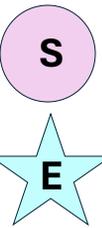


Trousse du CEBM, pour l'enseignant de la maternelle - 4 et 5 ans, destinée au développement émotionnel et social



En anglais seulement



L'avion désolé de Deborah MacNamara (traduction du livre à venir)

Résumé du livre : Lorsque Mathilde brise accidentellement un ballon qu'elle et sa sœur Lucie ont trouvé, Lucie demande des excuses. Leur maman leur explique qu'il est impossible de s'excuser si on ne porte aucune excuse en soi.

Thème abordé :

- Se sentir désolé

Période de l'année :

- Hiver / printemps

Livres secondaires associés :

- *Au cœur des mots* - de Kate Jane Neal
- *Pas moi* - d'Élise Gravel

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- **Lire l'histoire avec l'ensemble du groupe** (l'enseignant a recours à une copie papier du livre, plutôt que de faire écouter aux enfants le récit sous un format vidéo).
- Poser des questions aux enfants à propos du livre, pour maintenir leur intérêt et les amener plus loin en ce qui concerne le message de l'histoire (il peut être avantageux d'avoir un **signet** avec des questions prédéterminées).
- Avoir recours à des **accessoires** (p.ex. **ballon, modèles d'avion miniature, cœurs pour représenter les excuses**) afin d'accroître leur intérêt quant à l'histoire.

Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- **Relire** la même histoire avec un **petit groupe** d'enfants ciblés du palier 2.
- Disposer d'un deuxième exemplaire du livre, qui pourrait être prêté à chaque enfant du palier 2 pour qu'il le lise avec **son/ses parents lorsqu'il sera à la maison** (livre à emprunter en rotation).

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- **Relire** le même récit, avec un enfant du palier 3, **sur une base individuelle**.
- Détenir un deuxième exemplaire du livre, qui pourrait être prêté à chaque enfant du palier 3, pour qu'il le lise avec **son/ses parents à la maison**.

Adaptations à effectuer pour les enfants aux besoins particuliers :

- Ce livre peut ne pas convenir à certains enfants aux besoins particuliers (p.ex. de faire le lien entre le cœur muni d'un parachute et être désolé).

EHDAA

S = développement social

E = développement émotionnel

EHDAA

= besoins particuliers



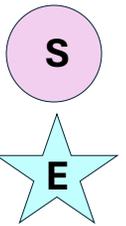


L'avion désolé
Deborah MacNamara

<p>1. Quand tu regardes la couverture, que penses-tu que ce livre raconte ?</p>
<p>2. Que ressentent Lucie et Mathilde quand elles trouvent le ballon dans l'arbre ?</p>
<p>3. Qu'arrive-t-il à « Clémentine » (le ballon) quand Mathilde lui fait un câlin ?</p>
<p>4. Comment crois-tu que Lucie s'est sentie? Et Mathilde ?</p>
<p>5. Pourquoi Mathilde ne veut pas « s'excuser » ?</p>
<p>6. Où sont allées les « excuses » de Mathilde ?</p>
<p>7. Comment se sent Lucie quand elle n'a pas « d'excuses » de Mathilde ?</p>
<p>8. Que fait leur mère pour les aider ?</p>
<p>9. Quand Mathilde a du temps pour penser et jouer, que décide-t-elle de faire ?</p>
<p>10. Selon toi, que ressentent Lucie et Mathilde lorsque Mathilde donne à Lucie un bonbon, un dessin de « Clémentine » et un câlin ?</p>
<p>11. Comment peux-tu montrer à quelqu'un que tu es désolé quand il y a eu un conflit ?</p>

APERÇU DES CARTES D'ACTIVITÉS

The Sorry Plane de Deborah MacNamara
(traduction française à venir)



DÉVELOPPEMENT ÉMOTIONNEL

À l'intérieur :

- Séquence narrative (pages 4-7)
- Nommer les émotions (pages 8-11)
- Marionnettes sur un bâtonnet (pages 12-13)



DÉVELOPPEMENT SOCIAL

À l'intérieur :

- Mobile aérien (pages 14-23)
- Cœurs munis d'un parachute (pages 24-27)

En plein air :

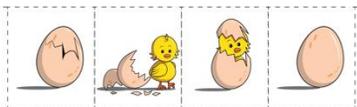
- Je crois que je peux voler (pages 28-29)

COMPOSANTE PARENTALE

- Mobile aérien (page 30)
- RESSOURCES POUR LES ADULTES : articles, infographique (page 30)

SÉQUENCE NARRATIVE

1	2	3	4
---	---	---	---



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Matériel requis :

Photocopies de quelques pages du livre en anglais (choisir 4 à 5 pages) en cliquant sur le lien suivant : <https://www.zoe-si.com/the-sorry-plane>. Il y paraît des illustrations avec peu de texte, lequel est majoritairement bilingue. La traduction du livre en français sera disponible ultérieurement.

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Inviter les enfants à placer les pages dans l'ordre qui correspond à leur souvenir du déroulement de l'histoire.
- Les encourager à raconter l'histoire de nouveau.
- Les enfants peuvent travailler en petits groupes (2 à 3 enfants) et s'entraider.

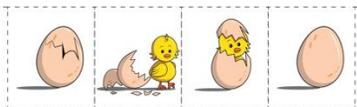
Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Refaire la même activité avec un petit groupe d'enfants ciblés au palier 2, dans la classe ou **au sein d'un endroit alternatif**. Ces derniers peuvent bénéficier de pratiques additionnelles, qui sont plus personnalisées que celles effectuées au sein du groupe-classe.
- Les inviter à raconter une situation où ils ont fait quelque chose accidentellement et qu'on a voulu ensuite qu'ils s'excusent. Leur demander comment ils se sont sentis à cette occasion.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Répéter la même activité avec un enfant au palier 3, en disposant du support d'un adulte **dans un lieu alternatif**. Cet enfant bénéficiera de pratiques additionnelles, qui sont plus personnalisées que celles accomplies au sein du groupe-classe.
- L'amener à raconter un épisode où il a accidentellement fait quelque chose et que l'on a désiré qu'il s'excuse. Lui demander ce qu'il a ressenti à cet instant.

SÉQUENCE NARRATIVE



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Utiliser moins de pages pour élaborer la séquence; en choisir 2 à 4.
- Effectuer des liens directs avec des exemples spécifiques qui ont été observés en classe ou dans la cour de récréation. Le fait de rendre l'activité concrète aidera les enfants à établir une connexion avec celle-ci.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- Se servir d'un nombre moindre de pages pour créer la séquence; en choisir 2 à 4.
- Faire des liens directs avec des exemples spécifiques rencontrés dans la salle de classe ou la cour de récréation. Rendre l'activité concrète permettra aux enfants d'y adhérer.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Cette activité n'est pas recommandée pour les enfants qui ont des besoins particuliers (elle peut leur sembler trop abstraite).

 = développement social  = développement émotionnel  = besoins particuliers

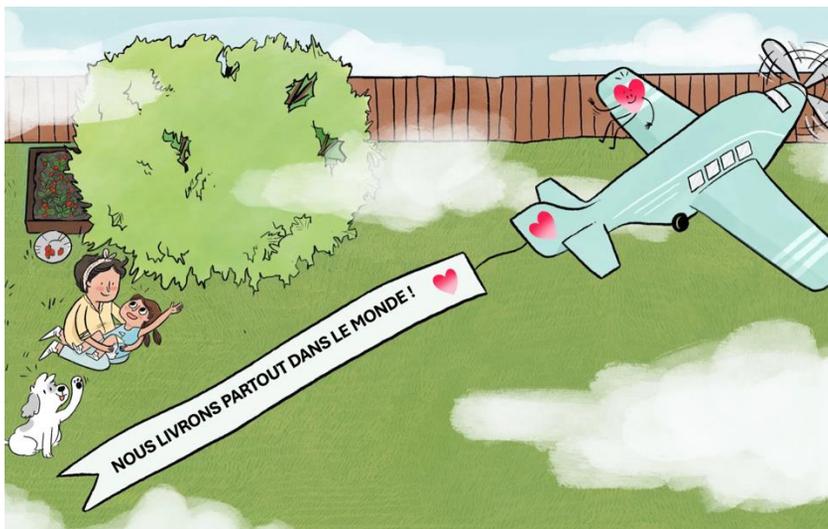
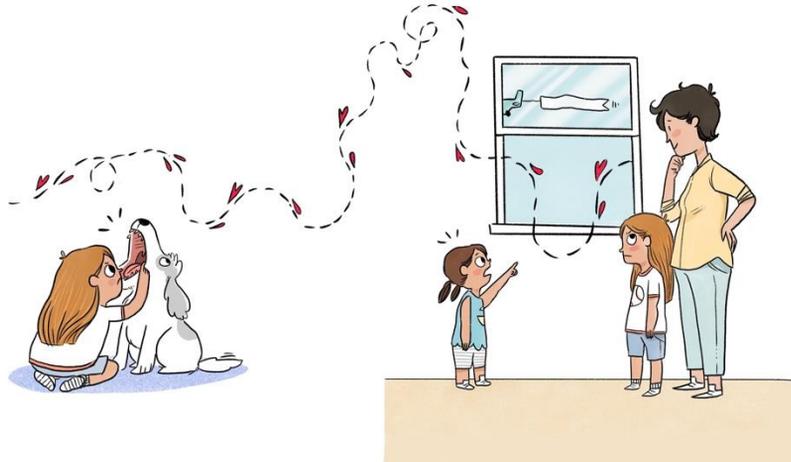


