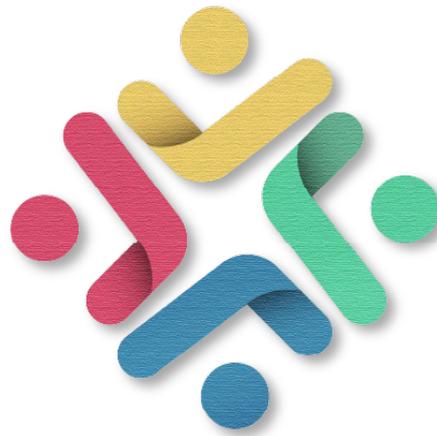




Cofinancé par
l'Union européenne

WELLHOODY - GUIDE DE L'ANIMATEUR POUR LES EDUCATEURS DE JEUNESSE



Wellhooody

Wellbeing in Diverse Youth Communities

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.

2021-2-SE02-KA220-YOU-000049948

Créé par OUTSIDE MEDIA & KNOWLEDGE, ALLEMAGNE

Contenu

Introduction au projet Wellhoody et à ses objectifs éducatifs.....	2
La mission du projet Wellhoody	2
Le rôle de l'éducation dans le bien-être et la diversité	2
Caractéristiques des jeunes apprenants adultes.....	3
Créer un environnement d'apprentissage inclusif.....	3
Stratégies pédagogiques pour l'éducation au bien-être et à la diversité.....	4
Apprentissage actif	4
Apprentissage collaboratif	4
Apprentissage numérique et technologies éducatives	4
Apprentissage par l'expérience	4
Développement du curriculum pour l'éducation au bien-être et à la diversité.....	4
Sélection de sujets pertinents	4
Adaptabilité et retour d'information	4
Techniques de facilitation pour un apprentissage efficace.....	6
Créer un environnement d'apprentissage engageant	6
Gestion de la dynamique de groupe	6
Évaluer les résultats de l'apprentissage	6
Méthodes pédagogiques.....	6
Feuille de travail 1 : Avant l'expérience d'apprentissage.....	9
Titre : "Se préparer pour Wellhoody Wellness"	9
Feuille de travail 2 : Pendant l'expérience d'apprentissage.....	10
Titre : "L'engagement actif dans le bien-être de Wellhoody"	10
Feuille de travail 3 : Après l'expérience d'apprentissage.....	11
Titre : "Réflexion sur le bien-être de Wellhoody"	11
Conclusion.....	12

Guide pédagogique pour le bien-être par l'éducation à la diversité dans le projet Wellhoody

Introduction au projet Wellhoody et à ses objectifs éducatifs

La mission du projet Wellhoody

Le projet Wellhoody vise à promouvoir le bien-être et des modes de vie sains au sein des communautés, en mettant l'accent sur les jeunes. Notre mission est de donner aux jeunes les connaissances et les compétences nécessaires pour mener une vie plus saine, tout en célébrant la diversité. Par le biais de l'engagement communautaire et de l'éducation, nous visons à créer une culture du bien-être qui soit accessible et inclusive.

Le rôle de l'éducation dans le bien-être et la diversité

L'éducation joue un rôle essentiel dans la réalisation des objectifs du projet Wellhoody. En proposant une éducation au bien-être adaptée, nous donnons aux jeunes adultes les moyens de faire des choix éclairés en matière de santé et nous favorisons la compréhension et l'appréciation de la diversité. Ce guide est conçu pour aider les éducateurs à dispenser une éducation au bien-être efficace et à promouvoir la diversité parmi les jeunes apprenants.



Comprendre les apprenants jeunes adultes dans le contexte de l'éducation au bien-être et à la diversité

Caractéristiques des apprenants jeunes adultes

Les jeunes apprenants adultes constituent un groupe diversifié, chacun ayant des expériences, des besoins et des préférences qui lui sont propres. Il est essentiel de reconnaître que les jeunes apprenants sont curieux, qu'ils maîtrisent la technologie et qu'ils apportent leurs points de vue sur la diversité à l'environnement d'apprentissage. Les éducateurs doivent reconnaître leurs antécédents et adapter leurs méthodes d'enseignement pour les faire participer efficacement.

