



Programme d'activités ludiques en milieu scolaire

**Manuel de l'animateur et Guide
de formation des élèves leaders**

Ces ressources du programme PALS ont été créées et approuvées pour être utilisées uniquement en Ontario, au Canada. Les ressources sont développées et distribuées par la région de Peel, le bureau de santé publique de Peel, Mississauga, ON
peelregion.ca/health/schools

Remerciements

Le programme PALS a été initialement développé en 2003 par le bureau de santé publique de Peel après un examen des programmes existants de leadership sur les terrains de jeu et des consultations avec d'autres services de santé.

Le programme PALS a été adapté du programme Recess Recreation Leaders de Deb Cockerton, thérapeute du comportement et praticienne de l'enfance et de la jeunesse. Tout le contenu a été reproduit avec l'autorisation de l'auteur.

Depuis la création du programme, de nombreux bureaux de santé publique de l'Ontario l'ont adapté pour l'utiliser en partenariat avec les conseils scolaires locaux. En 2023, un groupe de travail provincial a été formé pour actualiser le programme PALS en fonction des données probantes actuelles en matière de santé publique et des normes d'accessibilité, d'équité, de diversité et d'inclusion.

Ce programme a été mis à jour avec des contributions des organismes suivants :

- Circonscription sanitaire de Haldimand-Norfolk
- Circonscription sanitaire du district de Haliburton, Kawartha, Pine Ridge
- Bureau de santé publique de la région de Halton
- Services de santé publique de Hamilton
- Bureau de santé publique de KFL&A
- Bureau de santé publique de Lambton
- Circonscription sanitaire de Middlesex-London
- Bureau de santé publique de la région de Niagara
- Spécialiste des programmes de la région de Niagara – Santé autochtone
- Comité consultatif de la jeunesse de la région de Niagara
- Spécialiste de l'engagement des jeunes de la région de Niagara
- Circonscription sanitaire du district de North Bay Parry Sound
- Circonscription sanitaire du Nord-Ouest
- Bureau de santé publique de Peel
- Bureau de santé publique de Peel, consultant en éducation et sur le curriculum
- Bureau de santé publique de Peterborough
- Circonscription sanitaire de Porcupine
- Circonscription sanitaire du district de Simcoe Muskoka
- Circonscription sanitaire du district de Thunder Bay
- Circonscription sanitaire de Timiskaming
- Bureau de santé publique de Toronto

Table des matières

Programme PALS.....	4
Approche de PALS.....	6
Responsabilités des animateurs	7
Recrutement d'élèves leaders PALS	9
Sélection des élèves leaders PALS	10
Formation des élèves leaders PALS.....	11
Lancement du programme.....	12
Mise en œuvre du programme.....	13
Maintien de PALS.....	15
Guide de formation des élèves leaders PALS.....	17
Bienvenue et félicitations	18
Bingo Apprendre à vous connaître.....	19
Compétences de leadership.....	20
Compétences de communication.....	21
Communiquer en tant que leaders PALS.....	24
Résolution des conflits	26
Résolution des conflits – exercices	28
Esprit sportif.....	32
Leaders PALS et responsabilités des participants.....	34
Formation aux jeux.....	36
Engagement des leaders PALS et certificats	37
Références :.....	38
Annexe A – Candidature des élèves leaders	39
Annexe B – Lettre d'information aux parents/tuteurs	40
Annexe C – Formulaire d'autorisation des parents/tuteurs	41
Annexe D – Liste de contrôle pour la préparation de la formation PALS	42
Annexe E – Activités de renforcement de l'esprit d'équipe de PALS	43
Annexe F – Outil de planification hebdomadaire de PALS.....	46
Annexe G – Outil de planification mensuelle de PALS	47
Annexe H – Annonces par haut-parleur	48
Annexe I – Certificat de formation des leaders PALS.....	51
Annexe J – Certificat de reconnaissance de la contribution exceptionnelle du leader PALS.....	52
Annexe K – Certificat de formation de l'animateur	53
Annexe L – Certificat de reconnaissance contribution exceptionnelle.....	54

Programme PALS

Le programme Playground Activity Leaders in Schools (PALS) est un programme de leadership pour les élèves des écoles primaires. Il permet de favoriser un sentiment d'appartenance et d'inclusion chez les élèves, tout en les faisant participer des activités physiques dans la cour de l'école. La devise du programme est « Il y a toujours de la place pour un de plus ».

Objectifs du programme

Offrir des possibilités de leadership aux élèves

La participation des élèves des cycles moyen et intermédiaire en tant que leaders PALS leur donne l'occasion d'améliorer leurs compétences en matière de leadership en résolvant les problèmes grâce à la communication positive, le compromis et la coopération.¹

Accroître le sentiment d'appartenance et d'inclusion des élèves

L'estime de soi et le sentiment de bien-être social d'un enfant peuvent s'enrichir lorsqu'il joue avec d'autres enfants dans un environnement qui encourage les interactions positives grâce au partage, à la coopération et à la communication.²

La prévention du harcèlement et l'intervention favorisent le développement de relations saines, sécuritaires, respectueuses et bienveillantes entre les élèves, ce qui leur permet de réussir à l'école et dans leurs relations avec leurs pairs.³ Un climat scolaire positif existe lorsque tous les membres de la communauté scolaire se sentent en sécurité, inclus et acceptés et qu'ils encouragent activement des comportements et des interactions positifs.⁴

1 Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario), M.D. (2014). Evidence Brief: the positive impacts of physical activity on the whole child. Toronto, ON: Imprimeur de la Reine pour l'Ontario. Récupéré de : bit.ly/publichealthontario-pe

2 Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario), M.D. (2014). Evidence Brief: the positive impacts of physical activity on the whole child. Toronto, ON: Imprimeur de la Reine pour l'Ontario. Récupéré de bit.ly/publichealthontario-pe

3 Bullying Prevention and Intervention in the School Environment: Factsheets and Tools Dr. Debra J. Pepler and Dr. Wendy Craig, 2014. Accessible à partir de : prevnet_facts_and_tools_for_schools_rev_apr2021.pdf (page 41).

4 PPM 145 – Discipline progressive et promotion d'un comportement positif chez les élèves. Ministère de l'Éducation, 17 octobre 2018 et PPM 128 – Code de conduite provincial et codes de conduite des conseils scolaires. Ministère de l'Éducation, 29 août 2019/4 novembre 2019.

Augmenter les possibilités d'activité physique afin d'améliorer la littératie physique des élèves

Le programme offrira aux élèves la possibilité de s'engager volontairement dans une variété d'activités physiques qui leur permettront de répéter des mouvements fondamentaux et d'apprendre des stratégies de jeu.

- En participant à des activités physiques structurées et non structurées, les élèves peuvent acquérir les aptitudes, les compétences et la confiance nécessaires pour explorer une grande variété d'activités physiques qui favorisent leur développement sain.⁵
- La littératie physique et l'activité physique ont un impact positif sur le développement physique, social, émotionnel et intellectuel de l'enfant.⁶

Pour voir comment la littératie physique est intégrée dans la vision et les objectifs du programme d'éducation physique et santé de l'Ontario, accédez au site : bit.ly/ON-vision-and-goals.



5 *Play in Peel*, (2021), Récupéré de What is Physical Literacy?: playinpeel.ca/what-is-physical-literacy

6 playinpeel.ca/what-is-physical-literacy/

Approche de PALS

Le programme PALS suit un modèle de formation des formateurs.

Le personnel de l'école est formé en tant qu'animateurs du programme PALS. Le rôle des animateurs PALS est de coordonner la formation des élèves leaders PALS et de fournir un soutien continu à l'animation.

Les élèves des cycles moyen et intermédiaire qui souhaitent devenir animateurs PALS sont formés pour animer des jeux dans la cour de récréation avec les élèves du cycle primaire. PALS offre aux élèves leaders des occasions significatives de contribuer à un climat scolaire positif en favorisant l'inclusion, la sécurité et l'acceptation.⁷

Consultez votre bureau local de santé publique pour vous renseigner sur soutiens aides disponibles.



⁷ Éducation. M. o. (2021, 17 juin), *Politique/Programmes Note 128*. Récupéré du gouvernement de l'Ontario : bit.ly/ON-memorandum-128

Responsabilités des animateurs

Les animateurs PALS peuvent être des administrateurs scolaires, des enseignants ou d'autres membres du personnel éducatif. Une brève description de leurs responsabilités est présentée ci-dessous; des détails supplémentaires sont fournis aux pages 6 à 11.

Coordination du programme et soutien

Il est conseillé d'avoir plus d'un animateur adulte pour partager la charge de travail et assurer une couverture en cas d'absence d'un animateur. Assurez la rotation des responsabilités en matière d'animation du programme en fonction des capacités disponibles. Vous pouvez également envisager de former des parents et des tuteurs bénévoles, ou des élèves de des niveaux secondaire, collégial ou universitaire pour soutenir le programme.

Recrutement des leaders PALS

Déterminez les années à partir desquelles les élèves pourront poser leur candidature. Les leaders PALS sont généralement des élèves de la 4^e à la 6^e année; les élèves de la 7^e et de la 8^e année peuvent également être considérés afin d'agir comme mentors pour les nouveaux leaders. Faites la promotion du programme auprès des leaders PALS potentiels et expliquez l'engagement requis. Fournissez aux élèves intéressés un formulaire de candidature, une lettre d'information aux parents ou aux tuteurs ou un formulaire d'autorisation des parents ou des tuteurs (facultatif).

