

Vivre-ensemble

Fri for Mobberì



Livret d'ateliers dédiés
au développement
des compétences
psychosociales
3-6 ans

LIVRET D'ATELIERS DÉDIÉS AU DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

SOMMAIRE

Préambule	7
 THÈME 1 - DÉCOUVRIR LES QUATRE VALEURS DU PROGRAMME	 12
Introduction : la découverte des 4 valeurs fondamentales	14
Étape 1 : le respect – Atelier de tri et de rangement	16
Étape 2 : la tolérance – Atelier des enfants du monde	17
Étape 3 : le courage – Atelier du parcours d'obstacles	18
Étape 4 : la bienveillance – Atelier autour des émotions	19
Conclusion : La découverte de l'Ami ours	20
Activités et jeux complémentaires	21
Création d'un jeu de memory	21
Trouve un camarade	22
On invente une chanson	22
Mon chemin pour aller de la maison à l'école	22
 THÈME 2 - LES ÉMOTIONS SE MONTRENT SUR NOTRE VISAGE ET NOTRE CORPS	 23
 <i>Atelier 1 : Les émotions se montrent à l'extérieur</i>	 <i>23</i>
Étape 1 : explorer les émotions du visage et du corps	23
Étape 2 : comment te sens-tu ?	25
Étape 3 : À quoi ressemblent nos émotions ?	26
 <i>Atelier 2 : Nos émotions changent plusieurs fois par jour</i>	 <i>27</i>
Étape 1 : des émotions différentes	27
Étape 2 : s'entraider aide à se sentir heureux	28
Étape 3 : la chanson de l'Ami ours	30

Activités et jeux complémentaires	32
Trois jeux de trap trap	32
Le jeu du miroir	32
J'aime bien	33
 THÈME 3 - DES CORPS CONSCIENTS ET DES ESPRITS ATTENTIFS	 35
<i>Atelier 1 : Découvrir l'attention et prendre conscience de sa respiration</i>	<i>35</i>
Activités et jeux complémentaires	38
Mémoire sonore	38
Le stylo dans le verre	38
Faire circuler une poignée de main	39
Les hiboux clignotants	39
 THÈME 4 - PLANTER DES GRAINES DE GENTILLESSE	 40
<i>Atelier 1 : Cultiver des graines</i>	<i>40</i>
<i>Atelier 2 : Cultiver l'amitié avec la gentillesse</i>	<i>42</i>
Étape 1 : Qu'est-ce que l'amitié ?	42
Étape 2 : le jardin d'empathie	44
Étape 3 : pour que l'amitié grandisse	45
Activités et jeux complémentaires	46
Calin refuge	46
Mot / action	46
Jeu du ballon	47
Le serpent	47
 THÈME 5 - JE RESENS LES ÉMOTIONS À L'INTÉRIEUR DE MOI	 48
<i>Atelier 1 : Les émotions à l'intérieur de mon corps</i>	<i>48</i>
Étape 1 : l'histoire de l'Ami ours qui a trop de choses dans la tête	48
Étape 2 : un endroit tranquille à l'intérieur de soi	50
Étape 3 : mon Ami du ventre	50
<i>Atelier 2 : Je peux remarquer des choses quand je suis calme à l'intérieur</i>	<i>52</i>
Étape 1 : la marche de l'écoute de l'Ami ours	52
Étape 2 : écoute et sensations	55

Atelier 3 : Différentes émotions = différentes sensations à l'intérieur de soi **57**

Étape 1 : les émotions de l'Ami ours **57**

Étape 2 : faire semblant d'être des animaux **60**

Activités et jeux complémentaires **62**

Rondes dansées **62**

L'enfant tapis roulant **62**

Qui a l'Ami ours ? **63**

L'île déserte **63**

THÈME 6 - PRENDRE SOIN DES ÉMOTIONS FORTES À L'INTÉRIEUR ET À L'EXTÉRIEUR DE SOI **64**

Atelier 1 : Tête occupée et tête claire **64**

Étape 1 : histoire "L'Ami ours et le grand tourbillon des émotions" **64**

Étape 2 : Le bocal de pensées **67**

Étape 3 : Fabrication d'un bocal de pensées **68**

Atelier 2 : Travailler avec les émotions d'une manière gentille et amicale **70**

