

ÉVALUATION FINALE



**S'EXPRIMER AUTOUR
DE LA VIE À L'ÉCOLE.**



L'année prochaine je sais que

.....

À l'école	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Il m'arrive d'avoir des problèmes avec mes camarades				
Je prends du plaisir à apprendre				
Je trouve le temps long				
J'ai peur de ne pas savoir faire				

Quand je ne sais pas faire un exercice	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Je demande au maître ou à la maîtresse				
Je me fais aider par mon voisin ou ma voisine				
J'abandonne				
J'ai mal au ventre				

En sport à l'école	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Je suis content				
Je veux être le meilleur, la meilleure				
Il me tarde que ce soit fini				
Je ne participe pas				

S'EXPRIMER AUTOUR DE LA VIE À L'ÉCOLE

Entre nous - Cette activité permet aux élèves de s'exprimer sur leur ressenti et vécu de la vie scolaire, ainsi que sur l'estime qu'ils ont d'eux-mêmes et la confiance en leurs capacités.



Entrée dans l'activité santé

Cette activité est la base de la relaxation. En respirant profondément, on peut se détendre et se sentir mieux. Voici les 4 étapes qui peuvent aider à se calmer ou s'endormir plus facilement.

Étape 1 : S'allonger, une main sur le ventre, l'autre sur la poitrine.

Étape 2 : Gonfler le ventre en inspirant par le nez en comptant mentalement 2 ou 3 sec.

Étape 3 : Marquer un temps d'arrêt, bloquer sa respiration 2 ou 3 sec.

Étape 4 : Expirer lentement par la bouche pendant 4 à 6 sec., le ventre se dégonfle.

Recommencer 3 à 5 fois.

Cet exercice peut aussi se faire assis ou debout, dès qu'on en ressent le besoin.



Se projeter dans un futur proche

Accompagner les élèves dans la réalisation de la consigne. Entamer un débat sur l'égalité filles - garçons.



Autotest : L'école et moi !

Sous la direction de l'enseignant chacune des propositions est déchiffrée et chaque élève répond individuellement en estimant son ressenti sur une échelle de « jamais à toujours ».

Lors de la restitution, sur le volontariat des élèves, les divers items sont commentés.



Message pour les élèves

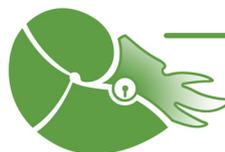
- Être différent n'empêche pas l'amitié. La différence, ça se respecte.
- Certaines plantes comme le niaouli sont utilisées comme matériaux de construction et pour la fabrication de médicaments ou de produits cosmétiques, parfums... Ce que nous sommes est lié à l'environnement qui nous entoure : il est important de bien le connaître.

- Les filles et les garçons ont les mêmes droits. Fille ou garçon je peux jouer aux mêmes jeux, faire les mêmes sports, avoir les mêmes métiers en fonction de mes capacités et de mes choix.

- Chacun de nous a une identité et un caractère particuliers à respecter.

- Pratiquer une activité physique adaptée à soi et de façon régulière est favorable à la santé. Il existe une grande diversité d'activités sportives selon les environnements et les cultures.

Rapport à soi
Rapport aux autres
Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5