



Proposition de branche – Colibris – 6/8 ans



Chers responsables, chefs, cheftaines, parents...
Chers amis,

Ce document est le programme de la branche des Colibris (enfants EDLN de 6 à 8 ans). Ce guide vise à faciliter la mise en place d'unités de Colibris (les nichées) dans les groupes locaux. Il présente quelques éléments d'une méthode éducative en cours de construction, permettant de faire vivre l'ambition éducative de notre mouvement de manière adaptée aux enfants de 6 à 8 ans. Il pose aussi un nombre de lignes directrices favorisant une harmonie au niveau national.

Ce document a été écrit grâce aux entretiens réalisés avec les premiers chefs qui se sont lancés dans l'aventure Colibris il y a quelque mois, et qui ont, par leurs expériences inspirantes, grandement contribué à éclaircir le sujet. Qu'ils en soient remerciés.

Ce document s'adresse à tout public, néanmoins il cible en priorité :

- Les responsables de groupe local qui auraient envie de lancer leur groupe dans l'aventure
- Les chefs, cheftaines qui se verraient confier l'ouverture d'une nichée de Colibris
- Les parents Colibris qui partagent les ambitions éducatives des EDLN et souhaitent partager un peu de la vie scout de leurs enfants et apporter un peu d'eux-mêmes dans cette belle aventure.

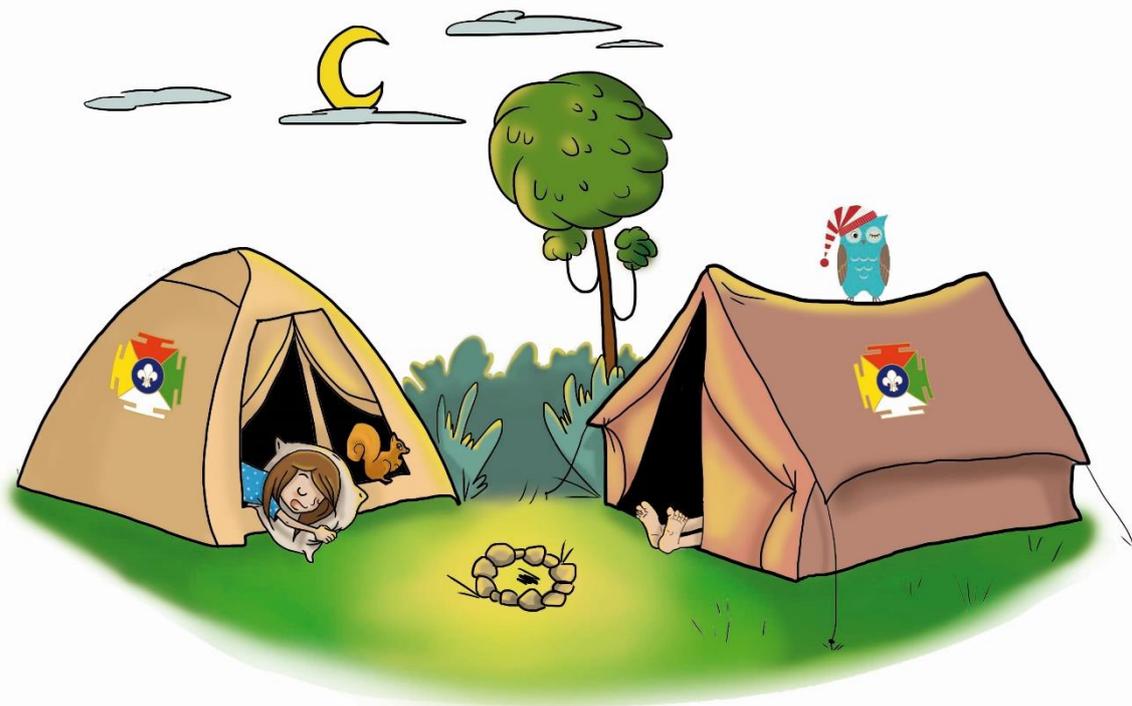
Ce document est une première version : une version plus élaborée verra le jour quand les objectifs de branche seront écrits, aussi nous vous remercions pour votre patience. Dans la perspective d'améliorer cette proposition, nous accueillerons vos remarques, critiques, commentaires et compliments avec beaucoup d'intérêt.

Le 1er juin 2016

La commission pédagogie des EDLN
pedagogie@edln.org

Sommaire

Caractéristiques de la tranche d'âge	p3
La relation éducative avec les Colibris	p4
Le cadre symbolique des Colibris	p5
Le cercle de la nichée.....	p6
La progression collective	p7
La progression personnelle	p8
Annexe 1 - Une journée chez les Colibris.....	p11
Annexe 2 - Notice réglementaire à l'attention des encadrants.....	p12
Constituer une équipe d'encadrants Colibris.....	p12
Annexe 3 - La dimension spirituelle chez les Colibris.....	p13



Caractéristiques de la tranche d'âge des 6-8 ans

1. Le besoin de se sentir en sécurité

Entre six et huit ans, l'enfant a une relation très forte à l'adulte, basée sur une entière confiance. En venant aux Colibris, l'enfant quitte une cellule pour une autre cellule. De ce fait, l'enfant a besoin de repères spatio-temporels stables. Pour découvrir cette nouvelle cellule, il faut lui apporter un cadre sécurisant, rassurant, en créant des habitudes : utiliser souvent les mêmes lieux, garder le même rythme de journée, mettre en place des rituels. Ainsi l'enfant apprendra à se repérer tout seul.

2. Le rapport au corps

L'enfant qui a entre six et huit ans est habile, il est en capacité de maîtriser son corps. Il est coordonné mais se fatigue vite. Souvent les enfants de cet âge-là ne vont pas savoir identifier leurs propres signes de fatigue et leurs limites physiques. Ils se dépensent sans compter et peuvent prendre des risques inconsidérés. Ainsi le repos est important, ils ont besoin de "se poser" régulièrement entre deux activités physiques. Ils découvrent les sensations de leur corps et peuvent facilement oublier qu'ils ont froid ou même qu'ils ont besoin d'aller aux toilettes...



3. La socialisation

L'enfant de six à huit ans a fait sa rentrée à l'école primaire. Il est en plein apprentissage de la socialisation, notamment avec ses pairs. Il commence à prendre l'habitude de vivre au sein d'un groupe d'enfants. Les amis peuvent changer : on ne distingue pas encore de "groupes d'amis" fixes. Les filles et les garçons se mélangent encore facilement. Mais il est encore difficile pour eux de prendre une place particulière au sein d'un grand groupe.

Régulièrement les enfants s'effacent au sein du grand groupe : il faut bien être attentif à "inclure" tous les enfants et veiller à ce que le groupe soit soudé. Cependant, l'enfant est capable de s'intéresser aux autres et commence à comprendre que tout le monde ne ressent pas exactement la même chose que lui. Il découvre que les autres ont des besoins, des envies et des émotions différentes des siennes.

4. L'imaginaire

L'enfant vit et joue dans un imaginaire. Il aime "faire comme" et faire semblant de se mettre dans la peau d'un autre personnage (réel ou non). Il joue souvent dans des jeux d'imitation et voyage facilement dans son monde imaginaire. Les autres enfants peuvent le rejoindre dans cet imaginaire et peuvent ainsi le partager à plusieurs.

5. Le développement intellectuel

Grâce à l'arrivée à l'école, l'enfant est plus en capacité de comprendre le monde qui l'entoure. Il commence à s'intéresser à son environnement et à poser des questions : « pourquoi le ciel est bleu ? pourquoi un bateau ça flotte ? » Il commence à avoir un raisonnement logique. Il apprend aussi à lire, écrire et compter. Certaines de ses facultés "sociales" ne sont pas encore en place à 6 ans, il faudra donc faire attention à illustrer certains textes par des dessins, par exemple pour les règles de vie collective.

A partir de 7 ans l'enfant structure sa pensée, il prend conscience du fait qu'il a des pensées et commence à formuler des opinions sur le monde.

L'attention, entre six et huit ans, est de courte durée. Les enfants peuvent rester concentrés à peu près une demi-heure, pas plus. Il faut adapter les activités en conséquence : elles doivent être courtes ou en plusieurs parties.