Créer un environnement d'apprentissage inclusif

Pour favoriser des expériences d'apprentissage enrichissantes, il est essentiel de créer un environnement inclusif et favorable. Les jeunes apprenants s'épanouissent lorsqu'ils se sentent respectés, valorisés et écoutés. Créez un espace sûr qui encourage la participation active et le développement personnel. Reconnaissez que les jeunes apprenants peuvent être plus ou moins exposés à la diversité et offrez-leur des possibilités de discussion et d'exploration.

Participation et inclusion

La participation et l'inclusion de tous est une valeur fondamentale de WELLHOODY.

Il peut être soutenu de plusieurs manières, notamment par :

- ✓ examiner à l'avance tout problème de participation potentiel, par exemple en ce qui concerne le sexe, la langue ou les participants issus d'un groupe minoritaire
- ✓ discuter et convenir du principe le premier jour, et de la manière dont chacun se soutiendra mutuellement pour participer pleinement. Il faut également réfléchir ensemble aux obstacles et à la manière de les surmonter.
- ✓ réfléchir à la manière dont l'environnement, la disposition de la salle, les outils en ligne, le matériel, les activités et la langue utilisée peuvent ou non favoriser la participation
- ✓ en observant les niveaux de participation de chacun et en modélisant un comportement inclusif.

Stratégies pédagogiques pour l'éducation au bien-être et à la diversité

Apprentissage actif

Impliquer les jeunes apprenants par le biais d'une participation active. Incorporez des exercices pratiques, des ateliers et des activités liés aux thèmes du bien-être et de la diversité.

L'apprentissage actif favorise une compréhension et une application plus approfondies des concepts de santé et une appréciation de la diversité.

Apprentissage collaboratif

Favoriser un sentiment d'appartenance à la communauté en encourageant les activités et les projets de groupe. Le soutien par les pairs est essentiel pour maintenir les pratiques de bien-être et promouvoir la sensibilisation à la diversité. Les discussions de groupe et les projets collaboratifs aident les jeunes apprenants à entrer en contact les uns avec les autres et à partager leurs expériences.

Apprentissage numérique et technologies éducatives

Exploiter les outils numériques et les technologies éducatives pour offrir des options d'apprentissage accessibles et flexibles. Utilisez des plateformes telles que les systèmes de gestion de l'apprentissage (LMS), les conférences en ligne, les podcasts et les médias sociaux pour améliorer l'engagement, l'accessibilité et l'inclusion dans l'éducation au bien-être et à la diversité.

Apprentissage par l'expérience

Utiliser les expériences du monde réel et les possibilités d'engagement communautaire pour approfondir la compréhension et l'application des concepts de bien-être et de diversité. Les sorties sur le terrain, les échanges culturels et les projets de bénévolat peuvent fournir une exposition pratique à la diversité et promouvoir un sentiment de citoyenneté mondiale.

Développement de programmes pour l'éducation au bien-être et à la diversité

Sélection de sujets pertinents

Concevoir un programme qui aborde des sujets pertinents pour le bien-être de la communauté, tels que la nutrition, l'activité physique, la santé mentale et les soins de santé préventifs.

Incorporer des modules qui explorent la diversité, l'inclusion et la compétence culturelle. Adapter le programme aux besoins et intérêts spécifiques des jeunes apprenants.

Adaptabilité et retour d'information

Élaborer un programme flexible qui puisse s'adapter à l'évolution des besoins des jeunes apprenants et à la nature dynamique de la diversité. Mettre en place des mécanismes de retour d'information pour recueillir les commentaires des participants, ce qui vous permettra d'affiner et d'améliorer en permanence les offres éducatives.



