

Fitness - Démoc

Points forts ☺

Le badge
la carte
le dynamisme des animateurs
le côté sérieux / amusant

+

Fais bouger

Motivation

Dynamisme +

Déjà de

+

+

+

Interaction / dynamisme / action / ludique

Un peu artificiel en surface "théâtral"

⊖
Génant à ce moment pas nat

Centré sur les attitudes et pas sur les idées

Surprise par la méthode

⊕
travailler des muscles
⊕
top
original

⊕
Echange / écoute

exercice 1:
• très mental
• argumenter = remettre la main à l'écart
• aller sur des idées

⊗ Acheter ce que l'on peut faire avec les élèves
⊗ Remet au centre de la formation des élèves / jeunes adultes (les valeurs) le notion de démocratie

Outil de sensibilisation pas côté "école" mais haut public, espace public!
Des 14 ans !

améliorati
Faire
Consignes plus précises, courtes, très facilement compréhensibles par

- Démocratie

Points faibles ☹️

Un peu artificiel en surface "théâtral"

⊖
Cédant à certains moments pas naturel

Comment on l'applique réellement?
Obligatoire avec > 20 élèves en même temps ou dans ?

exercice 1:
• très mental
• argumenter = demande le la maîtrise
• aller dans des perspectives

Temps limité!

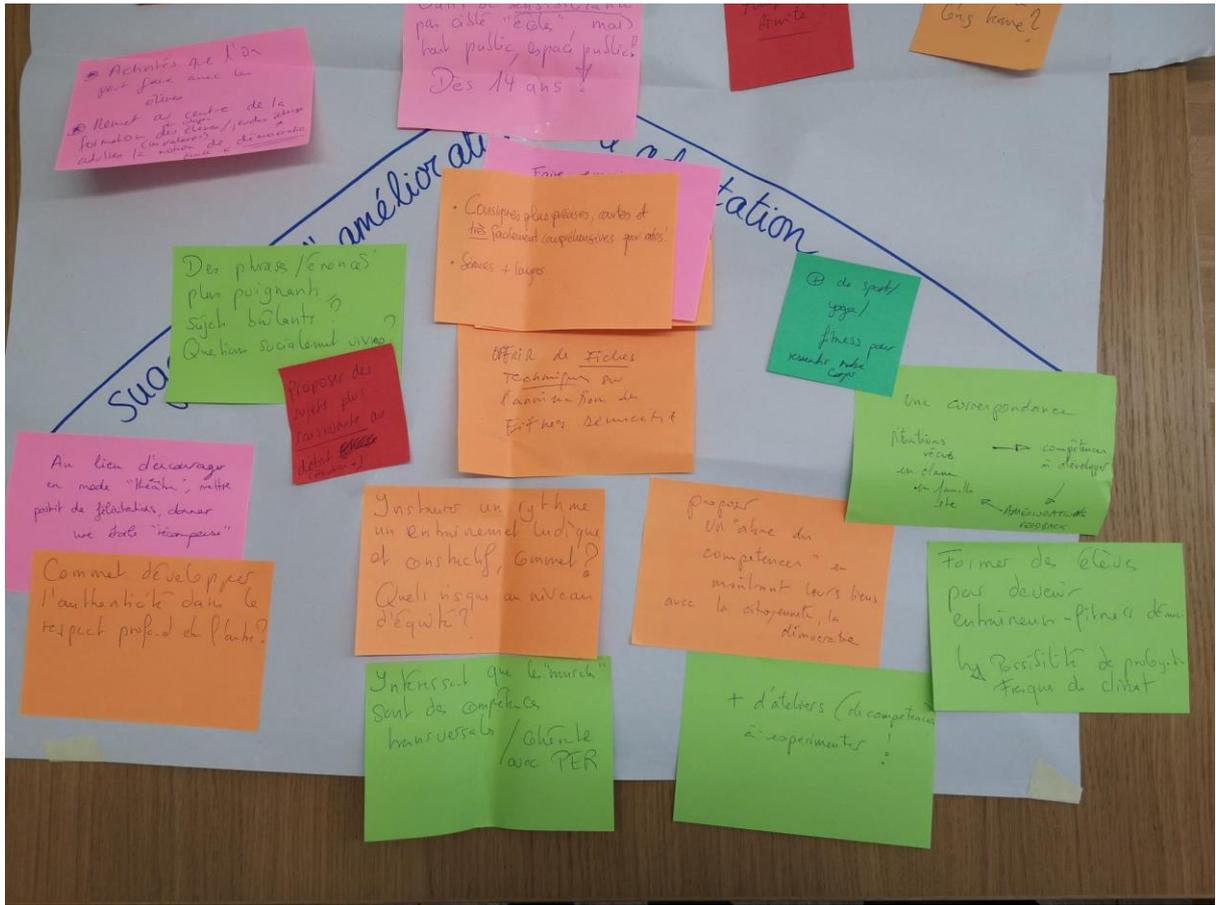
Rapide effet à long terme?

