

PLANNING DES ACTIVITÉS INTERNAT

COLLÈGE JEAN PERRIN

Septembre 2025 - Juillet 2026

Septembre - Octobre 2025

Thème : Cohésion et adaptation, apprendre à vivre ensemble

- Soirée d'intégration avec jeux de coopération
- Sortie d'intégration
- Ateliers gestion du stress et de l'autonomie
- Escape game sur les règles de l'internat et la citoyenneté
- Parrainage entre anciens et nouveaux internes

Objectifs pédagogiques :

- ❖ Favoriser la construction d'un climat de confiance et de respect entre les internes.
- ❖ Accompagner l'adaptation des élèves à leur nouvel environnement.
- ❖ Développer des compétences psychosociales : coopération, autonomie, gestion des émotions, communication.
- ❖ Promouvoir des valeurs citoyennes et solidaires dans la vie collective.

Thème semaines :

★ 15 - 18 septembre : Confiance et coopération

- Construire un climat de confiance au sein du groupe
- Encourager les interactions positives et le travail collectif.
- Identifier et valoriser les compétences sociales et relationnelles.

★ 22 - 25 septembre : écoute et respect

- Favoriser une attitude d'écoute active entre pairs.
- Sensibiliser à la notion de respect des différences et des règles de vie commune.
- Apprendre à exprimer ses besoins et ses émotions de manière adaptée.

★ 29 septembre - 2 octobre : inclusion et diversité

- Valoriser les différences comme une richesse pour le collectif.
- Sensibiliser aux stéréotypes et à la discrimination.
- Favoriser un climat d'accueil et d'inclusion pour tous.

★ 6 - 9 octobre : Règles et responsabilités

- Comprendre l'importance des règles pour vivre ensemble sereinement.
- Responsabiliser les élèves dans leur engagement au sein de l'internat.
- Donner du sens à la notion de sanctions éducatives.

★ 13 - 16 octobre : Communication bienveillante

- Apprendre à communiquer de manière constructive et non violente.
- Identifier les comportements qui favorisent ou nuisent à la relation.
- Développer l'empathie, la reformulation, et la gestion des conflits.

Dates	Jour	Activité du soir	Activité du mercredi après-midi
01/09/2025	Lundi		

02/09/2025	Mardi		
03/09/2025	Mercredi		Escape Game Collaboratif : thème "retrouver la clé de la cantine"
04/09/2025	Jeudi		
08/09/2025	Lundi		un
09/09/2025	Mardi		
10/09/2025	Mercredi		Randonnée & Pique-Nique d'Intégration
11/09/2025	Jeudi		
15/09/2025	Lundi		
16/09/2025	Mardi	Création de badges personnalisés pour leur chambre	
17/09/2025	Mercredi	Atelier théâtre d'improvisation	Jeu de piste à l'internat
18/09/2025	Jeudi		
22/09/2025	Lundi		
23/09/2025	Mardi	Projection court métrage sur le respect + débat	
24/09/2025	Mercredi	Atelier théâtre "écouter l'autre en scène"	Journée de Cohésion en Accrobranche
25/09/2025	Jeudi		
29/09/2025	Lundi		
30/09/2025	Mardi	Atelier "cultures du monde" avec une petite exposition	
01/10/2025	Mercredi	Suite de l'atelier cuisine du monde	Ateliers de Sensibilisation au Vivre-Ensemble
02/10/2025	Jeudi	Création d'un arbre de la diversité	
06/10/2025	Lundi	Atelier créatif "mes engagements pour l'année" : faire de belles affiches à mettre dans les chambres par la suite	
07/10/2025	Mardi		

08/10/2025	Mercredi	Création avec les élèves de l'affiche des règles de l'internat	Soirée Jeux de Société et Stratégie
09/10/2025	Jeudi	Débat mouvant "pourquoi les règles ?"	
13/10/2025	Lundi	Atelier d'expression : apprendre à dire ses émotions	
14/10/2025	Mardi	Jeu de rôle : "apprendre à résoudre un conflit en groupe"	
15/10/2025	Mercredi	Inventer une histoire de malentendus sous forme de BD	Olympiades de l'Internat
16/10/2025	Jeudi	Temps libre encadré	