SÉQUENCE NARRATIVE (exemple)



Télécharger des images complètes en cliquant sur ce lien :
<https://www.zoe-si.com/the-sorry-plane>

SÉQUENCE NARRATIVE (exemple)



Télécharger des images complètes en cliquant sur ce lien :
<https://www.zoe-si.com/the-sorry-plane>

NOMMER LES ÉMOTIONS



Heureuse



Triste



Fatiguée



Espiègle

ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Matériel requis :

- [Cartes-photos d'émotions](#) ou des photos personnelles des enfants.
- Un miroir peut également être utilisé pour observer les diverses expressions émotionnelles.

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Animer une discussion avec l'ensemble du groupe portant sur le fait de nommer les émotions.
- Amener les enfants à remarquer les différences relatives aux différents visages (p.ex. yeux, bouche, expressions faciales) et comment elles reflètent diverses émotions.
- Inviter les enfants à choisir une émotion et à partager quand ils la ressentent.
- Les encourager à échanger sur ce qui est arrivé pour qu'ils éprouvent une telle émotion, et ce qui peut les aider à se sentir mieux.
- Les cartes d'émotions proposées pour cette activité sont les suivantes : frustration, colère, déception, excitation, tristesse, joie et surprise.

Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Répéter la même activité avec un petit groupe d'enfants ciblés au palier 2. Ces derniers peuvent bénéficier de pratiques additionnelles, qui sont plus personnalisées que celles effectuées au sein du groupe-classe.
- Demander aux parents de transmettre des photos personnelles peut s'avérer utile afin de permettre aux enfants de s'identifier à un niveau plus personnel.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Refaire la même activité propre aux cartes-photos d'émotions avec un enfant au palier 3. Ce dernier a souvent de la difficulté à distinguer les émotions qui l'habitent.
- L'adulte peut aider l'enfant en lui fournissant divers exemples qui lui permettront de se familiariser avec des expériences variées.
- Avoir en sa possession des photos qui ont été envoyées par le(s) parent(s) peut être profitable pour aider l'enfant à comprendre ce qui se passe à un niveau plus personnel.

NOMMER LES ÉMOTIONS



Heureuse



Triste



Fatiguée



Espiègle

ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Simplifier l'activité en recourant uniquement aux émotions primaires de base.
- Les jeunes enfants peuvent avoir de la difficulté à verbaliser leurs émotions. Il serait bénéfique que l'adulte modélise la manière de nommer les émotions au moyen de quelques exemples personnels.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- Les enfants au palier 3 éprouvent fréquemment d'importantes difficultés à faire face à leurs émotions et à les nommer, bien qu'ils soient souvent « remplis » de grandes émotions. Cette expérience est particulièrement vulnérable et difficile pour eux. Les adultes doivent donc les aider en compensant, en nommant les émotions et en se montrant bienveillant à leur égard, et ce, puisque les efforts des enfants sont réels et considérables.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Simplifier l'activité en n'utilisant que les émotions primaires de base.
- Il est recommandé d'employer un langage descriptif et de recourir à la modélisation pour les aider à identifier les diverses émotions figurant sur les cartes.

 = développement social

 = développement émotionnel

 = besoins particuliers





Happy/Heureux



Mad/Fâché



Worried/Inquiet



Frustrated/Frustré



Silly/Coquin



Proud/Fier



Surprised/Surpris



Excited/Excité



Scared/Apeuré



Tired/Fatigué



Sad/Triste



Upset/Déçu

MARIONNETTES SUR UN BÂTONNET



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Matériel requis :

- Feuilles de papier blanc ou photos personnelles des enfants (qui peuvent être utilisées pour découper)
- Ciseaux, colle, crayons de couleur, bâtonnets en bois

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Inviter les enfants à créer des marionnettes à partir de bâtonnets en bois.
- Les inciter à se servir des marionnettes pour reconstituer l'histoire du livre ou pour créer leurs propres scénarios.
- Discuter de ce qu'ils ont éprouvé lorsqu'ils ont été confrontés à une situation où ils se sont sentis obligés de s'excuser, alors qu'ils n'étaient pas disposés à le faire.

Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Répéter cette activité dans un contexte de petits groupes avec des enfants ciblés au palier 2.
- Ils bénéficieront de pratiques additionnelles, qui sont plus personnalisées que celles effectuées au sein du groupe-classe.
- Demander aux parents de transmettre des photos personnelles peut s'avérer utile, afin de permettre aux enfants de s'identifier à un niveau plus personnel.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Refaire la même activité avec un enfant au palier 3. Il bénéficiera de pratiques additionnelles, qui sont plus personnalisées que celles accomplies au sein du groupe-classe.
- L'adulte peut aider l'enfant en lui procurant divers exemples, qui lui permettront de se familiariser avec différentes expériences.
- Avoir en sa possession des photos qui ont été envoyées par le(s) parent(s) peut être profitable pour aider l'enfant à comprendre ce qui se passe à un niveau plus personnel.

MARIONNETTES SUR UN BÂTONNET



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Certains enfants de 4 ans peuvent avoir de la difficulté à dessiner et à découper. Il serait préférable d'utiliser des photos pour faciliter la tâche.
- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- Tenir compte du fait que cette activité peut susciter trop de vulnérabilité ou être un élément déclencheur pour certains enfants au palier 3.
- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Certains enfants aux besoins particuliers peuvent éprouver des difficultés à dessiner et à découper. Il serait préférable de se servir de photos pour rendre la tâche plus facile.
- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.

S = développement social

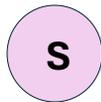
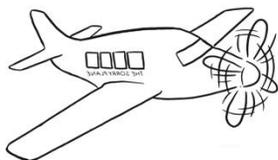
E = développement émotionnel

EHDAA = besoins particuliers



Cette trousse a été conçue par Martine Demers et Catherine Korah (CEBM), et Lucie Brisebois (RSB), avec la collaboration d'enseignants de la maternelle – 4 et 5 ans
Traduit par Nathalie Malo – juillet 2025

MOBILE AÉRIEN



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Matériel requis :

- **Version pour l'enseignant :** modèle d'avion (voir la version traduite ci-dessous) <https://www.adventure-in-a-box.com/diy-valentine-foam-airplane-printable-design/>
- **Version pour l'enfant :** feuilles de papier pour construire l'avion ou les pages à colorier « *The Sorry Plane* », que vous pouvez trouver à l'adresse suivante : <https://dev.macnamara.ca/wp-content/uploads/2019/11/Plane-7.jpg>
- Ciseaux, colle, crayons de couleur, ficelle/ruban, épingles à linge.

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Inviter les enfants à créer un mobile dont la pièce centrale est un avion auquel sont suspendus des cœurs portant un parachute.
- Cette activité exigera du soutien additionnel d'un adulte, puisque le découpage et la manipulation des différentes pièces constitueront un défi pour les enfants de ce groupe d'âge.
- Il est préférable d'effectuer cette activité en regroupant quelques enfants à la fois au sein d'une « station de construction d'avions », afin qu'ils puissent bénéficier de l'aide requise, tout en sachant qu'ils auront la chance de fabriquer leur propre avion à tour de rôle.
- Pour des groupes plus jeunes, il est conseillé d'utiliser [la page à colorier « The Sorry Plane »](#), au lieu de fabriquer l'avion à partir de feuilles de papier.