La relation éducative

1. Une présence sécurisante

Les Colibris ne sont pas très autonomes dans la gestion de leur vie quotidienne. Le rôle du chef et du parent Colibri est d'accompagner l'enfant vers un peu plus d'autonomie. Pour cela il faut les accompagner, éviter de faire à leur place et mettre en œuvre des méthodes et des outils pour faciliter leur apprentissage. A tout moment, le Colibri doit pouvoir compter sur l'adulte, qu'il soit son parent ou non. L'équipe d'encadrement doit former une unité auprès des Colibris et tenir parole. Elle doit tisser une relation de confiance avec les enfants : avoir confiance en les Colibris et mériter la confiance des Colibris.

Avoir une présence sécurisante c'est aussi prendre soin des Colibris, veiller à leurs besoins, attirer leur attention sur les choses qu'ils oublient. C'est aussi écouter quand ils parlent et être attentifs à eux. C'est enfin assurer leur sécurité affective, être bienveillant envers eux et veiller à ce qu'ils restent bienveillants entre eux.

Les enfants ont vraiment envie de bien faire et nous aussi. On peut alors s'inspirer des principes de la "parentalité positive", et notamment :

1. Aider l'enfant à nommer ce qu'il vit, ce qui peut être salvateur : dire "Cesse de crier !" peut avoir moins d'effets que de dire "Tu as l'air d'être en colère et fatigué".
2. Dire ce qui ne se fait pas permet de définir le cadre par l'interdiction, mais c'est encore mieux de dire ce qui se fait. Au lieu de crier qu'il ne faut pas courir dans les cailloux, on peut expliquer et poser des règles ensemble : "Dans l'herbe, on court, près des cailloux, on marche".
3. On peut aussi utiliser le quotidien pour stimuler l'apprentissage de l'enfant, par la déduction. A l'injonction : "Va mettre ton K-Way", on préférera : "Tiens, il va pleuvoir, il faut qu'on se protège".
4. On peut retrouver son enfant intérieur et prendre le temps de s'extasier avec eux : "Ooooh la jolie fleur !", se mettre à leur place et se poser les mêmes questions. "Que peut-on observer sur cette fleur ? Comment elle pousse ?".

2. Tisser une relation de qualité avec les Colibris

Les Colibris sortent du nid familial et commencent à avoir une relation avec d'autres adultes que leurs parents. L'enfant apprend ainsi que ses parents peuvent s'occuper d'autres enfants et que d'autres parents peuvent s'occuper de lui.

Le rôle du chef/parent Colibri est de rentrer en complicité (chanter, jouer, rire!) avec les Colibris. En aucun cas, le chef/parent Colibri doit mentir, il se doit d'être honnête.

Les parents Colibris et le chef jouent avec les enfants, leurs posent des questions et s'intéressent sincèrement à eux. Ils savent mettre en valeur les Colibris quand ils réussissent les actions du quotidien, ou lorsqu'ils relèvent des défis avec la nichée. Mettre en valeur leurs efforts leur permet de prendre confiance en eux et leur donne envie de continuer à progresser. Lorsqu'ils échouent, on peut leur apprendre à remplacer "Je n'y arrive pas" par "Je n'y arrive pas **encore**" et à considérer l'échec comme une opportunité d'apprentissage.

Bien sûr, c'est aussi du rôle du chef/parent Colibri d'arbitrer lorsque c'est nécessaire : l'enfant attend cela de notre part et il est important que l'adulte garde une place d'adulte et un point de vue objectif sur les situations pour aider les enfants à grandir.



3. Stimuler, intéresser les Colibris

Les Colibris ont la curiosité en éveil et se posent beaucoup de questions sur le fonctionnement de leur environnement. Notre rôle est de les pousser plus loin dans leur réflexion, leur faire découvrir de nouveaux domaines de connaissances à explorer, et bien sûr apporter des réponses, avec un langage adapté, permettant de rester "accessible". Il arrive que nous n'ayons pas la réponse. A ce moment-là, on peut dire aux Colibris qu'on ne sait pas mais qu'on peut se renseigner ensemble. Ainsi on fait participer les Colibris à la démarche de recherche de la réponse.

Le cadre symbolique

Le nom de la branche a été choisi en référence à un conte amérindien raconté par Pierre Rabhi, parrain des Éclaireurs de la Nature :

« Un jour, dit la légende, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux terrifiés et atterrés observaient, impuissants, le désastre. Seul le petit colibri s'active, allant chercher quelques gouttes d'eau dans son bec pour les jeter sur le feu. Au bout d'un moment, le tatou, agacé par ses agissements dérisoires, lui dit : « Colibri ! Tu n'es pas fou ? Tu crois que c'est avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ? » « Je le sais, répond le colibri, mais je fais ma part ».

Aux EDLN, les Colibris vont faire leur part pour que tout le monde puisse être joyeux comme la nichée des Colibris.

La tenue des Colibris est constituée d'un foulard des EDLN et d'un polo jaune avec, une bande de branche "Colibris", de l'insigne du scoutisme français et de la demi-lune des EDLN.



L'univers des Colibris

- ✓ Le groupe d'enfants au complet s'appelle la **nichée**.
- ✓ Le lieu de sortie s'appelle le **nid**.
- ✓ Les parents qui encadrent s'appellent les **parents Colibris**.
- ✓ Le mini-camp Colibris de fin d'année s'appelle **l'envolée des Colibris**.
- ✓ Les Colibris ont des **copains et copines de la forêt**, qui possèdent des qualités spéciales qu'ils viennent partager avec les Colibris pendant les sorties. On les reconnaît au tissu de couleur qu'ils portent autour de la tête :
 - **Cékoissa, au foulard blanc, qui est curieuse** et qui connaît les secrets du ciel, de la terre et de la forêt ! Elle nous emmène sur la piste de la connaissance et de la protection de la nature.
 - **Oniva, au foulard vert, qui est dynamique** et qui aime bien l'aventure ! Elle nous emmène sur la piste de l'action et de l'exploration.
 - **Youpiya, au foulard rouge qui est le plus souvent joyeux**, mais qui sait reconnaître quand quelqu'un est triste pour lui redonner le sourire. Il nous emmène sur la piste des émotions et de la joie.
 - **Salula, au foulard jaune, qui est solidaire et a confiance** en lui. Il nous emmène sur la piste de l'assurance et de la solidarité.
 - **Cherespir, au foulard bleu, qui est calme et serein**. Il nous emmène sur la piste du calme et de la tranquillité.
- ✓ **Les gouttes arc-en-ciel** sont des gouttes d'eau (symbolisées par des perles colorées) que les Colibris reçoivent (une pour toute la nichée) en suivant les copains de la forêt et en accomplissant les missions qui leur sont confiées. Elles viennent ensuite décorer le grand collier de la nichée.

Le cercle de la nichée

Le cercle de la nichée est le lieu de la démocratie chez les Colibris. On y apprend à dire si on a aimé la journée ou pas, si tout va bien, si on se sent bien.

Il est important de mettre en place un petit rituel. On peut par exemple dire qu'on s'exprime chacun son tour en utilisant un bâton de parole et qu'on s'écoute.

Pour faciliter l'expression des ressentis, on peut préparer des petits papiers avec des smileys ou des symboles : soleil pour heureux, ciel bleu pour tranquille, pluvieux pour triste, nuage pour fatigué, orage pour en colère... L'enfant peut ensuite compléter avec une explication s'il a envie.

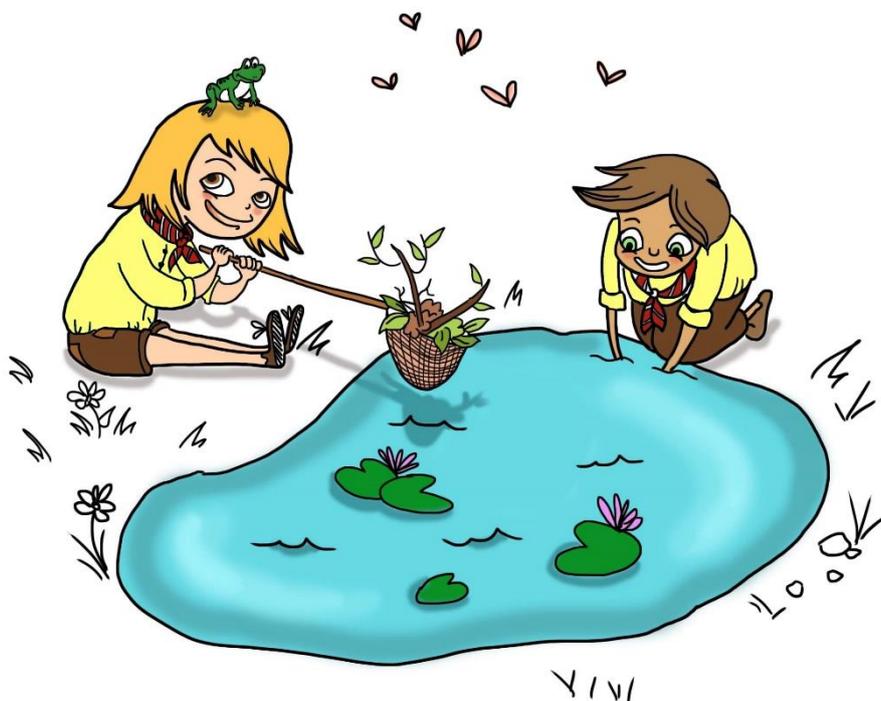
Il est important que chacun s'exprime, ce cercle de « prise de température » permet de se réjouir, mais il peut aussi aider à détecter d'éventuels problèmes touchant le collectif ou certains enfants individuellement avant que ces problèmes ne prennent trop d'ampleur (copain pas gentil, fatigué, trop froid...)

