**ACTIVITÉS DE RATTRAPAGE**

**Matière:** Français  **Cours :**10e **Période:** III **Année:** 2024

**SUGGESTION**

*Chaque période, le/la professeur élabore la question problématique ou situation liée avec les objectifs d’apprentissage pour aider les étudiants avec leur connaissance sûr chaque matière. Ce processus est programmé pour la semaine du 20 août à 22 août., tet du 26 août à 29 août. L’étudiant doit consulter la bibliographie et les sources données par le professeur et préparer cinq produits académiques pour cette période.*

**Question problématique.**

De quelle manière je peux faire face aux diffèrentes situations du monde qui t'entoure?

**Les objectifs d’apprentissage.**

* Identifier les émotions des personnes avec lesquelles on interagit
* Enrichir le connaissance lexical pour exprimer les sentiments.
* Faire le lien entre une situation et une émotion.

**Activités:**

* Vocabulaire concernant les emosions et les sentiments.
* Identifier les emosions positives et négatives.
* La bonheur : reconnaitre les bénéfices physiques et mentales du rire.
* La tristesse : identifier la différences entre tristesse, nostalgie, melancolie et dépresion.
* La tristesse : manifestations et comment la gérer.
* La peur : importance, manifestations et pensées qui moderent la peur.
* La colère : Caractéristiques, manifestations et comment la gérer.

**Bibliographique.**

* Cahier de Français.
* Livre Pluriel 2, unité 2.
* Rire c’est bon pour la santé <https://www.cnmsante.fr/actualites-cnm/rire-c-est-bon-pour-la-sante>
* La tristesse : <https://jeunessejecoute.ca/information/savoir-exprimer-reconnaitre-tristesse/>
* La peur : <https://www.strategiesdesantementale.com/ressources/comprendre-la-peur>
* L’anxieté et le panique : <https://jeunessejecoute.ca/information/comment-gerer-lanxiete-et-la-panique/>
* La colère : <https://jeunessejecoute.ca/information/comment-faire-face-a-la-colere/>