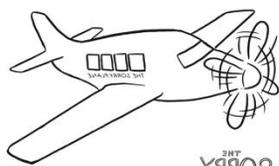
Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Les enfants au palier 2 auront besoin de l'accompagnement d'un adulte pour suivre la séquence des étapes, notamment pour découper et insérer les ailes dans la structure de l'avion pour qu'elles soient bien assemblées.
- Bien que cette activité soit particulièrement amusante, elle peut également devenir une source considérable de frustration. Il sera essentiel de procurer du soutien tangible aux enfants.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Les enfants au palier 3 nécessiteront l'accompagnement individualisé d'un adulte afin de respecter la série d'étapes – de découper et de placer les ailes dans la structure de l'avion afin qu'elles soient mises en place adéquatement.
- Quoique cette activité puisse être vraiment amusante, elle présente aussi un énorme risque de frustration. Il sera donc indispensable d'offrir une aide concrète aux enfants.

MOBILE AÉRIEN



S

ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Certains enfants de 4 ans peuvent avoir de la difficulté à dessiner et à découper. Il est possible de leur faciliter la tâche en utilisant plutôt la page à colorier « *The Sorry Plane* ».
- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.
- Certains enfants au palier 3 peuvent éprouver des difficultés avec le concept de se sentir désolé, et ce, dans la mesure où celui-ci s'avère une source de vulnérabilité pour eux. S'assurer de respecter leur rythme.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Certains enfants peuvent éprouver des difficultés à découper et à coller en raison de leur motricité fine. Le fait de coller des items peut leur paraître inconfortable compte tenu de la texture.
- Cette activité peut ne pas convenir à certains enfants aux besoins particuliers (p.ex. d'établir un lien entre le cœur muni d'un parachute et se sentir désolé).
- La notion d'être désolé peut s'avérer trop abstraite pour certains enfants qui ont des besoins particuliers (p.ex. ils auront du mal à faire le lien entre le cœur muni d'un parachute et se sentir désolé).

S

= développement social



E = développement émotionnel

EHDAA

= besoins particuliers



MOBILE AÉRIEN (version destinée aux enseignants, qui agit à titre de rappel visuel dans la salle de classe)





PLANEUR DE LA SAINT-VALENTIN À IMPRIMER GRATUITEMENT



Disponible en cliquant sur ce lien : <https://www.adventure-in-a-box.com/diy-valentine-foam-airplane-printable-design/>

PAGE 1

**MODE D'EMPLOI pour
construire un avion en
mousse de polystyrène**

**Imprimer les
pages 1 et 2.**

**Coller les
modèles de la
page 1 sur une
feuille de
mousse en
polystyrène.
Attendre que ce
soit sec.**

**Découper les
différentes
parties de
l'avion.**

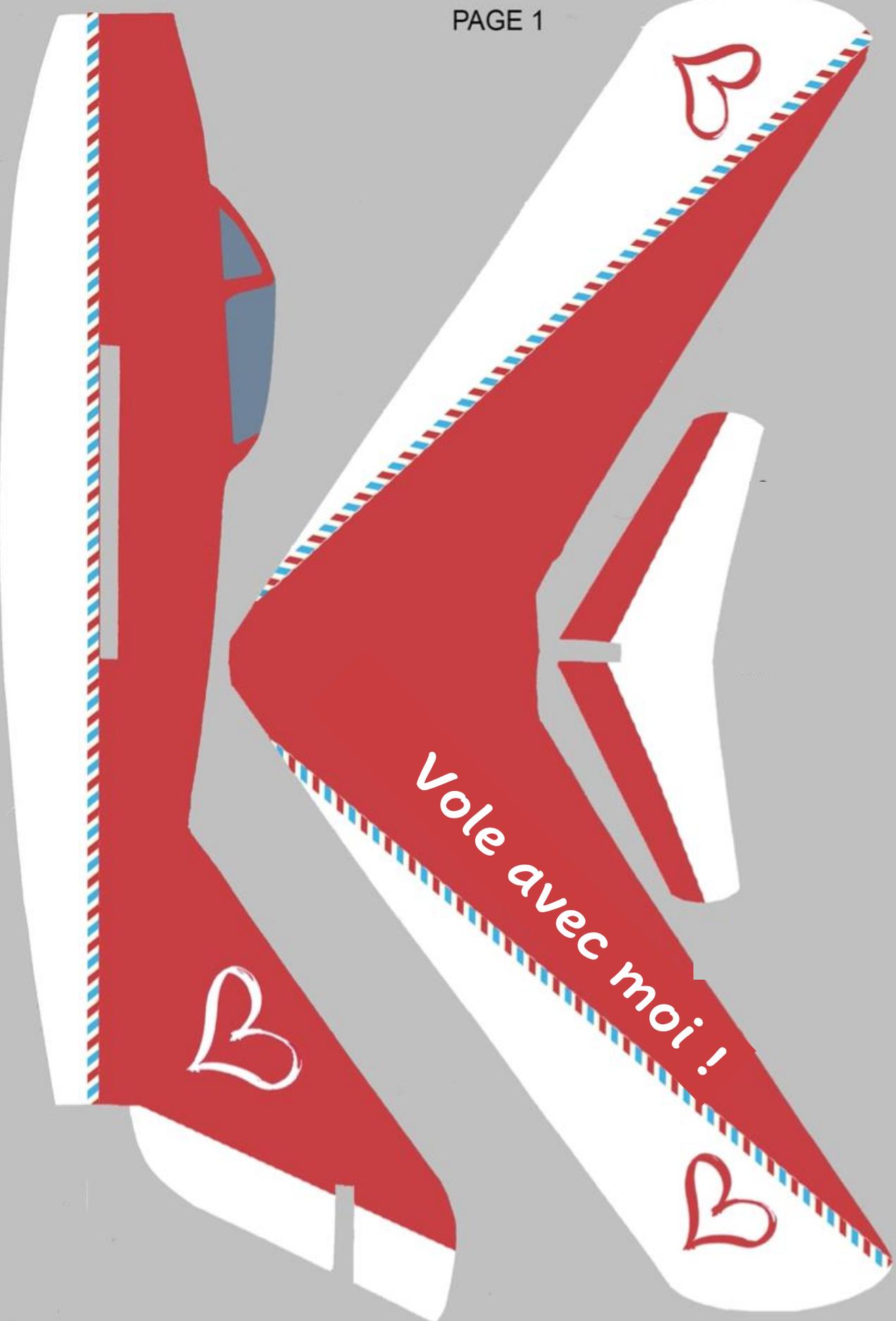
**Découper et
coller les
modèles de la
page 2 au verso.**

**Équilibrer
l'avion en
collant une
pièce de
monnaie sous
ses ailes.**

**Assembler le
tout !**

Vole avec moi !

