

UN autre 2012

Fiches pratiques

Sommaire

(Fiches pratiques Un autre sens Mai 2020)

1. LECTURE

Le vague à l'âme	p1
Estomac et compagnie	p2
Effort magique	p3
Goutte de vie	p4
Idées claires et idées noires	p5

2. EXPERIENCES

2. 1. La graine (analogie avec l'être humain)	p6
2. 2. Se dessiner en graine (le petit chibi)	p7
2. 3. Palette des expressions	p9
2. 4. Germination	p12
2. 5. La pensée créatrice (expérience de Masaru Emoto)	p13
2. 6. Electricité (être conscient, et clair)	p14
2. 7. Dessine le «pot» de ta vie	p15
2. 8. Le fumier	p17
2. 9. Points de vue /raison (verre à moitié plein ou à moitié vide ?)	p18
2.10. Chacun donne ce qu'il a (on ne peut donner que ce que l'on a)	p19

Illustrations : Sophie Péra et Fabien Véançon

LECTURE

Le Vague à l'âme

OBJECTIF :

Utiliser la lecture du *Vague à l'âme* dans le cadre de l'Education Morale et Civique (EMC)

DÉROULEMENT :

1. Lecture audio du livre

1^{ère} page : présentation des personnages

2. Partage

Qu'en pensez-vous ?

Quelqu'un souhaite-t-il raconter ce qu'il a compris ?

Est-ce que cela vous est déjà arrivé de vous sentir mal comme Nolo sans savoir pourquoi ?

Comment vous êtes-vous senti ?

3. Recherche des analogies contenues dans la BD

Expliquer le mot analogie

Essayons de retrouver 3 analogies qui se trouvent dans la BD

- A. Graine / être humain

Partie visible / partie invisible

Fiches expériences : graine / germination / se dessiner en graine

- B. Fumier/ nos expériences qui nous plaisent ou nous dérangent

Fiche expérience : fumier

- C. Pot / vie de Nolo

Dans ta vie à toi, qu'est-ce qu'il y a ?

Fiche expérience : dessine le "pot" de ta vie

4. Possibilité de repasser la BD avec lecture des bulles de Tilt par les enfants

5. Synthèse (après avoir travaillé les différentes fiches expériences conseillées)

Je suis la Vie qui a pris cette forme. Mes expériences m'aident à grandir si je les transforme. Je pousse, je grandis pour donner mes justes fruits. Je peux choisir de pousser en choisissant mes pensées.

• **Fiches lexiques associées** : âme, analogie, âne, chagrin, confiance, conscience, fumier, humus, graine, poule, principe créatif de la vie, psychologie, raison, règnes de la nature, séparativité, senti, ver de terre

• **Fiches expériences associées** : 2.1 à 2.10

Estomac et compagnie

OBJECTIF :

Utiliser la lecture d'*Estomac et compagnie* dans le cadre de l'Education Morale et Civique (EMC)

DÉROULEMENT :

1. Lecture audio du livre

1^{ère} page : présentation des personnages

2. Partage

Qu'en pensez-vous ?

Quelqu'un souhaite-t-il raconter ce qu'il a compris ?

Vous arrive-t-il de manger trop vite, d'être plié en 2 ?

Comme Belline, vous sentez-vous mal aimé, pourquoi ?

3. Recherche de l'analogie contenue dans la BD

Expliquer le mot analogie et retrouver l'analogie qui se trouve dans la BD

= les différents systèmes du corps humain / on est tous reliés

4. Approfondissement

- Etude des différents systèmes du corps humain pour montrer que tout est lié (Quand je fais quelque chose à moi ou aux autres, cela a un impact sur l'ensemble)
- Notion du bien de l'ensemble
- Respect
- Responsabilité
- Solidarité
- Etudes des lois de la vie notamment : Je sème, je récolte
- Nous sommes jugés sur ce que l'on fait et non pas aimés pour qui l'on est
- Jugement sur l'apparence ou respect de la différence (gros/petit, grand/maigre, gourmand...)

• **Fiches lexiques associées** : affection, amour, autonomie, conscience, décider, lois de la vie, séparativité/inclusivité

• **Fiches expériences associées** : 2.5, 2.6, 2.9 et 2.10

L'Effort magique

OBJECTIF :

Utiliser la lecture de *L'effort magique* dans le cadre de l'Education Morale et Civique (EMC)

DÉROULEMENT :

1. Lecture audio du livre

1^{ère} page : présentation des personnages

2. Partage

Qu'en pensez-vous ?

Quelqu'un souhaite-t-il raconter ce qu'il a compris ?

Vous est-il déjà arrivé de devoir fournir un effort ?

Comment l'avez-vous vécu ?

