

CHOISIR LA BONTÉ



La Semaine de la
bonté est gérée par
Centraide Ottawa

Guide de l'enseignant(e)

Commanditaire principal :

Ferguslea

PROPERTIES LIMITED

Commanditaires :



Médias
partenaires :



Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

POUR DÉBUTER AVEC VOS ÉLÈVES

Du 18 au 24 février se déroulera la « Semaine de la bonté à Ottawa ». Si vous désirez y faire participer vos classes ou vous en inspirer plus tard – nous avons préparé cet ensemble d'idées et d'outils que vous pourrez utiliser avec vos élèves.

Ce guide de l'enseignant(e) n'est pas un programme rigide devant être ajouté à votre journée scolaire déjà bien remplie. Il vous invite plutôt à intégrer la bonté de façon naturelle, dans votre classe ou votre milieu scolaire, selon votre choix.

Prenez connaissance de ce que font d'autres écoles

Vous trouverez dans ce guide toutes sortes d'activités et de projets que d'autres enseignantes et enseignants ont réalisés avec succès. N'hésitez pas à adapter ceux qui vous intéressent à vos propres besoins.

PARTAGEZ VOTRE EXPÉRIENCE!

Prenez des photos et mettez de côté des échantillons de vos activités. Faites-les parvenir à info@bonteottawa.ca et nous en parlerons sur notre site Web.

IDÉES D'ACTIVITÉS PAR MATIÈRE

Lecture et rédaction

- Demandez à chaque élève d'inscrire sur des fiches ou sur des feuilles un commentaire positif au sujet de chacun de ses camarades de classe. Remettez à chaque élève les notes qui le concernent pour qu'il en fasse un collage. Option : dactylographiez les commentaires portant sur les élèves, et remettez à chacun une liste imprimée des commentaires qui le concernent à rapporter à la maison et à conserver.
- Demandez à chaque élève de faire un bon geste envers quelqu'un et d'écrire une composition décrivant son expérience – comment il s'est senti et la réaction de la personne bénéficiaire.
- Donnez aux élèves un peu de temps pour entreprendre la rédaction d'un « journal de la bonté » dans lequel ils pourront noter leurs propres gestes bienveillants à l'égard d'autrui, ainsi que des photos, idées ou sentiments reliés à la bonté.
- Choisissez un livre à la bibliothèque, ou un récit de votre choix, décrivant une personne qui pose un geste généreux envers une autre personne. Lisez ce récit à haute voix à vos élèves, puis entamez une discussion collective, ou demandez aux élèves de décrire ce qu'ont ressenti les personnages au moment de faire un bon geste (ou au moment où quelqu'un a été bon envers eux).

- Demandez aux élèves de réfléchir à une occasion où ils ont fait de la peine à quelqu'un en n'étant pas gentil, et de réécrire l'incident en lui donnant un dénouement positif.
- Demandez aux élèves de choisir deux personnes qui ont été bonnes envers eux. Demandez-leur d'écrire à ces deux personnes des lettres d'appréciation, leur expliquant en quoi ils ont fait une différence dans leur vie.
- Trouvez différentes citations ou proverbes au sujet de la bonté et de la gentillesse. Affichez-les dans la classe et discutez de leur signification. Les élèves peuvent mémoriser ou illustrer leur citation préférée.
- Organisez une recherche d'articles sur la bonté. Demandez aux élèves de chercher dans différents journaux des articles décrivant des comportements généreux et de résumer chaque article pour le bénéfice de la classe.
- Développez les compétences en lecture de vos élèves, de même que leurs aptitudes sociales, en leur demandant de lire une histoire aux plus jeunes élèves de l'école.
- Encouragez l'échange « bonté-grammes » (des télégrammes en forme de cœur) entre les élèves.