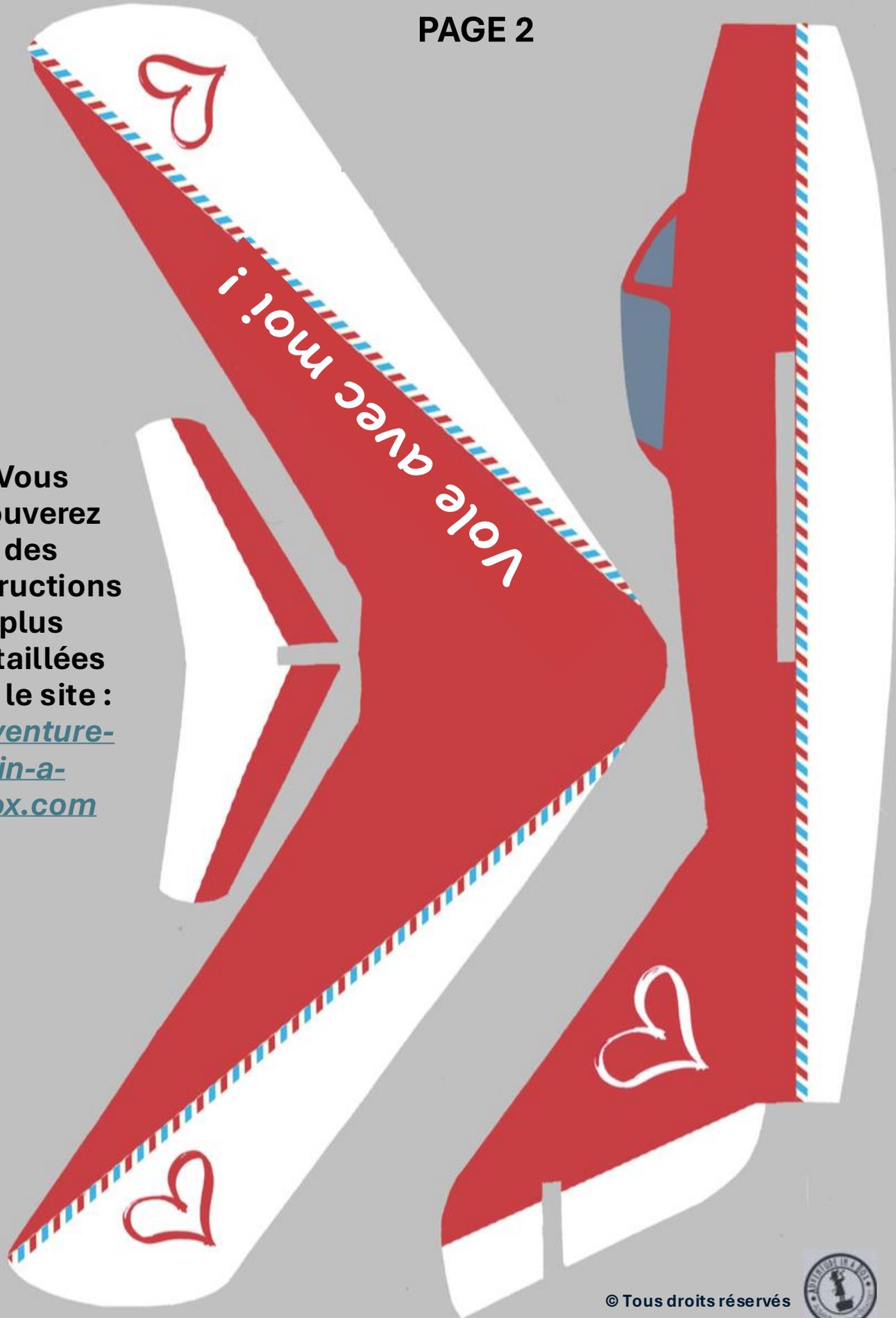


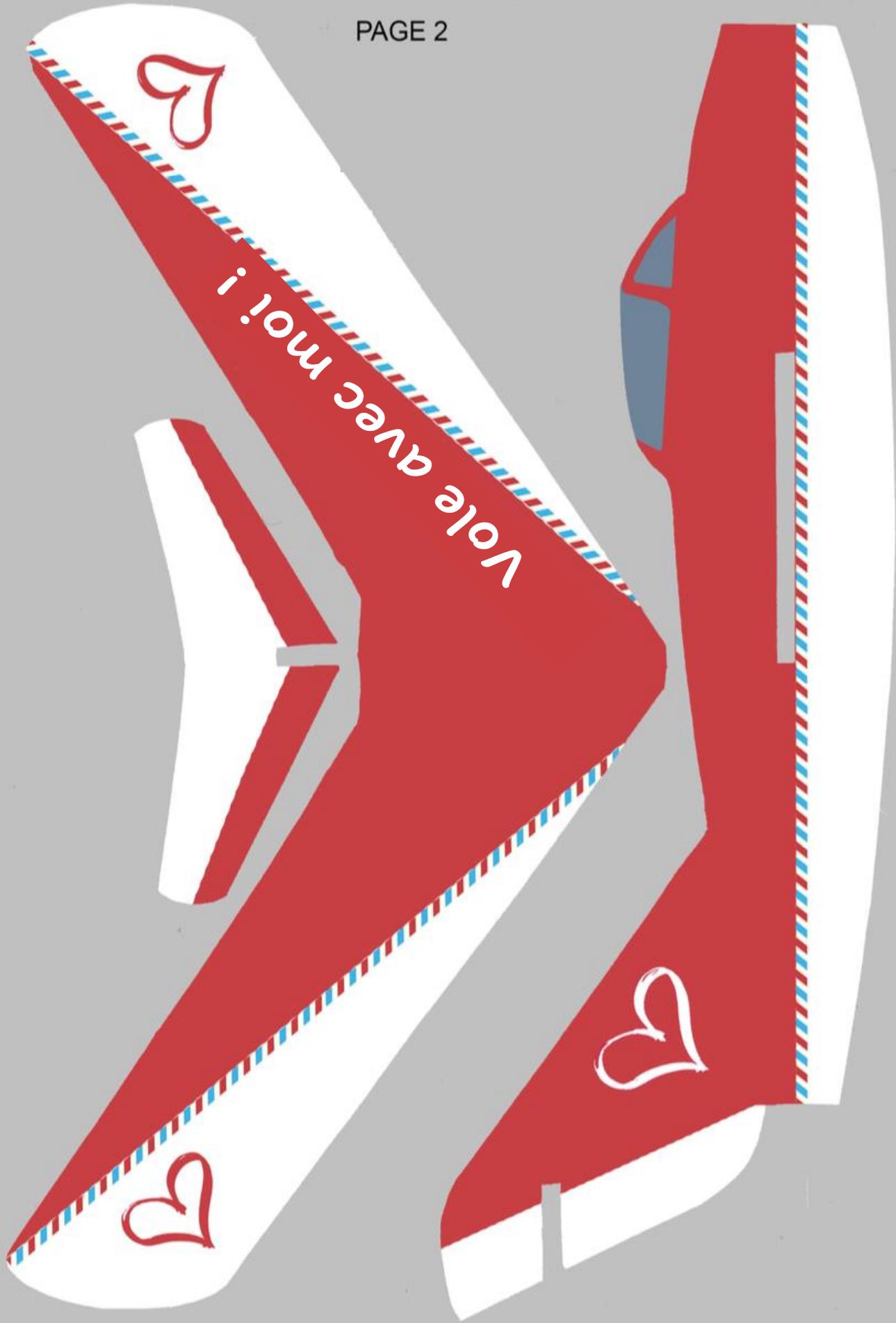


Vole avec moi!



Vous
trouverez
des
instructions
plus
détaillées
sur le site :
[Adventure-
in-a-
Box.com](http://Adventure-in-a-Box.com)





Vole avec moi!



Comment concevoir les mobiles aériens pour accompagner le livre « L'avion désolé » de Deborah MacNamara

Mobile aérien pour la salle de classe – grand format

Matériel requis :

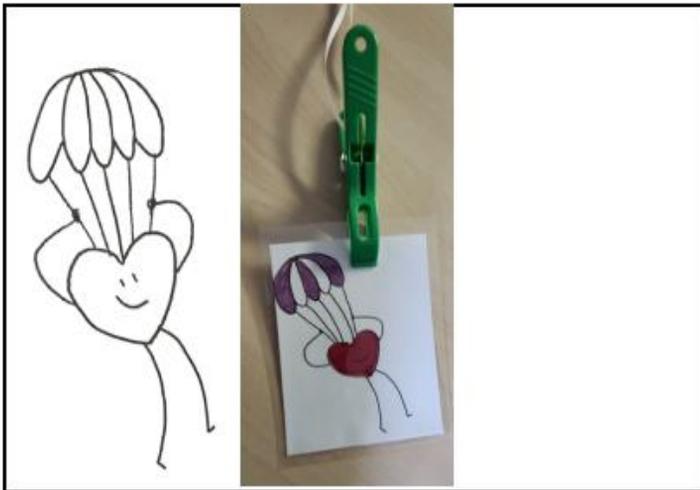
- Deux copies de l'image de la couverture du livre
- Des feuilles à plastification, une machine à plastifier
- Un carton-mousse 11x17 pouces
- Impression de l'avion 11x17 pouces (2 pages, soit les deux côtés de l'avion)
- [Impressions des cartes illustrant des cœurs munis d'un parachute](#)
- Des crayons de couleur et/ou des marqueurs
- Un bâton de colle, du ruban adhésif épais et transparent
- Une paire de ciseaux, un couteau à lame rétractable
- Du ruban ou de la ficelle
- Une perforatrice à un seul trou
- 5 à 6 épingles à linge



- Coller les deux copies de l'image de la couverture du livre dos à dos.
- Plastifier les feuilles et couper l'excédent de pellicule plastifiée.