1. Le pacte de la nichée

C'est l'ensemble des règles de vie que la nichée propose en début d'année, lors du premier cercle de la nichée, les enfants les illustrent par des dessins, pour se les rappeler et les relire plus facilement. On les relit ensuite au début de chaque sortie. Une bonne manière de lancer le pacte peut être de se demander: comment faire notre part pour que le monde soit toujours joli et qu'on puisse être tous joyeux ?

2. Régler les différends

Il se peut que les enfants expriment des difficultés qu'ils ont rencontrées dans la nichée, des fâcheries, des "il m'a volé mon bâton"...Les enfants attendent de l'adulte qu'il arbitre ces conflits, ce qui n'exclut pas de mobiliser les enfants pour trouver une solution ensemble. Si une nouvelle règle est établie pour le long terme, il faut l'ajouter au pacte de la nichée.



La progression collective

La progression collective des Colibris est rythmée tout au long de l'année par les rencontres avec les cinq copains de la forêt. C'est presque à chaque journée Colibris qu'on voit arriver un copain des Colibris, de couleur différente à chaque fois. Les copains de la forêt nous confient des missions importantes, et en faisant les missions, on apprend plein de choses sur nous et sur le monde...

Copain	Les qualités du copain	Missions Colibris	Goutte arc-en-ciel
Salula	Solidaire et sociable. Aime les gens. Nous emmène sur la piste de la solidarité et de la confiance.	Jeux d'équipe, jeux de connaissance, jeux coopératifs, jeux théâtraux.	Donne une goutte jaune à la nichée
Cékoissa	Curieuse. Connaît les secrets du ciel, de la Terre et de la forêt ! Elle nous emmène sur la piste de la connaissance et de la protection de la nature.	Reconnaître des arbres, observer les insectes, guetter les petits animaux, fabriquer une boussole, une lampe à huile...	Donne une goutte blanche à la nichée
Youpiya	Joyeux. Il sait reconnaître quand quelqu'un est triste pour lui redonner le sourire. Il nous emmène sur la piste des émotions et de la joie.	Mime, théâtre des émotions, dessin, musique, chanson, land-art, peinture sur des galets, peinture à l'encre végétale, mobile en matériaux des bois...	Donne une goutte rouge à la nichée
Oniva	Dynamique. Elle aime bien l'aventure ! Elle nous emmène sur la piste de l'action et de l'exploration.	Construire une cabane, explorer la forêt, jeux de piste...	Donne une goutte verte à la nichée
Cherespir	Calme et serein. Il nous emmène sur la piste du calme et de la tranquillité.	Regarder le ciel et chercher des formes. Écouter les oiseaux, sentir les différentes écorces, écouter sa respiration. Fabriquer un compost à émotions.	Donne une goutte bleue à la nichée

L'envolée des Colibris



A la fin du printemps, les Colibris vivent leur envolée ! Ils s'éloignent du nid pendant 2 ou 3 jours pour aller camper sous la tente ! Le dernier soir de l'envolée, c'est la fête des Colibris, où les copains de la forêt nous rejoignent pour fêter toutes les missions accomplies cette année.

La progression personnelle

1. Porter un regard d'éducateur scout sur chaque jeune

Connais-tu vraiment Léa ? Quelles difficultés rencontre Paul ? Sur quoi dois-tu aider Lilas à progresser en priorité ? Quelles sont les forces et les faiblesses de Matéo ? On ne connaît jamais totalement quelqu'un, mais on doit essayer d'en savoir un peu plus pour l'accompagner efficacement. Pour cela, nous te proposons de mettre en place ton propre système de suivi. Ce n'est pas du "fichage", au contraire, si on "documente" les observations et le parcours réalisé avec chaque jeune, c'est pour lui faire des propositions adaptées, et lui donner le pouvoir d'agir sur lui-même. C'est une manière organisée de s'intéresser aux enfants, qui permet de valoriser les passionnantes discussions de maîtrise après le départ des jeunes:

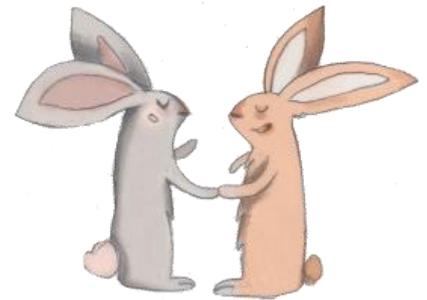
"Et vous avez vu quand Léa a attrapé le drapeau ? Elle m'a fait halluciner, d'un coup elle s'est déchaînée !

- Oui, et Paul aussi, là avec la carte du trésor il a complètement joué le jeu. C'est super bien !

- Ça vous dit on le note ? Léa sort de sa timidité, elle se révèle quand il y a des enjeux.

- Et Paul se sent plus à l'aise dans la nichée.

On aurait pu dire des choses similaires pour Matéo, qui a appris à la nichée sa chanson préférée.



2. Adapter les compétences à chacun

Le scoutisme incite à un développement global et optimal de l'individu. Chacun doit être amené à se développer au mieux possible dans tous les domaines (physique, intellectuel, social, affectif, autonomie de pensée, spiritualité). Mais quel niveau doit être atteint pour chacun ? Bien que les scouts doivent savoir faire à coup sûr certaines choses importantes (allumer un feu, monter une tente, se repérer dans les bois, vivre en groupe...), il n'y a en général pas de niveau de référence. On ne peut pas demander les mêmes performances à tous les enfants !... Ce serait essayer d'apprendre aux poissons à grimper aux arbres. L'important est que chacun exploite au mieux ses capacités dans tous les domaines de développement, qu'il se découvre des domaines de prédilection, dans lequel il "fait des étincelles". On est tous très bon en quelque chose. Ton rôle est d'aider les jeunes à découvrir "en quoi" ?

3. Des qualités vers les activités éducatives

De manière générale dans le scoutisme, on ne fait rien sans objectif. Un jeu de ballon permet de développer l'adresse et la coopération et la vaisselle du soir permet de développer l'aptitude à vivre en société, le "sens de l'autre" et l'esprit de service (et bien sûr d'avoir une vaisselle propre). C'est exactement le sens des "activités éducatives". La trame des familles de qualités pourra te servir à inventer des activités : par exemple, tu remarques que la nichée n'est pas à l'aise avec la famille Feu (solidarité, chaleur, empathie) et en particulier avec les émotions (les assumer, les partager, les recevoir...). Pourquoi ne pas proposer une activité qui leur permette de partager leurs émotions avec les autres, dans un esprit de bienveillance ?

4. Des activités éducatives vers les qualités

La démarche inverse est aussi intéressante : les Colibris ont envie de vivre un "projet archer", construire des arcs, des flèches et une cible, et proposer un concours de tir à l'arc par équipe. Cela te fait penser surtout aux qualités du copain Oniva : c'est l'"Air" (dynamisme, action, activité physique, la flèche qui vole...).

5. Outils pour accompagner la progression personnelle

✓ L'accueil dans la nichée

Lors de l'arrivée dans la nichée, les nouveaux Colibris peuvent être déboussolés. Ils débarquent dans un univers dont ils ignorent les codes et les symboles et ils ne connaissent pas les autres enfants. Ton rôle est de faciliter leur intégration. Pour cela, la nichée peut construire une "journée d'accueil des nouveaux Colibris" avec des activités spéciales, des jeux de présentation, etc... Ça ne se fait pas tout seul et il n'existe pas de solution miracle. Fais preuve d'observation, sois attentif et n'hésite pas à intervenir pour aider les enfants.

