

# Courage

C'est la première semaine de notre unité Courage. Les élèves se concentreront sur le courage et son lien avec le sous-concept de vulnérabilité lorsque nous prenons des risques.

Commencez l'unité avec toute la leçon en classe, puis essayez de suivre au moins deux des mini-leçons avec vos élèves tout au long de la semaine. Chaque mini-leçon est conçue pour présenter des éléments de la leçon principale de manière nouvelle et engageante.

## Leçon principale

**Leçon de classe  
entière**  
30 minutes



### Jamais fait ça?

Les élèves seront initiés aux concepts de courage et de vulnérabilité et mettront en pratique ces concepts en partageant des traits qui les rendent spéciaux et uniques. (Voir page 2 pour les détails de la leçon.)

## Mini-leçons

**Pour les petits  
groupes**  
15 minutes



### Décrire le courage

Divisez la classe en petits groupes de 4 à 6. Demandez à chaque groupe d'utiliser des mots pour créer une bulle de pensée qui illustre à quoi ressemble le courage. Encouragez-les à inclure également des exemples de vulnérabilité ! Les exemples incluent se défendre, utiliser des mots gentils face à la haine, etc. Voir ci-dessous pour une pensée modèle de bulle si désiré.

**Pour les partenaires**  
15 minutes



### Récupération

Avec un partenaire, discutez de la question suivante et réfléchissez à 2 ou 3 réponses à partager avec la classe : « Comment pouvez-vous « récupérer » lorsque vous êtes vulnérable et que la réaction des autres est négative ou blessante ?

**Pour les particuliers**  
15 minutes



### PersonnelCercles d'identité

En utilisant des cercles pour représenter différents aspects de ce qui vous rend unique, créez une affiche pour illustrer différentes composantes de vous-même. Commencez par dessiner un grand cercle au milieu de votre papier avec votre nom dedans. Autour de ce cercle, ajoutez d'autres cercles de tailles différentes qui représentent des aspects de votre identité. Si un composant est plus importante, augmenter la taille de votre cercle. De même, si le concept est moins important dans votre esprit, réduisez ce cercle.

**Axé sur la  
technologie**  
15 minutes



### Émoji de courage

Créez un emoji pour vous représenter le courage. Cela ne doit PAS être un visage. Utilisez votre créativité et votre vulnérabilité pour concevoir un emoji vraiment personnel qui illustre ce que le courage signifie pour vous. Expliquez votre emoji et le raisonnement qui le sous-tend avec le reste de la classe si le temps le permet.



# Jamais fait ça?

Les élèves seront initiés aux concepts de courage et de vulnérabilité et mettront en pratique ces concepts en partageant des traits qui les rendent spéciaux et uniques.

**Calendrier de la leçon**

30 minutes

**Matériaux nécessaires**

- ☐ Fiches
- ☐ Des crayons

**Carte des normes**

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation à la santé, les normes de la Société internationale pour la technologie dans l'éducation, le cas échéant, et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.

**Objectif de la leçon**

Les étudiants vont :

- Explorer le lien entre le courage et la vulnérabilité
- Examinez à quoi ressemble le courage dans leur propre vie et comment intégrer une variété de moments courageux pour aller de l'avant

**Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi**

Bienvenue à l'unité Courage, la dernière unité de l'année ! Excellent travail de travail à travers ce programme avec vos élèves ! Pensez à tout ce qu'ils ont appris et à toutes les façons dont vous les avez vus faire preuve de respect, d'attention, d'inclusion, d'intégrité et de responsabilité tout au long de l'année. Maintenant, vous pouvez leur montrer à quoi ressemblent le courage et la gentillesse. Quelle puissante combinaison ! Nous ne pensons peut-être pas naturellement au courage et à la gentillesse ensemble, mais en réalité, la gentillesse est la forme ultime du courage. C'est le courage d'être gentil avec soi-même et avec les autres (surtout si on n'en a pas envie). Avez-vous besoin d'un coup de courage à ce stade de l'année? Est-ce de plus en plus difficile d'être gentil et patient ?

Avez-vous une pression supplémentaire pour que tout soit terminé d'ici la fin de l'année ? Serait-il plus facile de simplement traverser mai et juin ? Peut être. Mais soyez forts et ayez du courage ; vous y arriverez et vos élèves aussi. Marchez courageusement dans les dernières semaines; versez une mesure supplémentaire de gentillesse envers vos élèves, en particulier ceux qui se sont vraiment accrochés toute l'année. Ils ont plus que jamais besoin de votre force. Soyez également très gentil avec vous-même. Tu l'as fait. Vous le faites. Une autre année est presque dans les livres et vous vous en portez tellement mieux. Pensez à tout ce que vous avez fait, appris et vécu. Prenez note de la façon dont cela a changé vos approches d'enseignement et votre état d'esprit. En quoi êtes-vous un meilleur enseignant aujourd'hui qu'au début de l'année ? Il n'y a personne de plus courageux dans votre classe que vous. Embrassez-le et avancez courageusement, gentiment !