- Coller un côté de l'impression de l'avion sur une feuille de mousse en polystyrène. S'assurer que tous les contours de la forme de ce côté de l'avion soient imprégnés de colle. Laisser sécher.
- Lorsque cette section est sèche, la couper avec un couteau à lame rétractable sur une planche à découper.
- Ensuite, découper l'impression du deuxième côté de l'avion, appliquer de la colle et placer directement cette section sur le côté opposé de l'avion pour obtenir un avion en mousse de polystyrène à deux facettes. Laisser sécher avant de découper les parties représentant les ailes de l'avion.
- Refaire les mêmes étapes pour les ailes de l'avion.
- Quand l'avion est sec, découper les sections propres aux ailes.
- Insérer les ailes dans l'espace découpée à cet effet.
- Il est recommandé de sécuriser les ailes en mettant du ruban adhésif épais et transparent sous les ailes.

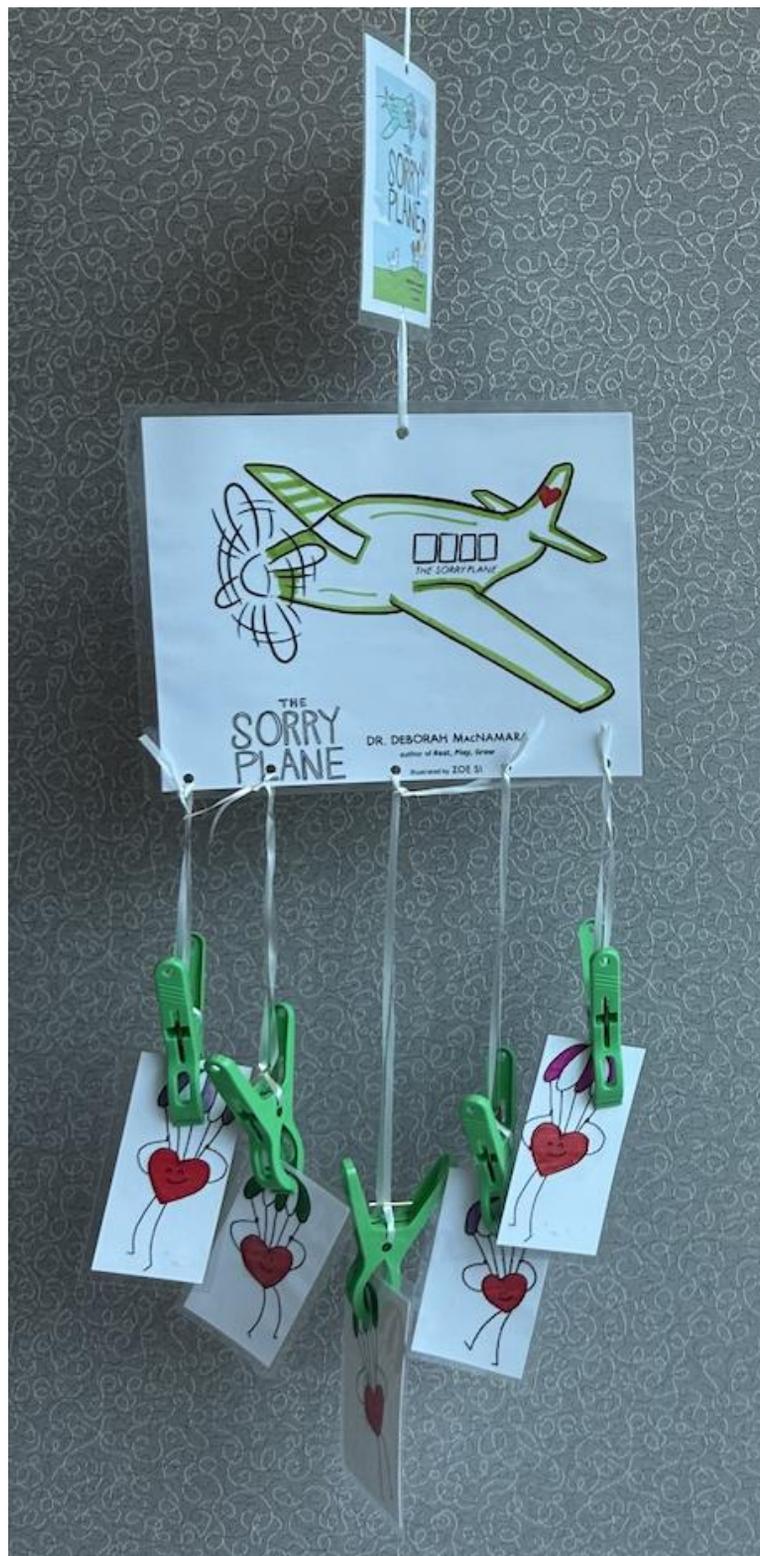
	<ul style="list-style-type: none"> • Préparer les cartes de parachute munis d'un cœur en coloriant les cœurs. • Ensuite, découper et coller deux images dos à dos, ou plier les cartes pour obtenir deux images adossées. • Plastifier toutes les cartes de parachute muni d'un cœur, en coupant le surplus de pellicule plastifiée. • Fixer les cartes aux épingles à linge qui sont suspendues sous l'avion. • Il est conseillé d'avoir des cartes additionnelles à portée de la main, car certaines peuvent être perdues ou endommagées au fil du temps.
---	--

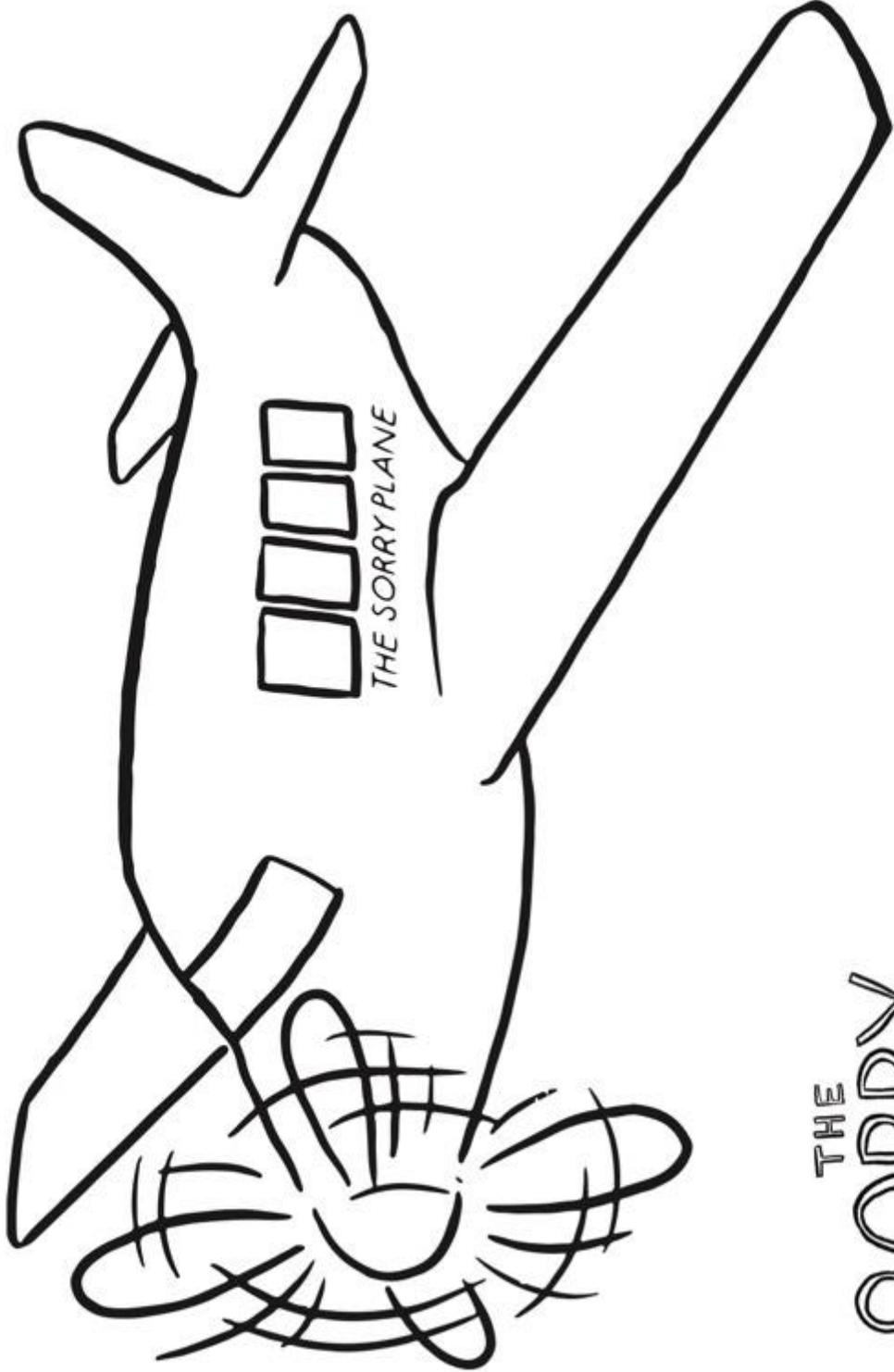
	<ul style="list-style-type: none"> • Commencer à assembler le mobile aérien au moyen d'un ruban (ou d'une ficelle) et de la perforatrice à un trou. • Prendre le ruban introduit dans le trou de la partie supérieure de l'image plastifiée de la couverture du livre, et le suspendre au plafond. Ensuite, introduire le ruban inséré dans le trou de la partie inférieure de cette image, et le fixer à l'avion. Des rubans additionnels devront être noués sous l'avion et sur ses ailes afin de maintenir les épingles à linge qui tiendront les cartes de parachute muni d'un cœur.
---	--

