



FICHE 13 - J'APPRENDS À ME CONNAITRE¹

Objectifs

- Se présenter, apprendre à se connaître
- Développer l'estime de soi
- Prendre conscience de ses appréhensions, de ses forces, de ses besoins

Matériel

La fiche « élève » (voir pages suivantes)

Disposition

Libre

Durée

20 à 40 min

Déroulement

- Chaque élève reçoit une fiche et doit répondre aux différentes questions.
- L'animateur peut demander à chacun de se présenter oralement.

Repères

- L'animateur doit pouvoir stimuler la réflexion.

Variante

- ★ La liste peut être complétée et améliorée en fonction des réalités rencontrées par les participants.

¹ Animation tirée du site <http://w3.uqo.ca/transition>

Fiche « élève »

Mes qualités

Je suis...

J'écris, je dessine ou je découpe des images qui démontrent mes qualités en action.

Mes forces

Je suis un champion ou une championne pour...

Je dessine ou je découpe des images qui démontrent mes forces.

Mes intérêts et mes goûts

J'aime...

J'écris, je dessine ou je découpe des images qui démontrent mes intérêts.

Mes défis et mes besoins spécifiques

Je travaille fort pour...

J'ai besoin d'aide pour...

J'écris, je dessine ou je découpe des images qui démontrent les défis que j'ai à relever.

Voici les trucs ou les adaptations qui m'aident à relever mes défis :

Liste de qualités

A

- accueillant
- actif
- adroit
- affectueux
- agréable
- aidant
- aimable
- amusant
- assidu
- appliqué
- astucieux
- attachant
- attentif
- authentique
- audacieux

B

- bon
- bienveillant
- brave
- brillant

C

- captivant
- charmant
- compréhensif
- compatissant
- content
- courageux
- calme
- confiant
- constant
- chanceux
- charmeur
- conciliant
- courtois
- créatif

D

- discret
- décidé
- dévoué
- diplomate
- délicat
- divertissant
- distrayant
- déterminé

E

- éblouissant
- éclatant
- exemplaire
- efficace
- émouvant
- enjoué
- éveillé

F

- formidable
- facile
- flamboyant
- fascinant
- fantaisiste
- fin
- fort
- franc
- fidèle

G

- gentil
- galant
- généreux
- gracieux

H

- habile
- héroïque
- heureux
- honnête
- humble

I

- inventif
- indulgent
- intrépide
- imagitatif

J

- joueur
- jovial
- judicieux
- juste

L

- loyal
- logique
- lucide

M

- modeste
- merveilleux
- minutieux
- modèle

N

- naturel
- noble

O

- objectif
- optimiste
- ordonné
- organisé
- ouvert

P

- ponctuel
- pacifique
- paisible
- posé
- patient
- persévérant
- poli

R

- raffiné
- réfléchi
- raisonnable
- résolu
- rassurant

S

- sincère
- serein
- savant
- sensible
- social
- stable

T

- tranquille
- tenace
- tempéré
- tolérant

V

- vrai
- vaillant
- valeureux
- vigilant

Liste de forces

Matières scolaires

- Mathématique
- Français
- Arts plastiques
- Éducation physique
- Musique
- Religion
- Art dramatique
- Danse
- Étude du milieu
- Anglais
- Néerlandais
- ...

Autres :

-
-
-
-

Musicien/Musicienne

- Guitare
- Piano
- Violon
- Flûte
- Xylophone
- ...

Sportif/Sportive

- Hockey
- Patinage artistique
- Patinage
- Football
- Basketball
- Gymnastique
- Danse
- Jogging
- Athlétisme
- Rugby
- Équitation
- Natation
- ...

Manuel/manuelle

- Menuiserie
- Couture
- Réparation d'objets
- Création de bijoux
- Maquette
- Installation d'ordinateur
- Cuisinier
- Jeux à la télévision ou à l'ordinateur
- Jeux de cartes
- Mécanique
- ...

Artiste

- Peinture
- Dessin
- Bandes dessinées
- Page web
- Écriture d'histoires
- ...

Liste d'intérêts et de goûts

Collections

- BD
- Carte de hockey
- Timbres
- Monnaie
- Collants
- Roches
- Carte de Pokémon
- Parfum
- ...

Activités extérieures

- Rollers
- Escalade
- Chasse
- Pêche
- Baignade
- ...

Mode

- Vêtements
- Coiffure
- Manucure
- Sacs
- Chaussures
- ...

Musique

- Rock
- Pop
- Hip-hop
- Métal
- Classique
- Groupe...
- Chanteur...
- ...

Sports

- Hockey
- Patinage
- Football
- Basketball
- Gymnastique
- Danse
- Équitation
- ...

Animaux

- Chien
- Chat
- Lapin
- Hamster
- ...

Nourriture

- Pizza
- Hamburger
- Hachis parmentier
- Frites
- Tacos
- Poulet
- Steak
- ...

Jeux de société

- UNO
- Monopoly
- Bataille
- Taboo
- Jungle speed
- ...

Télévision

- RTL
- RTBF
- Disney Channel
- Plug TV
- MTV
- Be TV
- TF1
- Émission : _____
- ...