D'accord	Pas d'accord
Facile		
Dangereux		
Devenir sérieux		
Faire tout ce que je veux		

Être grand c'est :	D'accord	Pas d'accord
Ne plus pleurer		
Être responsable		
Avoir tous les droits		
Ne plus jouer		

Règle du jeu.

D'accord
ou pas d'accord,
se positionner
de part et d'autre
de la ligne.



APPRENDRE À DONNER SON AVIS

Entre nous - Cette activité explore le thème « grandir » avec une réflexion sur les déterminants d'un développement harmonieux avec les siens, avec les autres, dans son environnement. Le traitement collectif des réponses exprimées dans le tableau à double entrée sera également l'occasion de manipuler des éléments de « statistique ».



Entrée dans l'activité santé

S'allonger sur un tapis de sol, fermer les yeux, et respirer calmement. Se concentrer sur la respiration. Inviter les élèves à relâcher tous les muscles du corps : secouer doucement les jambes puis les relâcher; secouer doucement les bras puis les relâcher, soulever une épaule et la relâcher sur le tapis, faire la même chose de l'autre côté. Tourner doucement la tête à droite et à gauche pour relâcher les muscles du cou. Contracter les muscles du visage (grimace) puis les relâcher. Fermer les yeux. Respirer calmement, profondément. Sentir le ventre qui se soulève à l'inspiration et qui s'abaisse à l'expiration. Inviter chacun à se concentrer sur les os de son corps que l'enseignant va nommer les uns après les autres.



L'activité de découverte D'accord – pas d'accord

Se positionner

Sous la direction de l'enseignant chacune des propositions est déchiffrée et chaque élève répond individuellement en se positionnant de part et d'autre d'une ligne tracée au sol, en levant la main ou par écrit. On peut compter les réponses globales de la classe pour un traitement « statistique ».

Défendre une opinion

Pour chaque proposition les élèves sont amenés à justifier leur choix. Le maître complète les propositions en faisant apparaître la multiplicité des déterminants de santé (physiologique, psychologique, sociaux) et leur relative complexité : Tout n'est pas blanc ou noir, juste ou faux etc...

Énoncer les déterminants de la santé :

- physiologique (alimentation, sommeil, activité physique,...).
- psychologique (être aimé...).
- sociale (aller à l'école...).
- mais aussi les droits et les devoirs inhérents à notre avancée en âge.



Une activité complémentaire

Débat : Grandir pour une fille et grandir pour un garçon, quelles différences ?



Pour aller plus loin

Philosopher à l'école primaire : [la méthode Tozzi](#).



Message pour les élèves

Grandir, c'est grandir dans son corps, dans sa tête, avec les autres et dans son environnement. Chacun grandit à son rythme.

Rapport à soi
Rapport aux autres
Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5