Sélection des leaders PALS

Recueillez les formulaires de candidature des élèves et les formulaires d'autorisation des parents ou des tuteurs, le cas échéant (annexes A à C). Ensuite, sélectionnez et nommez les leaders PALS.

Formation des leaders PALS

La liste de contrôle pour la préparation de la formation se trouve à l'annexe D. Envisagez de faire appel à du personnel supplémentaire ou à des bénévoles pour soutenir les séances de formation.

Lancement du programme

Lancez le programme dans votre école. Désignez des leaders PALS pour lire les annonces par haut-parleur.

Mise en œuvre du programme

Fournissez un soutien et du mentorat lors de réunions régulières avec les leaders PALS. Envisagez de tenir des réunions hebdomadaires pendant le premier mois, puis ajustez la fréquence en fonction des besoins. Créez un calendrier pour le programme PALS et les leaders PALS. Si vous incorporez des jeux supplémentaires, sélectionnez des jeux qui respectent les principes d'équité, de diversité, d'inclusion et d'accessibilité.

Durabilité du programme

Maintenez le programme grâce à des incitatifs, la reconnaissance et la célébration. Offrez une formation de recyclage aux animateurs PALS chaque année et au début de l'année scolaire afin de s'assurer qu'un nombre suffisant de membres du personnel scolaire ou de bénévoles formés sont disponibles pour soutenir le programme. Incluez PALS dans le plan d'action global pour la santé de l'école ou de la Certification écoles saines.



Recrutement d'élèves leaders PALS

Le processus de recrutement des élèves leaders PALS peut être géré de différentes manières. Utilisez les suggestions ci-dessous ou élaborer un autre plan qui répond aux besoins de votre école.

- Invitez tous les élèves des cycles moyen et/ou intermédiaire à une assemblée.
- Demandez aux animateurs PALS de rencontrer chaque classe.
- Préparez une fiche d'information d'une page décrivant le fonctionnement du programme PALS dans votre école et prévoyez du temps pour répondre aux questions.

Pratiques exemplaires de recrutement pour les leaders PALS

Faites preuve d'enthousiasme au sujet de PALS

- Soulignez le programme PALS comme une possibilité de leadership et une chance pour les élèves de changer les choses dans leur école.
- Examinez la devise et les objectifs du programme.
- Parlez du rôle des leaders PALS dans l'animation de jeux avec des élèves plus jeunes.
- Partagez et faites la démonstration de certains jeux (voir le « Guide des jeux PALS »).

Passez en revue l'engagement requis par le programme

- Donnez un aperçu de la formation.
- Insistez sur le fait que les autres enfants admireront les leaders et sur l'importance de donner l'exemple d'un comportement positif au quotidien.
- Indiquez le moment où le programme se déroulera (c'est-à-dire à la récréation de midi ou pendant les pauses nutritionnelles).

Processus de candidature et de sélection

- Communiquez le nombre de leaders qui seront choisis.
- Distribuez des exemplaires du formulaire de candidature des élèves, de la lettre d'information aux parents/tuteurs et/ou des formulaires d'autorisation des parents/tuteurs (annexes A à C).
- Indiquez les dates d'échéance pour la distribution des formulaires de candidature des élèves ou d'autorisation.
- Indiquez quand et comment les leaders sauront s'ils ont été sélectionnés.

Autre possibilité

Les écoles peuvent envisager de former une classe précise pour que les élèves deviennent des leaders PALS dans le cadre de leur programme d'éducation physique et santé.

Sélection des élèves leaders PALS

En général, nous recommandons de former les élèves de la 4^e à la 6^e année qui souhaitent devenir leaders PALS comme animateurs de jeux avec les élèves de la 1^{re} à la 3^e année. Les élèves de 7^e et 8^e année peuvent également se montrer intéressés et peuvent être formés pour soutenir les leaders PALS. Envisagez de faire appel à d'anciens leaders PALS pour fournir du mentorat afin de faciliter les transitions entre les groupes d'élèves leaders et d'assurer la durabilité du programme.

Autres considérations pour le recrutement et la sélection des élèves leaders

Chaque école est unique. Tenez compte de votre propre population scolaire et alignez la sélection des leaders de PALS sur les principes de diversité, d'équité, d'inclusion et d'accessibilité. Invitez et encouragez la participation d'élèves de :

- Différents âges et différentes années scolaires.
- Différents genres et différentes identités de genre.
- Différentes races, ethnies, cultures ou langues.
- Différentes capacités de leadership (personnes nouvelles et expérimentées).
- Différents styles de leadership et d'apprentissage.
- Différentes capacités.
- Différentes salles de classe ou différents groupes existants.



Formation des élèves leaders PALS

Les écoles peuvent choisir d'organiser une « journée de formation » initiale ou de répartir les séances sur plusieurs jours. La durée totale de la formation peut atteindre quatre heures. Travaillez avec l'administrateur de votre école pour déterminer la meilleure façon de faciliter la formation. Consultez la *Liste de contrôle pour la préparation de la formation* (annexe D) et le *Guide de formation des élèves leaders PALS* à partir de la page 17.

Une fois la formation initiale terminée, des réunions plus courtes sont recommandées toutes les semaines ou toutes les deux semaines pour la résolution des problèmes, les encouragements et l'apprentissage de nouveaux jeux.

Exemple de modèle de plan de formation

Séance	Contenu	Jeu(x)
Séance de formation n° 1		
Séance de formation n° 2		
Séance de formation n° 3		
Séance de formation n° 4		
Séance de formation n° 5		

Lancement du programme

Chaque école peut choisir de lancer le programme d'une manière différente. Voici quelques idées :

Augmentez la sensibilisation dans votre communauté scolaire

- Partagez la devise : « Il y a toujours de la place pour un de plus. »
- Communiquez les plans de lancement du programme PALS, y compris les objectifs du programme et un bref aperçu, lors d'une réunion du personnel ou dans une note de service pour s'assurer que tout le personnel est au courant.
- Fournissez une mise à jour sur le programme PALS à votre école ou au conseil des parents.
- Présentez le programme et les leaders PALS aux autres élèves lors d'une assemblée. Profitez-en pour accroître la visibilité des leaders au sein de l'école (casquettes, cônes, dossiers, brassards, drapeaux, gilets, etc.).
- Faites lire les annonces par haut-parleur par les leaders PALS (annexe H) afin d'encourager la participation des élèves au programme.

Rendez les élèves plus familiers avec les jeux

- Encouragez les enseignants des cycles primaire et moyen à intégrer certains des jeux PALS dans leur programme d'éducation physique et santé ou dans leurs exigences en matière d'activité physique quotidienne (APQ).
- Envisagez de demander aux leaders PALS d'aller de classe en classe pour présenter les jeux pendant les périodes d'éducation physique et santé ou de l'APQ, ou de les mettre en vedette lors d'une assemblée scolaire.



Mise en œuvre du programme

Chaque école fonctionne différemment et devra faire preuve de flexibilité pour répondre à ses besoins individuels. Voici quelques points à prendre en compte lors de la mise en œuvre du programme.

Tenez des réunions régulières « d'équipe » des leaders

- Organisez des réunions hebdomadaires pour faire le point avec les leaders, si nécessaire.
- Envisagez d'animer des activités de renforcement de l'esprit d'équipe à l'aide des activités de renforcement de l'esprit d'équipe de PALS (annexe E).
- Encouragez les élèves à célébrer leurs succès et à partager les défis.
- Passez du temps à résoudre les problèmes et incluez-les dans les décisions.
- Assurez-vous que les élèves ont la possibilité de manger leur dîner ou leur collation si les réunions ont lieu pendant les pauses régulières. Envisagez de proposer des collations nutritives aux élèves, au besoin.

Créez un horaire

- Envisagez d'organiser le programme par tranches de six semaines; par exemple, automne, hiver, printemps.⁸
- Réfléchissez au nombre de jours par semaine où vous souhaitez mettre en œuvre le programme PALS et au ratio de leaders PALS par rapport aux participants dont vous aurez besoin.
- Établissez un calendrier PALS en fonction des disponibilités de chaque leader. Prenez note des autres engagements que les leaders peuvent avoir.
- Demandez aux leaders PALS de soumettre leur choix de jours et les noms d'une ou deux personnes avec lesquelles ils aimeraient travailler.
- Créez des équipes de leaders PALS et demandez à chaque équipe de choisir un nom. Le nombre de groupes doit être fonction de la fréquence d'exécution du programme.
- Envisager de demander à des leaders expérimentés de PALS d'offrir du mentorat aux nouveaux leaders.
- Supervisez et soutenez les leaders PALS sur le terrain de jeu.
- Utilisez l'outil de planification hebdomadaire PALS (annexe F) ou l'outil de planification mensuelle PALS (annexe G).

8 McNamara, L. (2023). The Recess Project Changemaker's Guide, Récupéré de The Recess Project : bit.ly/RP-guide2023

Planifiez des leaders suppléants

- Prévoyez des équipes de remplacement en cas d'absence d'un autre leader ou d'une autre équipe PALS.
- Les leaders PALS doivent avertir leur animateur s'ils prévoient de s'absenter.

Fournissez une formation sur les jeux et de l'équipement

- Introduisez de nouveaux jeux lors de la réunion avec les leaders PALS (voir le Guide des jeux PALS).
- Si vous introduisez des jeux supplémentaires, harmonisez la sélection des jeux avec les principes de diversité, d'équité, d'inclusion et d'accessibilité.
- Désignez des zones du terrain de jeu pour chaque jeu, si vous organisez plusieurs jeux.
- Assurez-vous que chaque équipe sait de quel équipement elle aura besoin et où prendre ou déposer le matériel.
- Envisager de conserver l'équipement dans un endroit qui exigeraient que les leaders PALS communiquent avec l'animateur lorsqu'ils viennent chercher ou déposent l'équipement.
- Consultez aux politiques pertinentes du conseil scolaire de l'OPHEA pour les facteurs de sécurité (bit.ly/ophea-safety) lors des jeux.