Novembre - Décembre 2025 :

Thème : *Citoyenneté et solidarité, être un citoyen responsable*

- Organisation d'une collecte solidaire (en lien avec le CVC pour le marché de l'hiver)
- Débat sur les fake news et les médias
- Participation à la semaine européenne de réduction des déchets (en lien avec les éco délégués) DIY tri sélectif
- Soirée interculturelle avec découverte des traditions
- Soirée de l'hiver avec les familles

Objectifs pédagogiques :

- ❖ Sensibiliser les élèves à leurs droits et devoirs en tant que citoyens.
- ❖ Développer l'esprit solidaire, la tolérance et l'ouverture à l'autre.
- ❖ Encourager l'engagement collectif et individuel dans une dynamique de respect, d'entraide et de responsabilité.
- ❖ Valoriser la diversité culturelle et linguistique dans une perspective de vivre-ensemble.

Thème semaines :

★ 3 - 6 novembre : Citoyenneté et droits

- Comprendre les notions de citoyenneté et les principes fondamentaux de la République.
- Identifier ses droits et ses devoirs en tant que jeune citoyen.
- Favoriser l'expression individuelle dans le respect des règles démocratiques.

★ 10 - 13 novembre : Ecologie et engagement

- Sensibiliser à la protection de l'environnement et aux gestes écoresponsables.
- Encourager les élèves à s'engager dans des actions concrètes pour la planète.
- Comprendre le lien entre écologie et citoyenneté.

★ 17 - 20 novembre : Solidarité et altruisme

- Valoriser les comportements solidaires et l'aide mutuelle.

- Encourager les initiatives altruistes (collecte, entraide, projets humanitaires).
- Développer l'empathie et la capacité à se mettre à la place de l'autre.

★ **24 - 27 novembre : Vivre ensemble au quotidien**

- Apprendre à gérer les relations interpersonnelles dans le respect et la tolérance
- Travailler sur les notions de conflit, médiation et coopération.
- Construire un cadre collectif harmonieux et sécurisant.

★ **1 - 4 décembre : Découverte des cultures**

- Favoriser l'ouverture à la diversité des cultures présentes dans la communauté éducative.
- Lutter contre les stéréotypes et les discriminations.
- Promouvoir les échanges interculturels et le respect des différences.

★ **8 - 11 décembre : Langues et expressions culturelles**

- Découvrir la richesse des langues et modes d'expression dans le monde
- Mettre en valeur les talents et les identités culturelles des élèves.
- Encourager la créativité par la musique, la danse, la poésie, le théâtre ou les langues étrangères.

★ **15 - 18 décembre : fêtes et traditions d'hiver**

- Découvrir différentes traditions liées à l'hiver dans le monde.
Favoriser des temps conviviaux et inclusifs autour des fêtes de fin d'année.
- Renforcer le sentiment d'appartenance et de communauté au sein de l'internat.

Dates	Jour	Activité du soir	Activité du mercredi après-midi
03/11/2025	Lundi	Jeu de rôle "si j'étais maire..."	
04/11/2025	Mardi	Création d'une affiche sur les droits des enfants	
05/11/2025	Mercredi	Quizz interactif : citoyenneté et institution	
06/11/2025	Jeudi	Temps libre encadré	
10/11/2025	Lundi	Atelier "zéro déchet"	
11/11/2025	Mardi	Film "demain"	
12/11/2025	Mercredi	Débat sur le film "demain" vu la veille	Création d'un jardin aromatique dans des bacs
13/11/2025	Jeudi	Temps libre encadré	
17/11/2025	Lundi	Organisation d'une collecte (produits d'hygiène) en collaboration avec les éco-délégués	
18/11/2025	Mardi	Atelier d'écriture : messages solidaires	

