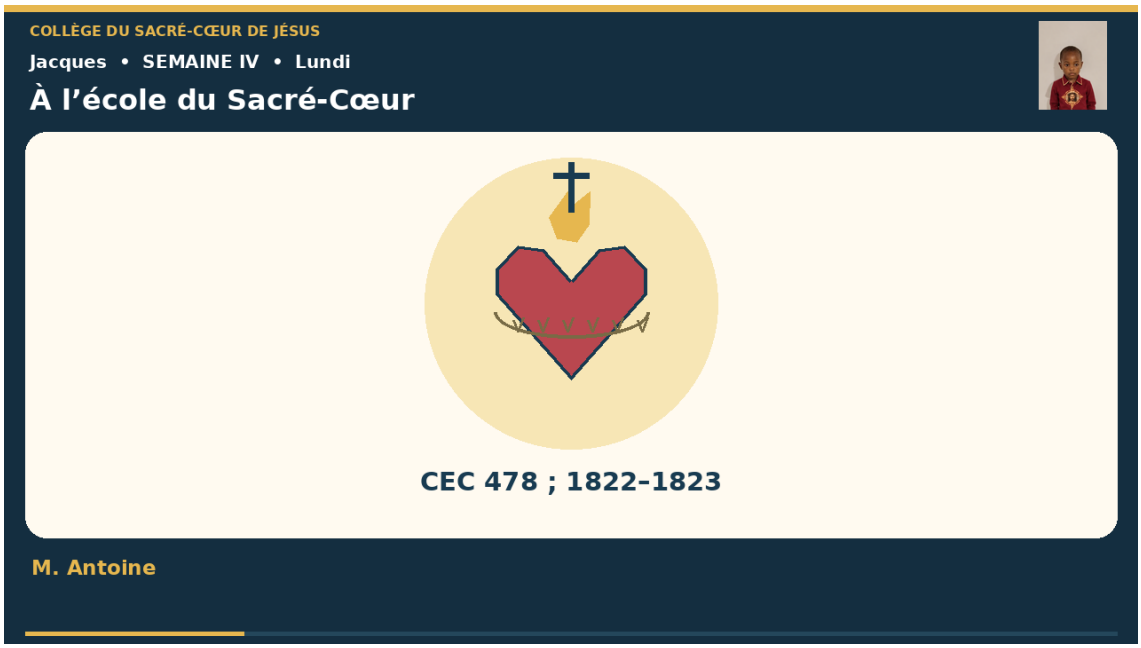
À l’école du Sacré-Cœur



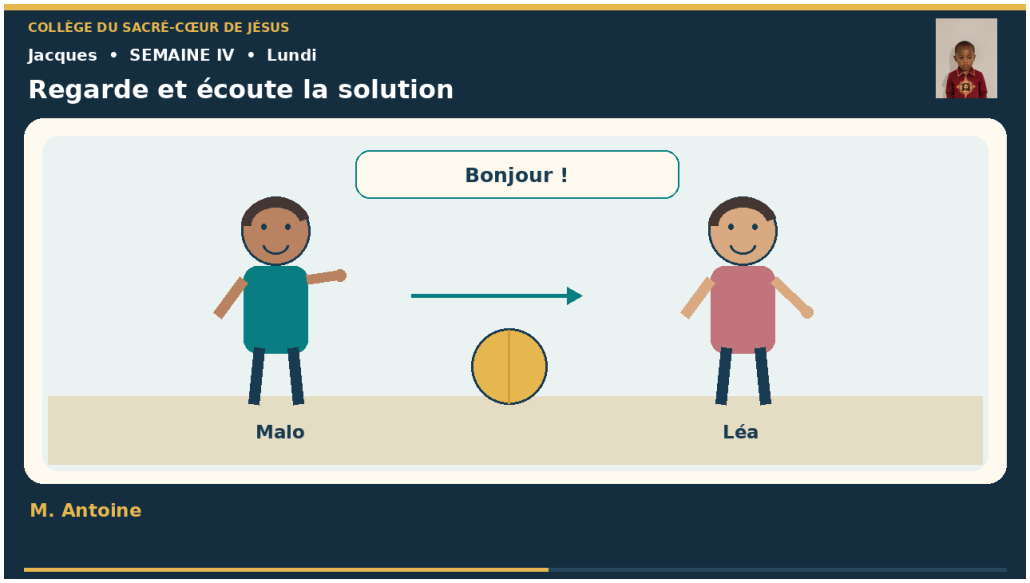
Les petits gestes d’un grand cœur

Jacques — 4 ans, première année

Cours original de bienveillance chrétienne
Collège du Sacré-Cœur de Jésus
Direction éditoriale : Angelo Nibizi

Une petite histoire par jour. J’écoute, je choisis, je joue la scène et je pose un geste de charité. Toutes les consignes sont prononcées dans les vidéos.

