

# DES ACTIVITÉS POUR REPÉRER, UTILISER, DÉVELOPPER LES FORCES DE CARACTÈRE.

## HUMOUR :

1. Se saluer de manière amusante (danse, check...)
2. Chanter en cercle.
3. Journée d'école à thème : crazy hair, chaussettes dépareillées...
4. Récréation de folie : chants, danse, chenille, flash mob...
5. Bibliothèque en folie : lectures drôles, illustrations délirantes...

## DISCERNEMENT :

1. Proposer des discussions d'enfants : parler de la meilleure façon de manger un BN au chocolat et pourquoi ?
2. Parler d'un personnage méchant de la littérature et creuser sur les conséquences de son attitude.
3. Jeux de rôles pour résoudre des conflits.
4. Ecrire des listes d'idées au sujet des problèmes rencontrés régulièrement.
5. « Qu'est ce que tu ferais ? » : réponse sous la forme d'une émission télé.

## GENTILLESSE :

1. Porter un tee-shirt positif ou inspirant pour faciliter le retour à l'école le lundi matin.
2. Inciter les actes de gentillesse : tenir une porte, dire bonjour avec un sourire, aider à porter quelque chose...
3. Déposer discrètement un message secret de gentillesse.
4. Finir la journée en partageant un bon moment : comment quelqu'un m'a fait rire aujourd'hui.
5. Féliciter les camarades qui ont rendu service.
6. Assumer ses responsabilités de classe dans l'idée de prendre soin des autres.

## LEADERSHIP :

1. S'assurer que les tâches importantes ont été réalisées.
2. Créer des groupes de coopération avec des rôles définis.
3. Nommer des capitaines en sport.
4. Faire un conseil d'élèves pour améliorer l'école.
5. Créer un espace pour travailler sur des projets passionnants qui nécessitent une organisation.
6. Assumer ses rituels du midi : empiler les assiettes, nettoyer les tables, balayer...
7. Assurer la sécurité des plus petits pour traverser la route.

## AMOUR :

1. Regroupement du matin pour renforcer le sentiment d'appartenance.
2. Créer des groupes d'affinités.
3. Travail en groupes hétérogènes basé sur l'entraide.
4. Créer des binômes « Grand/petit »
5. Commencer la journée en partageant des bonnes nouvelles.

## MAÎTRISE DE SOI :

1. Présenter la technique du cerveau dans la main et ses conséquences sur la maîtrise de soi.
2. Exiger un temps de réflexion de la part des élèves sur la conséquence de leurs actes avant de faire un choix.
3. Demander aux élèves de travailler en groupes.
4. Habituer les enfants à travailler en tant qu'élèves réfléchissant aux situations et à leurs conséquences.

## INTELLIGENCE SOCIALE :

1. Fournir des scénarios à mettre en scène par groupe d'âges.
2. Inviter les élèves à réfléchir à comment rétablir une situation.

## TRAVAIL D'ÉQUIPE.

1. Proposer un défi de construction en équipe (construire une voiture avec du matériel limité).
2. Chaque élève construit son propre modèle.
3. Regroupement pour échanger sur les meilleures idées afin de faire gagner son équipe.
4. Réfléchir sur l'organisation de l'équipe.

## SPIRITUALITÉS :

1. Accepter les croyances des autres.
2. Proposer de la méditation ou des exercices de pleine conscience.

## APPRÉCIATION DE LA BEAUTÉ :

1. Trouver et reconnaître la bonté des autres.
2. Cultiver un potager et récolter.
3. Organiser un voyage d'appréciation : musée, parc naturel, concert...
4. Tenir « un journal de beauté » (liste).
5. Définir la beauté de la nature, de l'art, mais aussi entre deux personnes ou deux groupes de personnes.
6. Commettre des actes de gentillesse non calculés.

## COURAGE :

1. Présenter des actes de courage à travers des articles ou en littérature.
2. Qu'est-ce que la bravoure ? Ce n'est pas l'opposé de la peur, mais c'est la façon dont on répond à la peur.
3. Jeux de rôle.
4. Raconter des événements où on a fait preuve de courage.
5. Dessiner et décorer de belles armures pour montrer ce qui aide à être courageux.
6. Raconter par écrit une situation vécue de courage.

## CRÉATIVITÉ :

1. Quand il y a un problème, le définir et chercher plusieurs façons de le résoudre.
2. Le meilleur, le pire, le plus probable, combien de possibilités ?
3. Choisir un nom de groupe.
4. Inventer un texte.
5. Arts visuels sans consigne.
6. Demander d'approfondir la réflexion pour trouver d'autres idées. « What else ? »

## CURIOSITÉ :

1. Observer en pleine conscience pour voir ce qu'on ne voit plus.
2. Imaginer que l'on porte des lunettes qui améliorent et rendent magnifique ce que l'on voit.
3. 20 questions et qui, quoi, quand, où, comment.
4. La boîte mystérieuse. Un élève amène un objet dans une boîte et les autres doivent poser des questions pour deviner ce qui s'y cache.
5. Utiliser ses sens pour deviner un objet touché ou senti.
6. Comparer différentes choses.

## JUSTICE :

1. Enseigner ce qui est juste. Donner à chacun ce dont il a besoin, pas la même chose à tout le monde.
2. Traiter les gens comme on aimerait être traité.
3. Les aider à identifier leurs actes d'injustice et ceux des autres.
4. Jouer à des jeux où il n'y a qu'un seul gagnant.

## AMOUR DE L'APPRENTISSAGE :

1. Identifier sa forme d'intelligence. Faire le test des intelligences multiples.
2. Proposer différentes façons de s'engager dans les apprentissages. Varier les approches (textes, audio, vidéo, gestuelle...)
3. Donner le choix des sujets pour les projets, enquêtes...

## ENTHOUSIASME :

1. Demander aux élèves d'écrire ou d'exprimer toutes les situations où ils se sentent vivants, excités.
2. Penser à une situation où on fait les choses sans enthousiasme et une autre où on est à fond dans ce que l'on fait, et comparer les deux.
3. Rituel d'activité physique en classe (danse, mouvements croisés... pour gagner en énergie).
4. Enseigner ou échanger sur des sujets qui nous passionnent.

## PERSÉVÉRANCE :

1. Faire une randonnée longue et difficile : un défi physique qui semble difficile mais qui est faisable et demander aux élèves d'aller jusqu'au bout.
2. Interviewer une personne de leur entourage qui raconte un moment où elle a persévéré.
3. Faire des recherches sur une célébrité culturelle ou historique (lecture, vidéo) qui a fait preuve de persévérance.
4. Inviter des personnes qui viennent parler de persévérance dans leur vie.
5. Montrer des exemples (vidéos) d'échec de personnes célèbres.

## PERSPECTIVE :

1. S'aligner physiquement lorsqu'on vit une situation identique (se référer à une liste) et échanger nos points de vue.
2. Comprendre les perspectives alternatives par la lecture des « 3 petits cochons ».
3. Rédiger son point de vue suite à la lecture d'un livre et émettre un avis sur les actions des personnages.
4. Raconter une histoire personnelle avec argumentation des choix réalisés.

## PRUDENCE :

1. Proposer des jeux où les élèves expérimentent la prise de risque (ex : le jeu de société Risk)
2. Organiser un débat où la règle est d'attendre 10 secondes avant de répondre.
3. Discuter ou écrire au sujet d'expériences que l'on a faites et regrettées.