3. Approfondissement

- L'effort choisi est une joie
- L'effort subi crée la souffrance
- La souffrance est la résistance à l'effort
- Nos sommes responsables de nos choix, de notre évolution

• **Fiches lexiques associées** : autonomie, conscience, confiance, décider, électricité, semence, magie, responsabilité, respect

• **Fiches expériences associées** : 2.4, 2.5, 2.6, 2.9 et 2.10

Goutte de vie

OBJECTIF :

Utiliser la lecture de *Goutte de vie* dans le cadre de l'Education Morale et Civique (EMC)

DÉROULEMENT :

1. Lecture /observation

Livre sans texte, pour laisser chacun libre de son interprétation ou simplement observation silencieuse des images.

2. Partage

Qu'en pensez-vous ?

Quelqu'un souhaite-t-il raconter ce qu'il a compris ?

Avez-vous déjà vécu la mort d'un proche, d'un ami, d'un animal auquel vous teniez ?
Que représente cette goutte de vie ?

3. Approfondissement

Identification du cycle de la vie :

- l'observation des arbres suivant les saisons
- l'observation des animaux : certains meurent vite d'autres très tardivement comme les humains

4. Synthèse

La goutte de vie anime notre corps tout au long de notre vie qu'on le sache ou non.
A notre mort, notre corps physique disparaît et la goutte rejoint l'océan de la Vie.

• **Fiches lexiques associées** : âme, conscience, électricité, magie, principe créatif de la vie, règnes de la nature.

• **Fiches expériences associées** : 2.1, 2.4, 2.5 et 2.6

Idées claires et idées noires

OBJECTIF :

Utiliser la lecture de *Idées claires et idées noires* dans le cadre de l'Education Morale et Civique (EMC)

DÉROULEMENT :

1. Lecture audio du livre (audio bientôt disponible)

2. Partage

Qu'en pensez-vous ?

Quelqu'un souhaite-t-il raconter ce qu'il a compris ?

Qu'est-ce qu'une idée ?

3. Approfondissement

Une idée c'est ce que l'on pense.

Une pensée est une semence (analogie avec le végétal) et donnera ce que nous allons vivre : la récolte.

Nous ne sommes pas souvent conscients des idées qui nous viennent toutes seules, mais si elles ne nous plaisent pas, nous pouvons les changer.

Nous sommes responsables de ce que nous vivons puisque c'est le résultat de ce que nous pensons.

A nous de choisir !

• **Fiches lexiques associées** : conscience, décider, discerner, électricité, graine, exformation, intelligence, magie, principe créatif de la vie, responsabilité, volonté

• **Fiches expériences associées** : 2.4, 2.5, 2.6, 2.9 et 2.10

2.1

La graine (analogie avec l'être humain)

OBJECTIFS :

Prendre conscience qu'on est plus que ce que l'on voit
Identifier l'analogie graine / être humain
Identifier les différentes parties d'une graine

MATÉRIEL : Une graine type haricot (ayant trempé quelques heures) par enfant

DÉROULEMENT :

1. Retrouver les différentes parties de la graine, comme dans la BD

Chaque enfant ouvre sa graine et identifie le cotylédon avec germe, le cotylédon sans germe, le germe

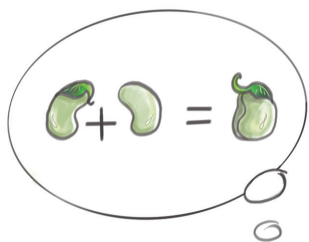
2. Mise en commun : comparer un être humain et une graine, comme dans la BD

Le cotylédon sans le germe représente ma part visible, ma personnalité
Le cotylédon avec germe représente ma part non visible, mon âme, la Vie qui m'anime

Le germe me représente en devenir

3. Synthèse

Je ne suis pas ce que l'on voit de moi. J'ai une part invisible qui est mon « vrai » moi



- **Lecture associée :** Le vague à l'âme
- **Fiches lexiques associées :** âme, analogie, confiance, conscience, graine / germe, principe créatif de la vie
- **Fiches expériences associées :** 2.2, 2.3

2.2

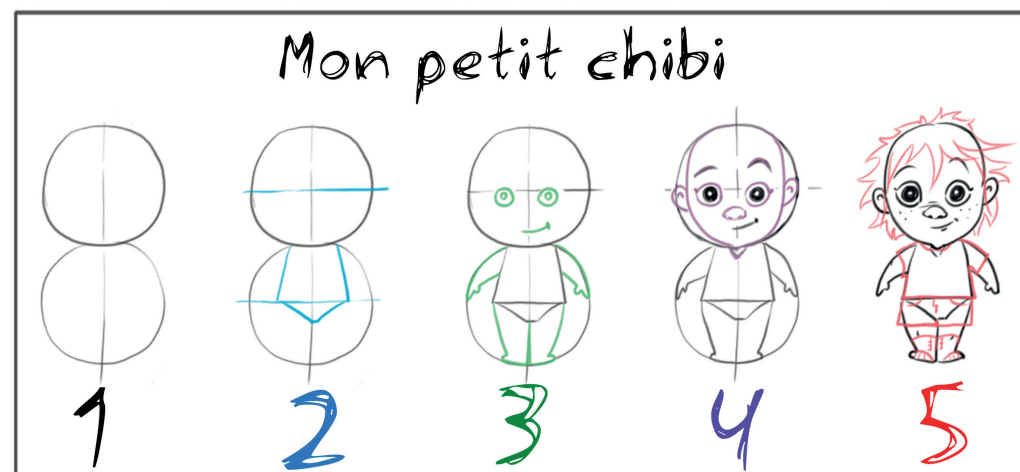
Se dessiner en graine (le p'tit Chibi*)