Lorsqu'il fait mauvais, envisagez des jeux d'intérieur

- Prévoyez des jeux d'intérieur pour les jours de mauvais temps (par exemple, en raison de la qualité de l'air, d'une chaleur ou d'un froid extrême, etc.)
- Utiliser les espaces de l'école, lorsqu'ils sont disponibles, tels que les salles de classe, les salles communes, la bibliothèque, le gymnase, etc.
- Assurez-vous que l'administrateur de l'école, les enseignants et les leaders PALS sont au courant des plans en cas de mauvais temps et des options de jeux d'intérieur.



Maintien de PALS

Il sera important de tirer parti de l'enthousiasme et de l'élan initial du programme PALS pour en assurer la continuité. Voici quelques suggestions pour vous aider à créer et à maintenir l'élan :

Fournissez des possibilités d'établir des liens

- Organisez des réunions régulières pour les leaders PALS afin qu'ils puissent apprendre de nouveaux jeux, partager les réussites et les préoccupations, apprendre à résoudre les problèmes, et invitez des conférenciers (par exemple, des professionnels de la santé publique, des enseignants, des directeurs d'école).
- Créez un tableau d'affichage de PALS et affichez le *calendrier PALS* (annexes F et G) et le ou les jeux de la semaine.
- Encouragez les participants à partager des idées et à faire des commentaires : les élèves peuvent aider à façonner PALS pour leur école.
- Communiquez les mises à jour et les renseignements sur le programme sur le site Web de l'école, les bulletins d'information, les médias sociaux et avec votre conseil de parents ou scolaire.

Donnez de la reconnaissance

- Remettez des certificats d'achèvement de la formation de leader PALS et de reconnaissance pour contribution exceptionnelle des leaders PALS (annexes I et J).
- Communiquer la reconnaissance aux élèves lors des annonces et des assemblées.
- Utilisez le tableau d'affichage de PALS pour la reconnaissance des leaders (par exemple, le leader de la semaine), les photos des élèves, etc.
- Offrez des incitations aux élèves leaders. Incluez des récompenses non alimentaires comme des crayons, des gommes à effacer, des autocollants, des plaques d'école, etc.
- Organisez une fête de fin de trimestre ou de fin d'année.

Encouragez les élèves leaders de l'école à devenir des ambassadeurs PALS

- Faites lire les annonces sur haut-parleur par les leaders PALS (annexe H).
- Les leaders PALS peuvent créer des jeux, des messages et des activités pour leur équipe.
- Les leaders peuvent se rendre dans les classes plus jeunes pour faire la promotion de l'activité physique ou agir en tant que mentors pour les nouveaux leaders afin d'assurer la durabilité du programme.
- Ils peuvent également être engagés en tant que pairs leaders pour d'autres sujets qui favorisent la santé et le bien-être. Par exemple : mener des activités de sensibilisation à la pleine conscience – des activités plus tranquilles pour les récréations à l'intérieur.

Fournissez des possibilités d'apprentissage supplémentaire

- Jeux saisonniers, en particulier les jeux d'hiver.
- Jeux et activités en cas de mauvais temps.
- Leadership et résolution des conflits.
- Invitez d'autres membres du personnel ou des bénévoles à devenir des animateurs PALS.



Guide de formation des élèves leaders PALS

La formation de leader PALS peut durer jusqu'à quatre heures. La formation peut être divisée en plusieurs séances. Les feuilles d'activité des leaders PALS (qui se trouvent dans le manuel des leaders PALS) peuvent être imprimées sous forme de feuilles individuelles ou de livret. Les fiches d'activités seront utilisées pour la formation. Envisagez d'intégrer une formation aux jeux dans chaque séance de formation des leaders afin de permettre les jeux de rôle et la mise en pratique des compétences. Cela permet également de découper les périodes sédentaires avec du mouvement.

Grandes lignes de la formation des leaders PALS

Veuillez compléter la formation en vous basant sur le contenu ci-dessous.

Sujet	Référence
Bienvenue et félicitations	Page 3 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Bingo Apprendre à vous connaître	Page 4 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Compétences de leadership	Page 5 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Compétences de communication	Page 6 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Communiquer en tant que leader PALS	Page 7 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Résolution des conflits	Page 8 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Scénarios de conflit	Page 12
Esprit sportif	Page 9 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Formation aux jeux	Consultez le <i>Guide des jeux PALS</i>
Engagement des leaders PALS	Page 10 <i>Manuel de l'élève leader</i>
Certificats	Annexes I, J, K et L

Bienvenue et félicitations

Introduction

Il est important de saluer et de reconnaître les leaders PALS pour leur participation au programme et de s'assurer que l'espace de formation est sécuritaire pour tous.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 3 : *Félicitations! Tu es un leader PALS dans ton école.*

Partie 1 : Félicitez les leaders et souhaitez-leur la bienvenue à la formation.

Passez en revue le rôle des leaders PALS et la devise du programme, et animez la discussion à ce sujet :

En tant que leaders PALS :

- Vous deviendrez des leaders plus confiants.
- Vous apprendrez à aider à résoudre des problèmes sur le terrain de jeu.
- Vous aiderez les élèves plus jeunes à être plus actifs physiquement, à faire preuve d'esprit sportif et à s'amuser.
- Vous vous ferez de nouveaux amis, vous apprendrez de nouveaux jeux et vous vous amuserez.
- Vous ferez partie d'un environnement scolaire positif où chacun se sent inclus.

La devise de PALS : « Il y a toujours de la place pour un de plus » signifie :

- Tout le monde est inclus et tout le monde a sa place.
- Nous sommes accueillants.
- Nous faisons toujours de la place pour que d'autres puissent nous rejoindre.
- Nous invitons tout le monde à venir jouer avec nous.

Partie 2 : Définissez les attentes du groupe

Définissez les attentes du groupe que chacun peut suivre tout au long des séances de formation. Encouragez les élèves à participer à la création des attentes. Inscrivez-les sur un panneau d'affichage ou un tableau papier qui pourra être affiché lors de chaque séance.

Bingo Apprendre à vous connaître

Introduction

Cette activité est conçue pour permettre aux leaders PALS d'apprendre des faits intéressants sur leurs collègues.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 4 : *Bingo Apprendre à vous connaître*.

Assurez-vous que chaque leader PALS dispose d'un exemplaire de la feuille d'activité *Bingo Apprendre à vous connaître*.

Pour jouer au bingo

- Tous les leaders PALS se lèvent et commencent à faire le tour de la salle.
- Les leaders PALS s'approchent à tour de rôle d'un autre leader et lui posent une question qui se trouve dans l'un des carrés de bingo.
- Si le leader à qui la question est posée répond **oui**, il signe son nom dans cette case.
- S'il répond **non**, le leader qui a posé la question peut leur poser une autre question sur la carte de bingo.
- Chaque leader PALS ne peut signer qu'une seule fois la carte de bingo de l'autre leader.
- Le bingo est atteint lorsqu'un leader PALS obtient une ligne horizontale, verticale ou diagonale et qu'il peut crier « Bingo! »

Décidez du nombre de tours de bingo que vous jouerez. Cette activité peut se terminer lorsque trois personnes obtiennent un bingo ou lorsque tout le monde obtient un bingo, selon le temps dont vous disposez.

Compétences de leadership

Introduction

Il est important que les leaders PALS puissent reconnaître les compétences qu'ils possèdent déjà et celles qu'ils souhaitent développer.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 5 : *Compétences de leadership*.

Demandez aux leaders PALS de consulter la feuille d'activité *Compétences de leadership*. Lisez la liste des compétences de leadership et donnez une brève explication, au besoin. Ne fournissez pas d'explication détaillée. Vous demanderez aux leaders PALS de le faire lors de la discussion qui suivra l'activité.

Partie 1 : Exercice individuel

Demandez aux leaders PALS de revoir la liste des compétences de leadership. Demandez à chaque leader PALS de cocher trois compétences qu'il possède déjà et de marquer d'une étoile deux compétences qu'il espère acquérir en participant au programme PALS. Lorsqu'ils ont terminé, répartissez les leaders en groupes.

Partie 2 : Exercice en groupe

Demandez aux leaders PALS de travailler en petits groupes. Pour sélectionner les groupes, essayez d'utiliser l'un des exemples suivants tirés de *Esprit d'équipe – Former des équipes* (page 32). Dans les petits groupes, demandez aux membres de sélectionner les trois compétences de leadership qu'ils ont en commun.

Discussion

Demandez aux leaders PALS les trois compétences choisies par leur groupe.

- Inscrivez leurs réponses sur un tableau papier.
- Demandez aux leaders PALS de donner des exemples de la façon dont ces compétences peuvent les aider en tant que leaders PALS sur le terrain de jeu.

Compétences de communication

Introduction

Cette section explore les trois composantes de la communication :

- **Écouter** : ma capacité d'écoute.
- **Parler** : ce que je dis et comment je le dis.
- **Non verbale** : ce que je fais.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 6, *Communication*.