19/11/2025	Mercredi	Temps libre encadré	
20/11/2025	Jeudi	Préparation de colis solidaires	
24/11/2025	Lundi	Création d'un code de bienveillance pour l'internat	
25/11/2025	Mardi	Temps libre encadré	
26/11/2025	Mercredi	Soirée de partage : musique + dégustation	Atelier cuisine : préparation d'un apéro dinatoire
27/11/2025	Jeudi		
01/12/2025	Lundi	Présentation par les élèves des différentes traditions dans le monde	
02/12/2025	Mardi	Temps libre encadré	
03/12/2025	Mercredi	Dégustation	Atelier cuisine du monde : Afrique
04/12/2025	Jeudi	Atelier drapeaux et carte du monde	
08/12/2025	Lundi	Atelier décoration de l'internat	
09/12/2025	Mardi	Initiation aux autres langues	
10/12/2025	Mercredi	Atelier musique du monde (écoute + percussion) - voir avec Mr Druille	
11/12/2025	Jeudi	Création d'une playlist multiculturelle	
15/12/2025	Lundi	Soirée jeu sur les traditions de fin d'année	
16/12/2025	Mardi	Temps libre encadré	
17/12/2025	Mercredi	Dégustation	Atelier sablés et boissons d'hiver
18/12/2025	Jeudi	Film de Noël	

Janvier - Février 2026 :

Thème : *Sciences et bien-être, comprendre son corps et son environnement*

- Conférence et atelier sur le sommeil et la nutrition
- Expériences scientifiques ludiques : chimie, astronomie
- Tournoi d'échecs et jeux de réflexion
- Initiation au Yoga et à la relaxation

Objectifs pédagogiques :

- ❖ Sensibiliser les élèves à l'importance de prendre soin de leur corps et de leur santé mentale.
- ❖ Encourager des habitudes de vie saines et équilibrées.
- ❖ Développer l'estime de soi, la confiance, et l'expression de soi à travers les arts.
- ❖ Favoriser la connaissance de soi et la valorisation des talents personnels.

Thème semaines :

★ 5 - 8 janvier : Reprise en douceur et hygiène de vie

- Faciliter la transition après les vacances par une reprise progressive.
- Sensibiliser aux règles d'hygiène corporelle, mentale et quotidienne.
- Encourager une routine saine et bienveillante envers soi-même.

★ 12 - 15 janvier : Alimentation et sommeil

- Comprendre le rôle de l'alimentation et du sommeil dans la santé globale.
- Identifier les habitudes favorables à une bonne hygiène de vie.
- Savoir faire des choix alimentaires équilibrés et respecter son rythme biologique.

★ 19 - 22 janvier : Gestion du stress

- Apprendre à reconnaître les signes de stress et leurs impacts.
- Découvrir des outils concrets pour mieux gérer les émotions (relaxation, respiration, auto-motivation).
- Favoriser une attitude bienveillante face aux difficultés.

★ 26 - 29 janvier : Activité physique et équilibre

- Comprendre les bienfaits du mouvement pour le corps et l'esprit.
- Développer le goût de l'effort et du dépassement de soi dans le respect de ses limites.
- Pratiquer des activités physiques variées pour renforcer le bien-être.

★ 2 - 5 février : Découverte artistique

- Explorer différentes formes d'expression artistique (dessin, musique, danse, etc.)
- Encourager la créativité et l'expression personnelle.
- Développer la sensibilité artistique et l'ouverture culturelle.

★ 9 - 12 février : Théâtre et expression corporelle

- Utiliser le corps et la voix comme moyens d'expression et de communication.
- Travailler sur la confiance en soi et la gestion des émotions à travers le jeu théâtral.
- Favoriser la coopération, l'écoute et le respect dans une dynamique de groupe.