Mathématiques

- Dans le cadre d'un cours sur les unités de mesure, fabriquez une courtepointe en papier ou en tissu et dessinez sur chaque pièce l'illustration d'un geste de bonté. Une fois la courtepointe terminée, la classe pourra la suspendre dans le corridor ou en faire don à une organisation locale de bienfaisance.
- Calculez la quantité d'aluminium, de papier et d'autres articles recyclables qui sont en ce moment jetés au rebut, et évaluez les revenus qui pourraient être tirés de leur recyclage.
- Demandez à vos élèves d'aider les plus jeunes de l'école au niveau des mathématiques.
- Créez des « dollars de bonté » pouvant être remis à un élève par un autre élève, un enseignant, la directrice, le concierge etc., pour signaler à l'élève qu'il a posé un geste gentil qui a fait une différence ce jour-là. Ces « dollars » peuvent être remis aux élèves de façon anonyme. À la fin du mois, les étudiants pourraient participer avec leurs « dollars de bonté » à une vente aux enchères et obtenir certains privilèges, comme par exemple prendre un repas en compagnie d'un enseignant.

Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

Sciences

- Apprenez comment la pollution et les déchets nuisent à l'environnement, notamment aux animaux et aux plantes. Discutez en classe des avantages à être bons envers l'environnement pour les êtres humains, les animaux et les plantes.
- Adoptez un parc voisin et apprenez à découvrir l'écosystème de ce parc. Efforcez-vous ensemble de le garder propre et beau.
- Découvrez des moyens de rendre les habitations plus éco-énergétiques. Partagez ces renseignements avec les résidents de la région. Discutez des façons dont l'efficacité énergétique aide l'environnement et, en retour, les êtres humains et les animaux.

Sciences humaines

- Identifiez des emplois qui aident la collectivité, comme par exemple les brigadiers scolaires, les pompiers, les agents de police, etc. Visitez les endroits où ils travaillent et apprenez à mieux connaître ce qu'ils font. Discutez en classe des façons dont leur travail profite à la collectivité.
- Rencontrez des aînés et prenez note des souvenirs qu'ils conservent de leur communauté lorsqu'ils étaient enfants. Comparez les choses qu'ils aimaient et qu'ils n'aimaient pas avec les préférences des jeunes d'aujourd'hui. Comparez les prix de l'époque avec ceux d'aujourd'hui.
- Choisissez dans votre localité un problème qui nécessite une solution, et communiquez avec des responsables locaux pour tenter de les résoudre. Familiarisez-vous avec les processus politiques en assistant à des assemblées municipales, en parlant à des conseillers municipaux et en écrivant des lettres.
- Faites assister vos élèves à une réunion de votre conseil municipal ou provincial, et parlez de l'importance de la bonté au sein de la collectivité. Une bonne façon de faire participer les législateurs consiste à échanger avec eux des récits de gestes gentils.

Histoire

- Étudiez la vie de personnages de l'histoire connus pour leur bonté. Demandez ensuite aux enfants d'illustrer leurs gestes gentils et discutez de l'effet qu'a exercé leur attitude sur le monde.
- Créez une grille de mots croisés en y incorporant les noms de personnages historiques connus pour leur bonté. Lorsque la grille sera terminée, discutez de la façon dont chaque personnage a fait preuve de bonté.