OBJECTIFS :

Dessiner ma part visible et ma part invisible
Faire son propre personnage de BD

DÉROULEMENT :

A l'aide du petit tutoriel, dessine toi en petit personnage de BD. Il devra te ressembler, avec tout ce qui te caractérise : couleur des cheveux, coiffure, vêtements, chaussures ou pas, postures, expressions... tous les éléments qui te représentent



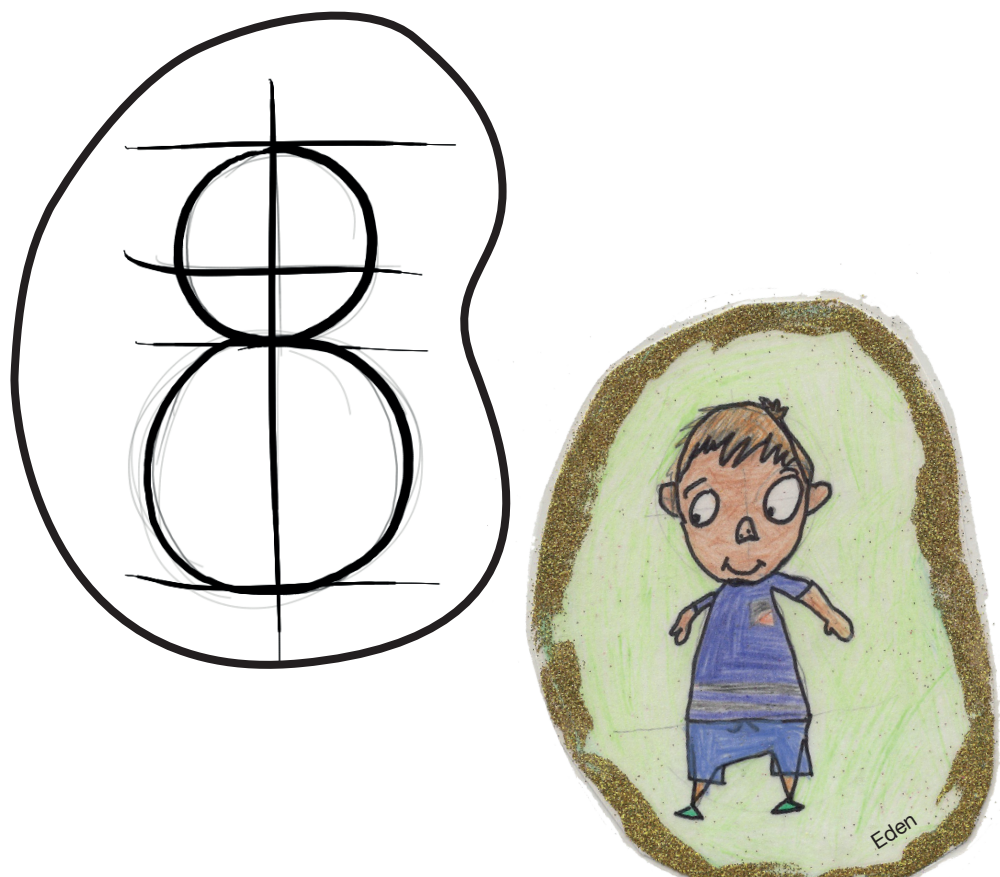
*Un chibi est comme une caricature en miniature d'un personnage de manga.



2.2 SUIVE

DÉROULEMENT SUIVE :

Place ton chibi dans une forme graine tout comme Nolo
Trace la forme géométrique de base qui te permettra de te dessiner en Chibi
Tu n'as plus qu'à suivre le tutoriel et t'amuser
Plastifier le Chibi-graine réalisé



- Lecture associée : Le vague à l'âme
- Fiches lexiques associées : âme, graine
- Fiches expériences associées : 2.1, 2.3, 2.4, 2.7

2.3 Palette des expressions

OBJECTIF :

