



---

# **Programme Soft Skills**

## **Formation Enseignants**

**Support de Formation Complet**

---

Groupe Scolaire Sanaa

Public cible : Enseignants du primaire (6-11 ans)

Version 1.0 - Janvier 2025

**Programme Soft Skills - Grande Section Sanaa**

# Table des Matières

1.	Introduction au Programme	30 min
2.	Fondements Théoriques	1h
3.	Neurosciences du Développement Socio-Émotionnel	1h
4.	Les 4 Compétences du Programme	1h30
5.	Techniques d'Animation	1h30
6.	Gestion des Situations Difficiles	1h
7.	Évaluation Qualitative	45 min
8.	Mise en Pratique	45 min

## Annexes

- A. Ressources Complémentaires
- B. Fiches Pratiques
- C. Calendrier Type de Formation Continue
- D. Lexique

## PAGE DE COUVERTURE

+-----+	
[Illustration: Arc-en-ciel avec des	
enfants souriants main dans la main]	
MON PASSEPORT	
DES	
COMPETENCES	
[Etoiles decoratives autour du titre]	
-----	
Mon nom: _____	
Ma classe: _____	
Annee scolaire: _____	
-----	
[Ma photo ou mon dessin]	
+-----+	
+-----+	
+-----+	

- Design: Fond bleu ciel avec nuages blancs, bordure arc-en-ciel, étoiles dorées dans les coins

## PAGE DE BIENVENUE

```
+-----+
| |
| [Illustration: Mascotte souriante - |
| petit personnage avec cape de super-heros] |
| |
| BIENVENUE ! |
| |
| Felicitations ! Tu as maintenant ton propre |
| Passeport des Competences ! |
| |
| Ce passeport est special. Il va t'accompagner |
| toute l'annee pour apprendre de super pouvoirs: |
| |
| * Ecouter avec attention |
| * Gerer tes emotions |
| * Comprendre les autres |
| * Travailler en equipe |
| |
| ----- |
| |
| COMMENT UTILISER TON PASSEPORT ? |
| |
| 1. Apporte-le a chaque seance |
| 2. Colorie les etoiles quand tu progresses |
| 3. Colle tes stickers dans les cases |
| 4. Dessine et ecris ce que tu apprends |
| 5. Montre-le a tes parents ! |
| |
| [Icone: Petit sac a dos avec le passeport] |
| |
| Bonne aventure ! |
| |
+-----+
```

- Design: Fond jaune pale avec bordure verte, bulles de couleurs decoratives

## SECTION 1 : ECOUTE ACTIVE

### Page 1 - Titre

```
+-----+
| |
| [Grande icone: Oreille avec coeur] |
| |
| ECOUTE ACTIVE |
| |
| J'APPRENDS A ECOUTER |
| |
| ----- |
| |
| Ecouter, c'est : |
| |
| [Icône yeux] Regarder la personne |
| qui parle |
| |
| [Icône oreille] Ouvrir grand mes oreilles |
| |
| [Icône bouche] Attendre mon tour |
| pour parler |
| |
| [Icône coeur] Ecouter avec mon coeur |
| |
| ----- |
| |
| Quand j'écoute bien, les autres se sentent |
| importants et heureux ! |
| |
| [Illustration: Deux enfants qui discutent |
| avec des coeurs autour] |
| |
+-----+
```

- Design: Fond violet clair, oreilles décoratives dans les coins, étoiles argentées

## Page 2 - Mes Objectifs

+-----+
MES OBJECTIFS D'ECOUTE
Coche quand tu reussis !
[ ] Je regarde la personne qui parle
[ ] Je reste calme et je ne bouge pas
dans tous les sens
[ ] J'attends que l'autre ait fini
de parler
[ ] Je pose des questions pour
mieux comprendre
[ ] Je repete ce que j'ai compris
[ ] Je montre que j'ecoute
(je hoche la tete, je souris)
-----
Mon defi personnel :
_____
_____
+-----+

- Design: Fond blanc avec bordure violette, cases à cocher colorées

### Page 3 - Ma Progression

```
+-----+
| |
| MA PROGRESSION |
| EN ECOUTE ACTIVE |
| |
| Colle un sticker ou demande un tampon |
| a chaque seance ! |
| |
| +-----+ +-----+ |
| | | | | |
| | Seance 1 | | Seance 2 | |
| | | | | |
| | Date: | | Date: | |
| | _____ | | _____ | |
| +-----+ +-----+ |
| |
| +-----+ +-----+ |
| | | | | |
| | Seance 3 | | Seance 4 | |
| | | | | |
| | Date: | | Date: | |
| | _____ | | _____ | |
| +-----+ +-----+ |
| |
| -----+ |
| |
| BRAVO ! Tu as complete toutes les seances ! |
| [Etoile doree a colorier] |
| |
+-----+
```