✓ Le pacte

En début d'année ou de camp, le pacte de la nichée est rédigé, illustré. Chacun des Colibris individuellement s'engage à le respecter et à faire de son mieux.

✓ La valorisation au cercle de nichée

A chaque cercle de nichée, en fin de journée, le chef et les parents Colibris peuvent se concerter et décider de mettre en valeur un effort ou une progression d'un, plusieurs ou de toute la nichée. Cette démarche peut même aller plus loin quand la nichée est prête et faire émerger des Colibris ceux qu'ils voudraient mettre en avant.

✓ A la fin de l'année : la petite goutte du Colibri

A la différence des gouttes arc-en-ciel, cette goutte symbolise le progrès personnel qu'a réalisé un Colibri durant toute l'année.

Avant la dernière journée de l'année (éventuellement pendant l'envolée), les encadrants discutent des progrès réalisés par chaque Colibri.

Pour chaque Colibri, les encadrants choisissent le domaine pour lequel ce Colibri a le plus progressé pendant l'année, en rapport aux éléments et aux qualités des cinq copains de la forêt.

Une cérémonie a lieu en présence des cinq copains de la forêt, pour remettre les petites gouttes des Colibris, de la couleur correspondante à la progression de chacun. Les encadrants et les copains de la forêt félicitent alors chaque Colibri par rapport à la progression qui a été réalisée.



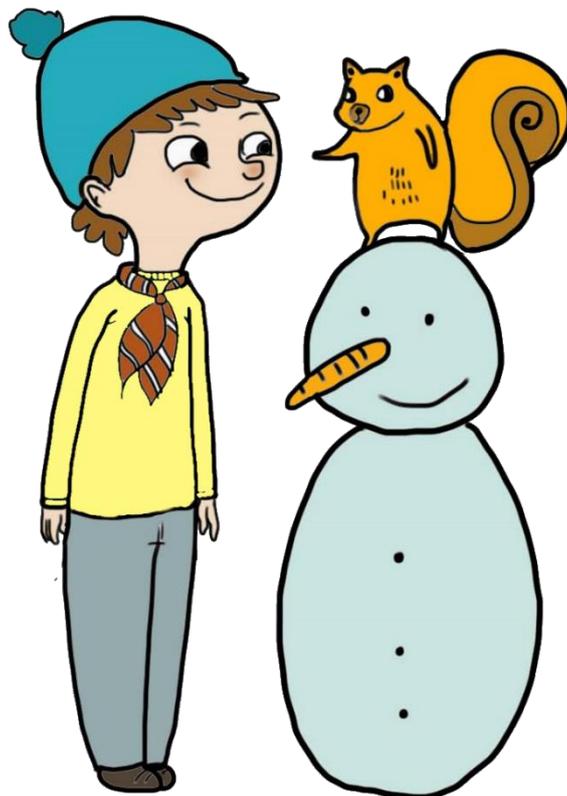
Proposition de branche - Colibris

✓ Le Passage

Pour les Colibris qui font leur dernière année dans la branche, le rite de passage est un moment précieux pour faire le point sur son expérience de Colibri, se souvenir des joies et des peines, des difficultés et des défis relevés. C'est aussi le moment de répondre à l'appel de la tribu des Voyageurs !

On peut faire vivre ce moment en s'inspirant de la trame suivante :

- L'appel de la forêt, un temps de relecture personnel :
Les Colibris qui participent (deuxième année) vont choisir un lieu qui leur plaît dans la nature pour faire le point. Ils peuvent s'aider d'un petit carnet et d'un stylo et réfléchir pendant quelques minutes aux questions suivantes avec l'aide d'un adulte :
 - Qu'est-ce que j'ai vécu dans la branche ?
 - Quelles difficultés ai-je rencontrées ?
 - Qu'est-ce qui a gravé mon cœur à jamais ?
 - Qu'est-ce que je ressens à l'idée de mon passage aux Voyageurs ?
 - Quelles aventures j'aimerais y vivre ?
- La discussion en groupe, un temps d'échange : après le moment de réflexion personnel, les Colibris se rassemblent dans la forêt avec un chef. On forme un cercle d'échange où chacun peut s'exprimer, et écouter les autres. Il peut y avoir un temps convivial entre aînés (un goûter,...), puis c'est le moment de revenir parmi la nichée.
- L'accueil de la tribu des Voyageurs : si les conditions le permettent, les Voyageurs préparent un accueil solennel, avec un mot de bienvenue, et un moment festif, avec la remise des écussons de la branche suivante (le tigre). S'il n'y a pas de Voyageurs, l'accueil solennel et le temps de convivialité peuvent être assurés par la maîtrise.



Une journée chez les Colibris

(Accueil)

Il est 10h00, les parents commencent à arriver. A 10h30, tout le monde est là. On fait l'accueil administratif, les parents sont souriants, c'est un dimanche.



10h45 : les parents disent au revoir et s'en vont, sauf Aurelia et Martin qui restent avec Paola la cheftaine responsable de la nichée. On s'assoit en cercle dans le nid, et on fait un petit jeu de présentation, pour retenir les prénoms des copains. Ensuite on discute un peu : "Tout le monde va bien ? Qui veut nous raconter quelque chose ?" On relit le pacte ensemble. "Est-ce que vous vous rappelez la dernière fois, quand Youpiya est venu nous voir ? Aujourd'hui on aura la visite de... ah je me rappelle plus..."

(Lancement journée et activité du matin)

11h : Martin, qui s'était éclipsé discrètement, revient déguisé avec des draps. "Oh, mais voilà Cekoissa ! C'est gentil de venir nous voir !"

11h30 : Cekoissa a convaincu les Colibris de venir l'aider : il veut savoir combien il y a de plantes différentes dans la forêt. On décide de faire trois équipes, d'aller chercher une feuille par arbre différent et de se rejoindre à 12h pour les comparer.

12h : Les Colibris se rejoignent. Il y a 11 plantes différentes dans la forêt, des petites feuilles et des très grosses. Avec le petit livre de Cekoissa, on peut même en reconnaître trois !

(Repas du midi et temps calme)

12h20 : Les Colibris vont aux toilettes, se lavent les mains puis s'installent sur la bâche pour manger le pique-nique que leurs parents ont mis dans leur sac à dos, avec leur k-way, leur gourde et le gouter.

13h 10 : Après avoir rangé et trié les déchets, c'est le temps calme autour du nid. Cekoissa s'est installé avec trois Colibris, ils regardent ensemble les images du petit livre des arbres. De son côté, Paola raconte une histoire à cinq Colibris. L'histoire parle d'animaux qui veulent organiser une grande fête. Aurelia joue avec les derniers avec un petit jeu de carte qu'elle a sorti de sa besace.

(Activité de l'après-midi, cercle de nichée et temps spi)

14h : Aurelia et Paola animent des petits jeux. À la fin du deuxième jeu, Cekoissa se rappelle que dans l'un des arbres de la forêt, dont on connaît la forme de la feuille, il y a le secret de la vie ! En s'aidant de ce qu'on a appris le matin, on va à la recherche de l'arbre de la vie !

15h15 : L'arbre contenait un message : le secret de la vie. On décide de l'illustrer en faisant un joli dessin par terre, un dessin en couleurs et en odeurs, avec les plantes cueillies du matin et des petits cailloux, (mandala) pour communiquer le secret à tous les êtres vivants....

15h30 : Bravo les Colibris ! Cekoissa sort de sa besace une goutte d'arc-en-ciel de couleur blanche, comme son foulard. On l'enfile sur le collier de la nichée.

15h40 : On fait le conseil de nichée dans le nid. Tout le monde montre le soleil, sauf Simon qui est un peu fatigué.

15h50 : On fait un petit temps spi. On écoute les oiseaux, tout près, puis le vent, très loin.

16h : Les parents nous rejoignent pour prendre le goûter avec nous.

16h30 : On chante une chanson ensemble, on se dit au revoir, à la prochaine, on rappelle quels sont les deux parents de la prochaine fois, puis chacun repart chez soi.