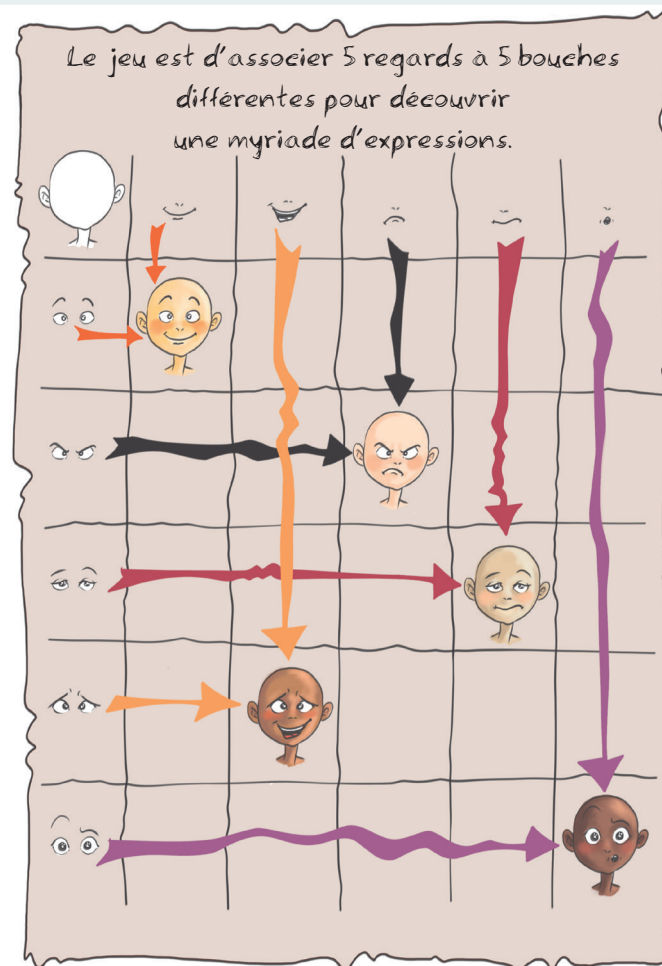
Exprimer différentes émotions par le dessin

MATÉRIEL :

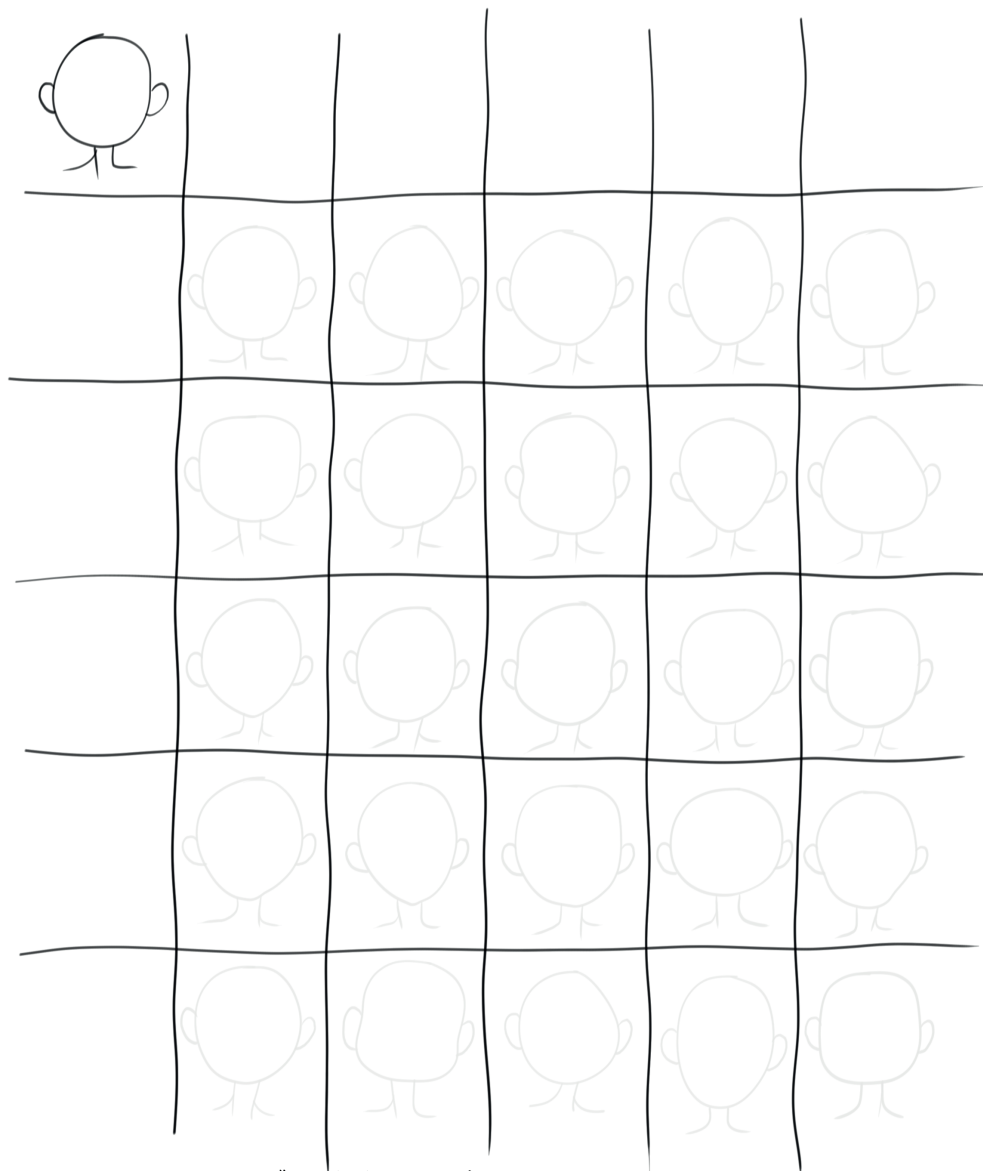
Etiquettes avec tous les adjectifs associés aux expressions de la fiche jointe
Fiches quadrillages jointes à agrandir