Pour chacune des trois composantes de la communication, il existe une activité qui démontre les renseignements clés que vous souhaitez transmettre. Démontrez les activités décrites. Demandez au groupe d'identifier la composante de la communication que vous avez démontrée, puis partagez certains des points clés que vous pensez devoir mettre en évidence.

Activité 1 - Écouter : Main au menton

Comment jouer

Demandez au groupe de vous suivre pendant que vous démontrez ces actions :

1. Tendez les bras devant vous, parallèlement au sol.
2. Faites un cercle avec le pouce et l'index.
3. Portez votre main à votre **menton** et, ce faisant, dites : « Portez votre main à votre **joue** ».
4. Restez immobile et observez : la plupart des membres du groupe auront suivi votre exemple et porté leur main à leur **joue**.

Discussion

Il est important de s'assurer que ce que nous disons correspond à ce que nous faisons lors de la démonstration des jeux. La transmission de messages contradictoires peut être une source de confusion.

Passez en revue les conseils pour *Écouter : ma capacité d'écoute* du manuel et discutez-en :

- C'est l'élément le plus important de la communication.
- Faites attention aux sentiments des autres.
- Donnez aux autres l'occasion de parler.
- Laissez les autres parler, ne les interrompez pas.
- Posez des questions si vous ne comprenez pas.

Activité 2 – Parler : Jeu du téléphone

Cette activité démontre l'importance de s'exprimer clairement et d'utiliser un langage simple et concis pour communiquer, ainsi que l'importance de l'écoute.

Mise en place

- Décidez d'un message qui comporte 2 ou 3 idées principales. Par exemple, « *Rencontrez-moi sur le terrain de jeu, près des filets de basketball, pendant la récréation, et apportez un ballon de basketball* ».
- Faites participer tous les leaders PALS.
- Dites au groupe que l'activité s'intitule « Jeu du téléphone ».
- Demandez à chaque personne de parler clairement et lentement. Déterminez à l'avance si vous autoriserez la répétition du message si la personne ne l'a pas entendu la première fois.

Comment jouer

1. Chuchotez le message à la première personne, puis demandez-lui de le chuchoter à la personne suivante, et ainsi de suite.
2. La dernière personne à recevoir le message dit au grand groupe ce qu'elle a entendu.
3. Demandez à la première personne de répéter le message que vous lui avez dit.

Discussion

Le message est généralement différent du message original. Il est important de donner des instructions claires lorsque l'on dirige un jeu.

Passez en revue les conseils pour *Parler : ce que je dis et comment je le dis*, du manuel des leaders PALS, et discutez-en :

- Parlez clairement.
- Utilisez des mots simples.
- Faites attention au volume et au ton de votre voix.
- Utilisez vos paroles pour encourager les autres.



Activité 3 – Actions : Diriger un jeu

Cette activité démontre l'importance de l'influence du langage corporel et de l'enthousiasme sur la participation au groupe.

Comment jouer

1. Utilisez la déclaration suivante ou une déclaration similaire : « Bonjour, je m'appelle _____. Je suis un leader PALS, quelqu'un veut-il jouer au SPUD avec moi? Ce sera très amusant. »
2. **Dites-le** en utilisant un ton de voix **monotone** et en **regardant vers le sol**. **Faites rebondir la balle** pendant que vous parlez. Abstenez-vous de faire des gestes pour les inciter à se joindre à vous.
3. Demandez aux leaders PALS de vous dire ce qu'ils ont pensé de votre invitation à jouer à SPUD. Par exemple, pas de contact visuel, manque d'enthousiasme, ne se sont pas sentis bienvenus, le fait de faire rebondir la balle rendait l'écoute difficile.
4. **Répétez la déclaration**, mais cette fois, faites face au groupe, faites des gestes du bras pour les encourager à se joindre au groupe tout en utilisant un ton enthousiaste et excité, et ne faites pas rebondir la balle en parlant.

Discussion

Demandez aux leaders PALS ce qui était mieux dans la deuxième déclaration. Les mêmes mots, dits avec un langage corporel différent, correspondent à un message différent. Le même message sera interprété différemment par les participants en fonction de la manière dont il est communiqué.

Passez en revue les conseils pour *Actions : ce que je fais* du Manuel de l'élève leader PALS et discutez-en :

- Faites face à vos interlocuteurs.
- Soyez conscient de vos expressions faciales.
- Faites attention à votre langage corporel.
- Assurez-vous que ce que vous dites correspond à ce que vous faites.



Communiquer en tant que leaders PALS

Introduction

Les énoncés ci-dessous illustrent les nombreuses façons dont un leader PALS peut s'adresser aux participants PALS. Cette activité permet aux leaders PALS de réfléchir à la manière dont ils doivent communiquer lorsqu'ils dirigent un jeu ou une activité pendant la récréation.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 7, *Communiquer en tant que leader PALS*.

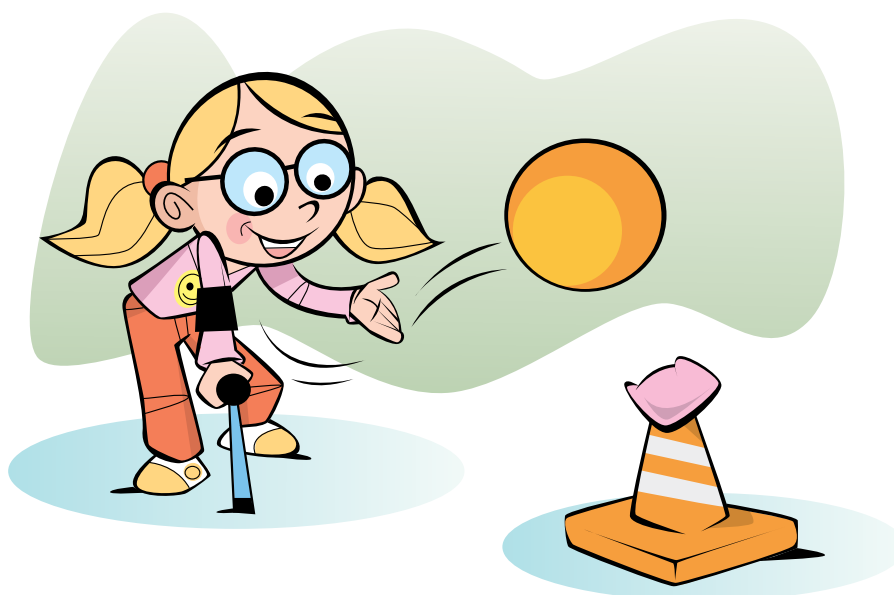
1. Choisissez cinq leaders PALS qui se porteront volontaires pour lire les énoncés à haute voix au groupe.
2. Animez une discussion après avoir lu chaque exemple d'énoncé du leader dans le tableau suivant.

Envisagez d'utiliser ces questions pour faciliter la discussion.

- Quel est le message communiqué?
- Comment vous sentiriez-vous si quelqu'un vous parlait ainsi en tant que leader PALS ou en tant que participant PALS?
- Pouvez-vous suggérer une autre façon de formuler l'énoncé?

Exemple d'énoncé du leader	Autre exemple de l'animateur et justification
« OK, tout le monde, nous sommes censés travailler ensemble pour ranger les équipements du terrain de jeu. Rangez l'équipement et dites-le-moi quand vous aurez fini. »	« Merci d'avoir joué à [au jeu]. Est-ce que tout le monde peut aider à ramasser? »
« Aujourd'hui, nous allons apprendre un nouveau jeu. Pour commencer, nous allons lire les instructions pour savoir comment jouer. Ensuite, nous allons choisir les équipes. Ensuite, nous pouvons nous pratiquer. Est-ce que ça convient à tout le monde? »	Il s'agit d'une communication positive. Rappelez aux leaders PALS que les participants peuvent perdre leur intérêt s'ils passent tout leur temps à apprendre plutôt qu'à jouer; les instructions doivent donc être courtes et claires.

Exemple d'énoncé du leader	Autre exemple de l'animateur et justification
« Je suis le leader, alors vous DEVEZ faire ce que je dis, ou je ne vous laisserai pas jouer. »	« Aujourd'hui, nous allons jouer à [jeu]. Tout le monde est le bienvenu. Respectons les règles pour faire preuve d'esprit d'équipe et assurer la sécurité de tous. »
« Tu es le meilleur coureur. Veux-tu être le chasseur? Est-ce que quelqu'un connaît un jeu de tague auquel on peut jouer? »	« Soyons le chasseur à tour de rôle. »
« Je ne sais pas trop ce qu'il faut faire. Faites ce que vous voulez. »	Rappelez aux leaders PALS qu'il est important de donner des instructions claires. « Aujourd'hui, nous allons jouer à [jeu]. Je vais vous expliquer les instructions et ensuite nous pourrons jouer. »



Résolution des conflits

Introduction

Les conflits font partie intégrante de la vie quotidienne. Un conflit survient lorsque deux ou personnes ou plus voient une situation ou une idée de façon différente. Il est souvent le résultat d'une communication peu claire ou d'un malentendu. Le programme PALS permet aux animateurs et aux leaders d'apprendre des stratégies efficaces pour gérer les conflits sur le terrain de jeu.

Remarque : Veuillez consulter les politiques de votre école et de votre conseil scolaire en matière de résolution des conflits et modifier les activités ci-dessous au besoin.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 8, *Résolution des conflits*.

Tenez une discussion avec les leaders PALS sur la façon dont les conflits peuvent survenir. Demandez-leur de donner des exemples de situations qu'ils pensent qu'ils pourraient rencontrer en tant que leaders PALS.