ACTIVITÉS PAR NIVEAU SCOLAIRE

Écoles élémentaires

- Saluez de la main un brigadier scolaire ou un agent de police.
- Soyez généreux avec votre sourire! Souriez à maman, à papa, à vos frères et sœurs, à vos camarades de classe.
- Créez une carte de remerciements à l'intention d'un facteur, d'un pompier ou d'un employé de l'école. Exemple : rédigez des notes de remerciements aux pompiers qui ont organisé un exercice d'évacuation pour assurer la sécurité de tous.
- Créez une carte d'anniversaire à l'intention d'un camarade de classe ou d'un professeur.
- Pendant une réunion de classe, demandez aux enfants de parler d'un geste gentil qu'ils ont eu à l'égard de quelqu'un et de ce qu'ils ont ressenti sur le moment. Les plus jeunes peuvent faire un dessin et le commenter. Assemblez les dessins sur une courtépoinette en papier que vous afficherez sur le babillard.
- Demandez aux élèves d'entreprendre la rédaction d'un « journal de la bonté ». Ils pourront y noter leurs propres gestes gentils à l'égard d'autrui, et y ajouter des photos, idées ou sentiments liés à la bonté.
- Entamez une conversation avec un nouvel élève ou avec un camarade de classe qui semble seul.
- Rédigez un petit mot gentil à l'intention de quelqu'un, dans votre classe, qui a une mauvaise journée.
- Placez sur les murs de la classe ou du corridor des photos de gestes gentils montées sur des cœurs. Après, donnez le montage à un hôpital, une maison de retraite ou un centre pour personnes âgées de votre quartier.
- Zone de bonté : créez et apposez une affiche désignant les classes où les élèves pratiquent la bonté.
- Bannière de bonté : créez une grande bannière et invitez les enfants à y dessiner des gestes de bonté. La bannière peut être exposée dans l'entrée de l'école, à la cafétéria, au gymnase ou en classe.
- Arc-en-ciel de bonté : demandez aux enfants de tracer des mains aux couleurs de l'arc-en-ciel et affichez-les en inscrivant sur chaque main un geste de bonté.
- Acrostiche de bonté : Servez-vous des lettres B-O-N-T-É pour créer des poèmes en acrostiche. Servez-vous de ces poèmes pour créer un tableau d'affichage, ou insérez-les dans des cartes de bonté.

Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

- Slogan de la semaine de la bonté : créez un slogan et faites des affichettes pour pare-chocs. Servez-vous de vos slogans sous forme écrite et illustrée. Par exemple : « La bonté se propage comme l'onde d'une goutte d'eau », ou « La bonté fait briller votre cœur! »
- 100 par jour : recueillez 100 étreintes. Inscrivez-les sur un tableau.
- Récits de bonté : lisez à l'interphone des récits de bonté chaque jour de la Semaine de la bonté.
- Affiches de « zones de bonté » : exposées à l'entrée de l'école et des classes pour rappeler à tout le monde de pratiquer la bonté.
- Journée des cartes de bonté : distribuez à chaque enfant trois cartes portant chacune l'identité d'un élève dont le nom de famille suit le sien en ordre alphabétique. Chaque élève écrit ou dessine quelque chose de gentil sur ses cartes, puis les remet à leurs destinataires pour partager ce qu'il a écrit.
- Gestes gentils : distribuez aux élèves une liste de gestes gentils, en les encourageant à accomplir plusieurs d'entre eux ou la totalité. Les activités pourraient comprendre : ramasser des déchets, sourire et dire merci au chauffeur d'autobus, et dîner en compagnie d'un nouvel élève.
- Campagne d'autocollants : le personnel et les enseignants peuvent remettre des autocollants aux élèves qu'ils ont vu poser un geste gentil, en leur expliquant exactement le geste qui leur vaut cette récompense.
- Messages de bonté : demandez aux élèves d'écrire des messages gentils à des membres de leurs familles et à des amis, leur expliquant pourquoi ils sont spéciaux.
- Demandez aux élèves d'entreprendre la rédaction d'un « journal de la bonté ». Ils y décriront leurs propres gestes gentils à l'égard d'autrui, et y ajouteront des photos, idées ou sentiments reliés à la bonté.
- Demandez aux élèves de choisir une personne qui a fait quelque chose de gentil à leur égard, et de lui écrire une note de remerciement. Exemples : un tuteur qui a aidé à comprendre une opération mathématique, une infirmière qui a soigné une blessure, etc.
- Emmenez vos élèves dans une classe de petits pour qu'ils leur apprennent comment lacer leurs souliers, compter jusqu'à 10, apprendre le nom des couleurs, etc.
- Étudiez la vie de personnages de l'histoire qui ont fait preuve de bonté. Demandez aux élèves de rédiger un rapport, d'illustrer leur travail et d'en discuter en classe. Un livre pourrait être créé et partagé avec les élèves plus jeunes.
- Décrétez une « Journée d'appréciation des _____ » : Cette journée pourrait s'appliquer aux aides, aux bibliothécaires, aux enseignants, aux infirmières, aux brigadiers scolaires, etc. Confectionnez une bannière ou des cartes pour faire savoir à ces personnes à quel point elles sont appréciées.
- Créez un « dossier du sourire » contenant des dessins qui font sourire les gens. Les élèves pourront y choisir un dessin pour remonter le moral d'un ami qui en a besoin.
- Recueillez des jeux ou des jouets usagés en bon état à l'intention des enfants demeurant dans des familles d'accueil, des services de protection de l'enfance, des refuges familiaux, des hôpitaux, etc.
- Installez une grande bannière à l'entrée de l'école et invitez tous les élèves, enseignants, administrateurs et parent à inscrire dessus leur meilleur récit de bonté.
- Créez un journal de la bonté dans votre classe en affichant de grandes feuilles de papier sur les murs. Laissez les élèves de différentes classes écrire sur ces feuilles des récits personnels au sujet de gestes gentils. Faites circuler le « journal » parmi les différentes classes de votre école. Faites-le circuler dans d'autres écoles.
- Organisez une campagne de collecte d'aliments en conserve et donnez les à une banque alimentaire ou à un refuge pour les sans-abri ou les personnes victimes de violence. N'oubliez pas d'inclure des cartes et des lettres gentilles.