- Design: Cases en forme d'oreilles stylisees, fond lavande, paillettes decoratives

### Page 4 - Mon Bilan Ecoute

+-----+	
CE QUE J'AI APPRIS	
SUR L'ECOUTE	
Ecris ou dessine ce que tu as appris :	
+-----+	
+-----+	
-----	
MON MOMENT PREFERE	
Dessine ou ecris ton meilleur souvenir :	
+-----+	
+-----+	
Je me donne : [*] [*] [*] [*] [*] etoiles	
+-----+	

- Design: Cadres decorees avec des notes de musique et des oreilles, fond mauve doux

## SECTION 2 : GESTION DES EMOTIONS

### Page 1 - Titre

```
+-----+
| |
| [Grande icone: Coeur avec visage souriant] |
| |
| GESTION DES EMOTIONS |
| |
| J'APPRENDS A GERER MES EMOTIONS |
| |
| ----- |
| |
| Les emotions, c'est comme la meteo : |
| parfois il fait soleil, parfois il pleut, |
| et c'est normal ! |
| |
| [Soleil] Je suis content(e) |
| [Nuage] Je suis triste |
| [Eclair] Je suis en colere |
| [Flocon] J'ai peur |
| [Arc-en-ciel] Je suis surpris(e) |
| |
| ----- |
| |
| Toutes les emotions sont permises ! |
| Mais je peux apprendre a les apprivoiser. |
| |
| [Illustration: Enfant qui enlace |
| un nuage-emotion] |
| |
+-----+
```

- Design: Fond orange clair avec degrade vers le jaune, coeurs multicolores

## Page 2 - La Roue des Emotions

+-----+
MA ROUE DES EMOTIONS
Colorie la partie qui montre comment
tu te sens aujourd'hui !
JOYEUX
(jaune soleil)
/\
/ \
FIER / \ CALME
(rose) / \ (bleu ciel)
/ ME \
VOICI
\ /
EN \ / TRISTE
COLERE \ / (bleu fonce)
(rouge) \ /
\ /
EFFRAYE
(violet)
-----
Aujourd'hui, je me sens : _____
Parce que : _____
_____
+-----+

- Design: Roue en forme de fleur avec pétales de couleurs différentes, fond crème

### Page 3 - Mes Stratégies

+-----+	
MES STRATEGIES PREFEREES	
POUR ME CALMER	
Coche celles que tu aimes utiliser :	
[ ] Respirer profondement	
[Icone: Poumons avec air]	
[ ] Compter jusqu'a 10	
[Icone: Chiffres 1-10]	
[ ] Aller dans mon coin calme	
[Icone: Tente douillette]	
[ ] Dessiner mes emotions	
[Icone: Crayons de couleur]	
[ ] Parler a un adulte	
[Icone: Deux personnes qui parlent]	
[ ] Faire un calin a ma peluche	
[Icone: Ourson]	
[ ] Bouger (sauter, danser, courir)	
[Icone: Enfant qui saute]	
Ma strategie secrete :	
_____	
+-----+	

- Design: Fond vert menthe, icônes dans des bulles de couleurs pastel

### Page 4 - Ma Progression Emotions

<p>+-----+         MA PROGRESSION      EN GESTION DES EMOTIONS           +-----+ +-----+                   Seance 1     Seance 2          [coeur]     [coeur]          Date:     Date:          _____     _____        +-----+ +-----+           +-----+ +-----+                   Seance 3     Seance 4          [coeur]     [coeur]          Date:     Date:          _____     _____        +-----+ +-----+           -----+-----+           CE QUE J'AI APPRIS :      _____      _____      _____           MON MOMENT PREFERE :      _____      _____         +-----+</p>	
--	--

