

FICHES RÉFLEXIVES

Entre parenthèses - Le balado

Vous trouverez ci-jointes des fiches pouvant être utilisées lors de l'écoute d'un épisode. Certaines d'entre elles comprennent des questions auxquelles répondre avant l'écoute. Par la suite, après l'épisode, l'idéal est de permettre un échange entre élèves ou en groupe avant de compléter le reste de la fiche. Le balado est disponible sur Spotify, Google balado et Apple podcasts.

Bonne journée!

Marie-Philippe et Annie



01 - Le confinement, pas facile pour toi... ni pour personne!

NOM

DATE

Un bon souvenir de la période de confinement

Grâce au confinement...

Un conseil à donner à une personne qui n'a jamais vécu cette situation:

Top 3 de la gratitude - pourquoi te considères-tu chanceux?











 **02 - Une rencontre de parents... Pourquoi?**

NOM

DATE

Avant l'écoute du balado

Comment te sens-tu par rapport à la rencontre de parents? Pourquoi?

À quoi ça sert, une rencontre de parents?




Après l'écoute du balado

Comment te sens-tu par rapport à la rencontre de parents? Pourquoi?

À quoi ça sert, une rencontre de parents?

Un petit mot pour ton/tes parent(s) :)



03- Apprivoiser les évaluations, c'est possible!

NOM

DATE

Ressens-tu parfois des émotions négatives comme la peur ou l'anxiété en contexte d'évaluation? Dans quelles matières?

Pourquoi ressens-tu ces émotions?

Dessine ce que tu peux faire lorsque tu ressens une émotion négative en contexte d'évaluation

Que pourrais-tu te dire lorsque tu ressens une émotion négative en contexte d'évaluation?

Ferme les yeux et pense à un paysage apaisant. Dessine-le.

Avant l'écoute du balado

Après l'écoute du balado



04 - TDAH : quatre petites lettres qui font jaser!

NOM

DATE

Avant l'écoute du balado

Que veut dire TDAH ?

Après l'écoute du balado

Nomme une chose intéressante que tu as apprise dans cet épisode

Comment expliquerais-tu à tes parents, ce que c'est le TDAH?

Connais-tu d'autres SUPERPOUVOIRS qui apportent leurs points positifs et négatifs aux élèves?

