

Yoga, bougeotte, et esprit de famille en maternelle

Stagiaire de 4^e année au baccalauréat en éducation au préscolaire et en enseignement au primaire (BEPEP) de l'UQAC

1 ÉTAPE

Exposé de la situation

Brève description de la situation.

Il s'agit d'un groupe assez difficile de maternelle 4 ans dans une petite école. Ce groupe est composé de 19 élèves, dont 13 garçons, ce qui amène un certain déséquilibre. Il n'y a pas de conflits majeurs ou d'enfants à besoins particuliers, mais on y retrouve énormément de difficultés au niveau du vivre-ensemble, ce qui amène la stagiaire à intervenir très fréquemment sur le plan de la gestion de la classe. Le climat est en effervescence continue ce qui brime le déroulement normal des activités comme la routine du matin. La stagiaire admet être totalement épuisée en fin de journée.

La stagiaire utilise déjà les interventions non verbales ainsi que certains systèmes mis en place par son enseignante associée:

- Classe Dojo pour la classe: strictement utilisé en renforcement positif pour certains comportements attendus comme un beau déplacement, une belle relaxation, etc.
- Classe Dojo pour de l'école: stimule la compétition amicale entre les classes et le sentiment d'appartenance à son propre groupe.
- La moitié des élèves ont des étiquettes au sol pour indiquer à quel endroit ils doivent s'asseoir.
- Tableau des minutes perdues: au 3^e avertissement, l'enfant perd des minutes qui y sont comptabilisées.
- En rang, les 5 ou 6 élèves plus difficiles sont regroupés près de la stagiaire pour encourager une intervention rapide.
- Les élèves ont des responsabilités: ranger les jeux, fermer la lumière, s'occuper des plantes, etc.
- Une technicienne en éducation spécialisée (TES) vient tous les jours à la 3^e période.
- Méditation au retour de la récréation, avant de faire une activité plus exigeante, puisque la TES est là.
- Les élèves bougent fréquemment: routine 4 minutes, petites danses, collation, jeu « Jean dit » pour ceux qui ont fini en attendant les autres, corridor actif.
- Journal de la bienveillance: ils font un dessin d'un acte gentil pour qu'ils voient plus les choses gentilles que les autres font pour eux.

2 ÉTAPE

Collecte d'informations

Sommaire des informations et précisions en lien avec le cas.

- Durant la routine, les élèves sont serrés physiquement en raison des tables qui sont placées en demi-cercle.
- Toutes les transitions représentent un cauchemar. Le comportement des élèves est pire lorsqu'ils ne sont pas en action. « Ils ne s'endurent pas. » P. ex.: beaucoup de bruits de bouche.
- Les élèves sont doués pour demander de l'aide.
- Ils ne comprennent pas pourquoi ils donnent un coup. Il n'y a pas d'agressivité, c'est davantage une impulsion.
- Des activités de groupe se font souvent, mais pas de coopération en grand groupe.
- Relaxation habituelle: les élèves sont couchés avec leur doudou et de la musique calme. Parfois: mandalas et relaxation guidée. Normalement, cela se passe plutôt bien.

3 ÉTAPE

Synthèse et attentes

Précisions des attentes énoncées par le participant.

Si une analyse de la situation est faite, la stagiaire l'accepterait, mais elle recherche surtout des solutions pour l'aider à finir ses journées en étant moins épuisée.

4

ÉTAPE

Analyse de la situation

Résumé des différents points de vue/avis/suggestions partagés par les participants.

- Pour le rang, deux amis mystères sont choisis à qui on donne des points sur Classe Dojo. On présente nos attentes, on observe et après être revenus dans la classe, on attribue les points.
- Quand l'enfant a un bon comportement, il est important de le souligner. On donne le point Dojo et on prend le temps d'expliquer pourquoi l'enfant a eu le point.
- Quand c'est abstrait (comme des points qui s'accumulent), ils peuvent avoir du mal à comprendre ce que cela veut dire.
- Une enseignante associée demande aux enfants de faire semblant de mettre de guimauves dans leur bouche.
- Instaurer une relaxation plus active (yoga) : lumières tamisées, mime de lion... Cela rendait la relaxation plus agréable puisque plusieurs n'aimaient pas se reposer. Sinon, on peut placer des pictogrammes au tableau pour indiquer quoi faire après la collation : lecture, casse-tête ou dessin. Aucun autre choix n'est offert.
- Yoga durant la routine. Lorsqu'on compte les journées, on fait des petits bonds de souris et de grands bonds pour les paquets de 10.
- Piste pour la routine : acheter des cartes sur le site « Les bougeottes ».
- Au lieu d'avoir une relaxation classique, l'enseignante lit une histoire et les petits doivent mimer l'histoire.
- Aller bouger à l'extérieur à la 1^{re} ou 2^e période.
- Mettre la routine à la 1^{re} période et mettre les jeux libres à la 5^e période.
- Utiliser des livres :
 - « Notre classe est une famille » qui aide les enfants à comprendre que la classe est une famille et qu'on est ensemble pour s'aider les uns les autres.
 - « La couleur des émotions » est vraiment intéressant. On avait même fait faire des toutous verts (couleur sérénité). Ils faisaient aussi des coloriages pour illustrer la couleur de leur émotion. Cela permettait à la stagiaire d'identifier clairement l'émotion problématique.
- Associer un élève pour qui c'est plus difficile avec un autre pour qui c'est plus facile.

5

ÉTAPE

Solutions et pistes d'action retenues

Résumé des pistes d'action retenues par le participant.

- Recréer le sentiment d'appartenance au sein du groupe.
- Favoriser l'exercice et la relaxation :
 - par le yoga plus actif.
 - Faire des bonds pour compter
- Modifier la routine de la journée si possible.
- Concrétiser le renforcement positif notamment en affichant une montagne que les élèves montent.

6

ÉTAPE

Apprentissages

Synthèse des apprentissages.

- Plusieurs participants ont aimé l'idée du livre « Notre classe est une famille ».
- Les cartes « bougeotte » : Extra!
- Les élèves-mystères: bonne idée.
- C'est important de se rappeler qu'on est en stage 4, donc de se faire aider par l'enseignant associé. Se souvenir aussi que c'est le dernier moment où on peut recevoir cette aide.
- On est en stage et on vit tous des difficultés qui nous amènent à nous questionner. C'est vraiment bien de pouvoir avoir un moment comme celui-ci pour en discuter.
- Avec 15 garçons dans une classe, les cartes pour bouger sont une excellente idée pour varier davantage les interventions.

Références

Olsen, S. (2020). *Notre classe est une famille*. Publié par Shannon Olsen.

Llenas, A. (2017). *La couleur des émotions*. Éditions Quatre Fleuves.