

# ÉVALUATION INITIALE



## ÊTRE CAPABLE D'EXPRIMER SES RESENTIS ET SES ÉMOTIONS.



Je m'appelle .....

J'habite à ..... dans la province .....

Le moment que je préfère pendant l'année c'est .....



### Quiz. Entoure ta réponse.

#### Quand je tombe :

- a. J'attends que l'on me console
- b. Je me relève vite
- c. Je vais pleurer dans un coin

#### Quand on n'est pas gentil avec moi :

- a. Cela me met en colère
- b. Cela me rend triste
- c. Ce n'est pas grave

#### Lorsque je joue à un jeu de société, l'important :

- a. C'est de bien m'amuser
- b. C'est de gagner
- c. C'est de ne pas tricher

#### Quand je suis heureux(se) :

- a. J'ai envie de le crier partout
- b. Je le garde pour moi
- c. Je le partage avec mes copain et mes copines

#### Quand je suis triste j'en parle d'abord :

- a. À mes amis
- b. À mes parents
- c. À personne



## ÊTRE CAPABLE D'EXPRIMER SES RESENTIS ET SES ÉMOTIONS

**Entre nous** - Cette activité a pour objectif de mesurer les capacités des élèves à gérer des situations chargées en émotions.



### Entrée dans l'activité santé

**Commencer** cet exercice en position assise sur une chaise ou par terre.

**Avec la main droite tâter le bras gauche** en remontant de la main vers l'épaule pour sentir les os : les phalanges des doigts, les os dans la paume de la main, le cubitus, le radius, l'humérus.

**Reproduire** sur le bras droit.

**Tâter** maintenant les os des orteils du pied droit, la cheville, le talon, le péroné, le tibia, le fémur. Même chose à gauche.

**Toucher et sentir** le bassin, les vertèbres cervicales, suivre des mains la colonne vertébrale et aussi les côtes.

**Se concentrer** sur la respiration : respirer lentement et profondément.

**S'étirer.** Commencer l'activité.



### Évaluer la capacité des élèves à s'identifier et exprimer une préférence.

Accompagner les élèves dans la réalisation de la consigne.



### Évaluer les capacités des élèves à gérer une situation complexe.

**Quiz**

- Lire chacun des items du quiz.
- Répondre individuellement ou collectivement à main levée.
- Discuter les différentes réponses.

### Une ressource pour l'enseignant

[Le cartable des compétences psychosociales.](#)

Rapport à soi  
Rapport aux autres  
Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5