★ 16 - 19 février : Valoriser ses talents

- Permettre à chaque élève de reconnaître et partager ses compétences personnelles.
- Renforcer l'estime de soi par la mise en valeur des réussites, même petites.
- Encourager la diversité des talents et promouvoir l'entraide et la reconnaissance mutuelle

Dates	Jour	Activité du soir	Activité du mercredi après-midi
05/01/2026	Lundi	Cercle de parole “comment je me sens après les vacances?”	
06/01/2026	Mardi	Temps libres	
07/01/2026	Mercredi	Atelier “Mon planning bien-être pour l'année 2026”	Yoga débutant (intervenant extérieur)
08/01/2026	Jeudi	Temps libres	
12/01/2026	Lundi	Temps libres	
13/01/2026	Mardi	Bien manger à petit budget	
14/01/2026	Mercredi	Quizz interactif “ le sommeil en question”	Atelier smoothie et goûter équilibré
15/01/2026	Jeudi	Temps libres	
19/01/2026	Lundi	Création de “papiers à stress” : technique visuelle	
20/01/2026	Mardi	Temps libres	
21/01/2026	Mercredi	Temps libres	Initiation à la sophrologie (intervenant extérieur)
22/01/2026	Jeudi	Initiation à la respiration consciente	
26/01/2026	Lundi	Tournois de ping-pong	
27/01/2026	Mardi	Tournois “jeux de ballons”	
28/01/2026	Mercredi	Temps libres	Séance de danse cardio (zumba)
29/01/2026	Jeudi	Soirée quizz “ sport et santé”	
02/02/2026	Lundi	Atelier peinture libre	
03/02/2026	Mardi	Soirée musique : découverte d'instruments et de rythmes	
04/02/2026	Mercredi	Temps libres	Atelier d'écriture créative : poèmes et histoires courtes
05/02/2026	Jeudi	Temps libres	
09/02/2026	Lundi	Jeux d'improvisation théâtrale	
10/02/2026	Mardi	Temps libres	

11/02/2026	Mercredi	Atelier mime et expression non verbale	
12/02/2026	Jeudi	Préparation d'un sketch ou scène en petit groupe	
16/02/2026	Lundi	Soirée "talent show" : présentation d'une passion	
17/02/2026	Mardi	Temps libres	
18/02/2026	Mercredi	Temps libres	Création d'un mur d'expression : mots, dessins, photos,...
19/02/2026	Jeudi	Atelier de customisation d'objets : vêtements, cahiers,...	

Mars - Avril 2026 :

Thème : *Créativité et expression, développer son potentiel artistique*

- Concours d'écriture et atelier slam/poésie
- Théâtre d'impro et mise en scène
- Peinture murale collaborative pour décorer l'internat
- Soirée talents
- Préparation concours vidéo

Objectifs pédagogiques :

- ❖ Stimuler la créativité et la capacité à s'exprimer par différents canaux (artistiques, oraux, numériques...).
- ❖ Favoriser les échanges intergénérationnels pour développer l'empathie, la mémoire collective et l'enrichissement mutuel.
- ❖ Promouvoir l'ouverture culturelle, la curiosité et l'esprit critique.
- ❖ Développer des compétences numériques et stratégiques dans un cadre ludique et réfléchi.

Thème semaines :

★ 9 - 12 mars : A la rencontre des anciens

- Créer du lien entre les générations autour du partage d'expériences et de savoirs.
- Favoriser l'écoute, le respect et la valorisation des personnes âgées.
- Sensibiliser à l'histoire locale, familiale ou collective à travers des témoignages.

★ 16 - 19 mars : Échanges et transmissions

- Encourager la transmission de savoir-faire (artisanat, recettes, récits, musiques...).
- Mettre en valeur la richesse des échanges entre les générations ou les cultures.
- Développer le goût de l'apprentissage par le contact humain et la coopération.

★ 23 - 26 mars : Cultures d'hier et d'ailleurs

- Explorer des formes artistiques et culturelles issues de différentes époques et régions du monde.
- Favoriser l'ouverture à la diversité culturelle.
- Comprendre les liens entre passé, traditions et créations contemporaines.

★ **30 mars - 2 avril : Clôture du cycle intergénérationnel**

- Valoriser les productions issues des rencontres et échanges (exposition, spectacle, journal...).
- Renforcer le sentiment d'appartenance à une communauté élargie.
- Favoriser l'expression personnelle à travers un projet collectif.