⊕
Fais bouger
Dynamisme +
Dégère de
⊕ ⊕
Interaction / dynamisme / chon / espace

Outil de sensibilisation pas ciblé "école" mais tout public, espace public!
Des 14 ans!

Consignes plus précises, courtes et très facilement compréhensives par tous!

...or ali ... tation



Fitness-Démocratie

Points forts 😊

Points faibles 😞

La structure
- l'attention
- l'écoute
- l'écoute active
- l'écoute

de sentir son
dors son corps
sa position et y travailler plus

de ne pas sentir
accablée et à
l'aise

de questionner sur ce qui
peut du coup pour nous
ce qui nous est
nécessaire d'argumenter

de respecter les
suppléments au corps
l'importance d'encourager
l'opinion de la diversité
de l'avis des élèves de
vue

Ne pas parvenir
répondre directement
aux arguments.

de créer un dialogue
du conflit et de
pas l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de terminer par
un moment de
célébration

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

Suggestions d'amélioration ou d'adaptation

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

un moment de discussion sur
ce que représentent pour le groupe
les notions : muscles travaillés
(désaccord - courage)

+ Mettre en lignes vos exercices
pour qu'on puisse les glisser
à nos élèves.
+ Et d'offrir une liste de appels à
débattre

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

de créer un dialogue
de respecter son élève
de ne pas sentir de
de l'attention sur ce
l'attention de l'élève
mon "amusez de
démocratie"

FIL

Points forts ☺

format court,
jeu,
actif physiquement

⊕ Je sentir soutenu
dans son coté, son projet...
sa fonction, on y croit plus

- La structure ①
- L'obligation à
l'écoute.

J'ai aimé la structure
②

Trouver une
écoute active
soutenante

Je me suis sentie
accueillie et à
l'aise

• Se questionner sur ce qui
fait du sens pour nous,
ce par quoi il est
nécessaire d'argumenter

• Ramener les ~~ex~~
expériences au corps

• L'importance d'encourager
l'opinion, de la diversité,

Discussion

...ratie

Ne pas pouvoir
répondre directement
aux arguments.

⊖ créer artificiellement
du conflit, ne m'a
pas tellement mis en
situation de "muscle"
mon "muscle" de
désaccord

Points faibles



ne pas terminer par
un moment de
célébration

Courage : Courage de
garder son idée, se
batte par son sort de
vie malgré non pas des
encouragements, mais des
personnes opposées

Courage
Encouragement individuel
peut sembler artificiel et
apparaître comme une
mesure qui ridiculise la
cause défendue / les actions
mêmes

n ou d'

Suggestions d'amélioration ou d'adaptation

Courage

- préciser par les exemples aux quels est possible
être ~~personnel~~ et ~~partager~~ avec les autres
(peut-être)

Un moment de discussion sur
ce que représentent pour le groupe
les notions - muscles travaillés
(désaccord - courage)

+ Mettre en lignes vos exercices
pour qu'on puisse les glisser
à nos élèves.

+ Etoffer une liste de sujets à
débatte.

- Outils pour notre activité quotidienne
- Comment y décliner dans les classes?
- Comment enseigner son désaccord sans
décrédibiliser votre rôle?

Désaccord:

Toujours à la question de comment exprimer
son désaccord (pas toutes les formes favorisant
la détente)

à partir de cette

jamais d'attaquer
personne

Commencer par
un moment de
chorégraphie
démocratique

Courage

→  ... laisser la position
évoluer
⇒ phase d'intégration

Un exercice qui montre pourquoi
c'est intéressant de vivre ensemble
H en n'étant pas d'accord
à l'avance