Notice réglementaire à l'attention des encadrants

- ✓ La réglementation des accueils de mineurs s'applique comme pour toutes les autres tranches d'âge, à un détail près (source SGDF, applicable aux EDLN) :

Nous comptons sur votre vigilance concernant le respect de la réglementation sur l'âge des Colibris : pas de Colibris dans une activité EDLN, avant d'avoir 6 ans. En effet, l'association n'est pas agréée pour la « petite enfance », donc n'a pas l'autorisation de proposer des activités avant 6 ans. Pour cela, il est donc nécessaire d'envisager les arrivées des Colibris au sein de la nichée en deux temps pour à la fois respecter la contrainte réglementaire mais aussi permettre au groupe de se constituer et de fonctionner correctement en évitant d'accueillir des nouveaux tout au long de l'année. En septembre, on accueille les enfants nés entre janvier et août ayant 6 ans révolus. En janvier, on accueille les enfants nés entre septembre et décembre.

- ✓ Tous les parents encadrants doivent être déclarés dans la base de données des EDLN et dans la déclaration de la Jeunesse et des Sports.

Constitution et formation d'une équipe d'encadrants

- ✓ L'équipe est constituée d'un chef / cheftaine formé BAFA (ou deux) accompagné des parents des Colibris qui se relayent deux par deux pour préparer et mettre en place des activités, avec l'aide du chef et encadrer les sorties avec lui/elle.
- ✓ Les parents reçoivent une mini-formation en début d'année : quels sont les fondamentaux du scoutisme, en quoi les Colibris vivent du scoutisme et préparent l'expérience des Voyageurs ? Qu'est-ce qu'une activité type ? Cette rencontre est suivie de l'étude de ce document (la proposition pédagogique de branche), puis d'un brainstorming sur les activités manuelles, petits jeux, et activités que les parents voudraient proposer. La rencontre se termine sur l'établissement d'un planning de l'année, où les parents choisissent le jour où ils veulent intervenir.



Proposition spirituelle des Colibris

1- Rappels des objectifs généraux de la proposition spirituelle des EDLN

La proposition spirituelle dans son ensemble et dans toutes les tranches d'âges a pour objectif de permettre aux jeunes de développer trois qualités essentielles :

- ✓ **La pleine présence** : apprendre à être présent dans sa vie, présent au monde qui nous entoure, présent à l'autre, présent à soi, à son corps, à ses émotions. Méditer c'est écouter. C'est dans la mesure où l'on est présent, que l'on est vraiment à l'écoute et en lien avec la situation et que l'on peut y apporter une réponse adaptée. Ainsi dans l'entraînement à la présence, on découvre comment cultiver la pleine présence à la respiration, la pleine présence au corps et aux sensations physiques, la pleine présence dans les cinq sens. On apprend aussi comment retrouver un état de calme et de clarté lorsque l'esprit est très agité et confus. Enfin on apprend comment cultiver l'expérience directe sans partir dans l'interprétation et les commentaires du mental. Cette pleine présence ouverte et sans jugement est la base sans laquelle aucun développement intérieur ne peut se faire.
- ✓ **L'intelligence émotionnelle** : découvrir le monde des émotions, du stress, de la peur, apprendre à les reconnaître, à les nommer, à voir comment elles se manifestent dans le corps, à découvrir comment il est possible de ne pas les réprimer et de les exprimer sans être prisonnier de la réactivité. En résumé, apprendre à bien vivre ses émotions qui sont les énergies mêmes de la vie.
- ✓ **La bonté** : découvrir les qualités fondamentales du cœur : l'empathie, la bienveillance, la générosité, la gratitude, pour soi, pour autrui, pour la nature. La source de la disharmonie de notre monde moderne est la coupure de l'homme avec son cœur. Il est primordial de remettre le cœur au centre pour amorcer le cycle de guérison au niveau personnel comme au niveau global. C'est le cœur qui guérit, c'est le cœur qui rend heureux.



2- La pédagogie des temps spi

Objectifs pédagogiques : 3 thèmes et 9 objectifs

Les objectifs sont en lien avec les 3 thèmes communs à toutes les branches :

- ✓ le développement de la présence
- ✓ le développement de l'intelligence émotionnelle
- ✓ le développement des qualités du cœur

Pour chacun de ces thèmes, un certain nombre d'objectifs sont définis.

Au total 9 objectifs couvrent l'ensemble de la proposition Colibris.

Objectifs du Thème 1 : présence à soi, à l'autre et au monde	Objectifs du Thème 2 : Les émotions	Objectifs du Thème 3 : les qualités du cœur
Explorer les sensations corporelles (corps, respiration, battements du cœur)	Découvrir les émotions de base et comment elles se manifestent	S'ouvrir à la bienveillance naturelle envers l'autre (prendre soin de l'autre et comment ça fait de prendre soin de l'autre).
Explorer la nature au travers des 5 sens (les 5 sens, le minuscule et le géant et son positionnement)	Se connecter à sa météo intérieure	S'ouvrir à la gratitude
Explorer le corps en mouvement		S'ouvrir à l'appréciation et l'émerveillement du monde naturel
Apprendre à être dans un groupe (coordination, synchronisation, interconnexion, coopération)		

Approche pédagogique pour la branche Colibris : imaginaire et ludique

L'approche pédagogique de la branche Colibris s'appuie sur les deux approches les plus adaptées à cette tranche d'âge :

- l'appel à l'imaginaire et à tous les sentiments/émotions associés
- l'utilisation du ludique pour créer une dynamique et favoriser la réceptivité

Dans cette branche encore plus que les autres, on n'explique pas des concepts, on fait vivre des expériences. Tout concept abstrait du monde des adultes est plutôt à proscrire, en particulier les concepts liés à la spiritualité.



Le cadre imaginaire : Cherespir et ses contes

Ne pas parler de temps spi

Pour embarquer les Colibris, la proposition est d'abord de **ne pas parler de temps spi** (contrairement aux autres branches). Le terme "temps spi" est un terme abstrait et inaccessible pour des si jeunes.

Le personnage imaginaire de Cherespir associé systématiquement au temps spi

L'approche va plutôt s'appuyer sur l'un des personnages imaginaires de la branche Colibris : Cherespir le grand (ou le vieux) sage, bleu. Cherespir va faire vivre un temps spi et éventuellement l'introduire au travers d'un conte en lien avec la thématique du temps spi proposé juste après.

La proposition est que le chef qui mène le temps se "déguise en Cherespir" : un foulard bleu, un bonnet bleu, une chemise bleue, un chapeau avec une plume bleue... Il peut avoir avec lui toute sorte d'instruments, d'accessoires, libre aux chefs d'être inspiré. Mais même si plusieurs chefs différents guident les temps spi, il est important qu'ils aient toujours le même accoutrement de Cherespir. Ainsi lorsque les enfants le voient, ils le reconnaissent tout de suite "c'est Cherespir!". Et ils savent qu'à chaque fois qu'ils voient Cherespir, c'est qu'il va leur raconter une histoire et leur faire vivre des expériences... Ils sont déjà embarqués dans le temps spi.

Il est bien que Cherespir puisse apparaître à un moment inattendu (par les enfants), créant une sorte de happening en sachant trouver le moment le plus propice en fonction des circonstances.

Au début d'une année, d'un camp ou lorsque nécessaire, Cherespir peut se présenter aux nouveaux Colibris qui arrivent dans la branche. Il peut interroger par exemple des jeunes qui l'ont déjà vu en leur demandant "est ce que quelqu'un sait qui je suis?"....



Utilisation d'un conte introductif et déroulement du temps spi

Le conte va permettre à la fois de poser les Colibris, de les mettre dans un état de réceptivité et d'ouverture, et d'introduire des notions en lien avec les temps spi présentés.

L'usage d'un conte est encouragé sans pour autant que cela soit obligatoire s'il est plus adapté de le faire sans conte pour différentes circonstances (temps ou autre). Voici une proposition de déroulement type de temps spi incluant un conte :

1. L'arrivée de Cherespir pour "embarquer" les Colibris
2. le conte proprement dit (optionnel) avec à une formule d'introduction et de conclusion (voir ci après)
3. les expériences de temps spi que va faire vivre Cherespir aux Colibris
4. un petit échange éventuel avec les enfants sur ce qu'ils ont vécu que ce soit au travers du conte ou de l'exercice
5. La clôture du temps spi - conte, remerciement

Annexe 3

L'introduction du conte

Un petit rituel du début, toujours le même, est utile pour faire entrer les Colibris dans l'écoute et qu'ils sachent qu'un conte va commencer. Voici à titre informatif une proposition de ce rituel d'ouverture (mais il est bien de faire ce que l'on sent, inventer, innover)

Cherespir dit :

"Cherespir une fois" : et tout le monde fait une grande respiration

Cherespir dit ensuite :

"Cherespir deux fois" : et de nouveau tout le monde fait une grande respiration

Cherespir dit encore :

"Cherespir trois fois" : et de nouveau tout le monde fait une grande respiration

Cherespir dit enfin :

"Le vent souffle, le soleil brille et les oiseaux chantent, ainsi une fois ai-je entendu cette histoire de mère nature..."