Techniques de facilitation pour un apprentissage efficace

Créer un environnement d'apprentissage engageant

Une animation efficace est essentielle à la réussite des programmes d'éducation au bien-être et à la diversité. Utilisez des techniques pour créer un environnement d'apprentissage engageant et positif. Encouragez le dialogue ouvert, la participation active et la pensée critique.

Gestion de la dynamique de groupe

Soyez attentif à la dynamique de groupe au sein de votre classe. Abordez les conflits, encouragez le travail d'équipe et veillez à ce que chaque voix soit entendue. Créez une atmosphère de soutien dans laquelle les jeunes apprenants se sentent à l'aise pour partager leurs pensées et leurs expériences liées au bien-être et à la diversité.

Évaluation des résultats de l'apprentissage

Évaluez régulièrement les résultats de l'apprentissage pour mesurer l'efficacité de vos méthodes d'enseignement. Utilisez des questionnaires, des enquêtes et des outils d'auto-évaluation pour mesurer la compréhension qu'ont les participants des concepts de bien-être et de diversité. Encouragez les jeunes apprenants à réfléchir à leur développement personnel dans ces domaines.

Méthodes pédagogiques

Avant l'expérience d'apprentissage de Wellhoody

Avant l'expérience d'apprentissage dans les sessions de Wellhoody, nous pouvons employer diverses stratégies engageantes pour activer les connaissances préalables des jeunes apprenants et les préparer au contenu à venir :

Le carrousel de la pensée : En petits groupes, les participants se déplacent dans la salle et s'arrêtent à des "stations" désignées pour de brèves périodes (généralement 1 à 2 minutes). À chaque station, ils puisent dans leurs connaissances d'un sujet ou d'un concept et partagent leurs idées avec les autres membres du groupe. Chaque groupe enregistre ses idées à chaque station, ce qui permet à tous les participants de lire et de bénéficier de l'échange de connaissances collectives.

Prétest sur la confiance : Pour évaluer et activer les connaissances préalables des participants, envisagez d'administrer un pré-test axé sur le contenu à venir. Ce pré-test peut comprendre une ou deux questions de compréhension ou une série de questions à choix multiples. Il est important que les participants fassent le test sans aucune préparation préalable, afin de les encourager à s'impliquer dans la matière dès le début.

Cartographie conceptuelle : Encouragez les participants à créer des cartes conceptuelles visuelles ou des schémas en rapport avec le sujet à venir. La cartographie conceptuelle les aide à

organiser leurs pensées, à établir des liens entre les idées et à identifier les concepts clés. Cette activité favorise une meilleure compréhension du sujet et constitue une aide visuelle précieuse tout au long de l'expérience d'apprentissage.

Écriture libre ciblée : Faites participer les participants à des exercices d'écriture libre ciblés dans lesquels ils écrivent sur un sujet spécifique ou une question donnée. Cette technique les encourage à coucher leurs pensées sur le papier sans trop réfléchir et constitue un outil puissant pour la génération d'idées et l'exploration d'attitudes. C'est un moyen idéal d'"échauffer" les participants en les faisant réfléchir à leurs connaissances, croyances et sentiments sur un nouveau sujet.

Pendant les sessions d'apprentissage Wellhoody

Diverses stratégies interactives peuvent être employées pour maintenir l'intérêt des jeunes participants et les encourager à s'impliquer activement dans le processus d'apprentissage :

Questions et réponses : Les questions sont un outil puissant pour transmettre le contenu du cours aux participants. Dans les sessions Wellhoody, les questions peuvent prendre différentes formes, telles que des questions ouvertes ou des questions à choix multiples, et peuvent être faciles ou complexes. Les participants peuvent y répondre de diverses manières, en levant la main, en se portant volontaires pour répondre ou en utilisant des notes autocollantes. Cette approche garantit que l'expérience d'apprentissage reste dynamique et répond aux différents styles d'apprentissage.