**Partager**

3-5 minutes

Repensez à un moment où vous avez pu faire preuve de courage dans l'une des situations mentionnées. Partagez votre exemple avec un voisin. (Demandez aux élèves de répondre.) Tous ces scénarios demandent beaucoup de courage. Ces années intermédiaires sont pleines d'occasions de faire preuve de courage alors que nous continuons à passer plus de temps

loin de nos familles et à élargir nos cercles sociaux à une plus grande variété de personnes qui partagent des croyances et des perspectives différentes des nôtres.



## Inspirer

4-6 minutes

Nous sommes arrivés à notre dernière unité de l'année : Courage ! Maintenant que vous avez navigué au collège pendant près de deux années complètes, votre expérience quotidienne du besoin de courage s'est définitivement élargie ! Beaucoup d'entre vous se sont retrouvés à faire preuve de courage en défendant ce en quoi ils croient, en aidant les autres qui sont victimes d'intimidation ou d'exclusion, et même en trouvant la force de résister à la tentation de participer à des choix qui vont à l'encontre de leurs propres croyances ou de leur code moral.

Un élément avec lequel de nombreuses personnes luttent sous le titre de courage est le concept de vulnérabilité. Bien que l'objectif des années de collège soit souvent de comprendre comment «s'intégrer», il faut du courage pour être prêt à «se démarquer» ou à se rendre vulnérable à ce que les autres pourraient penser et dire. La vulnérabilité montre au monde vos vraies couleurs, ce qui vous rend spécial et unique, même si cela ne correspond pas directement aux autres autour de vous. Cela inclut à la fois les composants internes et externes de vous-même. Vos croyances, votre moralité, vos décisions personnelles dans diverses situations et même la volonté d'essayer quelque chose lorsque les autres sont réticents sont tous des aspects différents de la vulnérabilité. Vous êtes prêt à prendre le risque que les autres réagissent négativement en fonction de vos décisions, mais vous êtes assez courageux pour rester fidèle à vous, quoi que les autres pensent ou disent !

Pensez à un moment où vous avez défendu ce en quoi vous croyez, même si ce n'était pas l'opinion populaire. Qu'est-ce que cela vous a fait ressentir ? Vous vous êtes permis d'être vulnérable. La plupart des actes courageux nécessitent un certain niveau de vulnérabilité !



## Habiliter

15 minutes

Expliquez que la classe va maintenant jouer à un jeu de devinettes appelé Qui suis-je ? Pratiquer à la fois le courage et la vulnérabilité alors que chaque personne met en évidence trois choses positives sur elle-même.

Directions:

- Expliquez que chaque élève (et l'enseignant !) recevra une fiche.
- Sur le côté ligné de la fiche, chaque personne écrira 3 choses positives sur elle-même.
- Remarque : essayez de vous décrire en utilisant des fonctionnalités et des caractéristiques qui vous sont propres MAIS pas trop évidentes pour le reste de la classe ! C'est maintenant votre chance de pratiquer la vulnérabilité lorsque vous décidez quoi partager !
- Laissez votre carte anonyme.
- Une fois que chaque personne a rempli sa carte, elle la transformera en enseignant.
- L'enseignant lira chaque carte à haute voix et demandera à la classe de deviner quelle personne ils décrivent.

- Répétez jusqu'à ce que toutes les cartes aient été lues.



## Refléter

5-7 minutes

Menez une discussion sur ce que vous avez ressenti en partageant des choses personnelles avec le reste de la classe.

- Quel aspect de cette activité a été le plus difficile ?
- En quoi cela montre-t-il du courage d'être vulnérable ?

Insistez sur l'importance de la vulnérabilité en tant que sous-concept ou « partenaire » du courage. Que vous soyez le premier à essayer quelque chose, un volontaire pour quelque chose d'inconnu ou la personne qui défend l'injustice, vous vous permettez d'être vulnérable.

Cette semaine, mettez-vous au défi de sortir de votre zone de confort dans un domaine de votre vie. Prenez un risque et faites preuve de courage pour vous rendre un peu vulnérable lorsque vous défendez quelque chose, essayez quelque chose de nouveau ou faites du bénévolat dans un nouveau domaine. Chaque acte de courage vous permet d'aller de l'avant et de continuer à surmonter les peurs et à défier l'injustice.



Vous avez escaladé une montagne ?



Rompre un combat ?



Vous avez essayé un aliment exotique ou inconnu ?





Parlé devant un grand groupe de personnes (25+) ?



Essayé pour un nouveau sport?



Participé à un concours académique comme l'expo-sciences ou 4-H?



Tenu tête à un tyran?





Vous êtes-vous présenté à un nouvel élève à l'école ?