On peut également utiliser ces trois temps pour que les Colibris s'installent : 1 je choisis mon coin, 2 je m'installe, 3 je me tais.

La clôture du conte :

Après avoir terminé l'histoire, il est bien aussi d'introduire une formule de conclusion pour montrer que le conte imaginaire est terminé. Par exemple Cherespir peut dire:

"Le vent souffle, le soleil brille et les oiseaux chantent, c'est ainsi que j'ai entendu cette histoire de mère nature..."

Quelques références pour trouver des contes

Vous trouverez sur le centre de ressource un certain nombre de contes qui peuvent être utilisés (sans que cela ne soit limitatif)

<https://www.iletaitunehistoire.com>

<https://contes-valerie-bonenfant.fr>

<https://www.symbioses.be/pdf/104/dossier/Sy-104-18-19.pdf>

Conte fondateur du petit Colibri

Liste des animations en fonction des objectifs

La liste des animations ci-après n'est pas limitative. D'autres exercices peuvent être utilisés à partir du moment où ils servent l'objectif ciblé.

Quelle animation choisir ?

Pendant une année ou sur un camp, il y a 2 possibilités :

- ✓ soit faire au moins une animation pour chacun des 9 objectifs (en lien avec les 3 thèmes)
- ✓ soit mettre l'accent une année sur un thème particulier et sur un autre thème l'année d'après (ex. insister sur la présence et les sens la première année, les émotions et les qualités du coeur l'année 2)

Pour chaque période de temps spi, il est possible de faire une ou plusieurs animations en fonction du temps disponible, avec (encouragé) ou sans l'usage du conte.

L'exercice de météo intérieure peut être fait presque systématiquement en introduction des temps spi.

Il peut être utile d'avoir plusieurs animations préparées en réserve avant la journée afin de choisir sur le moment l'animation la plus appropriée en fonction des circonstances de l'instant (état des jeunes, météo, nature de l'environnement, etc...)

Annexe 3

Thème 1 : présence à soi, à l'autre et au monde

Explorer les sensations corporelles (corps, respiration, battements du coeur)	
Les battements du coeur	La nichée fabrique un ou plusieurs stéthoscope (un entonnoir raccordé à un petit tube souple en plastique) Chacun écoute le coeur au repos Puis on se met à bouger, à danser dans tous les sens Et de nouveau on écoute le coeur avec le stéthoscope (il bat plus vite plus fort) Puis on termine chacun essaye de sentir son coeur, et pendant une minute chacun compte le nombre de battements
Méditation de la grenouille	Cf. Eline Snel "Calme et Attentif comme une grenouille"
Auto massages et étirement des animaux	Tapote toi comme le gorille Etire toi comme le serpent
Explorer la nature au travers des 5 sens (les 5 sens, le minuscule et le géant et son positionnement) <i>PS : il existe de nombreuses variantes de jeux sensoriels que tu peux trouver sur internet.</i>	
Le parcours sensoriel	Prépare un parcours sensoriel avec une corde que les Colibris vont parcourir (boue, gravier, sable, etc...)
Kim Nature (observation)	Une douzaine d'échantillons naturels par équipe (brindilles, fleurs, feuilles d'arbres variées, coquille d'escargot, etc.) 1. On délimite un carré, par équipe, de 1m de côté dans lequel on a placé une douzaine d'échantillons naturels (avec les mêmes échantillons dans chaque carré). 2. Chaque équipe peut observer son carré pendant 2 minutes, puis part chercher dans la nature ce qu'ils ont observé (les échantillons mémorisés). 3. Dans une approche coopérative, valoriser le résultat de la somme des équipes (possibilité d'une étape intermédiaire : soutien/entraide entre équipes : échanges, trocs, ...) (possibilité aussi de faire ce jeu en nichée avec une somme d'objets dans un plus grand carré).
Ca sent quoi?	Fabrique des petits conteneurs destinés à recevoir des éléments naturels odorants (écorce d'orange, banane, thym, basilic, lavande, aiguilles de pin, terre humus, résine, fleur odorante, vanille de la cuisine...). Pour cela tu peux utiliser des pots de yaourts vides, dessus tu scotches du papier percé de plein de petits trous avec une aiguille. Et tu écris sous le pot le nom de ce que tu mets. Puis tu donnes à chaque Colibri une carte avec le nom d'une des substances contenues dans les pots de yaourts. Tu fais sentir à tout le monde un pot et tu demandes que celui qui a la carte la montre, et tu fais pareil pour tous les pots...

Annexe 3

<p>Retrouve la paire (toucher)</p>	<p>Prends un certain nombre d'éléments reconnaissables au toucher : pierres (il peut y en avoir des différentes pointues, rugueuses, rondes, etc...), des feuilles (crépues, douces, poilues, etc), des petites branches (branche de feuillus, de sapins). S'il n'y a pas assez d'éléments naturels, tu peux ajouter d'autres choses (un bouchon en liège, un lacet, une boule de coton, un bout d'éponge....). Met tout ça dans une boîte avec une petite ouverture (comme une boîte de mouchoirs). Etale de façon visible un double pour chacun des éléments présents dans la boîte.</p> <p>Propose à chaque Colibri de choisir un élément qu'il doit retrouver au toucher. Puis après ça tourne à un autre Colibri.</p>
<p>C'est dur ou c'est mou ? (toucher)</p>	<p>Le but est de faire toucher les éléments de la nature aux Colibris : feuilles, herbe, plantes, cailloux, terre, ... Qu'ils ressentent la matière et la diversité de textures qu'on peut trouver dans la nature.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. On donne une texture et son contraire à chaque Colibri en secret. Par exemple : doux / rugueux ... mou / dur ... fragile / solide ... souple / rigide ... 2. Le Colibri va chercher deux éléments qui correspondent 3. Chaque Colibri montre ensuite ses deux trouvailles et les autres doivent retrouver les adjectifs de textures correspondants
<p>Kim Goût</p>	<p>Ce jeu est communément appelé Kim goût et est très connu des animateurs. Le but est de retrouver les goûts des aliments goûtés et de retrouver parmi ces aliments ceux qui proviennent de la forêt et ceux qui n'en proviennent pas.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En cercle, les Colibris ferment les yeux. On leur fait goûter un premier aliment. 2. Les Colibris rouvrent les yeux et notent sur un bout de papier leur réponse sans le dire aux autres. Pour des Colibris plus jeunes qui ne savent pas bien écrire, on peut avoir pré-écrit des petits papiers avec différents aliments. Les Colibris n'ont qu'à choisir le bout de papier correspondant et le mettre de côté. 3. On recommence à faire goûter les yeux fermés et à écrire les réponses. 4. Une fois que tous les aliments ont été goûtés, on demande aux Colibris de donner leur réponse, aliment par aliment en posant la question si selon eux c'est un aliment qui provient de la forêt ou si c'est un intrus. <p>Les aliments qui proviennent de la forêt : noisettes, champignons (à cuire), noix, confiture de fraise, crème de châtaignes, etc. Attention aux allergies.</p> <p>Les intrus : fromage, pâtes (à cuire), bonbons, riz (à cuire), chocolat, salade, etc.</p>
<p>Les odeurs de la forêt</p>	<p>Les Colibris adorent ce jeu où il écraser des éléments et reconnaître. Souvent ça sent très bizarre ! Attention aux allergies ou aux odeurs trop fortes qui peuvent gêner.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. On donne à chaque Colibri un petit pot en verre et un bout de bois ou une cuiller pour écraser. 2. Chacun tout seul part à la recherche d'un élément de la nature, une feuille, un brin d'herbe, une fleur tombée, de la terre, etc. sans dire aux autres ce que c'est et l'écrase un peu dans le petit pot 3. On récupère tous les petits pots sans les montrer aux autres et on assoit les Colibris en cercle 4. On fait sentir un premier pot à chaque Colibri les yeux fermés puis ensemble ils doivent trouver la réponse, et ainsi de suite jusqu'au dernier pot. <p>Il ne faut pas hésiter à dire aux Colibris lorsque le pot sent un peu fort pour qu'ils fassent attention !</p>