Réfléchir-Paire-Partager : Cette méthode favorise l'apprentissage collaboratif et un engagement plus profond des participants. Elle commence par une réflexion individuelle sur une question ("réfléchir"). Ensuite, ils se mettent par deux avec un autre participant pour discuter de leurs idées ("paire"). Enfin, les paires partagent leurs idées avec l'ensemble de la classe. Réfléchir-Paire-Partager est particulièrement efficace pour les questions qui encouragent la pensée critique, la résolution de problèmes et l'analyse en profondeur. Les discussions de groupe aident les participants à articuler leurs processus de pensée et à renforcer le sentiment d'appartenance à une communauté.

Groupes de discussion : Dans les sessions Wellhoody, les groupes de discussion peuvent être utilisés pour faciliter des discussions intenses au sein de petits groupes ou de paires. Par exemple, avant de demander une réponse individuelle à une question difficile, les participants disposent de 5 minutes pour discuter de leurs réponses avec leurs voisins. Cette approche encourage l'interaction entre pairs et la résolution collaborative de problèmes, améliorant ainsi l'expérience d'apprentissage globale.

Segmentation des groupes : Lorsqu'il s'agit de grands groupes, il est utile de diviser les participants en petits groupes pendant le cours. Par exemple, si vous présentez une vidéo, vous pouvez répartir les participants sur les côtés droit, central et gauche de la salle, chaque groupe se concentrant sur un aspect ou une question différents liés au contenu de la vidéo. Cette approche

garantit une discussion plus approfondie, car les participants se concentrent sur des questions spécifiques, tout en abordant tous les aspects pertinents du matériel.

Ces stratégies interactives sont bien adaptées aux sessions Wellhoody, car elles favorisent la participation active, la réflexion critique et l'apprentissage collaboratif chez les jeunes qui s'intéressent au bien-être et à la diversité. Elles contribuent à créer un environnement d'apprentissage dynamique et inclusif qui encourage un engagement significatif envers le contenu du cours.

Après l'expérience d'apprentissage

Après l'expérience d'apprentissage Wellhoody, il est essentiel d'évaluer la compréhension des participants et d'encourager la réflexion. Voici quelques activités post-apprentissage adaptées aux objectifs de Wellhoody :

Quiz sur le bien-être Wellhoody : Les participants reçoivent un quiz sur le thème de Wellhoody conçu par l'animateur pour évaluer leur compréhension du contenu du cours. Ce quiz peut comporter différents types de questions, notamment des questions à choix multiples, des questions vrai ou faux et des questions ouvertes. Il constitue un outil précieux pour évaluer la rétention et l'application des connaissances.

Testez vos connaissances : Chaque participant est chargé de créer une question test en rapport avec les thèmes abordés au cours de la session. Cette activité permet aux participants de s'engager activement dans la matière, de réfléchir de manière critique et de formuler des questions qui remettent en question la compréhension de leurs pairs. Ces questions peuvent ensuite être utilisées pour des révisions ou des discussions de groupe.

Réflexion d'une minute : Les participants sont invités à prendre 1 à 2 minutes pour répondre par écrit à une question ouverte liée au contenu de la session. Cet exercice de réflexion favorise la pensée critique et permet aux participants d'exprimer leurs idées, leurs questions ou leurs préoccupations. Les formateurs peuvent utiliser ces réponses comme un retour d'information précieux pour évaluer la compréhension des concepts du cours par les participants et pour identifier les domaines qui pourraient nécessiter une clarification ou une exploration plus poussée.

Ces activités post-apprentissage pour les sessions de Wellhoody facilitent l'évaluation des connaissances, encouragent la participation active et favorisent la réflexion chez les jeunes qui s'intéressent au bien-être et à la diversité. Elles contribuent à une expérience d'apprentissage complète et attrayante qui s'aligne sur les objectifs de Wellhoody en matière de promotion du bien-être et de la diversité pour les jeunes.