Écoles intermédiaires

Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

Écoles secondaires

- Demandez aux élèves de nettoyer la classe pour aider les concierges. Installez une bannière pour faire savoir à vos concierges à quel point ils sont appréciés. Un panier de bonté pourrait également être remis à ces gens bien spéciaux.
- Les enfants peuvent fabriquer des coupons de bonté que leurs parents, amis, frères et sœurs pourront échanger contre une gentillesse.
- Demandez à une classe de créer une fresque illustrant la bonté et apportez-là dans des centres et des résidences pour aînés. Organisez une sortie et expliquez aux récipiendaires le rôle que chaque élève a joué dans la création de la fresque.
- Rassemblez des récits de bonté auprès des élèves, enseignants, familles et administrateurs. Publiez et distribuez la collection à l'école et dans la collectivité. Permettez aux élèves d'en conserver quelques exemplaires pour remettre à des gens qui ont fait une différence dans leur vie.
- Créez et livrez des paniers de bonté à des personnes âgées ou isolées. Organisez une sortie de classe pour livrer les paniers.
- Offrez gratuitement des tasses de café ou de chocolat chaud aux gens qui attendent aux arrêts d'autobus ou aux gares de transports en commun. N'oubliez pas d'apporter une bannière et vos sourires, pour encourager les gens à pratiquer la bonté.
- Le conseil étudiant peut commanditer une activité spéciale quotidienne, pendant la Semaine de la bonté, et l'annoncer chaque jour à l'interphone.
- Les élèves peuvent présenter la candidature de camarades et d'enseignants qu'ils ont vus faire des gestes de bonté. Affichez les mises en candidatures bien en vue. À la fin de la campagne, tous les noms recueillis pourraient être inscrits à un tirage.
- Créez une publication spéciale sur la bonté, comprenant des anecdotes locales de bienveillance. Ces récits pourront être diffusés à la télévision locale ou par l'interphone de l'école.
- Créez une mascotte de la bonté. Elle peut circuler dans des endroits très fréquentés et distribuer des signets et/ou des suggestions de gestes bienveillants. La mascotte pourrait également rendre visite à des écoles élémentaires pour parler de la bonté.
- Rendez-vous à la bibliothèque et demandez aux responsables de renoncer aux frais de bibliothèque pendant la Semaine de la bonté.
- Organisez un concours d'affiches pour tous les âges. Affichez-les à l'hôtel de ville ou dans le bureau du maire et demandez aux chaînes de télévision et aux journaux locaux d'annoncer les gagnants.
- Enregistrez un livre que vous lisez à haute voix. Servez-vous de l'enregistrement pour divertir des enfants ou des adultes malades pensionnaires d'hôpitaux ou de maisons de retraites de la région.
- Rédigez une note de remerciement à l'intention d'un mentor ou de quelqu'un qui a exercé une influence positive dans votre vie.
- Demandez à un membre de la collectivité qui encourage activement la bonté de se rendre à votre école pour y faire une présentation ou participer à un atelier de discussion.
- Organisez une excursion scolaire « de travail » au cours de laquelle les élèves donneront un coup de main dans une maison de repos, un refuge, une soupe populaire ou une maison de retraite.
- Créez un spectacle de marionnettes au sujet de la bonté que vous présenterez dans des écoles élémentaires.
- Un jour de neige, emmenez un groupe d'élèves dans le stationnement d'un centre commercial ou d'une épicerie. Balayez la neige des paniers d'achats et des automobiles, et accompagnez les clients jusqu'à leur voiture en les abritant sous un parapluie.
- Organisez une chorale d'élèves qui chantera des chansons d'autrefois ou entraînantes dans une maison de retraite.

Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

IDÉES POUR ENCOURAGER DES COMPORTEMENTS POSITIFS

Faites un remue-méninge en compagnie de vos élèves pour trouver des façons de réaliser et de promouvoir la bonté individuellement, au niveau de la classe et de l'école, et à l'extérieur.

Au niveau individuel

- Souriez aux autres élèves que vous voyez dans vos classes, dans le corridor, pendant le lunch et en vous rendant à l'autobus.
- Entamez une conversation avec un camarade de classe qui semble seul.
- Lunchez en compagnie d'un nouvel élève ou de quelqu'un avec qui vous ne vous tenez pas habituellement.
- Écrivez un mot d'encouragement à un camarade de classe qui passe une mauvaise journée.
- Partagez votre collation pendant la récréation.

Au niveau de la classe

- Prenez un peu de temps, à la récréation ou pendant l'heure du midi, pour nettoyer des graffitis ou ramasser des déchets sur votre terrain de jeu. Demandez éventuellement à une autre classe de se joindre à vous.
- Un jour d'hiver, surprenez une autre classe en apportant aux élèves des biscuits, du chocolat chaud ou d'autres gourmandises.
- Rédigez une note d'appréciation à l'intention des préposés de la cafétéria, des concierges ou d'autres membres du personnel dont les efforts ne sont généralement pas reconnus.
- Demandez à votre directeur d'école si chaque élève de votre classe peut lire chaque matin à l'interphone, pendant un nombre de journées égal au nombre d'élèves, une citation ou un court récit traitant de la bonté.
- Formez un groupe d'élèves pour aider le personnel de l'école. À la cafétéria, les plus jeunes peuvent nettoyer les cabarets tandis que les plus vieux pourront ramasser les déchets, épousseter les classes ou patrouiller les corridors pour donner un répit aux moniteurs adultes.
- Chaque classe représente de façon graphique l'apparence, les sons et la sensation de la bonté.

L'ENSEIGNEMENT DE LA BONTÉ

Les idées suivantes proviennent de nombreux enseignants de différents niveaux. La plupart de ces idées peuvent être adaptées à tous les niveaux scolaires.

- Chaîne de validation – À la fin de chaque classe, on forme une « chaîne de validation ». Un élève commence en disant quelque chose de gentil et de respectueux à propos d'un autre élève. La chaîne se poursuit jusqu'à ce que tous les élèves aient à la fois émis et reçu un compliment. Tous quittent la classe en ayant une meilleure estime d'eux-mêmes et des autres. Il est important d'inclure tout le monde. C'est un excellent remède contre les conflits.
- Activités variées – Une enseignante du secondaire a créé un concours de décoration de porte avec des motifs liés à la bonté. Les élèves de chaque classe ont décoré leur porte avec des citations, des récits et des illustrations ayant trait à la bonté. Des enseignants ont servi de juges et des prix ont été remis, en plus d'un déjeuner pour tous les gagnants. Le climat s'est amélioré à l'école et une station de télévision locale a couvert l'événement.
- Amitiés secrètes – Chaque élève d'une classe a choisi en secret le nom d'un de ses camarades. À son insu, ce dernier a été pendant toute la semaine bénéficiaire de gestes de bonté de la part de l'élève. À chaque occasion, l'élève laissait un message gentil sur le pupitre de son « ami ». À la fin de la semaine, chaque bénéficiaire a tenté de deviner qui était son ami secret. Les élèves ont également pris le temps de réfléchir et de discuter de ce que l'on ressent lorsqu'on donne et lorsqu'on reçoit.
- Biscuits pour les entreprises – Les parents ont fait cuire des biscuits maison qu'ils ont fait parvenir à l'école. Les élèves de quatrième année, accompagnés de leurs enseignantes, les ont distribués au hasard dans des places d'affaire (entreprises locales, etc.) en expliquant aux employés qu'il s'agit d'un geste de bonté et en prenant des photos.
- Reliés par la bonté – Les élèves ont chacun découpé une silhouette humaine. Ils y ont inscrit une composition, un poème ou un geste bienveillant dont ils ont été témoins. Finalement, ils ont relié toutes les silhouettes de papier : « Nous sommes tous reliés par la bonté ».
- Chaîne de bonté – Dans plusieurs écoles, les élèves ont noté sur du papier de construction certains gestes gentils de leur part. En reliant les différentes pièces de papier, ils ont alors formé une « chaîne de bonté » qu'ils ont suspendue dans la classe ou ailleurs dans l'école.