Expliquez qu'il existe de nombreuses façons d'aider à résoudre un conflit. Discutez de moyens de résoudre les conflits pour que les deux parties aient l'impression que leurs besoins sont satisfaits, et des moments où il est nécessaire de demander l'aide d'un adulte (par exemple, s'ils ont essayé deux des stratégies ci-dessous et la situation n'a pas changé). Consultez le tableau ci-dessous.

Stratégies pour apaiser un conflit⁹

Stratégie	Effet
Attendre et travailler	Permet de faire une pause et de réfléchir.
S'entendre sur quelque chose	Toutes les parties estiment que leurs besoins ont été satisfaits.
S'excuser	Reconnaissez que votre action a pu avoir un impact sur quelqu'un d'autre.
En discuter*	Permet à toutes les parties d'être entendues.
Leur demander d'arrêter	Cela permet d'éviter que la situation s'aggrave encore plus.
Demander l'aide d'un adulte	Certains problèmes nécessitent l'aide d'un adulte.

*La section suivante présente les étapes à suivre pour utiliser cette stratégie.

⁹ Ressources de référence, kelsoschoice.com/stop-tattling-starter-kit-resources

5 étapes pour en discuter

1. **Identifiez le conflit** – sur quoi sommes-nous en désaccord?
2. **Écoutons-nous** les uns les autres.
3. **Parlez** calmement, en utilisant des énoncés « je » pour clarifier les choses.
 - Décrivez le problème ou le comportement d'une manière non menaçante. « Quand tu fais ça... je me sens... »
 - Utilisez le contact visuel.
4. **Envisagez la question sous plusieurs points de vue** – réfléchissez au désaccord sous tous les angles.
 - Comment vous sentiriez-vous? Qu'est-ce qui pourrait être important pour d'autres personnes?
5. Essayez de rester calme jusqu'à ce que vous trouviez une solution où toutes les parties estiment que leurs besoins ont été satisfaits.¹⁰



¹⁰ Ontario, S.M. (2023). Healthy relationships skills/Conflict resolution/Finding solutions. Récupéré de Santé mentale en milieu scolaire Ontario et la Fédération des enseignantes et des enseignants de l'élémentaire de l'Ontario, 2023, La santé mentale au quotidien : une ressource pour la salle de classe : [https://smho-smso.ca/emhc/relations-saines/la-resolution-de-conflit/resoudre-les-conflits/](https://smho-smso.ca/emhc/rerelations-saines/la-resolution-de-conflit/resoudre-les-conflits/)

Résolution des conflits – exercices

Introduction

Il est important que les leaders PALS aient l'occasion de s'exercer à utiliser les étapes et les stratégies de résolution des conflits qu'ils viennent d'apprendre. Les scénarios proposés sont des exemples de conflits que les leaders PALS peuvent rencontrer lorsqu'ils dirigent les jeux.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 8, *Résolution des conflits*.

1. Répartissez les leaders PALS en petits groupes.
2. Attribuez à chaque groupe un scénario tiré de la rubrique *Résolution des conflits – exercices* (à partir de la page 29).
3. Demandez à chaque groupe d'indiquer ce qui se passe dans leur scénario et de choisir les stratégies possibles qu'ils estiment appropriées et efficaces pour résoudre le problème.

Les leaders PALS peuvent utiliser des stratégies de *Résolution des conflits* ou leur propre stratégie.

4. **Option A** : Lorsque chaque groupe a eu l'occasion de décider de ses approches, demandez-lui de lire son scénario à haute voix et de partager les approches de résolution de problèmes qui, selon lui, aideraient à résoudre la situation.

Option B : Donnez au groupe quelques minutes pour créer un jeu de rôle. Demandez-lui de choisir deux leaders PALS pour jouer les rôles de leaders PALS. Demandez aux membres du groupe d'assumer les autres rôles. Les leaders PALS démontreraient les deux approches de résolution de problèmes choisies par leur groupe.

Scénario 1

Un groupe d'élèves joue à un jeu de saut à la corde et quelques élèves en bousculent d'autres en attendant leur tour.

Scénario du jeu de rôle

L'élève au leader PALS : « Ils me poussaient pendant que je faisais la queue. »

Exemples de ce que le leader PALS peut dire au groupe d'élèves

- **Leur demander d'arrêter** : « S'il vous plaît, arrêtez de pousser les autres, car quelqu'un pourrait être blessé. »
- **S'entendre sur quelque chose** : « Attendez SPV, tout le monde aura son tour. »
- **Leur demander de s'excuser** : « Si vous voulez vous excuser, vous pouvez dire : « je suis désolé de t'avoir poussé. J'attendrai mon tour. »

Scénario 2

Vous êtes en train d'expliquer à un groupe d'élèves les règles d'un nouveau jeu de tague. Pendant que vous essayez d'expliquer les règles, quelques élèves veulent partager une autre façon de jouer au même jeu.

Scénario du jeu de rôle

L'élève au leader PALS : « Je veux jouer ce jeu d'une manière différente. »

Exemple de ce que le leader PALS peut dire aux élèves

- **S'entendre sur quelque chose** : « Nous allons jouer de cette manière pour l'instant, car nous n'avons pas beaucoup de temps. Nous pouvons jouer à ton jeu pendant le dîner, tu auras ainsi plus de temps pour expliquer les règles. »
- **En discuter** : « J'aimerais en savoir plus sur ton jeu de tague. Pourrais-tu attendre que j'aie fini d'expliquer les règles de ce jeu, pour que nous puissions commencer à jouer? Nous pourrions en discuter après. »

Scénario 3

Vous jouez à un jeu de balle et l'un des élèves a été vu en train de tricher à plusieurs reprises. Vous pouvez voir que les autres sont de plus en plus frustrés par cette personne.

Scénario du jeu de rôle

L'élève au leader PALS : « Cet élève continue de tricher dans le jeu. Ce n'est plus amusant. »

Exemples de ce que le leader PALS peut dire aux élèves

- **En discuter** : « Bonjour à tous, j'ai remarqué que certains d'entre nous ne respectent pas les règles du jeu. Il est important de respecter les règles. »
- **Leur demander d'arrêter** : « Il est difficile pour tout le monde de jouer au jeu si les règles ne sont pas respectées. Si tu ne peux pas respecter les règles, tu devras trouver un autre jeu à jouer. »

Scénario 4

Vous jouez à la marelle et les élèves rient et se moquent d'un autre élève qui a du mal à ne pas mettre le pied sur les lignes.

Scénario du jeu de rôle

L'élève 1 dit à l'élève 2 en riant : « Tu mets le pied sur la ligne, haha. »

Exemples de ce que le leader PALS peut dire au groupe d'élèves

- **Leur demander d'arrêter** : « S'il te plaît, arrête. Il n'est pas acceptable de se moquer des autres élèves. Il faut du temps pour devenir bon à la marelle ou au saut à la corde. Si tu veux, tu peux aider les autres à apprendre à bien faire. »
- **S'excuser** : « Il n'est pas acceptable de se moquer des gens et il faut s'excuser auprès de la personne concernée. »

Scénario 5

Un groupe d'élèves refuse de laisser un autre élève se joindre à leur jeu de tague parce qu'ils ont déjà commencé.

Scénario du jeu de rôle

L'élève 1 à l'élève 2 : « Tu ne peux pas te joindre à nous, car nous avons déjà commencé à jouer. »

Exemple de ce que le leader PALS peut dire au groupe d'élèves

- **S'entendre sur quelque chose** : « Tu seras le bienvenu pour te joindre au jeu de tague après que la prochaine personne se sera fait attraper. Il y a toujours de la place pour un de plus. »

Scénario 6

Un groupe d'élèves joue à un jeu de balle. Un élève plus âgé s'empare du ballon et refuse de le rendre.

Scénario du jeu de rôle

L'élève 1 prend le ballon de l'élève 2.

Exemples de ce que le leader PALS peut dire au groupe d'élèves

- **Leur demander d'arrêter** : « Salut, nous étions en train de jouer à un jeu de balle ici. Tu peux te joindre à nous dans le jeu si tu veux jouer. »
- **S'excuser** : « Tu n'arrêtes pas d'attraper le ballon du jeu, s'il te plaît excuse-toi auprès du groupe pour avoir perturbé le jeu. »

Scénario 7

Un groupe d'élèves joue aux quatre coins. L'un des joueurs rate le ballon, mais il refuse de quitter le jeu pour permettre aux autres élèves d'avoir leur tour.

Scénario du jeu de rôle

L'élève 1 rate le ballon, mais refuse de quitter le jeu. « Je n'ai pas encore fini. »

Exemples de ce que le leader PALS peut dire au groupe d'élèves

- **En discuter** : « Salut, si tu veux continuer à jouer, tu devrais respecter les règles. Je peux passer les règles en revue si tu veux. »
- **Attendre et se calmer** : « Je vois que tu ne respectes pas les règles, s'il te plaît quitte le jeu et prends le temps de réfléchir à la façon dont les autres sont affectés lorsque les règles ne sont pas respectées. »

Esprit sportif

Introduction

Le fait de savoir comment diviser rapidement les élèves en groupes ou d'avoir des stratégies pour le faire aidera les leaders PALS à être plus efficaces lorsqu'ils organisent le jeu.

Instructions

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 9, *Esprit sportif*.

Animez une discussion sur des façons amusantes de trouver un partenaire ou de former une équipe.

Voici quelques exemples. Les élèves peuvent également proposer leurs propres idées.