- Design: Cases en forme de coeurs, fond peche, etoiles et coeurs decoratifs

### SECTION 3 : EMPATHIE

**Page 1 - Titre**

```
+-----+
| |
| [Grande icone: Deux coeurs enlaces] |
| |
| EMPATHIE |
| |
| J'APPRENDS A COMPRENDRE LES AUTRES |
| |
| ----- | |
| |
| L'empathie, c'est comme avoir |
| des lunettes magiques qui permettent |
| de voir ce que les autres ressentent ! |
| |
| [Illustration: Lunettes en forme de coeur] |
| |
| Quand je comprends ce que |
| mon ami(e) ressent : |
| |
| * Je peux l'aider |
| * Je peux le/la consoler |
| * Je peux partager sa joie |
| * Je deviens un(e) super ami(e) ! |
| |
| [Illustration: Deux enfants qui se font |
| un calin avec des coeurs autour] |
| |
+-----+
```

- Design: Fond rose pale avec coeurs de toutes les couleurs, bordure dorée

## Page 2 - Je Reconnais les Emotions

```
+-----+
| |
| JE RECONNAIS LES EMOTIONS |
| DES AUTRES |
| |
| Relie chaque visage a l'emotion : |
| |
| : ) * * Triste |
| |
| :( * * Content |
| |
| >:( * * Surpris |
| |
| :o * * En colere |
| |
| :'( * * Effraye |
| |
| ----- |
| |
| Comment je sais quand quelqu'un est triste ? |
| |
| [ ] Il/Elle pleure |
| [ ] Il/Elle a la tete baissee |
| [ ] Il/Elle ne parle pas |
| [ ] Il/Elle est seul(e) |
| |
| Que puis-je faire pour l'aider ? |
| _____ |
| |
+-----+
```

- Design: Visages expressifs en couleurs vives, fond turquoise clair

### Page 3 - Mes Actes de Gentillesse

+-----+
MES ACTES DE GENTILLESSE
Chaque fois que tu fais quelque chose
de gentil, colorie un coeur !
[Coeur] [Coeur] [Coeur] [Coeur] [Coeur]
[Coeur] [Coeur] [Coeur] [Coeur] [Coeur]
-----
Mes actes de gentillesse :
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
-----
Ce que j'ai ressenti apres :
_____
+-----+

- Design: Coeurs en forme de fleurs à colorier, fond rose bonbon

## Page 4 - Ma Progression Empathie

+-----+	
MA PROGRESSION	
EN EMPATHIE	
+-----+ +-----+	
Seance 1     Seance 2	
[2coeurs]     [2coeurs]	
Date:     Date:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
+-----+ +-----+	
Seance 3     Seance 4	
[2coeurs]     [2coeurs]	
Date:     Date:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
CE QUE J'AI APPRIS :	
_____	
_____	
MON MOMENT PREFERE :	
+-----+	
[Zone de dessin]	
+-----+	
+-----+	

- Design: Cases avec coeurs doubles, fond lilas, paillettes roses

## SECTION 4 : COOPERATION

### Page 1 - Titre

```
+-----+
| |
| [Grande icone: Mains qui se tiennent |
| en cercle] |
| |
| COOPERATION |
| |
| J'APPRENDS A TRAVAILLER |
| AVEC LES AUTRES |
| |
| ----- |
| |
| La cooperation, c'est comme |
| construire un puzzle ensemble : |
| chacun a une piece importante ! |
| |
| [Illustration: Puzzle avec des pieces |
| de differentes couleurs] |
| |
| Quand je coopere : |
| |
| * Je partage mes idees |
| * J'ecoute les idees des autres |
| * J'aide mes camarades |
| * Je fais ma part du travail |
| * On reussit ensemble ! |
| |
| [Illustration: Groupe d'enfants qui |
| levent les mains en l'air, victorieux] |
| |
+-----+
```

- Design: Fond vert pomme, mains colorees en bordure, confettis

## Page 2 - Les Regles de l'Equipe

```
+-----+
| |
| LES REGLES DE NOTRE EQUIPE |
| |
| Pour bien travailler ensemble : |
| |
| [1] PARTAGER |
| Je partage le materiel et mes idees |
| [Icone: Mains qui echangent] |
| |
| [2] ECOUTER |
| J'ecoute quand les autres parlent |
| [Icone: Oreille attentive] |
| |
| [3] ENCOURAGER |
| Je dis des mots gentils a mes amis |
| [Icone: Pouce leve] |
| |
| [4] AIDER |
| J'aide ceux qui ont besoin |
| [Icone: Main qui aide] |
| |
| [5] RESPECTER |
| Je respecte les differences |
| [Icone: Coeur avec etoile] |
| |
| Ma regle preferee : _____ |
| |
+-----+
```