Feuilles de travail

Ces feuilles de travail sont conçues pour favoriser l'engagement et la réflexion à différents stades de l'expérience d'apprentissage Wellhoody, garantissant ainsi une approche complète et interactive de l'éducation au bien-être et à la diversité.

Feuille de travail 1 : Avant l'expérience d'apprentissage

Titre : "Se préparer pour le Wellhoody Wellness"

Instructions :

Dans la section de remue-méninges du carrousel ci-dessous, faites le tour de la salle de classe avec votre groupe, en passant 1 à 2 minutes à chaque poste.

Faites part de vos réflexions et de vos connaissances préalables sur le bien-être et la diversité.

Affichez vos idées à chaque poste pour que les autres puissent les lire.

- ✓ Station 1 : Qu'est-ce qui vous vient à l'esprit lorsque vous pensez au bien-être ?
- ✓ Station 2 : Comment le bien-être peut-il bénéficier aux individus et aux communautés ?
- ✓ Station 3 : Partagez des expériences ou des histoires liées à la diversité qui vous ont marqué.
- ✓ Station 4 : Indiquez trois choses que vous espérez apprendre ou discuter au cours de la session Wellhoody.

Feuille de travail 2 : Pendant l'expérience d'apprentissage

Titre : "Engagement actif dans le bien-être de Wellhoody

Instructions :

Pendant que vous participez à la session Wellhoody, utilisez cette feuille de travail pour noter vos pensées et vous engager activement dans l'expérience d'apprentissage.

Complétez les tâches ci-dessous pour améliorer votre compréhension.

- ✓ Tâche 1 : Notez toutes les questions qui se posent au cours de la session. Préparez-vous à en discuter plus tard.
- ✓ Tâche 2 : Faites part de vos réflexions sur les concepts les plus importants en matière de bien-être et de diversité abordés aujourd'hui.
- ✓ Tâche 3 : Collaborez avec un partenaire pour discuter des principaux points à retenir et de la manière dont ils sont liés à vos propres expériences.
- ✓ Tâche 4 : Mettez en évidence les domaines dans lesquels vous pensez qu'une exploration ou une discussion plus approfondie est nécessaire.

Fiche de travail 3 : Après l'expérience d'apprentissage

Titre : "Réflexion sur le bien-être de Wellhoody"

Instructions :

Prenez un moment pour réfléchir à ce que vous avez appris au cours de la session Wellhoody.

Complétez les tâches ci-dessous pour consolider votre compréhension et fournir un retour d'information utile.

- ✓ Tâche 1 : Répondez au questionnaire Wellhoody Wellness pour tester vos connaissances et votre compréhension du contenu de la session.
- ✓ Tâche 2 : Créez une question test en rapport avec les thèmes abordés pendant la session. Mettez vos pairs au défi en leur posant une question qui suscite la réflexion.
- ✓ Tâche 3 : Rédigez une réflexion d'une minute sur vos idées clés et sur la manière dont vous pouvez les appliquer pour promouvoir le bien-être et la diversité dans votre communauté.

Conclusion

Les éducateurs d'adultes jouent un rôle essentiel dans la réussite du projet Wellhoody en promouvant la santé et le bien-être tout en célébrant la diversité parmi les jeunes. Adoptez une approche centrée sur l'apprenant, recherchez continuellement le retour d'information et restez adaptable à l'évolution des besoins de vos apprenants.

Encourager les éducateurs à utiliser une variété de méthodes d'enseignement, y compris les outils numériques et la technologie, pour impliquer efficacement les jeunes apprenants dans l'éducation au bien-être et à la diversité. Promouvoir la collaboration entre les éducateurs afin de partager les meilleures pratiques et d'améliorer l'expérience éducative des jeunes.

Ce guide vise à donner aux éducateurs les connaissances, les stratégies et les outils nécessaires pour faire une différence significative dans la santé, la diversité et le bien-être des jeunes par le biais d'une éducation efficace, engageante et inclusive.

Suivez-nous :

www.wellhoody.eu