Choisir des partenaires

- Faites le tour de la pièce en répétant le schéma 1/1, 2/2, 3/3, 4/4.... jusqu'à ce que tout le monde ait un partenaire
- Levez de zéro à dix doigts. Trouve un partenaire dont les doigts, ajoutés aux vôtres, forment un nombre pair (ou impair).
- Trouvez un partenaire dont le prénom commence par la même lettre que le vôtre.
- Trouvez un partenaire ayant la même couleur préférée.
- Trouvez un partenaire qui est né le même mois que vous.

Former des équipes

- Déterminez le nombre de groupes dont vous avez besoin. Faites ensuite le tour de la pièce en comptant selon le schéma. Chaque chiffre devient un groupe, (par exemple 1,2,3, puis répéter 1, 2, 3 jusqu'à ce que chaque élève ait un numéro).
- Déterminez le nombre de groupes dont vous avez besoin. Attribuez un nom d'animal par groupe. Laissez les élèves choisir l'animal qu'ils veulent incarner, par exemple : « Si vous voulez être un éléphant, allez là-bas. Si vous voulez être une girafe, allez là-bas. »

Lors du choix des partenaires ou de la constitution des équipes, veillez à sélectionner des stratégies qui permettent la participation de tous les élèves. Pour obtenir de plus amples renseignements sur la création d'environnements inclusifs (bit.ly/ophea-positive), consultez OPHEA, où vous vous trouverez également des ressources sur le mouvement pour les personnes ayant une déficience (bit.ly/ophea-inclusive) et les programmes d'activité physique en dehors de la salle de classe et dans la communauté (bit.ly/ophea-community).

Mettez en pratique certaines de ces stratégies ensemble. Demandez aux élèves d'écrire leurs stratégies préférées pour choisir des partenaires et former des équipes dans l'espace prévu dans leur manuel du leader.

Discussion

Voici quelques points clés à partager avec les leaders PALS lorsqu'ils choisissent des partenaires ou des équipes :

- Si le choix des partenaires ou des membres de l'équipe prend trop de temps, il n'y aura pas de temps pour jouer.
- Utilisez des stratégies auxquelles tout le monde peut participer. Évitez d'utiliser des capitaines pour sélectionner les membres de l'équipe.
- Demandez au groupe ce qui a fonctionné dans le passé.



Leaders PALS et responsabilités des participants

Introduction

La revue et la définition des responsabilités de tous les participants sur le terrain de jeu permettront de définir les attentes.

Instructions

Passez en revue la devise afin d'animer une discussion sur ce que les leaders pourraient envisager pour que tout le monde s'amuse et fasse preuve d'esprit d'équipe.

Voici quelques questions pour faciliter la discussion :

- En tant que leaders PALS, qu'est-ce que vous croyez qui pourrait aider tout le monde à s'amuser et à faire preuve d'esprit sportif?
- Pouvez-vous suggérer des trucs qui permettraient à chacun de s'amuser et de faire preuve d'esprit sportif?
- Comment pouvons-nous partager les conseils et les attentes avec les plus jeunes élèves lorsqu'ils participent à PALS?



Exemple

Responsabilités du leader PALS

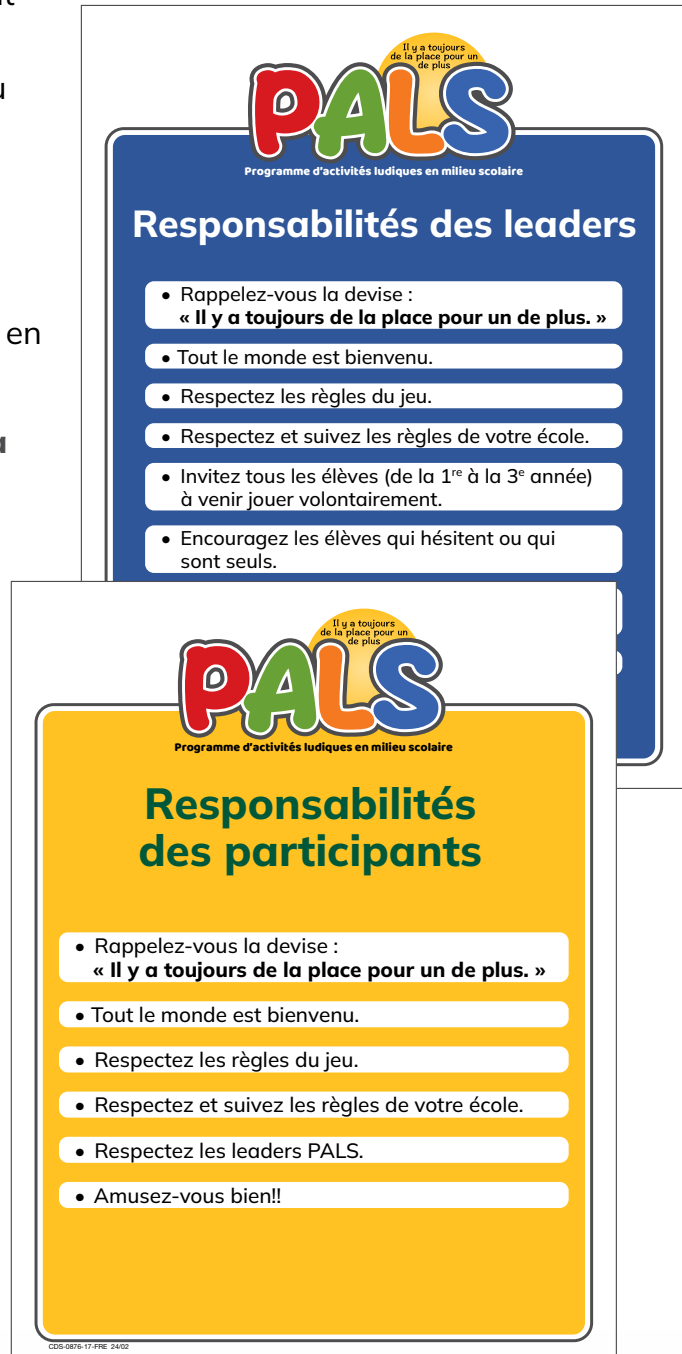
- Rappelez-vous la devise « Il y a toujours de la place pour un de plus ».
- Tout le monde est bienvenu.
- Respectez les règles du jeu.
- Respectez et suivez les règles de votre école.
- Invitez tous les élèves (de la 1^{re} à la 3^e année) à venir jouer volontairement.
- Encouragez les élèves qui hésitent ou qui sont seuls.
- Dites aux élèves quand ils font du bon travail. Par exemple, « Beau travail! » ou « Bravo! »
- Amusez-vous bien!

L'affiche peut être téléchargée et affichée sur les babillards et passée en revue lors des réunions d'équipe.

Responsabilités des participants à PALS

- Rappelez-vous la devise « Il y a toujours de la place pour un de plus ».
- Tout le monde est bienvenu.
- Respectez les règles du jeu.
- Respectez et suivez les règles de votre école.
- Respectez les leaders PALS.
- Amusez-vous bien!

Ces exemples d'affiches peuvent être téléchargés à peelregion.ca/health/schools et peuvent être diffusées lors des assemblées. ou la liste peut être utilisée lors des annonces.



Formation aux jeux

Introduction

C'est à ce moment-ci que toutes les compétences sont réunies. Les leaders PALS apprendront à animer le jeu en utilisant des compétences de leadership, de communication, de résolution de conflits et d'esprit sportif.

C'est la partie du programme PALS que les élèves aiment le plus.

Instructions

Activité *Le Guide des jeux PALS.*

Prévoyez du temps pendant chaque séance de formation pour permettre aux élèves d'apprendre de nouveaux jeux et d'exercer leurs compétences en matière de communication. Cette formation se déroule de préférence dans le gymnase ou à l'extérieur, en fonction des conditions météorologiques et de l'espace disponible.

- Si vous avez un grand groupe de leaders PALS en formation, vous pouvez le diviser en petits groupes.
- Demandez à chaque groupe de choisir des jeux dans les différentes sections du *Guide des jeux PALS*. Par exemple, l'équipe, tague, le ballon et saut à la corde.
- Donnez aux leaders PALS l'occasion de présenter et d'animer un jeu.
- Permettez aux leaders PALS d'effectuer une rotation entre les différents jeux.
- Vous pouvez également inviter les leaders PALS à partager certaines de leurs idées et suggestions pour de nouveaux jeux.
- Amusez-vous!

Engagement des leaders PALS et certificats

Introduction

Il est important de remercier les nouveaux leaders PALS pour leur participation à la formation et leur engagement dans le programme. À la fin de la dernière séance de formation, prévoyez du temps pour discuter de l'engagement des leaders PALS.

Instruction

Activité Manuel de l'élève leader PALS, page 10 : *Engagement des leaders PALS*.

Demandez aux élèves de consulter l'*Engagement des leaders PALS*. Demandez à des volontaires de lire chaque énoncé.

En tant que leader PALS, voici ce que j'aiderai à faire ou que je ferai :

- Encourager tous les élèves à participer et à jouer aux jeux.
- Animer les activités et expliquer clairement les règles à tous.
- M'assurer que j'ai tout le matériel nécessaire à l'activité.
- Continuer à apprendre de nouveaux jeux.
- Assister aux réunions organisées pour les leaders PALS.
- Être responsable de me présenter à l'heure prévue.
- Demander de l'aide pour trouver un remplaçant si je ne peux pas être leader PALS ce jour-là (sauf en cas de maladie).
- Donner l'exemple de l'esprit sportif, de la bonne écoute et du plaisir.

Demandez aux élèves de signer l'engagement figurant dans leur manuel.

