

Question EDD : À quoi pourrait ressembler notre oasis de détente au sein de l'école, afin de réduire le stress dans le quotidien scolaire ?

Confrontation des représentations	Connaissance et mise en réseau	Visions et actions	Rétrospective
Sensibiliser, mettre en pratique	Pratiquer, approfondir, mettre en réseau	Développer, décrire, représenter, comparer, évaluer, discuter, agir	Échanger, réfléchir, modéliser, institutionnaliser
Contenu central			
Que signifie pour moi « se sentir stressé.e » ? Quelles sont les stratégies qui m'aident à gérer le stress ? Où vais-je lorsque je me sens stressé.e (par exemple, dans mon lit, sur un banc sous un arbre, etc.) ? Introduction à la question EDD Activer et relever les connaissances préalables	Quand est-ce que je ressens du stress à l'école ? Relever à l'aide d'un journal de bord les périodes de stress et essayer d'en trouver les causes. Identifier ce qui pourrait aider dans cette situation Où puis-je trouver le calme sur le site de l'école ? Identifier un endroit oasis pour soi lors d'une exploration individuelle de l'enceinte de l'école. Échanger en classe des endroits où l'on peut trouver la paix et le calme De quels éléments ai-je besoin pour me calmer ? Évaluer individuellement les éléments nécessaires pour réduire le stress. Échanger des idées en classe	À quoi ressemble mon oasis de bien-être idéale ? Développer des visions individuelles de ce à quoi ressemblerait l'oasis de détente parfaite sur le site scolaire À quoi ressemble notre oasis régénératrice dans l'école ? Réunir collectivement des idées en classe et décider à quoi ressemblera l'oasis de détente parfaite	Quelles sont les expériences que j'ai, que nous avons faites ? Échanger à propos d'expériences vécues et d'observations, réfléchir de manière critique sur le processus d'apprentissage Qu'est-ce que je retiens, nous retenons pour l'avenir ? Sauvegarder les résultats, modéliser les visions d'avenir