Nous aimerions beaucoup entendre parler de ce que vous faites dans votre classe. Veuillez nous faire parvenir par courriel vos idées, le nom de votre école et des photos à info@bonteottawa.ca et nous les ajouterons à ce document en évolution.

- Bonté envers le personnel – Notre école a participé à la Semaine de la bonté en instaurant une « Journée d’appréciation des concierges et des enseignants ». Nous avons servi au personnel un petit déjeuner continental, nettoyé la cafétéria après le déjeuner et le lunch, et nettoyé les fenêtres à l’intérieur de l’école. Tout s’est très bien déroulé. Les enfants apprécient maintenant beaucoup mieux les concierges et l’école.
- Maïs soufflé surprise – Organisez une fête surprise au maïs soufflé à l’école. Une classe peut remplir des sacs de maïs soufflé et, tandis que les élèves des autres classes sont en récréation, se faufiler dans les classes vides et laisser un sac de maïs soufflé sur le pupitre de chaque élève.
- Pris sur le fait – Nous récompensons les enfants chaque fois qu’ils font preuve de bonté envers quelqu’un. Nous appelons cela « Pris sur le fait ». Les élèves reçoivent un bon d’un « dollar bonté » qu’ils peuvent échanger au magasin de l’école. À la fin du mois, tous les élèves reçoivent un œillet accompagné d’un signet spécial. Nous avons entendu dire que bon nombre d’élèves ont, en retour, offert leur œillet à un parent, ami, chauffeur d’autobus, secrétaire, enseignant ou concierge. Ce fut une expérience formidable.
- Partageons la chaleur – Les élèves apportent à l’école des mitaines, foulards, toques, bas, etc. pour les enfants dans le besoin; les plus jeunes peuvent confectionner des mitaines en papier pour décorer.
- Note aux parents – Chaque fois qu’un enseignant voit un élève poser un geste gentil, il envoie tout de suite à ses parents ou gardiens une note mentionnant le geste gentil de l’élève et le félicitant de sa bonté. Pour sa part, l’élève reçoit un certificat de bonté à l’occasion de la réunion étudiante suivante.
- Pris sur le fait II – Les enseignants remplissent un petit formulaire chaque fois qu’ils voient un élève faire quelque chose de positif. Les noms de tous les élèves sont lus une fois par semaine à l’interphone. Simple et très positif !
- Pris sur le fait III – Les élèves déposent dans une boîte, conservée dans le bureau, le nom d’un autre élève qui a fait quelque chose de vraiment gentil. Ils inscrivent de quoi il s’agit, et nous avons chaque jour un tirage de prix. Cette initiative exerce une influence très positive chez les élèves.
- Sensibilisation à l’intimidation – Ce programme comprend des assemblées mensuelles, des scénettes, des chants et des vidéos. Nous choisissons chaque mois un thème relié à l’intimidation et au renforcement du caractère. Notre premier thème a porté sur l’amitié et le second s’intitulait « Comment se sent quelqu’un d’autre ? » (L’empathie).