DÉROULEMENT LIBRE

Utiliser l'expression souhaitée pour se dessiner en personnage de BD

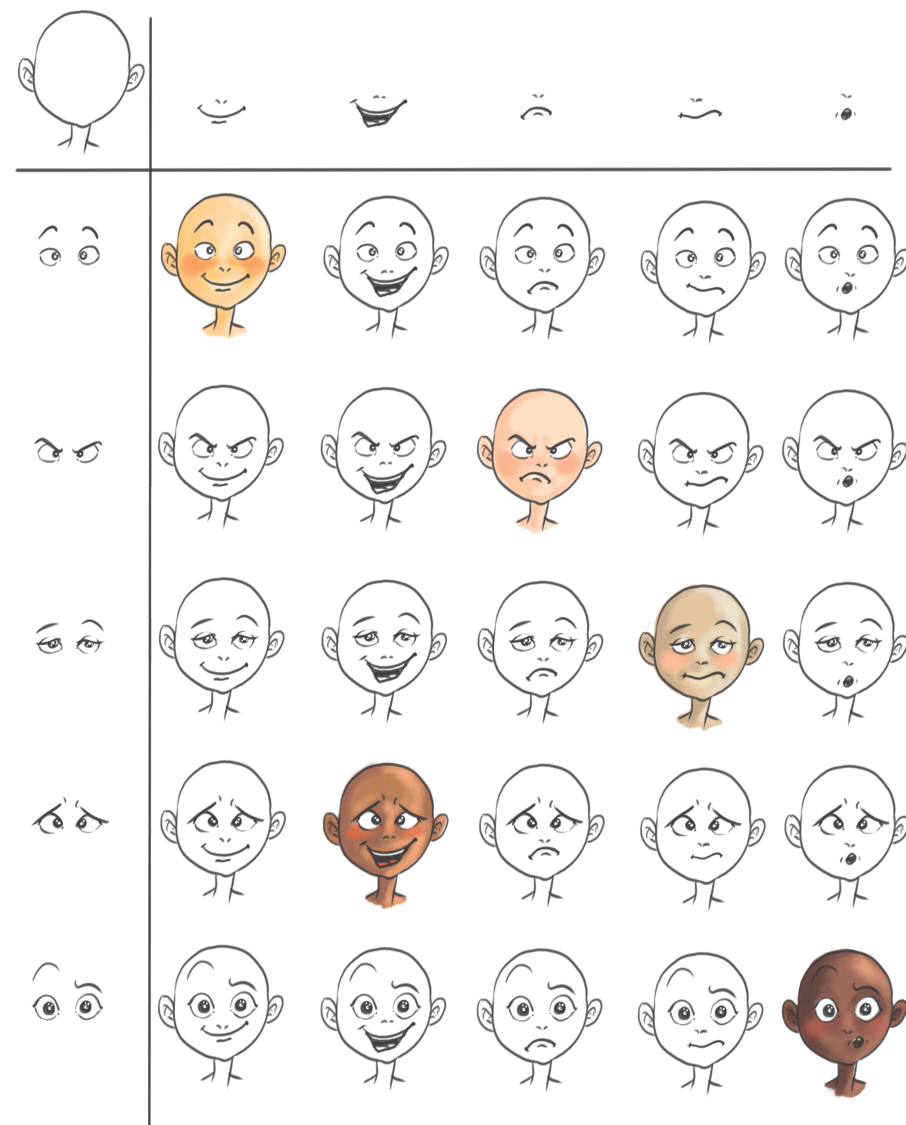


2. 3 SUIE



La palette des expressions

2. 3 SUIE BIS



- Lecture associée : Le vague à l'âme
- Fiches lexiques associées : senti ressenti
- Fiches expériences associées : 2.2

2.4

La germination

OBJECTIF :

Identifier l'analogie germination d'une plante / principe d'évolution d'un être humain

MATÉRIEL :

Pots / terre / graines trempées / repères (cure-dents par exemple)

DÉROULEMENT :

1. **Emettre des hypothèses** : Nous allons planter des graines entières, des demi-graines sans germe, des demi-graines avec germes pour identifier celles qui poussent.

A votre avis ? chaque enfant se prononce

Quelle partie de la graine va donner l'arbre ?