Inclure une photo illustrant le mobile aérien dans son intégralité

- **LE MOBILE AÉRIEN de l'avion désolé POUR LA SALLE DE CLASSE** sert de repère visuel dans la classe, en rappelant aux adultes et aux enfants de s'excuser quand cela est requis. En outre, le fait de présenter des excuses véritables et sincères à autrui est un facteur fondamental au développement et à une expression émotionnelle équilibrés de l'enfant. Les cartes peuvent être remises aux enfants dans le contexte d'une intervention et ramenées à l'avion lorsque celle-ci est terminée.

MOBILE AÉRIEN (version pour les enfants qu'ils peuvent apporter à la maison)





THE SORRY PLANE

DR. DEBORAH MACNAMARA

author of *Rest, Play, Grow*

illustrated by ZOE SI

Mobile aérien pour la maison – petit format

Matériel requis :

- Deux copies de l'image de la couverture du livre
- Des feuilles à plastification, une machine à plastifier
- [2 copies de pages à colorier « The Sorry Plane »](#)
- [Impressions de cartes illustrant des cœurs munis d'un parachute](#)
- Des crayons de couleur et/ou des marqueurs
- Un bâton de colle
- Une paire de ciseaux
- Du ruban ou de la ficelle
- Une perforatrice à un seul trou
- 5 à 6 épingles à linge



- Coller les deux copies de l'image de la couverture du livre dos à dos.
- Plastifier les feuilles et couper l'excédent de pellicule plastifiée.



- Préparer [les pages à colorier « The Sorry Plane »](#) en coloriant les avions tel que désiré.
- Coller les deux feuilles dos à dos.
- Plastifier les feuilles et couper l'excédent de pellicule plastifiée.



- Préparer les cartes de parachute munis d'un cœur en coloriant les cœurs.
- Ensuite, découper et coller deux images dos à dos, ou plier les cartes pour obtenir deux images adossées.
- Plastifier toutes les cartes de parachute muni d'un cœur, en coupant le surplus de pellicule plastifiée.
- Fixer les cartes aux épingles à linge qui sont suspendues sous l'illustration de l'avion.
- Il est conseillé d'avoir des cartes additionnelles à portée de la main, car certaines peuvent être perdues ou endommagées au fil du temps.

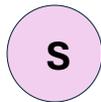


- Commencer à assembler le mobile aérien à l'aide d'un ruban (ou d'une ficelle) et de la perforatrice à un trou.
- Prendre le ruban introduit dans le trou de la partie supérieure de l'image plastifiée de la couverture du livre, et le suspendre au plafond. Ensuite, introduire le ruban inséré dans le trou de la partie inférieure de cette image, et le fixer à l'illustration de l'avion. Des rubans additionnels devront être joints dans la partie inférieure de l'image de l'avion (où des trous ont été perforé), afin de maintenir les épingles à linge qui tiendront les cartes de parachute muni d'un cœur.



- **LE MOBILE AÉRIEN de l'avion désolé POUR LA MAISON** se veut un repère visuel, à la maison, pour les adultes et les enfants. La formulation d'excuses authentiques et sincères est un facteur essentiel à l'expression émotionnelle et au développement sains d'un enfant. Les cartes peuvent être remises aux enfants en guise d'intervention et être replacées sur le mobile lorsque l'intervention est effectuée.

CŒURS MUNIS D'UN PARACHUTE



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Matériel requis :

- Feuilles de papier pour confectionner le cœur muni d'un parachute (ou la page à colorier « The Sorry Plane », que vous pouvez trouver à l'adresse suivante : <https://dev.macnamara.ca/wp-content/uploads/2019/11/sorry-6.jpg>)
- Ciseaux, colle, crayons de couleur, ficelle/ruban, épingles à linge.

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Demander aux enfants de colorier et de suspendre des « cœurs munis d'un parachute » à leur mobile aérien à l'aide d'une ficelle.
- Ces cœurs représentent les diverses façons dont une personne peut exprimer « je m'excuse », lorsque quelque chose de blessant a été dit ou qu'un accident s'est produit.
- Ces mots peuvent être écrits au bas de la carte, ou une photo peut être attachée aux cœurs afin de visualiser le geste posé.
- Ces cœurs peuvent ensuite être remis à quelqu'un, de manière réelle ou symbolique, quand l'enfant désire s'excuser.

Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Amener un petit groupe d'enfants ciblés au palier 2, à réfléchir aux différentes façons qu'une personne peut « dire » et « montrer » qu'elle s'excuse à la suite d'un incident.
- Les aider à attacher leurs « cœurs munis d'un parachute » à leur mobile aérien.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Soutenir l'enfant, au palier 3, quand il s'agit de trouver diverses manières qu'un individu peut « dire » et « montrer » qu'il s'excuse à la suite d'un incident.
- L'aider à fixer ses « cœurs munis d'un parachute » à son mobile aérien.

CŒURS MUNIS D'UN PARACHUTE



S

ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Certains enfants de 4 ans peuvent avoir de la difficulté à dessiner et à découper. Il est possible de leur faciliter la tâche en utilisant plutôt la page à colorier « *The Sorry Plane* ».
- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- Il peut être nécessaire de diviser cette activité en plusieurs étapes pour qu'elle ne semble pas trop longue.
- Certains enfants au palier 3 peuvent éprouver des difficultés avec le concept de se sentir désolé, et ce, dans la mesure où celui-ci s'avère une source de vulnérabilité pour eux. S'assurer de respecter leur rythme.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Certains enfants peuvent éprouver des difficultés à découper et à coller en raison de leur motricité fine. Le fait de coller des items peut leur paraître inconfortable compte tenu de la texture.
- La notion d'être désolé peut s'avérer trop abstraite pour certains enfants qui ont des besoins particuliers (p.ex. ils auront du mal à faire le lien entre le cœur muni d'un parachute et se sentir désolé).

