

CÉLÉBRONS NOS DIFFÉRENCES : APPRENDRE À CONNAÎTRE SON ESPRIT



De la 4e à la 7e année Éducation artistique et éducation à la santé

Objectif de la leçon :

Les personnes confrontées à l'exclusion sociale sont plus susceptibles de développer des problèmes de santé mentale. De nombreux·ses jeunes élèves n'ont pas encore découvert comment les relations affectent leur santé mentale. Cette leçon aidera les élèves à comprendre pourquoi l'appartenance et l'acceptation sont essentielles à une bonne santé mentale et qu'il n'y a pas de mal à être différent·e. Les élèves étudieront ce que signifie l'inclusion et l'importance des différences de chacun·e dans la promotion d'une société sans stigmatisation. À l'aide d'une vidéo captivante, d'une discussion de groupe et d'une activité artistique, les élèves exploreront leur propre identité et leur place dans le monde. Enfin, les élèves apprendront à communiquer leurs idées et leurs sentiments par la créativité et l'art.

Compétences du programme d'études :

Éducation artistique

- Explorer l'identité, le lieu, la culture et l'appartenance à travers des expériences artistiques (4e année).
- Explorer les liens avec l'identité, le lieu, la culture et l'appartenance à travers l'expression créative (5e année).
- Explorer les relations et les liens entre l'identité, le lieu, la culture, la société et l'appartenance à travers des expériences artistiques, l'expression créative et les arts.
- Interpréter et communiquer des idées en utilisant le symbolisme pour exprimer le sens à travers les arts (4e, 5e et 6e année).
- Développer et affiner les idées, les processus et les compétences techniques dans une variété de formes d'art afin d'améliorer la qualité des créations artistiques (7e année).
- Exprimer ses sentiments, ses idées et ses expériences de manière créative (4e année).
- Exprimer ses sentiments, ses idées et ses expériences par le biais des arts (5e et 6e année).
- Prendre des risques créatifs pour exprimer ses sentiments, ses idées et ses expériences (7e année).

Éducation à la santé

- Décrire et évaluer les stratégies de promotion du bien-être mental (4e année).
- Décrire et évaluer les stratégies de promotion du bien-être mental, pour soi-même et pour les autres (5e, 6e et 7e année).

Les principes d'apprentissage des peuples autochtones :

- L'apprentissage est holistique, réflexif, réfléchi, expérientiel et relationnel (il vise un sens de connexion, des relations réciproques et un sentiment d'appartenance.)
- L'apprentissage implique une prise de conscience des conséquences de ses actions.

CÉLÉBRONS NOS DIFFÉRENCES : APPRENDRE À CONNAÎTRE SON ESPRIT



De la 4e à la 7e année Éducation physique et santé

Vidéo

« We Are All Different – and THAT’S AWESOME ».

TEDx Talks, (2017, October 30th). We Are All Different - and THAT'S AWESOME! | Cole Blakeway | TEDxWestVancouverED [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=sQuM5e0QGLg>

Questions directrices :

- *Qu’avez-vous aimé dans cette vidéo?*
- *Qu’est-ce que cette vidéo nous apprend sur la différence?*
- *Qu’avez-vous appris sur les troubles du spectre de l’autisme?*
- *Comment pouvons-nous célébrer davantage nos différences dans notre vie?*
- *Comment la célébration de nos différences favorise-t-elle l’appartenance?*
- *Pourquoi l’appartenance est-elle importante pour la santé mentale?*

Note: Ce plan de cours utilise une vidéo en anglais qui peut être traduite pour les participants français. Pour assurer la continuité de la langue dans le déroulement de la leçon, veuillez mettre à jour les paramètres de votre vidéo YouTube afin d’afficher les sous-titres en français. Marche à suivre pour activer les sous-titres en français :

1. Activer les sous-titres

2. Dans les paramètres, mettre la traduction automatique de l’anglais vers le français

CÉLÉBRONS NOS DIFFÉRENCES : APPRENDRE À CONNAÎTRE SON ESPRIT



Plan de cours étape par étape

Matériaux :

- Page de présentation de la chaussette (voir ci-dessous).
- Une feuille de papier vierge.
- Des marqueurs, des crayons de couleur, de la peinture et/ou du matériel de collage, selon la manière dont vous souhaitez que les élèves décorent leurs chaussettes.

1) Commencez la leçon en regardant la vidéo 1) « We Are All Different – and THAT’S AWESOME ».

Vous pouvez la trouver [ici](#) ou en cliquant sur le lien ci-dessus. Cette vidéo impressionnante met en scène un enfant de dix ans qui célèbre les différences et qui parle de sa relation avec son ami Steven, un homme de 44 ans qui est sur le spectre de l'autisme.

2) Mettez la vidéo sur pause et utilisez les questions directrices pour lancer la discussion.