Discussion

- Concluez la formation en explorant ce que les leaders PALS attendent avec impatience.
- Passez en revue les prochaines étapes importantes (réunions à venir, emplacement du babillard, regroupements d'équipes, établissement des horaires, promotion de PALS auprès des plus jeunes).
- Remettez les certificats attestant de l'achèvement de la formation.

Références :

Éducation, M. o. (2021, 17 juin). *Politique/Programme Note 128*. Récupéré du gouvernement de l'Ontario : <https://www.ontario.ca/fr/document/education-en-ontario-directives-en-matiere-de-politiques-et-de-programmes-30>

McNamara, L. (2023). *The Recess Project Changemaker's Guide*. Récupéré de The Recess Project : recessprojectcanada.com/uploads/3/0/9/9/30993331/rp_guide_2023b.pdf

Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario), M. D. (2014). *Evidence Brief: the positive impacts of physical activity on the whole child*. Toronto, ON: Imprimeur de la Reine pour l'Ontario. Récupéré de bit.ly/publichealthontario-pe

Ontario, S. M. (2023). *Relations saines / La résolution de conflits/ Trouver des solutions*. Extrait de La santé mentale au quotidien : une ressource pour la salle de classe : <https://smho-smso.ca/emhc/relations-saines/la-resolution-de-conflit/resoudre-les-conflits/>

Play in Peel. (2021). Extrait de What is Physical Literacy? : playinpeel.ca/what-is-physical-literacy

Annexe A – Candidature des élèves leaders

Voici un exemple du formulaire de candidature. Vous pouvez télécharger une version pdf pleine grandeur imprimable et à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



Candidature des élèves leaders

Nom : _____ Année : _____

Nom de ton enseignant(e) : _____

Pourquoi veux-tu devenir un(e) leader PALS?

Quelques activités auxquelles tu as participé (à l'école, à la maison ou ailleurs) :

Que penses-tu que PALS peut faire pour ton école?

Signature de l'élève candidat(e) : _____

Référence de l'enseignant(e) : Demande à un(e) enseignant(e) de remplir cette partie.

Je pense que _____ ferait un bon travail en tant que leader PALS parce que

Signature de l'enseignant(e) _____

CDI-0876-08-FRE 24/02

Annexe B – Lettre d'information aux parents/tuteurs

Voici un exemple de la lettre. Vous pouvez télécharger une version pdf pleine grandeur imprimable et à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



Lettre d'information aux parents/tuteurs

Cher père, chère mère, cher tuteur, chère tutrice,

_____ lance un programme **Playground Activity Leaders in Schools (PALS)**.

Votre enfant a exprimé son intérêt à devenir un leader dans le programme PALS. Les animateurs PAL organisent un atelier de formation des leaders. L'atelier apprendra aux élèves leaders à planifier et à diriger des activités amusantes et sûres sur le terrain de jeu pour les élèves de la première à la troisième année.

En tant que leader PALS, votre enfant aura l'occasion :

- De devenir un leader plus confiant.
- D'apprendre à résoudre des problèmes sur le terrain de jeu.
- D'encourager les jeunes élèves à être plus actifs et à avoir l'esprit sportif.
- De se faire de nouveaux amis, d'apprendre de nouveaux jeux et de s'amuser.
- De contribuer à un environnement scolaire positif où chacun se sent inclus.

Si vous avez des questions, prenez contact avec un animateur **PALS**.

Sincèrement,

Animateur(s) **PALS**

Coordonnées des animateurs **PALS**

Nom : _____

Coordonnées : _____

Nom : _____

Coordonnées : _____

CDI-0876-09-FRE 24/02

Annexe C – Formulaire d'autorisation des parents/tuteurs

Voici un exemple de formulaire d'autorisation. Vous pouvez télécharger une version pdf pleine grandeur imprimable et à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools

Date : _____



Formulaire d'autorisation des parents/tuteurs

Cher père, chère mère, cher tuteur, chère tutrice,

_____ lance un programme **Playground Activity Leaders in Schools program (PALS)**.

Votre enfant a exprimé son intérêt à devenir un leader dans le programme PALS. Un animateur du programme PALS fournira un atelier de formation des leaders. L'atelier apprendra aux élèves leaders à planifier et à diriger des activités amusantes et sûres sur le terrain de jeu pour les élèves de la première à la troisième année.

En tant que leader PALS, votre enfant aura l'occasion :

- De devenir un leader plus confiant.
- D'apprendre à résoudre des problèmes sur le terrain de jeu.
- D'encourager les jeunes élèves à être plus actifs et à avoir l'esprit sportif.
- De se faire de nouveaux amis, d'apprendre de nouveaux jeux et de s'amuser.
- De contribuer à un environnement scolaire positif où chacun se sent inclus.

Veuillez signer le formulaire de demande et le renvoyer à : _____

Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à contacter un animateur PALS.

Sincèrement,

Animateur(s) **PALS**

Je donne mon accord pour que mon enfant soit un leader PALS.

Nom de l'élève _____

Signature du parent/tuteur _____ Date _____

CDI-0876-10-FRE 24/02

Annexe D – Liste de contrôle pour la préparation de la formation PALS

Voici un exemple de la liste de contrôle. Vous pouvez télécharger une version pdf pleine grandeur imprimable et à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



Liste de contrôle pour la préparation de la formation

Veuillez examiner la liste de contrôle avant la séance de formation des leaders PALS.

- ☐ Recueillez les candidatures des élèves leaders.
- ☐ Distribuez les lettres d'information aux parents/tuteurs ou recueillez les formulaires d'autorisation des parents/tuteurs (facultatif).
- ☐ Confirmez le nombre de leaders PALS.
- ☐ Réservez un lieu équipé de tables et de chaises (bibliothèque, centre d'apprentissage, salle de classe, etc.)
- ☐ Réservez un lieu pour l'entraînement aux jeux (p. ex., gymnase).
- ☐ Imprimez les feuilles d'activités des animateurs PALS ou confirmez le nombre de manuels requis pour les élèves leaders.
- ☐ Rassemblez le matériel nécessaire aux jeux.
- ☐ Tableau de papier et support.
- ☐ Ruban adhésif et marqueurs pour tableau de papier.
- ☐ Présentation PowerPoint *Formation des leaders PALS* (le cas échéant).
- ☐ Demandez aux leaders PALS d'apporter un crayon lors des jours de formation.
- ☐ Rappelez aux leaders PALS de porter des chaussures de sport lors des jours de formation.

	Date	Heure	Lieu
Séance de formation 1			
Séance de formation 2			
Séance de formation 3			
Séance de formation 4			
Séance de formation 5			

CDI-0876-11-FRE 24/02

Annexe E – Activités de renforcement de l'esprit d'équipe de PALS

Les activités de renforcement de l'esprit d'équipe sont une façon amusante de commencer une réunion des leaders PALS. Vous trouverez ci-dessous quelques exemples d'activités qui peuvent être utilisées. Vous pouvez également créer les vôtres ou trouver d'autres activités de renforcement de l'esprit d'équipe en ligne.

Qu'y a-t-il dans un nom?

- Demandez aux participants de se présenter en choisissant un mot descriptif qui commence par la même lettre que leur prénom.
- On peut citer par exemple Amanpreet athlétique ou Cory créatif.

Cette activité donne l'occasion aux participants d'utiliser un mot pour partager quelque chose sur eux-mêmes avec le groupe.

Créer une histoire

- Un participant du groupe commence une histoire. Par exemple, « Je rentrais chez moi hier soir et j'ai mis le pied dans une flaque d'eau ».
- Les autres membres du groupe poursuivent l'histoire jusqu'à ce que tout le monde ait eu l'occasion de contribuer.

Cette activité offre aux participants une occasion amusante de mettre en pratique des compétences de groupe telles que l'écoute, la coopération, la communication et le respect.

Points communs de PALS

- Demandez aux participants de former des petits groupes.
- Chaque petit groupe trouve à 3 à 5 choses que ses membres ont en commun les uns avec les autres.
- Les petits groupes présentent ensuite leurs résultats au grand groupe.

Cette activité permet aux participants d'apprendre à se connaître et de découvrir des choses qu'ils ont en commun.

Source : Région de Peel – Bureau de santé publique de Peel (2007). Child to Child Facilitators'Workbook14P

Moi aussi

Quelqu'un commence en déclarant quelque chose d'approprié à son sujet – ce qu'il aime manger, son passe-temps, son émission de télévision ou son livre préféré, etc. Si la déclaration est vraie pour quelqu'un d'autre, cette personne se lève et dit : « Moi aussi! » Recommencez jusqu'à ce que tout le monde ait eu l'occasion de participer et de faire une déclaration.

Une discussion de suivi peut inclure :

- Avez-vous appris quelque chose de nouveau sur vos camarades de classe?
- Quel effet cela fait-il d'être debout en même temps que les autres?
- Qu'en est-il du fait d'être debout seul ou seulement avec quelques élèves?
- Nous aimons parfois faire partie d'un groupe, mais être unique a toujours de la valeur.

REMARQUE : Dans le cas improbable d'une divulgation, soyez conscient de votre procédure interne pour accéder à des services pour l'élève.

Source : Santé mentale en milieu scolaire Ontario bit.ly/smho-thats-me

Chemin de fer

Disposez deux longues cordes parallèles l'une à l'autre et demandez aux élèves de se mettre en rang au milieu. Énoncez une série de contraires, comme sucré ou amer, le jour ou la nuit, chat ou chien. Les élèves sauteront par-dessus la corde de gauche s'ils préfèrent la première option ou par-dessus la corde de droite s'ils préfèrent la seconde option. Donnez-leur une minute pour regarder autour d'eux, puis demandez à tout le monde de revenir au centre. Cette activité est un bon moyen d'apprendre à mieux connaître ses camarades de classe et de voir avec qui ils ont des préférences en commun.