S

= développement social

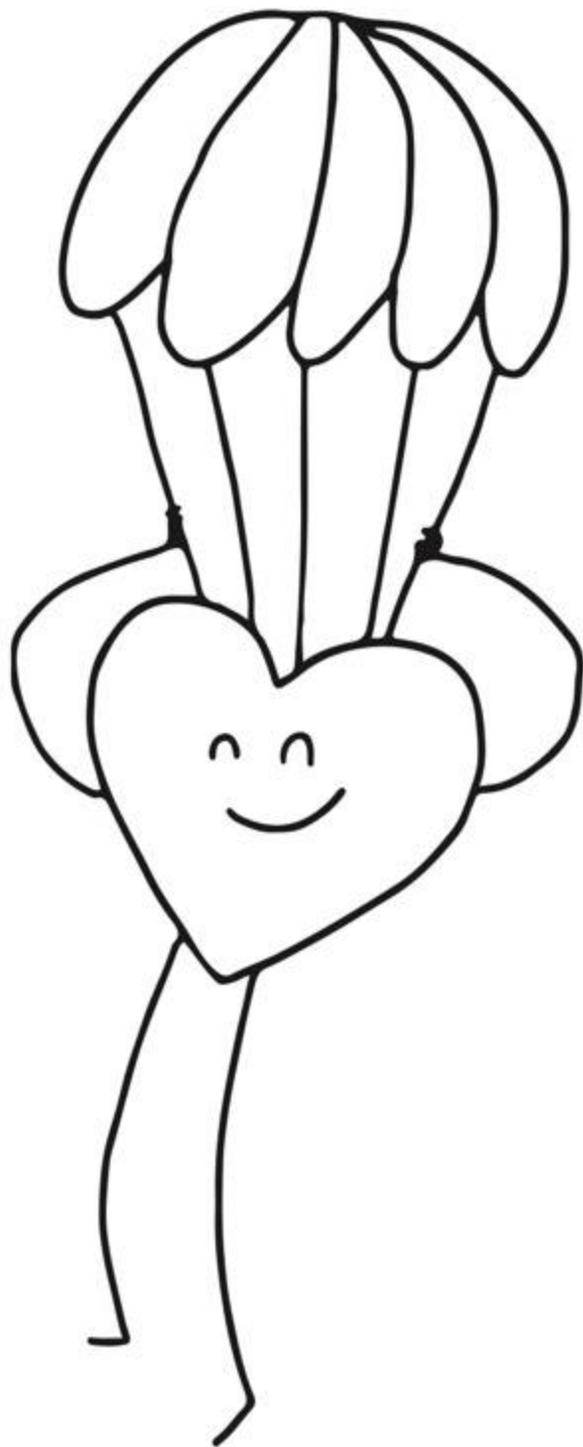


= développement émotionnel

EHDAA

= besoins particuliers





THE
SORRY
PLANE

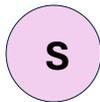
DR. DEBORAH MACNAMARA

author of *Rest, Play, Grow*

illustrated by ZOE SI



Activité « JE CROIS QUE JE PEUX VOLER »



ACTIVITÉ EN PLEIN AIR

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

- Proposer aux enfants de circuler dans la cour de récréation en prétendant être un avion qui s'envole vers différentes destinations.
- En premier lieu, leur demander de s'agenouiller au sol.
- Ensuite, démarrer le jeu en leur disant : « Prêt pour le décollage, déployez vos ailes et volez ».
- Encourager les enfants à se comporter respectueusement lorsqu'ils « volent ».
- S'ils heurtent quelqu'un, leur montrer comment ils peuvent procéder pour faire comprendre à l'autre qu'ils sont désolés.
- Il s'agit d'un excellent moyen pour dépenser une quantité considérable d'énergie, tout en se déplaçant à l'extérieur et en adoptant une approche ludique pour présenter des excuses.
- Toutefois, se rappeler que les excuses ne sont véritables que si elles sont sincères. Sinon, il faut intervenir pour compenser et inciter les enfants à maintenir de plus grandes distances lorsqu'ils volent.
- Terminer le jeu en annonçant l'atterrissage de tous les avions à l'aéroport ! Inviter les enfants à partager leur « expérience de vol ».

Palier 2 – Pratiques ciblées – pour certains enfants dans un contexte de petits groupes

- Refaire le jeu avec un petit groupe d'enfants ciblés au palier 2.
- La notion d'espace personnel constitue habituellement un défi pour ces derniers, et ainsi, ils bénéficieront d'un essai supplémentaire.
- Les inviter à faire semblant de voler vers divers endroits, tout en observant différents territoires.
- Avant le « décollage », familiariser les enfants avec des « techniques de vol sécuritaires », pour éviter les accidents et savoir comment les gérer s'ils surviennent.

Palier 3 – Pratiques individualisées – pour un petit nombre d'enfants sur une base individuelle

- Répéter cette activité avec un enfant au palier 3, et inviter 2 ou 3 amis à se joindre à lui pour plus de plaisir et « d'expérience aérienne ».
- Le concept d'espace personnel est souvent un défi pour eux, et ils bénéficieront d'un essai additionnel.
- Les amener à prétendre qu'ils volent vers divers lieux, en observant différents territoires.
- Avant le « décollage », apprendre aux enfants les « techniques de vol sécuritaires » pour prévenir les accidents et savoir comment les aborder s'ils se produisent.

Activité « JE CROIS QUE JE PEUX VOLER »



S

ACTIVITÉ EN PLEIN AIR

Considérations particulières pour les enfants de la maternelle – 4 ans

- Il peut être plus facile pour certains enfants de s'asseoir en deux petits groupes plutôt qu'avec toute la classe.
- Expliquer les directives de l'activité avant d'aller à l'extérieur.

Considérations particulières destinées aux enfants du palier 3

- L'enfant peut bénéficier d'effectuer cette activité avec un ami (choisi au préalable) au sein d'une zone assignée de la cour de récréation.
- Les enfants au palier 3 trouveront cette activité très excitante, et ils pourraient devenir agités et oublier de faire attention à ne pas bousculer les autres. Il sera donc important qu'ils aient un encadrement et un soutien additionnels de la part des adultes.
- Expliquer les directives de l'activité avant d'aller à l'extérieur.

Adaptations à apporter pour les enfants aux besoins particuliers

EHDAA

- Cette activité n'est pas recommandée pour les enfants qui ont des besoins particuliers (elle est hyper-stimulante).
- Certains enfants peuvent éprouver des difficultés à établir un lien entre faire semblant de voler et apprendre à interagir socialement. Ils pourraient au contraire bénéficier d'une histoire sociale personnalisée.

S

= développement social



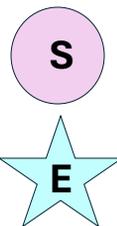
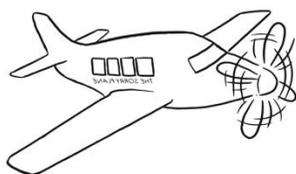
= développement émotionnel

EHDAA

= besoins particuliers



COMPOSANTE PARENTALE MOBILE AÉRIEN



ACTIVITÉ À L'INTÉRIEUR

Palier 1 - Pratiques universelles – pour l'ensemble du groupe

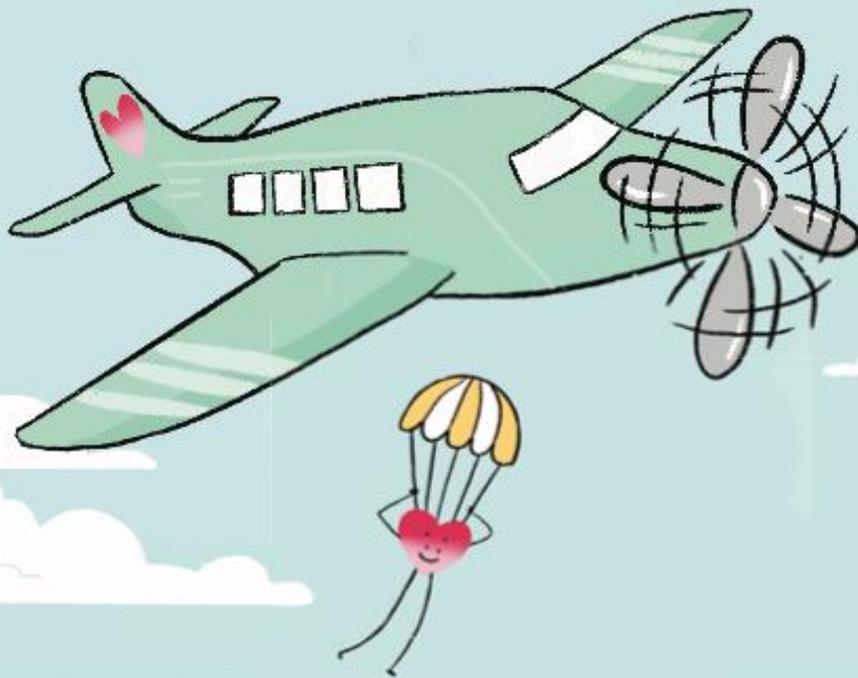
- Demander aux parents de se présenter en classe pour contribuer à la création du mobile aérien. Le fait de disposer de paires de bras supplémentaires sera certainement un atout !
- Le mobile aérien et le cœur muni d'un parachute peuvent ensuite être apportés à la maison, où les enfants peuvent les utiliser pour exprimer leurs sentiments.