Lundi — Accueillir et écouter



À l’école du Sacré-Cœur

Jésus nous aime chacun. Son Sacré-Cœur nous rappelle cet amour. Nous lui demandons de nous apprendre à aimer Dieu de tout notre cœur et à aimer notre prochain.

Écoute et joue la scène

Joue la scène avec une peluche ou une personne. Dis bonjour, propose une place, puis attends sa réponse.

Une parole à essayer

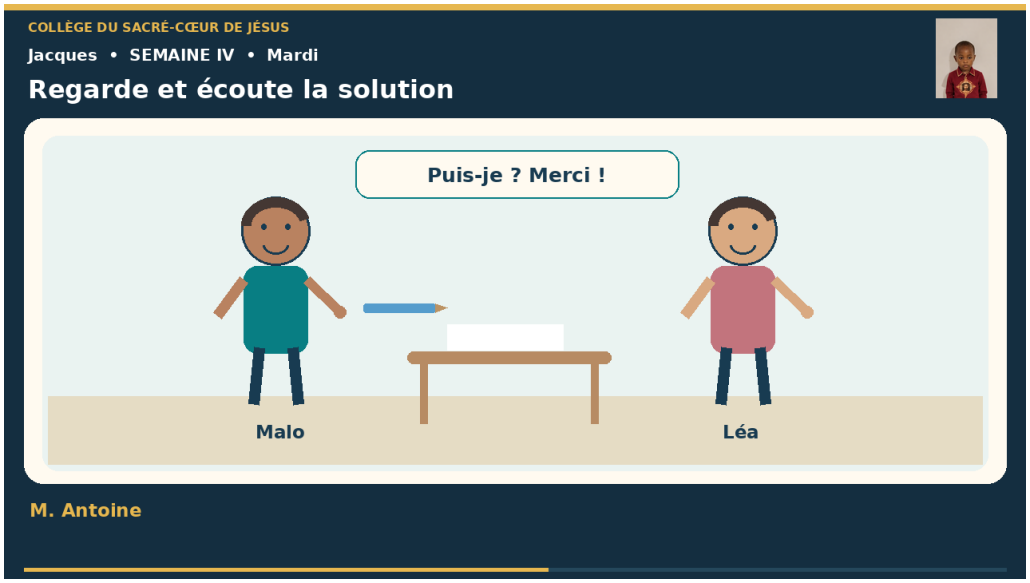
Bonjour ! Veux-tu jouer avec nous ?

Ma mission : Aujourd’hui, salue une personne et écoute ce qu’elle te répond.

Tu peux montrer, mimer ou répondre avec quelques mots.

Repère adulte : CEC 478 ; 1822–1823. Reformulation pédagogique originale.

Mardi — Demander et attendre son tour



À l’école du Sacré-Cœur

L’amour que Jésus nous apprend devient patient et serviable. Demander, attendre et remercier sont de petites façons de le mettre en pratique.

Écoute et joue la scène

Mime les deux rôles. Une personne demande le crayon. L’autre répond. Puis vous échangez quand elle a terminé.

Une parole à essayer

Puis-je l’utiliser quand tu auras fini ? Merci !

Ma mission : Pour un objet dont tu as besoin, demande avant de le prendre et écoute la réponse.

Tu peux montrer, mimer ou répondre avec quelques mots.

Repère adulte : CEC 1825 ; 1829. Reformulation pédagogique originale.

Mercredi — Dire ce que je ressens



À l'école du Sacré-Cœur

Ressentir la colère ne veut pas dire que tu es méchant. Avec l'aide de Jésus, tu peux choisir un geste doux. Nous apprenons à diriger nos émotions vers le bien.

Écoute et joue la scène

Garde tes mains tranquilles. Souffle doucement une fois. Puis dis : je suis fâché, je voudrais de l'aide. Tu peux aussi montrer ton émotion.

Une parole à essayer

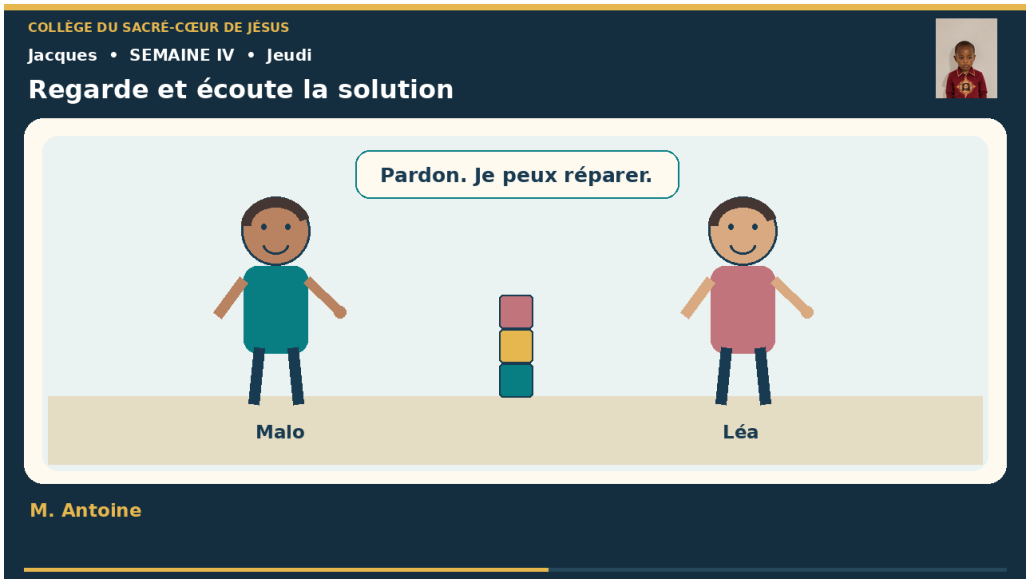
Je suis fâché. Je voudrais de l'aide.