★ **6 - 9 avril : Découverte du numérique et jeux créatifs**

- Développer des compétences numériques à travers des activités artistiques ou ludiques (stop motion, montage vidéo, création de jeux...).
- Encourager la créativité et l'expression de soi dans le monde numérique.
- Sensibiliser aux usages responsables des outils digitaux.

★ **13 - 16 avril : Jeux vidéos et stratégie**

- Réfléchir sur les mécanismes de stratégie, de logique et de coopération dans les jeux vidéo.
- Travailler l'esprit d'analyse, la prise de décision et la gestion du temps.
- Sensibiliser aux risques et aux bonnes pratiques autour du jeu vidéo (temps d'écran, contenus, comportements en ligne).

Idées en plus :

★ Manga, bandes dessinées et arts visuels

★ Créativité numérique et récréation

Dates	Jour	Activité du soir	Activité du mercredi après-midi
09/03/2026	Lundi	Temps libre	
10/03/2026	Mardi	Atelier de préparation de cartes à offrir aux résidents	
11/03/2026	Mercredi	Temps libres	Visite des résidents et animations à l'EHPAD
12/03/2026	Jeudi	Quizz culturel pour l'EHPAD	
16/03/2026	Lundi	Atelier témoignage, écrire une lettre à "mon moi du futur"	
17/03/2026	Mardi	Temps libres	
18/03/2026	Mercredi	Temps libres	Deuxième visite à l'EHPAD : visite à voix haute et échanges
19/03/2026	Jeudi	Visionnage de vidéos de grands événements historiques	
23/03/2026	Lundi	Soirée contes et récits du monde	
24/03/2026	Mardi	Atelier "objets anciens et objets modernes"	

25/03/2026	Mercredi	Suite de l'atelier	Création d'un carnet mémoire (dessins + photos + textes)
26/03/2026	Jeudi	Temps libres	
30/03/2026	Lundi	Répétition d'un spectacle / lecture pour l'EHPAD	
31/03/2026	Mardi	Préparation d'un livret souvenir pour les résidents	
01/04/2026	Mercredi	Temps libres	Visite EHPAD : présentation et remise du livret
02/04/2026	Jeudi	Temps libre	
06/04/2026	Lundi		
07/04/2026	Mardi	Atelier création de vidéos animées : arrêt sur image,...	
08/04/2026	Mercredi	Temps libres	Sortie manga café
09/04/2026	Jeudi	Création d'un jeu de société : conception, règle et design	
13/04/2026	Lundi	Continuer le projet conception du jeu de société	
14/04/2026	Mardi	Continuer le projet conception du jeu de société	
15/04/2026	Mercredi	Temps libre	Escape game
16/04/2026	Jeudi	Temps libre	

Mai - Juin 2026 :

Thème : Orientation et engagement, parcours avenir

- Simulation d'entretien et réalisation de CV
- Rencontre anciens élèves et professionnels
- Atelier gestion du temps et méthodologie
- Projet collectif de fin d'année : expo/podcast/court-métrage
- Soirée de printemps avec les familles

Objectifs pédagogiques :

- ❖ Aider les élèves à mieux se connaître pour construire un projet d'orientation réfléchi et personnel.
- ❖ Ouvrir les horizons professionnels à travers la découverte des métiers et des parcours.
Développer le sens des responsabilités, de l'engagement et de la solidarité.

- ❖ Valoriser les expériences vécues tout au long de l'année et clôturer le parcours de façon positive.

Thème semaines :

★ 4 - 7 mai : Connaissance de soi et de ses envies

- Encourager les élèves à identifier leurs centres d'intérêt, qualités, besoins et valeurs.
- Aider à verbaliser leurs envies et motivations pour l'avenir.
- Renforcer la confiance en soi et l'estime de soi dans une démarche d'orientation.

★ 11 - 14 mai : Découverte des métiers

- Ouvrir les élèves à la diversité des métiers et des parcours professionnels.
- Permettre une première réflexion sur les filières possibles en fonction de leurs aspirations.
- Valoriser les rencontres avec des professionnels (interventions, vidéos, ateliers...).

