



LA FONDATION
canadienne des
tumeurs cérébrales

PLAN DE COURS : Affirmation de super-héros

Thème : Bien-être et santé mentale

Sujets :

Santé
Langage
Lecture
Vocabulaire
Bien-être

Niveau :

Primaire (maternelle à la 3^e année)
Primaire (4^e à la 6^e année)

Objectifs :

- Acquérir des compétences en matière de collaboration et de communication en partageant des idées individuelles sur ce qu'est un super-héros.
- Augmenter le vocabulaire en apprenant de nouveaux mots pour décrire ce qu'est un super-héros.

Résumé : Cette activité permet aux enfants d'en apprendre plus sur les super-héros, sur les héros de tous les jours et de la vie réelle, et de découvrir le héros qui sommeille en eux.

Informations contextuelles : Ce plan de cours rappelle aux élèves que l'on trouve des super-héros partout, dans la famille, chez les amis, les voisins, et que tout ce qu'il faut faire pour être un super-héros, c'est d'être le meilleur possible. Le pouvoir de rendre le monde meilleur se trouve en chacun de nous.

Ressources | Matériel requis :

- Un espace ouvert pour que les élèves puissent s'étaler.
- Un tableau à feuilles mobiles ou un tableau effaçable pour écrire une liste d'affirmations positives.
- Page à colorier : Les élèves doivent remplir l'affiche d'une affirmation positive.
 - o Imprimez suffisamment de pages pour chacun de vos élèves.
- Lecture du livre « Quel est mon superpouvoir? » de Aviaq Johnston et Tim Mack :
<https://youtu.be/GvqkvT1wAY>



205 Horton St. E,
Suite 203,
London, ON
N6B 1K7

519-642-7755
1-800-265-5106
www.braintumour.ca
www.tumeurscerebrales.ca



- Si vous disposez d'un autre livre sur les super-héros de la vie réelle ou d'un livre qui encourage la positivité, vous pouvez également l'utiliser pour cette leçon.

Instructions pour l'activité:

Étape 1 : Commencez l'activité en demandant aux élèves : « Qui est prêt à devenir un super-héros ? »

Étape 2 : Démarrez le vidéo de la lecture du livre « Quel est mon superpouvoir? » de Aviaq Johnston et Tim Mack.

Étape 3 : Discutez avec les élèves des qualités des super-héros (ex. fort, puissant, etc.). « Savez-vous qui d'autre est fort, capable et puissant ? », puis dites-leur ensuite qu'ils le sont tous.

Étape 4 : Avec les élèves, créez une liste d'affirmations et de mots positifs. Des mots comme extraordinaire, aimant, génial, attentionné, confiant, reconnaissant, etc. Ce sera l'occasion pour les élèves d'exprimer leurs pensées et les mots qu'ils trouvent. Ce sera également une excellente occasion pour eux d'apprendre de nouveaux mots de vocabulaire.

Questions incitatives :

- Pouvez-vous penser à un mot de super-héros ?
- Qu'est-ce qui vous rend fort comme un super-héros ?

Étape 5 : Il est temps de devenir un super-héros. Demandez aux élèves de se placer en cercle, les mains sur les hanches, de regarder droit devant eux pendant 30 secondes et de dire « Je suis capable » ou « Je suis confiant ».

Maintenant, regardez autour de vous – « Vous êtes tous des super-héros ! Vous êtes tous capables ! Vous êtes tous forts ! Vous êtes tous extraordinaires ! »

Étape 6: Les élèves retournent s'asseoir à leur table/bureau avec la feuille de coloriage.

Demandez aux élèves de choisir dans la liste une affirmation positive ou un mot auquel il/elle s'identifie ou qu'il/elle préfère et de l'écrire dans la case de la feuille à colorier de super-héros.

Coloriez le reste de la feuille de coloriage.