<p>Béret des oiseaux</p>	<p>En préliminaire : avoir identifié quelques noms d'oiseaux clairs avec les Colibris</p> <p>Ce jeu est inspiré du jeu du béret en animation. Mais avec des sons d'oiseaux ! Ce jeu se fait <u>après une activité de reconnaissance de sons d'oiseaux</u>, lorsque les Colibris connaissent déjà quelques sons. Il faut aussi avoir à disposition les enregistrements sonores de ces sons d'oiseaux. On les trouve facilement sur internet.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. On divise les Colibris en deux groupes. 2. On donne à chaque membre un nom d'oiseau. Les noms doivent être les mêmes dans chaque équipe. 3. On dispose au milieu un tissu ou un chapeau par exemple. 4. Pour appeler, on lance un son d'oiseau. 5. Lorsque le Colibri dans chaque groupe reconnaît le son correspondant à son nom d'oiseau il court pour attraper le chapeau et revenir dans son équipe 6. On arrête quand on voit que les Colibris ont bien compris ou qu'ils commencent à se lasser.
<p>Les animaux sont passés par là</p>	<p>Essayer de repérer toutes les traces et indices d'animaux dans le paysage :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ traces sur le sol ✓ sons ✓ fientes et pelotes ✓ plumes ou poils ✓ reste d'animaux mangés ✓ trous de vers dans les arbres ou galles ✓ habitats <p>Ce jeu peut être fait lors d'une balade ou demande chaque indice à une équipe. Attention on ne touche pas les fientes et on ne met rien à la bouche et on se lave les mains ensuite !!!</p>
<p>Explorer le corps en mouvement</p>	
<p>Suit le tambour</p>	<p>ça secoue : on fait semblant de se coller la plante des pieds au sol, et on fait bouger le corps au son du tambour (lent, rapide, doux, fort, les enfants doivent suivre) sans décoller les pieds, puis temps calme.</p>
<p>L'éveil du Colibris</p>	<p>Cherespir invite les Colibris à s'installer en cercle ou non dans un "nid" préparé au préalable (tapi de feuilles mortes & branches, couvertures, paille...).</p> <p>Cherespir guide les étapes (parole et geste) :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Les Colibris sont accroupis, recroquevillés, yeux fermés, en forme d'oeuf. Cherespir indique par étapes : Le bébé colibri grossi (le dos gonfle, les bras s'écartent doucement, la tête se relève) - L'oeuf se casse et son bec sort (lever la tête) - Il renifle l'air - Il écarquille les yeux - sort ses petites ailes l'une après l'autre et les étirent vers le ciel - Il pousse sur ses pattes pour sortir de l'oeuf. 2. Puis le Colibri grandi en déployant ses ailes - agite les bras - Se tapote rapidement les pattes, les cuisses, la poitrine, le visage et le crâne. - Il s'étire vers le ciel. 3. Assis dans le nid le Colibri apprend à siffler. - Il remplit ses poumons.- son ventre gonfle . - Il sent l'air qui sort par son bec pour siffler (on peut utiliser de petite flûtes, tubes à sons, bouteilles pour faire un son...). 4. Cherespir dit : Il est temps de sortir du nid pour explorer le monde en volant - Les Colibris sautillent hors du nid agitant leur ailes (bras). 5. Cherespir dit : Ho ! il y a quelque chose par terre : Caillou ? Fourmis ? Ho ! et le ciel ? 6. Cherespir dit : Les Colibris viennent se réchauffer dans le nid, les uns contre les autres tous blottis ! On écoute les sons ! Cherespir dit : Comment se sent le Colibri, on est bien là ? <p>Finir par s'asseoir et partager sur les sensations en posant des questions comme :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qu'est ce que vous avez aimé ? • Vous avez senti l'air du sifflement ? • Les pattes, les ailes du colibri qui s'agitaient ? • Qu'avez vous vu en explorant le monde ? • C'était comment quand nous étions blottis ?

Yoga	<ul style="list-style-type: none"> le paon : s'asseoir (en tailleur, en demi-lotus ou en lotus complet). Comme l'oiseau, on se pavane en respirant, en levant lentement les 2 bras sur les côtés en inspirant lentement jusqu'à ce que les mains se rejoignent au dessus de la tête. Le paon referme alors son plumage : les mains descendent doucement sur les côtés en expirant. le papillon : assis les jambes allongés, on forme les ailes du papillon en joignant les pieds et en les rapprochant le plus de soi. On entrelace ses doigts et on place les paumes sur les orteils, en gardant la colonne vertébrale la plus droite possible. On respire profondément, puis on agite les ailes du papillon (les jambes de haut en bas) nombreuses ressources sur youtube, ex : ludique : enchaînement comme si on était à la plage : https://youtu.be/qt_mLlfKuw4?t=382 (nettoyer les nuages, faire le soleil, creuser le sable, faire le coquillage, faire le crabe) ; explications postures très complètes : https://youtu.be/YXUuyIMgK4Q (archer; grenouille; pinguoin)
L'algue et le courant marin	<p>S'assurer que les Colibris connaissent les algues et les courants marins, sinon expliquer. Les inviter à se mettre par paire. L'un jouera le courant marin, l'autre l'algue.</p> <p>Debout face à face, le courant prend les mains de l'algue. Il va bouger celles-ci en douceur dans différentes directions selon son envie, en respectant les possibilités du corps de l'autre, qui est fixé au sol, comme l'algue. L'algue "suit" le courant marin : l'enfant sent et suit le mouvement proposé par le courant avec son corps : il peut se mettre sur la pointe des pieds, s'accroupir, tourner à droite comme à gauche selon où le courant le mène : la seule règle : les pieds restent au sol.</p> <p>Possibilité d'introduire avec Cherespir :</p> <p><i>Cherespir propose aux Colibris de leur faire vivre les fonds marins. Il "transforme" les Colibris : certains en algues, certains en courant marin, en expliquant ce qu'est une algue, ce qu'est un courant marin. Après quelques minutes, les algues sont transformées en courants marins et inversement.</i></p>
Apprendre à être dans un groupe (coordination, synchronisation, interconnexion, coopération)	
Jeu des cordes	https://youtu.be/yaPkVA2J_gY

Thème 2 : L'intelligence émotionnelle

Découvrir les émotions de base et comment elles se manifestent	
Contes et échange	Commencer par aborder les émotions les plus simples : joie, tristesse, colère, peur etc...Lire un conte pour introduire une émotion après dans la discussion (cf. contes de référence) : c'est quoi cette émotion, comment on est quand on la vit ? Est-ce qu'elle se sent dans le corps et où ? Qu'est-ce qu'on fait quand on la vit ? Est-ce que les animaux aussi vivent les émotions ? Est-ce que c'est utile d'en parler ? Est-ce toujours mal de se mettre en colère ? Quand est-ce que tes parents se mettent en colère ?
Raconte une histoire	Choisis une émotion parmi les principales (joie, tristesse, colère, peur etc...). Demande si quelqu'un veut raconter une histoire qu'il a vécu en lien avec cette émotion. Si les Colibis ne parlent pas, tu peux interroger les chefs présents ! Après, vous pouvez échanger avec des questions comme ci-dessus.
Se connecter à sa météo intérieure	
Pouce	Chacun oriente son pouce (levé, horizontal, en bas) en fonction des questions : qui est fatigué, qui a faim, qui s'ennuie, etc...
La météo nature	Aller chercher quelque-chose dans la nature qui illustre le mieux notre état intérieur du moment et donner à chacun la possibilité de le présenter.