Ma mission : Aujourd'hui, essaie de nommer une émotion et de demander ce dont tu as besoin calmement.

Tu peux montrer, mimer ou répondre avec quelques mots.

Repère adulte : CEC 1767–1769. Reformulation pédagogique originale.

Jeudi — Dire pardon et réparer



À l’école du Sacré-Cœur

Jésus nous aide à revenir vers Dieu quand nous faisons le mal. Nous lui demandons pardon et la force de changer. Dire la vérité et réparer un tort font partie de ce chemin.

Écoute et joue la scène

Fais tomber doucement deux gros cubes sur une table. Joue une demande de pardon, puis propose de remettre les cubes en place.

Une parole à essayer

Pardon. Comment puis-je réparer ?

Ma mission : Si tu fais une erreur aujourd’hui, dis ce qui s’est passé et propose une réparation possible.

Tu peux montrer, mimer ou répondre avec quelques mots.

Repère adulte : CEC 1431–1432. Reformulation pédagogique originale.

Vendredi — Aider avec attention



À l'école du Sacré-Cœur

La miséricorde nous apprend à prendre soin des besoins des autres. Nous pouvons consoler une personne triste, prier pour elle et rendre un service adapté à notre âge.

Écoute et joue la scène

Avec une personne, place trois gros crayons sur la table. Propose ton aide, écoute sa réponse, puis rangez-les ensemble si elle accepte.

Une parole à essayer

Veux-tu un coup de main ?

Ma mission : Choisis un petit service utile aujourd'hui. Demande si ton aide est souhaitée, puis raconte ce que tu as fait.

Tu peux montrer, mimer ou répondre avec quelques mots.

Repère adulte : CEC 2447. Reformulation pédagogique originale.

Je prie et je passe à l’action

Jésus, doux et humble de cœur, rends mon cœur semblable au tien. Amen.

Une grande personne lance la vidéo. L’enfant regarde, répond ou mime, puis essaie avec des objets simples. Prolonger la pause quand il le faut. Jacques peut montrer ; Agnus peut aussi expliquer.

Jour	Un geste que nous avons observé
Lundi	
Mardi	
Mercredi	
Jeudi	
Vendredi	

Nous encourageons un progrès concret, sans comparer les enfants. Demander pardon n’oblige pas l’autre à sourire aussitôt. Un accident n’est pas automatiquement une faute volontaire ; on peut néanmoins aider à réparer.

La réparation quotidienne s’apprend ici par de petits gestes. Ce jeu ne remplace pas le sacrement de réconciliation. La catéchèse sacramentelle se poursuit avec la famille et la paroisse.

Fondements et guide de l’adulte

Le Sacré-Cœur est au centre du parcours : accueillir l’amour de Jésus et y répondre en aimant Dieu et le prochain. La bienveillance est présentée comme une expression de la charité chrétienne.

Sacré-Cœur : amour personnel de Jésus — CEC 478
https://www.vatican.va/archive/FRA0013/__P1G.HTM

Charité et bienveillance — CEC 1822–1829
https://www.vatican.va/archive/FRA0013/__P60.HTM

Émotions et choix — CEC 1767–1769
https://www.vatican.va/archive/FRA0013/__P5Q.HTM

Conversion du cœur — CEC 1431–1432
https://www.vatican.va/archive/FRA0013/__P45.HTM

Œuvres de miséricorde — CEC 2447
https://www.vatican.va/archive/FRA0013/__P8A.HTM

Évangile : Matthieu 7,12 ; Luc 10,25–37. Les références accompagnent des reformulations ; les histoires de Malo et Léa sont inventées pour l’enseignement.

Création originale préparée pour le Collège du Sacré-Cœur de Jésus avec assistance d’IA. Illustrations schématiques et scénarios originaux ; portraits personnels réutilisés à la demande du parent ; voix de synthèse. Les sources et prières traditionnelles conservent leurs attributions.

Ce cours familial est fondé sur les références indiquées. Il ne constitue pas une édition officielle du Catéchisme ni une approbation ecclésiastique. Il remplace dans notre parcours les anciennes scènes de bienséance sur décision du parent.