

## Défi de la gratitude

<b>B</b> Communiquer des idées et de l'information	<b>B3</b> Rédiger des textes continus	<b>D</b> Utiliser la technologie numérique	<b>Tâche</b> Rédiger un paragraphe pour exprimer son opinion.  Appui préparatoire à la tâche jalon 156
<b>Autonomie</b>			<b>Niveau 2</b>
<b>Savoir</b>	L'utilisateur d'un ordinateur, la définition du mot «gratitude»		
<b>Savoir-faire</b>	La rédaction d'un paragraphe, l'utilisation d'un logiciel de traitement de texte		
<b>Savoir-être</b>	Le sens de l'observation, la capacité de raisonnement		

### Activités d'apprentissage

- ▶ Demander aux personnes apprenantes de donner leur propre définition du mot «gratitude» et de donner un exemple. Les réponses vont varier. La gratitude, bien qu'elle soit une vertu morale et une qualité de cœur, est aussi un moteur de bien-être.
- ▶ Poser la question suivante aux personnes apprenantes : «Comment peux-tu démontrer aux gens dans ta vie que tu es reconnaissant de leur présence?» (dire merci, les aider, écrire une lettre; réponses variées). Après avoir terminé le défi de la gratitude de 7 jours, tel qu'expliqué dans l'article *Défi de la gratitude*, inviter les personnes apprenantes à réfléchir aux réponses. Quels sentiments ou émotions ont-elles ressentis?

Leur demander de rédiger un paragraphe pour inviter un(e) ami(e) à accomplir le défi de la gratitude. Le paragraphe doit :

- décrire le *Défi de la gratitude*;
  - compter un maximum de 200 mots;
  - avoir de 12 à 20 phrases;
  - décrire l'activité préférée de la personne apprenante dans le cadre du Défi.
- ▶ Inviter les personnes apprenantes à taper et organiser leur paragraphe dans un logiciel de traitement de texte avant de le remettre à la formatrice. Elles doivent ajouter un titre pertinent lié au sujet.