- Design: Numeros dans des cercles de couleurs vives, fond jaune soleil

### Page 3 - Mes Coequipiers

+-----+	
MES COEQUIPIERS PREFERES	
Dessine ou ecris le nom de tes coequipiers	
et un mot gentil pour chacun :	
+-----+ +-----+	
Nom:     Nom:	
_____     _____	
Un mot gentil:     Un mot gentil:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
+-----+ +-----+	
Nom:     Nom:	
_____     _____	
Un mot gentil:     Un mot gentil:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
-----+	
Ce que j'aime faire en equipe :	
_____	
+-----+	

- Design: Cadres en forme de badges d'équipe, fond bleu ciel avec nuages

### Page 4 - Ma Progression Cooperation

+-----+	
MA PROGRESSION	
EN COOPERATION	
+-----+ +-----+	
Seance 1     Seance 2	
[mains]     [mains]	
Date:     Date:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
+-----+ +-----+	
Seance 3     Seance 4	
[mains]     [mains]	
Date:     Date:	
_____     _____	
+-----+ +-----+	
CE QUE J'AI APPRIS :	
_____	
_____	
MON MEILLEUR TRAVAIL D'EQUIPE :	
+-----+	
[Zone de dessin]	
+-----+	
+-----+	

- Design: Cases avec icônes de mains unies, fond vert menthe, étoiles dorées

## PAGES FINALES

### Mon Bilan de l'Année

+-----+
[Trophee dore avec etoiles]
MON BILAN DE L'ANNEE
-----
Cette annee, j'ai appris a :
[Etoile] Ecoute Active
Je sais : _____
[Etoile] Gestion des Emotions
Je sais : _____
[Etoile] Empathie
Je sais : _____
[Etoile] Cooperation
Je sais : _____
-----
Ma competence preferee :
_____
Ce qui m'a le plus aide :
_____
+-----+

- Design: Fond dore avec paillettes, trophées et médailles en bordure

## Ce Dont Je Suis Fier(e)

[Grande etoile brillante]
CE DONT JE SUIS FIER(E)
Dessine ou ecris ce dont tu es le/la plus fier(e) cette annee :
Mon message pour l'annee prochaine :
_____
_____
_____

- Design: Cadre orne d'étoiles et de confettis, fond arc-en-ciel pastel

## Page des Signatures

```
+-----+
| |
| [Couronne de laurier doree] |
| |
| FELICITATIONS ! |
| |
| Tu as complete ton Passeport des Competences ! |
| |
| ----- |
| |
| SIGNATURES |
| |
| L'eleve : |
| |
| Signature : _____ |
| Date : _____ |
| |
| ----- |
| |
| L'enseignant(e) : |
| |
| Signature : _____ |
| Date : _____ |
| Message : _____ |
| _____ |
| |
| ----- |
| |
| Les parents : |
| |
| Signature : _____ |
| Date : _____ |
| Message : _____ |
| _____ |
| |
| [Tampon officiel : BRAVO !] |
| |
+-----+
```

- Design: Fond parchemin elegant, bordure doree avec lauriers, ruban rouge en coin

## NOTES DE CONCEPTION

### Palette de Couleurs

Section	Couleur principale	Couleur secondaire
Couverture	Bleu ciel	Arc-en-ciel
Ecoute Active	Violet/Lavande	Argente
Emotions	Orange/Peché	Jaune
Empathie	Rose/Lilas	Dore
Coopération	Vert pomme	Bleu ciel
Pages finales	Dore	Arc-en-ciel

## Elements Visuels Recommandés

- **Icônes** : Style rond et amical, traits épais
- **Police** : Arrondies et lisibles (type Comic Sans ou similaire)
- **Illustrations** : Enfants diversifiés, expressions faciales claires
- **Decorations** : Etoiles, coeurs, confettis, paillettes

## Format d'Impression

- **Taille** : A5 (demi-feuille A4) pour faciliter la manipulation
- **Reliure** : Spirale ou agrafe centrale
- **Papier** : Papier épais (120g minimum) pour supporter les tampons et stickers
- **Pages** : 24 pages au total

## Accessoires Suggérés

- Stickers de progression (oreilles, coeurs, mains, étoiles)
- Tampons encourageants (BRAVO, SUPER, GENIAL)
- Autocollants emoji émotions
- Mini-certificats à coller
  
- Ce passeport appartient à un(e) super élève qui apprend à devenir la meilleure version de lui/elle-même !\*