** Il est recommandé aux enseignants de modéliser l'utilisation de cet outil aux parents, afin que ces derniers sachent comment l'appliquer adéquatement à la maison.*

COMPOSANTE PARENTALE - RESSOURCES POUR LES ADULTES

Ressources disponibles :

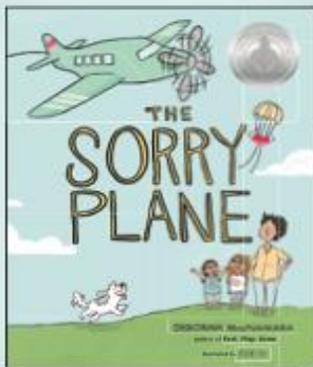
- Affiche du Dre Deborah MacNamara :
Il existe plusieurs façons de dire « je suis désolé »
https://www.cebmfr.ca/files/ugd/931e65_cad6d32e9027414899fe27e5b7aaa71b.pdf
- Infographie du Dre Deborah MacNamara :
« Excuse-toi » sincèrement - Cultiver la bienveillance et l'empathie des enfants
https://www.cebmfr.ca/files/ugd/931e65_a3300d6658df42fea15573c2ca24da50.pdf
- Éditoriaux rédigés par Dre Deborah MacNamara :
 1. *« Excuse-toi! » : Pourquoi les excuses forcées sont plus dommageables que bénéfiques*
<https://www.cebmfr.ca/post/excuse-toi-pourquoi-les-excuses-forcées-sont-plus-dommageables-que-bénéfiques>
 2. *L'importance de présenter de vraies excuses plutôt que de formuler des excuses mitigées*
<https://www.cebmfr.ca/post/l-importance-de-présenter-de-vraies-excuses-plutôt-que-de-formuler-des-excuses-mitigées>



*Il existe de nombreuses façons
de dire*

« Je m'excuse »

*mais une seule suffit : celle qui
vient du cœur lorsqu'on le
pense réellement.*



Écrit par
**DRE DEBORAH
MACNAMARA**

Illustré par
ZOE SI



macnamara.ca

Cultiver la bienveillance et l'empathie auprès des enfants

« EXCUSE-TOI ! » SINCÈREMENT

Cultiver la bienveillance et l'empathie des enfants

Vous pouvez obliger un enfant « à s'excuser » sans qu'il ressentie réellement de remords. Les remords proviennent du souci des conséquences de ses actions sur autrui, et les sentiments de bienveillance aident un enfant à faire ce qui est juste, à l'abri du regard d'autrui.



Obliger un enfant à dire des paroles gentilles ne le rendra pas davantage bienveillant. Cela tourne en dérision la véritable sollicitude et déracine ces mots de leurs sens premiers.

LES ENFANTS SE SOUCIERONT D'AUTRUI QUAND ILS SERONT EMPREINTS DE SENTIMENTS BIENVEILLANTS.

QU'EST-CE QUE LA BIENVEILLANCE ?

La bienveillance est une émotion qui est intégrée au cerveau, afin de rendre possible le sentiment d'appartenance

Sans bienveillance, nous ne pouvons atteindre une maturité émotionnelle et devenir socialement responsables

Le jeu est un incubateur où les sentiments bienveillants émergent naturellement

La bienveillance contribue à la croissance des enfants en tant qu'être sociaux, distincts et adaptés

Les jeunes enfants (moins de 6) n'éprouvent qu'une émotion à la fois, si bien que la bienveillance peut réapparaître et disparaître, alternativement avec la peur et la frustration

Le contrôle des impulsions peut survenir entre 5 et 7 ans, moment où les sentiments bienveillants aideront à atténuer la colère, la peur et la frustration

IL EST DE NOTRE DEVOIR ...



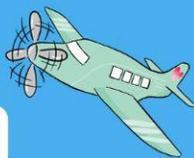
De préserver le cœur tendre de nos enfants



De les aider à accéder à leurs sentiments de vulnérabilité



De laisser leur bienveillance orienter leurs excuses

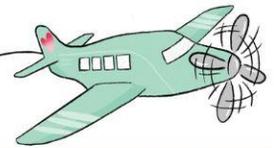


QU'EST-CE QUI NUIT À LA BIENVEILLANCE ?



- Forcer les enfants à se montrer attentionnés
- Récompenser la bienveillance
- Faire l'éloge de la bienveillance
- Punir les enfants pour leur manque de considération
- Manque de temps et d'espace alloués au jeu

« C'est la liberté de dire 'je ne suis PAS désolé' qui procure la liberté DE pouvoir dire 'je suis désolé' » - Gordon Neufeld, PhD.



COMMENT DIRE « JE SUIS DÉSOLÉ » ?

Accompagnez chaque enfant et reconnaissez leurs émotions, que ce soit ensemble ou séparément.

DEMANDEZ -LUI :

AS-TU DES EXCUSES DANS TON COEUR ?

ENCOURAGEZ-LE :

SI OUI, C'EST LE BON MOMENT, D'EN OFFRIRE UNE À CETTE PERSONNE

SINON, VOUS POURRIEZ POURSUIVRE AVEC...

Prenez le temps d'apprivoiser l'enfant et de le garder proche de vous



Il existe plusieurs façons de dire « je suis désolé », mais une seule suffit; celle qui vient du cœur, lorsqu'on le pense vraiment

Accordez-lui le temps et l'espace requis pour jouer afin qu'ils puissent exprimer ses sentiments en toute sécurité

Quand sa bienveillance est de retour, dites-lui que c'est le moment idéal pour présenter ses excuses

Demandez-lui de nouveau si une excuse a refait surface

Identifiez ses émotions et revenez lorsque l'enfant est plus tendre, et que ses émotions sont moins intenses

QUE FAIRE SI LES EXCUSES D'UN ENFANT TARDENT À VENIR ?



Compenser pour son manque de bienveillance, tout en tenant compte de la sécurité des ses pairs



S'engager à rétablir les émotions de l'enfant grâce à un soutien relationnel qui lui permet d'attendrir son cœur



Déterminer si l'enfant est attaché aux adultes qui s'occupent de lui



Existe-t-il des signes de blocage, tels une absence de larmes, de la peur et une hausse de l'agressivité ?

FORCER UN COMPORTEMENT BIENVEILLANT N'EST PAS COMPARABLE À CULTIVER L'ESPRIT BIENVEILLANT D'UN ENFANT

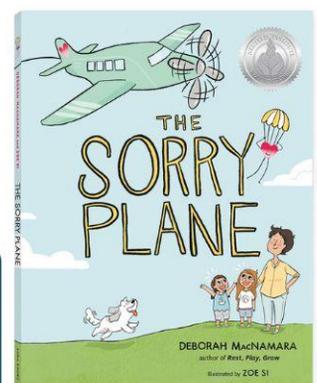
Comment faire la lecture de L'AVION DÉSOLÉ avec les enfants ?

- Avant de commencer la lecture du livre, mentionnez les circonstances dans lesquelles nous pourrions être amenés à présenter des excuses à autrui.

- Échangez sur la distinction entre le fait de s'excuser et le fait de se sentir désolé

- Demandez-leur de vous décrire ce qui peut être ressenti quand une personne s'excuse en toute sincérité, et lorsqu'elle dit qu'elle est désolée mais qu'elle ne le pense pas vraiment

L'avion désolé a été rédigé par Deborah MacNamara et illustré par Zoe Si (traduction du livre en français à venir)



DEBORAH MACNAMARA
author of Rest, Play, Drive
Illustrated by ZOE SI