

PÉRIODE 5



Activités	Axes EVAR	Compétences EVAR
Séance 1 : Conversation avec Voltaire	Rencontrer les autres et construire des relations, s’y épanouir	<p>Avant 4 ans : Développer la capacité de s’affirmer par la parole et l’échange. Apprendre à envisager et respecter la parole de l’autre.</p> <p>À partir de 4 ans : Identifier une personne de confiance, apprendre à faire appel à elle. Renforcer son attention à ses sensations et à celles des autres.</p> <p>À partir de 5 ans : Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l’autre. Décrire les composantes positives d’une relation (écoute, échange, respect, empathie). Développer des liens sociaux positifs (aller vers l’autre, poser des questions, partager ses goûts).</p>
Séance 2 : Gymnastique douce en coopération	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	<p>Avant 4 ans : Connaître son corps ; prendre conscience de l’intimité et des ressentis.</p> <p>À partir de 4 ans : Identifier ses émotions et ses sensations ; exprimer ce que l’on ressent dans des situations de détente.</p> <p>À partir de 5 ans : Prendre conscience que les réactions diffèrent selon les personnes ; apprendre à se détendre et à exprimer ses ressentis clairement.</p>
Séance 3 : “Bonjour, comment tu t'appelles ?”	Rencontrer les autres et construire des relations, s’y épanouir	<p>Avant 4 ans : Apprendre à saluer, se présenter et écouter l’autre.</p> <p>À partir de 4 ans : Poser des questions simples et répondre, en adaptant ses échanges aux émotions et réactions de l’autre.</p> <p>À partir de 5 ans : Maintenir une conversation courte, comprendre que chacun peut ressentir et exprimer les choses différemment.</p>
Séance 4 : Découverte de l’histoire en images	Rencontrer les autres et construire des relations, s’y épanouir	<p>Avant 4 ans : Développer la capacité de respecter les émotions des autres (dire oui/non à une aide proposée, accepter ou refuser un geste de consolation). Apprendre à reconnaître quand l’autre ne va pas bien.</p> <p>À partir de 4 ans : Identifier une personne de confiance . Comprendre que certaines émotions (tristesse, peur) nécessitent de chercher ou proposer de l’aide. Renforcer son attention à ses sensations et à celles des autres.</p> <p>À partir de 5 ans : Identifier différents types de sentiments dans la relation à l’autre (tristesse, amitié, empathie, réconfort). Décrire les composantes positives d’une relation : soutien, respect, aide, écoute, réconfort. Développer l’empathie à travers des échanges .</p>

Séance 5 : Jouons l'aventure

Rencontrer les autres et
construire des relations, s'y
épanouir

Avant 4 ans : Exprimer un accord ou un refus dans un échange.
À partir de 4 ans : Identifier et exprimer des émotions de base dans un dialogue.
À partir de 5 ans : Jouer et comprendre différents sentiments (amitié, empathie), coopérer dans une histoire commune.

Séance 6 : Chanson "Pauvre Poppy"

Rencontrer les autres et
construire des relations, s'y
épanouir

Avant 4 ans : Reconnaître et exprimer une émotion simple (joie, tristesse) en chantant avec les autres.
À partir de 4 ans : Partager des émotions à travers le chant collectif et les gestes.
À partir de 5 ans : Explorer différentes façons d'exprimer une émotion (intonation, attitude, expression corporelle) et comprendre que chacun peut ressentir et exprimer différemment.

Séance 7 : Consolée comme Poppy

Rencontrer les autres et
construire des relations, s'y
épanouir

Avant 4 ans : Accepter ou refuser une aide proposée, reconnaître une situation de tristesse.
À partir de 4 ans : Formuler une demande simple ou proposer une aide à un pair.
À partir de 5 ans : Comprendre que les besoins diffèrent selon chacun, proposer des solutions adaptées, coopérer dans un échange respectueux.

Rituel : Les émotions collectives

Rencontrer les autres et
construire des relations, s'y
épanouir

Avant 4 ans : Identifier et nommer des émotions simples ressenties face à une musique ou une image.
À partir de 4 ans : Partager ses émotions et écouter celles des autres.
À partir de 5 ans : Comprendre que les émotions peuvent varier selon chacun et exprimer ce que l'on ressent de manière adaptée.

Jeu : Comptines et auto-massages

Se connaître, vivre et grandir
avec son corps

Avant 4 ans : Explorer son corps et ressentir les parties massées ou manipulées.
À partir de 4 ans : Apprendre à se détendre et reconnaître ses sensations corporelles (tension/détente).
À partir de 5 ans : Prendre conscience des différences de sensations selon les parties du corps et utiliser ces techniques pour se réguler émotionnellement.

teacherpirouette