

Pour favoriser un sentiment de sécurité, les éducateurs et éducatrices peuvent :

- Se concentrer sur la joie qui provient de l'acte de bouger, plutôt que la conformité aux directives
- Prévoir et maintenir une routine
- Faire la promotion de la conscience de soi par l'entremise de schémas des sentiments
- Prévoir des exercices de réflexion ou de respiration pour favoriser la conscience de soi et la maîtrise des émotions
- Encourager les élèves à poser des questions et à défendre leurs intérêts
- Respecter les réalités culturelles; encourager la fierté culturelle et personnelle, et incorporer les connaissances culturelles dans l'enseignement et l'apprentissage

Pour favoriser un sentiment d'appartenance, les éducateurs et éducatrices peuvent :

- Mettre un plus grand accent sur l'expression et l'agence des élèves
- Prendre le temps de s'informer sur les intérêts parascolaires des élèves
- Saluer les élèves par leur nom et créer des gestes ou des signes relationnels, comme par exemple un « tope là » virtuel
- Favoriser un sentiment d'appartenance en encourageant des cercles de conversation, des séances Montrer et Raconter/Heure du conte en ligne
- Cultiver un sens de responsabilité en attribuant des rôles de leadership aux membres de la classe

Pour favoriser un sentiment d'espoir, les éducateurs et éducatrices peuvent :

- Encourager les élèves à prendre l'air et à bouger à chaque fois que l'occasion se présente
- Mettre l'accent sur les talents et les points forts de chaque élève
- Offrir des rétroactions positives à tous les élèves, d'une manière équitable
- Encourager les élèves à discuter des sujets qui les réjouissent
- Encourager la participation active aux communautés scolaires et culturelles
- Prendre le temps d'exprimer la gratitude et célébrer le succès

Pour favoriser un sentiment de maîtrise, les éducateurs et éducatrices peuvent :

- Encourager les élèves à prendre en charge leur propre parcours d'apprentissage du savoir-faire physique
- Offrir aux élèves l'occasion de partager ce qu'ils ont appris, ou l'occasion d'enseigner quelque chose à leurs camarades de classe
- Utiliser des approches pédagogiques fondées sur les données scientifiques, incluant les [Pratiques fondées sur les modèles](#) et les [habiletés motrices fondamentales](#)
- Mettre en valeur la contribution de chaque élève au processus d'apprentissage
- Encourager l'apprentissage social-émotionnel

*Pour de plus amples détails sur les approches pédagogiques axées sur le traumatisme, veuillez visiter le site web d'EPS Canada [Enseignez la résilience](#).