De quoi a besoin la graine pour pousser ? air - chaleur - lumière - eau

2. Plantation

Chaque enfant plante 1/2 graine sans germe ;

1/2 graine avec germe ;

1 graine entière avec repères pour les identifier

3. Mise en commun une fois les graines poussées

• A. La partie sans germe ne pousse pas :

La part visible de moi-même ne peut pas pousser si elle n'est pas animée par la part non visible :

Je suis la Vie qui a pris un corps

• B. C'est le germe qui donne l'arbre :

Je suis un germe qui va donner un arbre avec ses justes fruits

Chaque germe est différent et donnera un arbre et des fruits justes : si je suis un pommier je donne des pommes ; si je suis un marronnier je donne des marrons etc.

• C.

La graine a besoin

Air

Chaleur/lumière

Eau

L'être humain a besoin

environnement

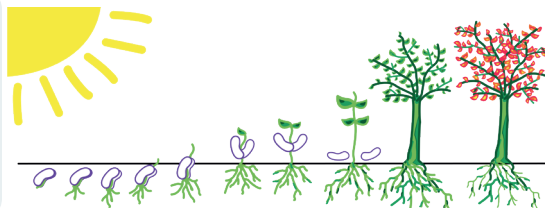
clarté/énergie subtile

eau de Vie

• **Lectures associées** : Le vague à l'âme, L'effort magique et Idées claires et idées noires

• **Fiches lexiques associées** : âme, analogie, conscience, électricité, fumier, graine, humus, magie, pensée, principe créatif de la vie

• **Fiches expériences associées** : 2.1, 2.5, 2.6 et 2.8



2.5

La pensée créatrice

(Expérience de Masaru Emoto)

OBJECTIFS :

Identifier qu'une pensée - parole peut agir sur notre environnement

Identifier l'influence de l'esprit sur la matière

L'imagination = La magie par la pensée

MATÉRIEL :

2 Récipients stérilisés avec couvercles

Un peu de riz cuit dans chaque récipient

DÉROULEMENT :

La parole est une pensée exprimée

1. Ecrire sur un récipient une phrase ou un mot positif (je t'aime, merci, tu es beau ...)

Ecrire sur l'autre récipient une phrase ou un mot négatif (je te déteste, tu es moche, je vais te tuer...)

2. Stocker les récipients dans le noir

3. Tous les matins, les enfants s'adressent avec conviction au riz, en disant toujours le même message positif pour l'un et négatif pour l'autre

4. Au bout d'une à 2 semaines, le riz ayant reçu l'injonction positive se conserve bien et le riz ayant reçu l'injonction négative moisit

5. **Synthèse** : de la même manière, nos paroles, nos pensées envers les autres ou nous-mêmes sont créatrices et auront donc un impact extériorisé

• **Lectures associées** : Le vague à l'âme, Estomac et compagnie, L'effort magique Goutte de vie et Idées claires et idées noires

• **Fiches lexiques associées** : autonomie, conscience, décider, discerner, information/exformation, intelligence, lois physiques de la Vie, magie/imagination, principe créatif de la vie, responsabilité, senti/ressenti, volonté

2.6 L'électricité (être conscient et clair)

OBJECTIFS :

Distinguer clarté/ obscurité

Identifier l'analogie entre une pièce avec l'électricité et le corps humain

MATÉRIEL : une bougie

DÉROULEMENT :

1. Différencier clarté / obscurité

Dans une pièce noire, j'allume une bougie : la lumière est plus forte que l'obscurité ; s'il y a de la lumière, l'obscurité ne peut la recouvrir

Que nous permet la clarté ?

Quand on voit clair, c'est clair

Quand c'est clair, on est conscient,

Quand on est conscient, on est au courant

Quand on est au courant, on capte de l'électricité par un fil de tension,

On a une intention et on maintient l'attention pour rester brancher à la source d'électricité = la Vie, l'Amour.

2. Identifier l'analogie

Inviter un enfant à se mettre près d'un interrupteur

Dans cette pièce, l'électricité existe déjà. Il y a les fils, les tubes, les gaines, les interrupteurs, tout est prêt.

Y a-t-il de la lumière ? Non

Il faut appuyer sur l'interrupteur.

L'enfant appuie : la lumière est là.

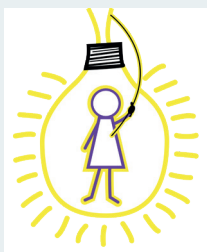
Pour un humain, c'est pareil : on a un corps où l'énergie de vie électrique est installée. L'ampoule est là = l'âme pour le fonctionnement de tout notre corps.

On peut fonctionner toute notre vie *a minima* sans penser à allumer l'ampoule.

Ou alors on peut penser clarté ou lumière : c'est comme si on appuyait sur l'interrupteur virtuel afin de capter le subtil de la vie.