Thème 3 : Les qualités du cœur

La bienveillance	
<p><i>Sur le thème de la bienveillance, un livre ressource très utile pour mener les échanges avec les enfants : "As-tu rempli un seau aujourd'hui" (de Carol Mc Loud)</i></p>	
<p>Mission bienveillance</p>	<p>Chacun tire au sort une mission bienveillance (Exercice bien adapté à un mini camp de plusieurs jours... pour une journée seulement, on peut faire un tri préalable des missions...)</p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-between;"> <div style="width: 15%; border: 1px solid red; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>① Complimente 5 personnes que tu aimes</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid orange; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>② Ramasse des déchets dans la rue pour les jeter</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid green; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>③ Écris une lettre à un.e de tes ami.e.s ou frères/sœurs</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>④ Réserve toi 30 minutes pour faire quelque chose que tu aimes</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid purple; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑤ Donne des jouets inutilisés à des associations</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid pink; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑥ Fais la liste de 8 de tes qualités</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightgreen; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑦ Prépare le dîner ou aide tes parents à le faire</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑧ Souris à 5 personnes que tu ne connais pas</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightorange; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑨ Offre une fleur à quelqu'un que tu apprécies et qui ne le sait pas</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightpurple; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑩ Parle à quelqu'un qui a l'air isolé/ seul</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightpink; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑪ Aide une personne âgée qui en a besoin</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightyellow; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑫ Exprime ta gratitude chaque fois que tu la ressens</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightcyan; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑬ Fais la liste de ce que aimes dans ton corps/ ton physique</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightmagenta; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑭ Passe une journée sans écran</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightteal; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑮ Demande à quelqu'un qui est triste ce qui ne va pas</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightcoral; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑯ Défends quelqu'un qui est embêté par d'autres</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightlavender; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑰ Propose de rendre service à quelqu'un</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightgold; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑱ Fais un câlin aux personnes que tu aimes</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightslategray; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑲ Présente tes excuses à quelqu'un que tu as blessé</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>⑳ Encourage quelqu'un qui a des difficultés pour faire quelque chose</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightslategray; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉑ Appelle quelqu'un que tu n'as pas vu depuis longtemps</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉒ Fais les tâches ou corvées ménagères d'un.e autre</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉓ Cuisine un gâteau à partager pour le goûter</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉔ Offre quelque chose à quelqu'un dans le besoin</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉕ Partage un souvenir agréable avec une personne de ton entourage</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉖ Donne une preuve d'amitié à trois personnes que tu connais peu</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉗ Propose un massage à quelqu'un</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉘ Écris un mot gentil anonyme et laisse le pour que la personne le trouve</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉙ Range quelque chose qui n'est à sa place</p> </div> <div style="width: 15%; border: 1px solid lightsteelblue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>㉚ Invente une chanson/ un spectacle pour ta famille</p> </div> <div style="width: 100%; border: 1px solid red; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>⑳① Observe un animal dehors et prends en soin s'il en a besoin</p> </div> </div>
<p>Contes et échange</p>	<p>Lire un conte faisant apparaître de la bienveillance (comme le conte du Colibri) et mener un échange avec les Colibris. Exemple de questions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • c'est quoi la bienveillance ? • qui a déjà été bienveillant avec quelqu'un ou un animal (faire raconter l'histoire). Qu'est que ce ça a fait à l'autre ? Qu'est-ce que ça t'a fait à toi d'être bienveillant ? • ...
<p>Mission de bienveillance 2</p>	<p>> Histoire : " As-tu rempli un seau aujourd'hui"</p> <p>Question posée aux Colibris :</p> <p>-> Comment pouvez-vous remplir le seau de quelqu'un ?</p> <p>-> Que pourrais-tu faire pour remplir le seau de quelqu'un jusqu'à la prochaine sortie ? »</p> <p>(On commence par quelque chose de facile) :</p> <p>*On écrit ce que le Colibri nous dit sur un papier qu'on lui remet.</p> <p>Ce sera sa mission pour la prochaine sortie</p> <p>On peut fabriquer un petit objet symbolique à emmener qui représente cette mission : petit pendentif simple où la mission est écrite dessus ou représentée par un dessin.</p> <p>As-tu pu faire ta mission ? Quelles étaient les difficultés ? Qu'est ce qui s'est passé ? Qu'as-tu ressenti</p>
<p>Le jeu de la cacahouète</p>	<p>Chacun pendant le camp ou la journée doit faire un petit cadeau qui peut être immatériel, le plus discrètement possible, à un autre membre de la nichée (que l'on appelle sa 'cacahouète'). Une façon de faire est que chacun tire au sort un nom pour trouver sa cacahouète. Celui qui offre est</p>

Annexe 3

	<p>“le gorille”. Le but est qu'en tant que gorille, on ne soit pas identifié par sa cacahuète, tout en lui offrant le plus de cadeaux possibles...</p>
Aide des animaux	<p>Faire une action de bienveillance envers les animaux :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visiter un centre d'accueil d'animaux avec la nichée (Refuge, spa...) • Fabriquer un nichoir à oiseaux (lpo) • Nourrir des animaux (à condition de leur donner ce qui est bon pour eux, ex. pas de pain aux canards, pas de graisse aux oiseaux, se renseigner avant...)
Acte de générosité vers d'autres personnes	<p>Exemple : maison de retraite Echanger sur les personnes âgées avec les enfants. Éventuellement évoquer le sentiment de gratitude que nous pouvons avoir envers elle : "si nous sommes là c'est grâce à elles et à ce qu'elles nous ont transmis...etc." (conscience de tout ce qui nous a amené à ce que nous avons aujourd'hui) ==>Préparer une petite action : faire un petit spectacle sommaire (chanter des chansons) ou faire des dessins à envoyer aux personnes âgées.</p>
Exprimer sa bienveillance envers un proche et soi-même	<p>On fait un dessin avec un mot gentil (écrit avec l'aide d'un adulte) destiné à une personne pour laquelle on veut “remplir un seau”. On se fait aussi un dessin avec un mot gentil destiné à soi-même (avec l'aide d'un adulte). L'adulte garde ce 2e dessin et le remettra à l'enfant à une sortie ultérieure :il pourra expérimenter la sensation d'être bienveillant envers lui même</p>
Conte du Colibris	Solidarité, chacun sa part
La gratitude	
D'où ça vient	Manger quelque chose par exemple un raisin sec, et réfléchir tout ce que l'on peut remercier qui nous permet d'avoir ce raisin sec dans la main) : hommes, nature et élément
Contes et échange	<p>Lire un conte faisant apparaître de la gratitude et mener un échange avec les enfants. Exemple de questions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • qu'est-ce que ça nous fait quand on nous dit merci ? • à quoi ça sert de dire merci ? • ...
Prendre conscience de la bienveillance des autres	<p>Histoire : " as-tu rempli un seau aujourd'hui" « Est ce que vous vous rappelez un moment où quelqu'un a rempli votre seau ? » « Qu'est-ce que vous avez ressenti ? » "Fermez les yeux et pensez à ce moment...et maintenant pensez que vous lui dites merci avec votre cœur, et que vous envoyez ce merci vers elle » « Votre prochaine mission sera de bien faire attention à toutes les fois où qqn remplit votre seau ». » Cela peut être des choses toutes petites ou grande » ==> On peut faire un pendentif représentant cette mission pour la prochaine fois.</p>
Merci à la nature	<p>Le chef propose un élément de la nature. Avec la nichée on essaye de réfléchir tout ce qu'on peut dire merci à cet élément :</p> <p>Exemple soleil : chaleur, lumière, énergie l'oiseau : parce qu'il chante bien, parce qu'il est beau... la terre : pour nous soutenir, nous nourrir... l'arbre : l'oxygène, l'ombre, les fruits, s'adosser, etc... la pluie : l'eau, les abeilles : miel, pollinise, etc... fourmis et les vers: elles servent à manger pour les oiseaux (tout est interdépendant), entre autres etc...</p>
L'émerveillement, appréciation de la beauté du monde naturel	

Annexe 3

Trouver les pépites	La nature est remplie de pépites d'or pour qui sait les trouver. Chacun va se promener cherche quelque chose qu'il trouve joli autour de lui dans la nature (le ciel, un arbre, un insecte, etc...) puis la nichée se rassemble et ceux qui le veulent disent ce qu'ils ont trouvé joli et pourquoi.
Land Art (un serpent de feuilles mortes)	Ramassez plein de feuilles mortes de toutes les couleurs, puis cherchez un espace suffisamment grand pour pouvoir réaliser votre serpent. Vous pouvez utiliser d'autres matériaux naturels pour les yeux ou la langue du serpent.
Mandala nature	Ramassez plein d'éléments naturels et classez-les par couleurs ou formes. Trouvez ensuite un espace suffisamment grand pour pouvoir tracer dans la terre avec un bâton plusieurs cercles successifs du plus petit au plus grand. Puis disposez les éléments naturels en réfléchissant à leur couleur, forme, texture
La balle	En cercle, on s'envoie une balle. Celui qui l'a reçoit doit dire quelque chose qu'il a aimé aujourd'hui dans la nature (et/ou autre question variante) quelque chose qu'il aimerait bien voir un jour