Source : weareteachers.com

Se mettre en rang

L'objectif est de faire en sorte que les élèves se mettent en rang dans l'ordre de leur date d'anniversaire – du 1^{er} janvier au 31 décembre. Pour ce faire, ils devront connaître l'ordre des mois ainsi que leur propre date d'anniversaire. Ils devront également parler entre eux pour savoir qui doit passer devant qui. Pour rendre l'exercice très difficile, dites-leur qu'ils doivent le faire sans parler, en utilisant uniquement des signes de la main. Il existe d'autres façons de se mettre en rang : par taille, par ordre alphabétique ou par longueur du pied.

Source : weareteachers.com

Toile d'araignée

Ce jeu de renforcement de l'esprit d'équipe apprendra à vos élèves que même s'ils sont différents à bien des égards, ils sont toujours liés les uns aux autres. Rassemblez-vous en cercle, debout ou assis. Le jeu commence lorsque la première personne, tenant une grosse pelote de ficelle, raconte au groupe une histoire drôle ou embarrassante sur elle-même. Lorsqu'elle a terminé, elle tient l'extrémité de la ficelle et lance la pelote à quelqu'un d'autre dans le cercle. Cette personne attrape la ficelle et raconte une histoire drôle ou embarrassante sur elle-même, puis transmet la pelote à un autre élève. Le jeu continue jusqu'à ce que la ficelle ait été passée à chaque personne. Le résultat final sera une « toile d'araignée » avec la ficelle, reliant chaque élève à tous les autres.

Source : weareteachers.com

L'alphabet humain

Si vous disposez d'un grand espace ouvert pour vos jeux et activités de renforcement de l'esprit d'équipe, essayez cette idée. Demandez aux élèves de se disperser et guidez-les pendant quelques tours où ils forment des lettres avec leur corps. Par exemple, « Utilisez votre corps pour faire un T... maintenant faites un O! »

Ensuite, prononcez un mot simple et court, comme « je » ou « chat ». Les élèves devront s'associer pour former le mot, chaque élève utilisant son corps pour former une des lettres. Commencez par des mots de deux lettres, puis de trois, puis de quatre. Si les élèves veulent relever un défi, inventez une phrase qui prendra toute la classe.

Source : weareteachers.com

Annexe F – Outil de planification hebdomadaire de PALS

	Groupe PALS (noms des leaders)	Jeu(x)	Équipement	Animateur(s)
Lundi				
Mardi				
Mercredi				
Jeudi				
Vendredi				

Les jours prévus pour PALS peuvent être modifiés selon les besoins de l'école (par exemple, Lun/Mer/Ven, Mardi/Jeudi)

Annonces

	Leader PALS	Annonce
Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		

Annexe G – Outil de planification mensuelle de PALS

Un moyen simple d'organiser les activités et d'en assurer le suivi consiste à utiliser un tableau hebdomadaire ou mensuel, comme dans l'exemple ci-dessous.

Mois _____ Année _____

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

Annexe H – Annonces par haut-parleur

Invitez les leaders PALS à faire les annonces habituelles du matin. Les leaders PALS apprécient la responsabilité et l'occasion, ce qui conduit à un plus grand engagement.

- Cela rappelle aux leaders PALS les personnes qui travaillent ce jour-là, ce qui permet de réduire le nombre de périodes manquées.
- Cela encourage les leaders PALS à réfléchir à l'avance et à planifier leur activité.
- Cela suscite l'enthousiasme des jeunes élèves qui pourraient chercher à rencontrer un leader PALS.
- Cela rappelle aux élèves quels jeux sont joués et où trouver les leaders PALS.

Créez des exemples d'annonces pour les premières semaines, puis confiez la responsabilité de la rédaction des annonces à une paire de leaders PALS indépendants qui prendront plaisir à s'en charger. Donnez-leur une copie du programme de la semaine qu'ils puissent trouver les élèves et confirmer les jeux prévus afin de rédiger les annonces.

Exemple d'annonces

Hourra de PALS

Donnez-moi un P! Donnez-moi un A! Donnez-moi un L! Donnez-moi un S!
Qu'est-ce qu'on a?

PALS!

Encore? PALS!

Les leaders PALS seront sur le terrain de jeu aujourd'hui à (heure), alors
cherchez-les avec (remplir l'espace vide).

Joignez-vous à eux pour jouer à des jeux cool!

Chant PALS

Nous sommes les leaders PALS et venez, venez,
nous sommes ici presque tous les jours pour vous amuser.

Dans la cour, nous rencontrons de nouveaux amis,

Pour du plaisir et des jeux à l'infini.

Nous sommes toujours là, venez nous rencontrer,

Sur le terrain de jeu, pendant la récré.

Conversation bidirectionnelle PALS

Annonceur 1 : Hé (nom)!

Annonceur 2 : Qu'est-ce qu'il y a, (nom)?

Annonceur 1 : As-tu entendu parler de cette grande nouveauté dans notre école? Cela s'appelle PALS

Annonceur 2 : PALS? Qu'est-ce que c'est?

Annonceur 1 : Eh bien, aujourd'hui, à (heure), les leaders PALS seront sur le terrain de jeu portant des (remplir l'espace), pour nous apprendre plein de nouveaux jeux cool.

Annonceur 2 : Vraiment? Ça a l'air génial!

Annonceur 1 : Oui, et ils seront sur le terrain de jeu (précisez quand) pour nous montrer encore plus de jeux. Ils jouent à tague, au ballon, à la corde à sauter, etc.

Annonceur 2 : Wow! Maintenant que je sais ce que c'est, je serai là, c'est sûr! J'espère que tout le monde viendra pour ça! Ça a l'air génial!

Poème PALS

Vous connaissez notre nom et vous connaissez notre devise!

Il y a toujours de la place pour un de plus, alors venez avec nous!

Les leaders PALS nous aident à faire swinguer notre récré! Ne la ratez pas, venez, venez!

Les leaders PALS sont là et nous aimons jouer. Nous profitons au maximum de chaque journée!

Nous jouons à des jeux fantastiques et nous amusons beaucoup! Et nous aimons jouer avec chacun d'entre vous!

Venez avec nous, joignez-vous aux jeux! Rencontrez de nouvelles personnes et faites connaissance avec eux!

Les leaders PALS ont hâte de courir et de jouer. Alors venez nous voir, sans tarder!

C'est exact tout le monde, les leaders PALS seront sur le terrain de jeu aujourd'hui de (heure) à (heure) pour faire leur truc PALS. Cherchez les (remplir l'espace) et venez vous amuser comme des fous!

PALS est de retour

Devinez quoi, tout le monde? Les leaders PALS sont de retour! Nous serons sur le terrain de jeu pour une nouvelle session de (préciser l'activité du jour). Nous serons présents aujourd'hui de (heure) à (heure) pour enseigner d'excellents nouveaux jeux. Cherchez les (remplir l'espace) et venez vous amuser!

Annnonce de l'école

Bonjour aux élèves de (nom de l'école)! Voici vos activités PALS pour la journée :

- Cherchez (nom de l'élève) et (nom de l'élève) dans le (lieu) pour un jeu amusant de (remplir l'espace).
- Joignez-vous à (nom des élèves) à (lieu) si vous voulez (remplir l'espace avec l'activité 2).
- À (lieu), cherchez (nom de l'élève) pour jouer à un jeu surprise. Essayez un nouveau jeu et vous gagnerez peut-être un prix! Et n'oubliez pas : « Il y a toujours de la place pour un de plus. »

Annexe I – Certificat de formation des leaders PALS

Voici un exemple de certificat de formation des leaders PALS. Vous pouvez télécharger une version pdf pleine grandeur imprimable et à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



Il y a toujours de la place pour un de plus

Programme d'activités ludiques en milieu scolaire

Ce certificat est remis à _____

pour avoir réussi la

formation des leaders PALS

Date _____

Animateur

CDS-0876-12G-FRE 24/02

Annexe J – Certificat de reconnaissance de la contribution exceptionnelle du leader PALS

Voici un exemple du certificat. Vous pouvez télécharger une version pdf à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



PALS
Programme d'activités ludiques en milieu scolaire

Ce certificat est remis à

à _____ pour sa

contribution exceptionnelle en tant que leader PALS

Année scolaire

Animateur

CDS-0876-13G-FRE 24/02

Annexe K – Certificat de formation de l'animateur

Voici un exemple de certificat de formation de l'animateur. Vous pouvez télécharger une version pdf à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools

Il y a toujours de la place pour un de plus

PALS

Programme d'activités ludiques en milieu scolaire

Ce certificat est remis à _____

pour avoir réussi la _____

formation des animateurs PALS

_____ Date _____ Formateur _____

CDS-0876-14G-FRE 24/02

Annexe L – Certificat de reconnaissance contribution exceptionnelle

Voici un exemple de certificat de reconnaissance de contribution exceptionnelle. Vous pouvez télécharger une version pdf à remplir en direct de ce certificat à peelregion.ca/health/schools



PALS
Programme d'activités ludiques en milieu scolaire

Ce certificat est remis à _____ pour sa

contribution exceptionnelle en tant qu'animateur PALS

_____ Année scolaire _____

_____ Représentant _____

CDS-0876-15G-FRE 24/02