3. Synthèse

On utilise notre i-magi-nation pour faire de la magie avec notre pensée



• **Lectures associées :** Le vague à l'âme, Estomac et compagnie, L'effort magique, Goutte de vie et Idées claires et idées noires

• **Fiches lexiques associées :** autonomie, conscience, décider, discerner, électricité, information/exformation, intelligence, lois physiques de la Vie, règne de la nature, responsabilité, senti/ressenti, volonté

2.7 Dessine le "pot" de ta vie

OBJECTIFS :

Identifier l'une des analogies de la BD : le pot = les éléments qui composent la vie de Nolo

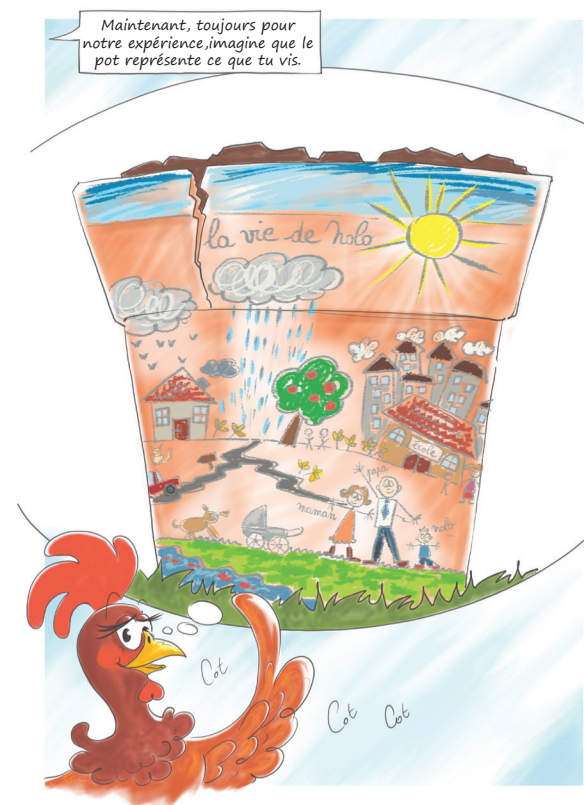
Représenter les éléments de sa propre vie

MATÉRIEL : une feuille par enfant avec le pot vierge ou un vrai pot en terre

DÉROULEMENT :

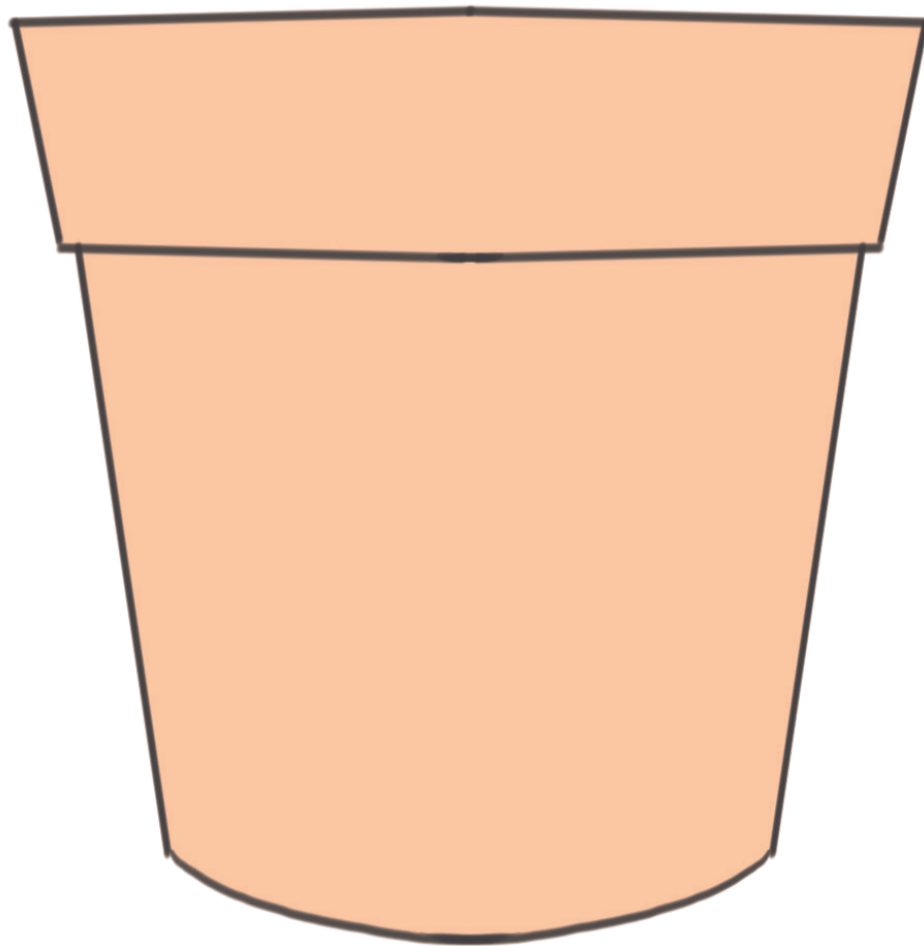
Les enfants dessinent leurs pots sur un pot en terre ou sur une feuille à coller ou à plastifier...

