

# 100 façons de prendre soin

Un projet que les enseignants suivent souvent est celui des 100 premiers jours d'école. Ce tableau d'affichage utilise la même prémisse, mais se concentre sur 100 façons différentes dont la classe a été "prise" en train de prendre soin d'elle-même et des autres.

## Sous-Concept(s)

Compassion, Serviabilité, Gratitude, Gentillesse

## Calendrier du projet

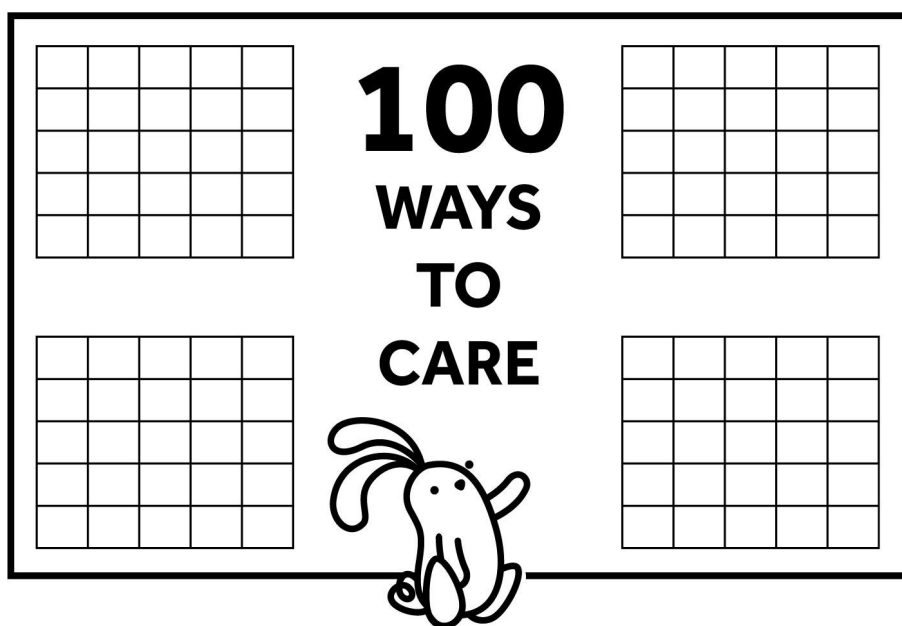
25-30 minutes

## Matériaux nécessaires

- ☐ Petits cailloux, blocs ou billets
- ☐ 1 tasse pour chaque élève
- ☐ Autocollants étoiles
- ☐ Fournitures de tableau d'affichage

## Étape 1:

Créez votre tableau d'affichage « 100 façons de prendre soin ». Utilisez ce qui suit comme modèle, en ajoutant votre touche personnelle !



Chaque grille est composée de 25 cases : 5 rangées de 5. Cela permet également de s'entraîner à compter par sauts lors de cette activité. Le moyen le plus simple de créer les grilles consiste simplement à créer un tableau 5 par 5 dans votre application de traitement de texte, puis à l'imprimer et à le monter sur du papier cartonné de couleur avant de l'ajouter au babillard.

## Étape 2:

Placez une tasse pour chaque enfant au bureau ou au centre de la table communautaire. Expliquez que vous allez attraper les élèves qui s'occupent tout au long de la journée. Lorsque vous voyez l'attention ou l'un de ses assistants (compassion, serviabilité et gratitude), vous déposerez une pierre (ou tout autre objet que vous choisirez) dans leur tasse. Encouragez les élèves à vous faire savoir également lorsqu'ils observent que d'autres

personnes sont également attentionnées. C'est le bon type de "tattling" ! L'objectif est de mettre en évidence la bienveillance tout au long de votre journée scolaire.

### Étape 3:

À la fin de la semaine, rassemblez-vous à votre temps de cercle/secteur communautaire et demandez aux élèves d'apporter leurs tasses. Demandez aux élèves de taper sur leurs genoux et de se joindre à vous dans une chanson ou un chant sur la bienveillance. Cela renforcera la définition de la bienveillance tout en créant un rythme régulier pour aider à calmer leur corps et augmenter leur capacité de concentration. Appelez chaque élève et demandez-leur de jeter leurs pierres (ou blocs, etc.) dans un grand bol. Au fur et à mesure que les élèves arrivent, demandez-leur de partager une façon dont ils ont montré qu'ils se souciaient d'eux-mêmes ou des autres au cours de cette semaine. Une fois que chaque élève a ajouté sa bienveillance dans le bol, ajoutez une étoile sur le tableau d'affichage pour chaque acte de bienveillance. Vous pouvez demander à l'étudiant du jour/de la semaine de vous aider, de choisir des étudiants au hasard ou de répartir les autocollants de manière égale entre les étudiants si possible. Répétez pendant 4 semaines OU jusqu'à ce que vous atteigniez 100 actes de bienveillance !

### Étape 4:

Célébrez 100 façons de prendre soin ! Tout comme vous organisez une fête des 100 jours d'école, organisez également une fête pour cet événement. Pour mettre en valeur la gentillesse impliquée dans l'atteinte de cet objectif, invitez spécialement les enseignants, le directeur et les parents à votre fête également !

Caring Song/Chant Idea (sur l'air de "Row, Row, Row, Your Boat") :

je peux prendre soin de toi,  
Je peux m'occuper de moi.  
Aider quelqu'un  
me rend vraiment heureux.



DÉSIGNÉ PAR CASEL  
COMME PROGRAMME  
RECOMMANDÉ POUR  
L'APPRENTISSAGE SOCIAL  
ET ÉMOTIONNEL.

Le Collaboratif pour l'apprentissage scolaire, social et émotionnel (CASEL) examine les programmes SEL fondés sur des données probantes depuis 2003. Kindness in the Classroom® répond au programme SElect de CASEL et est inclus dans le Guide CASEL pour des programmes efficaces d'apprentissage social et émotionnel.

Kindness in the Classroom® a atteint ou dépassé tous les critères de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité. Kindness in the Classroom® a reçu la plus haute distinction de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®