

## Plan de formation 1<sup>er</sup> degré 2021-2022

### Éducation, Relation et Accompagnement

# Semer les graines de l'intelligence émotionnelle en cycle 1

Dates :  
12/01/2022, 02/02/2022  
et 23/03/2022

Nombre d'heures :  
12 heures

Lieu :  
IFP Arras / Distanciel

Coût :  
Forfaitaire

Nombre de places :  
25 places

“ Cette formation permet de s'outiller pour accompagner les jeunes élèves dans le développement de leur intelligence émotionnelle pour mieux apprendre et vivre ensemble, dans le respect de chacun. ”

## 🎯 Objectifs :

- Connaître et comprendre les mécanismes biologiques des émotions
- Tester et expérimenter des outils et des supports pour mieux investir ces notions sur le terrain d'exercice

## 🧩 Contenu :

### Journée 1 : 3 heures en classe virtuelle - Comprendre les émotions et l'intelligence émotionnelle

- Les mécanismes neurobiologiques des émotions
- Le concept de l'intelligence émotionnelle
- Recensement des outils déjà proposés en classe et proposition de partage

### Journée 2 : 6 heures en présentiel - Place aux outils, techniques, propositions et supports

- Gérer les crises : apports et pratiques préconisées autour de la gestion de crises en classe
- Respirer pour se calmer : apprendre des techniques de respiration et de relaxation dynamique
- Découverte d'albums et de supports pour animer des temps de réflexion : ateliers et mises en situation
- Mise en projet et présentation de la fiche synthèse qui sera à envoyer avant le dernier temps de formation

### Intersession : 1 heure de travail personnel pour rédiger et déposer une fiche synthèse sur le padlet

### Journée 3 : 2 heures d'atelier en classe virtuelle pour faire le bilan des pratiques de classe

- Partage des expérimentations effectuées dans les classes au cours de l'intersession
- Mise en commun avec les coups de cœur et les questions de chaque groupe (TPS/PS, MS et GS)
- Échanges pour répondre aux questions et bilan de la formation

## 👤 Formatrice :

**Jackie SPENCER** est formée et certifiée comme coach. Elle s'appuie aussi sur sa formation en neurocognitivisme comportemental pour expliquer le mécanisme du stress et les fonctions des émotions. Son expérience en tant que formatrice auprès des enseignants du premier et second degrés lui permet de développer et de montrer des outils à destination des élèves de la maternelle au lycée.



Vous souhaitez participer à cette formation ? Inscrivez-vous vite sur [www.formiris.org](http://www.formiris.org)

Institut de Formation Pédagogique • Enseignement Catholique des Hauts-de-France •

Département Formation Continue 1<sup>er</sup> degré - 236 rue du faubourg de Roubaix - 59041 LILLE Cedex

Tel : 03 20 21 97 82 - Mail : [steixeira@ifp-hdf.fr](mailto:steixeira@ifp-hdf.fr) - Responsable de formation : Maud AGASSE