Le pot représente leur vie, ou plutôt, les éléments qui constituent leur environnement : Famille, lieu de vie, pays, activités, relations, hobbies... tout ce qui leur permet d'évoluer dans leur quotidien.



2.7 SUIVE

Modèle de pot à dessiner



- **Lecture associée** : Le vague à l'âme
- **Fiches lexiques associées** : analogie
- **Fiches expériences associées** : 2.1, 2.2, 2.4 et 2.7

2.8

Le fumier

OBJECTIFS :

Prendre conscience que ce qui nous dérange, nous aide à grandir, à évoluer
Identifier l'une des analogies de la BD

DÉROULEMENT :

1. Retrouver dans la BD ce qu'est le fumier

Paille + feuilles + crottin

Ce qui ne nous plaît plus, ce qui nous dérange.

Le fumier est constitué de toutes nos expériences, de tout ce que l'on a vécu et de ce que l'on vit tous les jours.

C'est la transformation du fumier en compost qui va nourrir la graine et lui permettre de grandir.

2. Cherchons notre fumier du jour et voyons si nous avons pu le transformer ou comment le transformer :

Moment de partage autour du fumier de chacun en essayant de voir les différentes possibilités d'actions possibles.

Exemple : Je suis en train de faire ma dictée et je me répète ; "c'est trop dur, je ne vais pas y arriver". Résultat : très souvent je n'y arrive pas.

En allumant l'interrupteur = en pensant clarté, je peux émettre la pensée ; "j'y arrive" et tenir bon jusqu'à ce que j'y arrive. Résultat : j'ai transformé, j'ai évolué.

3. Synthèse : Pour transformer une difficulté je peux :

- Me voir dans une bulle de lumière
- Penser que je suis en train de réussir
- Penser très fort à la clarté...



- **Lecture associée** : Le vague à l'âme
- **Fiches lexiques associées** : analogie, autonomie, confiance, conscience, décider, discerner, fumier, humus, lois physiques de la vie, responsabilité, raison
- **Fiches expériences associées** : 2.10

2.9 Point de vue / raison

(verre à moitié plein ou à moitié vide ?)

OBJECTIFS :

Respecter l'autre

Identifier la relativité du "bien et du mal"

Accepter la raison de l'autre = donner raison = chacun a sa "bonne" sa raison

MATÉRIEL :

Un verre d'eau

Un tableau avec des 6 ou des 9

DÉROULEMENT :

1. Présenter aux enfants un tableau où 6 et 9 sont mélangés

Que voyez-vous ?

Certains voient un 6 d'autres un 9

Qui a raison ? Tout le monde

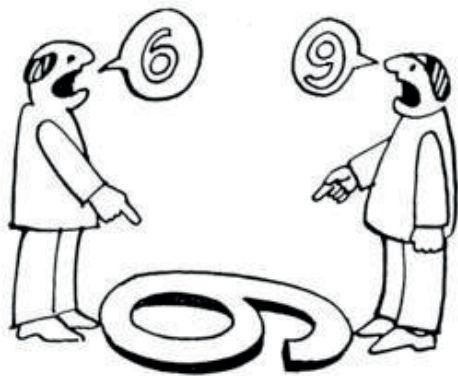
Chacun a raison : il n'y a pas de vérité. Chacun a sa vérité.

2. Présenter aux enfants un verre à moitié plein

Comment voyez-vous ce verre ?

A moitié plein ou à moitié vide ?

Même conclusion. Notre vérité est fonction de ce que l'on croit.



• **Lectures associées :** Le vague à l'âme, Estomac et compagnie, L'effort magique, Goutte de vie et Idées claires et idées noires

• **Fiches lexiques associées :** autonomie, conscience, justice, respect, raison

2.10 Chacun donne ce qu'il a

(on ne peut donner que ce que l'on a)

OBJECTIFS :

Se connaître et connaître l'autre

Se respecter et respecter l'autre

MATÉRIEL :

Quelque chose de piquant type chardon

Quelque chose de doux ou de bon type bonbon, doudou ...

DÉROULEMENT :

1. Le chardon (le chardon représente le mal-être de l'enfant)

- Donner le chardon à un enfant

Comment te sens-tu ? Mal, ça pique, ça fait mal...

- Demander à l'enfant de donner le chardon à un autre enfant

Demander à l'autre enfant comment il se sent

2. Procéder de la même façon avec le doudou (le doudou représente le bien-être de l'enfant)

3. Synthèse

Je me sens bien : je donne du bien

Je me sens mal : je donne du mal

Cela peut nous aider à comprendre nos réactions ou celles des autres.

On ne peut donner que ce que l'on a, d'où l'importance de s'aimer soi-même au-delà de ce que nous réussissons ou non

Si on a de l'amour pour soi, avec bienveillance et exigence, nous pourrions donner de cet amour

• **Lectures associées :** Le vague à l'âme, Estomac et compagnie, L'effort magique, Goutte de vie et Idées claires et idées noires

• **Fiches lexiques associées :** affection, amour, autonomie, confiance, conscience, lois physiques de la vie, respect