★ 18 - 21 mai : Préparer son orientation

- Travailler les étapes d'un parcours d'orientation (recherche d'informations, formulation de projet, prise de décision).
- Apprendre à construire un CV ou à s'exprimer à l'oral pour valoriser ses compétences.
- Encourager l'autonomie dans les démarches et l'auto-évaluation.

★ 25 - 28 mai : "Mon projet pour l'avenir"

- Permettre à chaque élève de formaliser un projet personnel (réaliste ou rêvé).
- Travailler l'expression de soi (oral ou écrit) à travers des supports créatifs (affiche, capsule vidéo, exposé, carnet...).
- Valoriser la diversité des parcours et encourager l'ouverture.

★ 1 - 4 juin : Devenir un citoyen engagé

- Sensibiliser aux valeurs de la République et à l'importance de l'engagement citoyen.
- Encourager la participation à la vie collective (écoute, entraide, débat...).
- Promouvoir l'initiative personnelle ou collective dans un cadre citoyen.

★ 8 - 11 juin : Agir pour les autres

- Favoriser les projets solidaires ou d'utilité sociale à petite échelle (actions concrètes dans ou hors de l'internat).
- Développer l'altruisme et la responsabilité collective.
- Valoriser le pouvoir d'agir des jeunes, même à leur échelle.

★ 15 - 18 juin : Lien entre les générations avec des jeux

- Consolider les liens tissés avec les anciens à travers des activités ludiques.
- Encourager le partage d'expériences dans un cadre bienveillant et festif.
- Travailler la transmission et le respect mutuel à travers le jeu.

★ 22 - 25 juin : Clôture de l'année et bilan

- Valoriser les apprentissages et réussites de l'année écoulée.
- Favoriser l'expression des ressentis et des souvenirs marquants.
- Célébrer la fin de l'année dans un cadre positif et fédérateur.

Dates	Jour	Activité du soir	Activité du mercredi après-midi
04/05/2026	Lundi	Atelier "mes qualités et mes talents"	
05/05/2026	Mardi	Création d'un portfolio des compétences	
06/05/2026	Mercredi	Temps libres	Continuer portfolio
07/05/2026	Jeudi	Atelier "boîte à rêve" : visualiser son avenir	
11/05/2026	Lundi	Rencontre avec des professionnels	
12/05/2026	Mardi	Jeu de rôle " une journée dans la peau de...."	
13/05/2026	Mercredi		
14/05/2026	Jeudi		
18/05/2026	Lundi	Atelier "CV et lettre de motivation"	
19/05/2026	Mardi	Atelier "CV et lettre de motivation"	
20/05/2026	Mercredi	Temps libres	Simulation d'un entretien d'embauche
21/05/2026	Jeudi	Temps libres	
25/05/2026	Lundi		
26/05/2026	Mardi	Construction de son "parcours idéal"	
27/05/2026	Mercredi	Temps libres	Atelier " cité des métiers" et donner leur sens, à soi sert-t-il ?
28/05/2026	Jeudi	Temps libres	
01/06/2026	Lundi	Atelier "qu'est-ce que l'engagement citoyen ?"	
02/06/2026	Mardi	Temps libres	
03/06/2026	Mercredi	Temps libres	Visite d'une mairie ou d'un conseil municipal
04/06/2026	Jeudi	Débat citoyen	
08/06/2026	Lundi	Préparation d'une collecte : vêtements, objets, jeux...	

09/06/2026	Mardi	Préparation de la collecte : affiches, tracts, point de récolte...	
10/06/2026	Mercredi		Rencontre avec une association solidaire + collecte
11/06/2026	Jeudi		
15/06/2026	Lundi	Atelier cuisine	
16/06/2026	Mardi	Quizz intergénérationnel	
17/06/2026	Mercredi	Olympiades	
18/06/2026	Jeudi	Jeux de société	
22/06/2026	Lundi	Création d'un livret souvenir de l'année	
23/06/2026	Mardi	Soirée de fin d'année internat	
24/06/2026	Mercredi	Temps libres	
25/06/2026	Jeudi	Temps libres	