



Comportements sécuritaires



Exercice de concentration



Être conscient de l'importance de demeurer calme, concentré et à l'écoute lors d'une situation d'urgence ou d'une catastrophe



Art dramatique

Compétence : inventer des séquences dramatiques

Savoir essentiel : conditions de jeu (attention)

Éducation physique et à la santé

Compétences : adopter un mode de vie sain, analyser les effets de certaines habitudes de vie sur sa santé et son bien-être

Savoir essentiel : connaître la relaxation

Compétences transversales : exercer son jugement critique pour faire des choix éclairés, structurer son identité



5 minutes ou plus



Classe



Tous les élèves



Sifflet



Quand survient une situation d'urgence ou une catastrophe (inondation, tornade, glissement de terrain, incendie, tempête de verglas ou de neige, etc.), soudain, c'est la pagaille. Souvent, les gens s'énervent, courent partout, ne savent pas quoi faire, ont peur. Dans un moment comme celui-là, c'est très important de rester calme. Ainsi, on peut mieux écouter les consignes des adultes responsables de notre sécurité. Mais pour rester calme, il faut savoir faire silence, sans bouger. Sécurité te propose une activité qui te permettra de voir si c'est une chose facile pour toi...

(Suite au verso)



B 5



Pendant une minute, permettre aux élèves de parler, de chanter, de taper des mains, de se lever et de circuler dans la classe librement; Siffler trois petits coups et imposer l'immobilisation, le silence et le calme complets pour 30 secondes; Recommencer l'exercice pour la durée désirée.