

# Contes sur moi - Programme de promotion des compétences sociales

Connaissance de soi

Adoption de comportements prosociaux

Demande d'aide

Gestion des émotions et du stress



## Auteur.trice

Proposée par  
Alexandra  
Pelletier,  
conseillère  
pédagogique  
CSSDM



Date de  
publication  
20 août 2021



1re année

Activité physique, Alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent, Santé mentale, Tabac, Violence

Plusieurs animations de 30 min

## Savoir à développer

- Connaître ses qualités, ses forces et ses talents
- Comprendre comment les difficultés et les erreurs permettent d'apprendre et de s'améliorer
- Reconnaître les différentes manifestations des émotions et du stress (ex. : excitation, inquiétude, troubles de sommeil, mains moites, sueur, mal de ventre, perte ou augmentation de l'appétit) et explorer divers moyens de les gérer (ex. : exercices de détente, activité agréable comme la lecture, discussion avec quelqu'un)
- Déterminer ce qui contribue au climat respectueux d'un groupe

## Lien avec le PFEQ

- Dimension sociale : Vivre des relations harmonieuses avec les autres
- Dimension langagière : communiquer sa pensée

## Lien avec la plateforme éducative du SdG

Établissement de relations harmonieuses avec les autres et conduite acceptable au sein de la communauté.

Les activités permettent :

- d'établir des liens avec les autres;
- de rechercher la communication;
- de développer des capacités d'empathie;
- d'exercer le sens des responsabilités;
- de faire des projets de groupe;
- l'apprentissage de la coopération et de la saine compétition.

## Résumé

---



### **DURÉE**

Plusieurs animations de 30 min

Auteurs du programme : Lapointe, Y., Bowen, F., Laurendeau, M.-C. et Guay, S. (2006). Contes sur moi : programme de promotion des compétences sociales. Guide d'intervention maternelle. Montréal, Canada : Direction de santé publique de Montréal et CECOM de l'Hôpital Rivière-des-Prairies.

Le programme fait la promotion des compétences sociales chez les enfants du préscolaire à la troisième année. Contes sur moi a comme objectif de préparer l'enfant à la vie en société de façon harmonieuse. Le programme est une trousse qui inclut du matériel pour l'intervention en fonction de chaque niveau scolaire. Le guide d'intervention comprend trois sections : Implantation, Activités et Volet parent.

Les activités proposées peuvent prendre diverses formes (mise en scène, lecture, questionnement, etc.). Certaines activités nécessitent du matériel à prévoir, tel que des livres à louer à la bibliothèque de l'école ou du quartier.

## Avant l'activité

---

### LES PRÉREQUIS

#### ● LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Trousse [Contes sur moi](#) (150\$) : Vidéo, guide d'intervention pour la 1re année, le répertoire [Les p'tits égaux](#), un cahier d'activités pour les parents et annexes.  
NOTE : Vérifier si votre CSS a déjà fait l'acquisition du programme en consultant vos collègues, le catalogue des bibliothèques ou d'un centre de référence pédagogique. Le personnel du CSSDM peut emprunter le programme au [Centre des enseignantes et enseignants \(CEE\)](#)
- Matériel de projection (TNI, haut-parleur, projecteur).

#### ● LE SOUTIEN À L'ACTIVITÉ NÉCESSAIRE

TES, psychoéducatrice au besoin.

#### ● NOTE INFORMATIVE

- Il est fortement recommandé de respecter la durée moyenne des activités ainsi que leur fréquence hebdomadaire (au moins 30 à 60 minutes une fois par semaine) et 25 activités sont proposées dans le guide d'intervention. Il est fortement recommandé également de s'assurer de réaliser un nombre suffisant d'activités (au moins 20 activités).
- Des fiches peuvent être envoyés et utilisés à la maison avec les parents.
- Il est important de respecter l'ordre de présentation des différentes thématiques.

### LA PRÉPARATION

#### ● À PRÉPARER

- Consulter et s'appropriier les activités du programme.
- Planifier les activités dans l'horaire des classes.
- Lors de l'animation prévoir l'utilisation des verbes en début de phrase.
- Prévoir une quinzaine de minutes en moyenne pour préparer les activités. 25 minutes en moyenne pour l'animation des activités. \*\*Prévoir plus de temps pour l'appropriation globale du programme lors de la réception de la trousse.
- Prévoir des adaptations ou plus de temps de préparation lorsque le français est la langue seconde chez les enfants.
- Se référer aux règles du programme pour la préparation des activités.

## Pendant l'activité

---

### LA RÉALISATION

Mettre en application le contenu des fiches de la trousse du programme Contes sur moi.

## Après l'activité

---

### RÉINVESTISSEMENT À L'ÉCOLE

**En classe**

Consulter les activités de réinvestissement en classe à l'intérieur de la trousse du programme Contes sur moi.

**Au service de garde**

Planifier diverses mises en scène et discussions avec les enfants, à la suite de l'activité.

### RÉINVESTISSEMENT À LA MAISON

- Se référer à la section parents du guide d'intervention 1re année.
- Partager avec les parents les fiches en annexe pour que ceux-ci puissent utiliser les mêmes outils que leur enfant.