3) Après avoir visionné la vidéo, divisez les élèves en groupes de deux et utilisez la stratégie de discussion « Réfléchir, Jumeler, Partager ». Les élèves répondront d'abord seuls-es à la question ci-dessous, en prenant des notes ou en dessinant sur une feuille de papier. Ils/elles se tourneront ensuite vers leur partenaire et partageront ensemble leur réponse à la question. Enfin, les élèves iront au tableau et écriront leur réponse et celle de leur partenaire.

- Posez cette question : *qu'est-ce qui VOUS rend différent-e ?*

4) Discutez avec votre classe des objectifs de cette leçon.

Expliquez aux élèves que nous avons tous-tes des différences et que c'est ce qui fait notre spécificité. Nous avons tous-tes nos propres forces et nos propres défis. Nous sommes également tous-tes différents-es en raison de nos capacités, de notre santé mentale, de notre origine ethnique, de notre religion, de notre genre, de notre orientation sexuelle, etc. Demandez-leur quel est le lien entre l'appartenance et leur identité. En quoi le fait d'assumer son identité contribue-t-il à renforcer le sentiment d'appartenance et à promouvoir une santé mentale positive ?

5) Demandez aux élèves de poser leur tête sur leur bureau et de fermer les yeux.

Puis demandez-leur : levez la main si vous avez déjà été exclu par des amis-es ou des camarades à cause de quelque chose qui vous rend différent.

6) Tout en préservant l'anonymat de leurs réponses, dites aux élèves combien d'entre eux/elles ont levé la main (il s'agira probablement de la plupart d'entre eux/elles). Expliquez-leur que l'exclusion peut être très difficile pour la santé mentale d'une personne et que nous devons tous-tes faire mieux pour être inclusifs.

Note: Ce plan de cours utilise une vidéo en anglais qui peut être traduite pour les participants français. Pour assurer la continuité de la langue dans le déroulement de la leçon, veuillez mettre à jour les paramètres de votre vidéo YouTube afin d'afficher les sous-titres en français. Marche à suivre pour activer les sous-titres en français :

1. Activer les sous-titres

2. Dans les paramètres, mettre la traduction automatique de l'anglais vers le français

CÉLÉBRONS NOS DIFFÉRENCES : APPRENDRE À CONNAÎTRE SON ESPRIT



Plan de cours étape par étape

7) Utilisez la ressource téléchargeable « Inclusion » dans la section Diversité des handicaps et inclusion de la boîte à outils pour la santé mentale des élèves pour parler aux élèves de l'inclusion et de l'importance qu'elle revêt pour notre santé mentale. Vous pouvez trouver cette ressource [ICI](#).

Veuillez vous assurer que vous êtes connecté-e à votre compte pour accéder à cette ressource. Cela aidera les élèves à se représenter ce qu'est réellement l'inclusion, en commençant par l'école. En parcourant la ressource, posez les questions suivantes à la classe :

Que signifie l'inclusion pour vous ?

À quoi ressemble l'ouverture d'esprit ?

Comment comprenons-nous et respectons-nous les besoins des autres ?

En quoi le fait d'accepter que nous apprenions tous à notre manière favorise-t-il l'inclusion ? Que signifie la compassion et comment la pratiquer ?

8) Activité de suivi : Enfin, célébrez les différences de tous les élèves de la classe en réalisant l'activité artistique suivante. Dans la vidéo que les élèves ont regardée au début de la leçon, Cole a mentionné qu'il aimait porter deux paires de chaussettes différentes. Les élèves devront décorer leurs propres paires de chaussettes pour représenter ce qui les différencie (voir l'impression des chaussettes ci-dessous). Ils/elles peuvent dessiner, faire un collage ou peindre leurs chaussettes. Écrivez ces idées au tableau pour leur donner un coup de main sur ce qu'ils/elles doivent mettre sur leurs chaussettes :

- Qu'aimez-vous faire ?
- En quoi êtes-vous doué-e ?
- Qu'est-ce qui est parfois difficile pour vous ?
- Qu'est-ce qui vous rend spécial-e ?

9) Clôture de la leçon : Lorsque les élèves ont terminé, accrochez leurs œuvres au mur pour représenter les différences que nous célébrons ! Tout au long de la semaine prochaine, discutez avec les élèves de ce qu'ils/elles ont appris au cours de cette leçon. Si vous remarquez qu'un-e élève est exclu, vous pouvez désormais vous référer à cette leçon ! Il s'agit d'une bonne base pour ouvrir une discussion plus approfondie sur le racisme, le sexisme, l'homophobie et d'autres questions de justice sociale. Il est fort probable qu'ils/elles aient déjà été exposés à ces types d'exclusion ou de discrimination, que ce soit à l'école ou à la télévision. Comprendre les effets que l'exclusion peut avoir sur la santé mentale d'une personne permettra aux élèves de réfléchir davantage à leurs actions et d'être plus inclusifs-ves et plus tolérants-es.

CÉLÉBRONS NOS DIFFÉRENCES : APPRENDRE À CONNAÎTRE SON ESPRIT