Étape 1 : Histoire "L'Ami ours se fait mordre" **70**

Étape 2 : Parler avec son cœur **72**

Atelier 3 : Que pouvons-nous faire d'autre quand nous sommes contrariés ? **73**

Activités et jeux complémentaires **76**

Mikado **76**

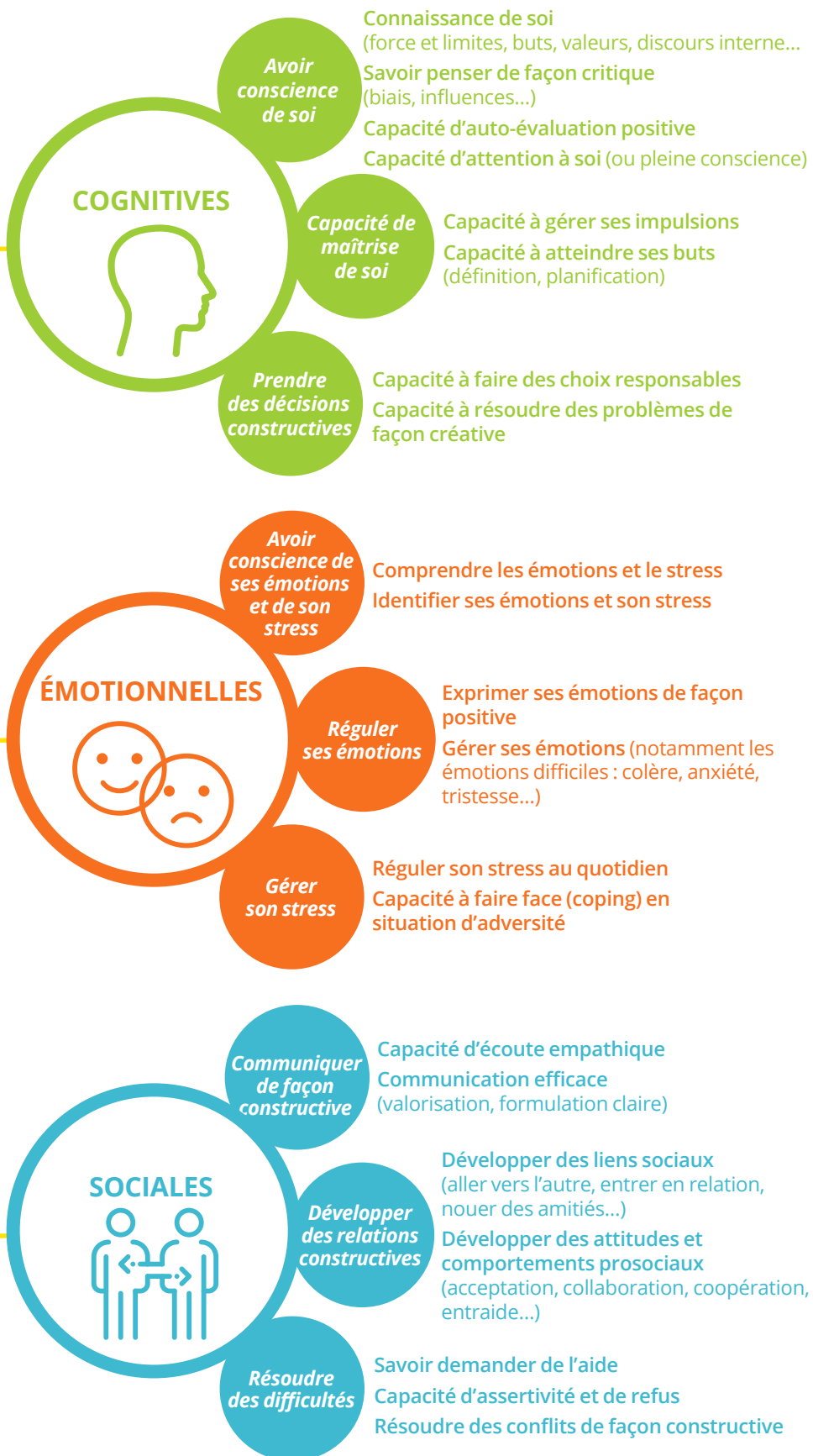
Dessiner et peindre ensemble **77**

Cache-cache photos **77**

Prévenir le harcèlement numérique **77**

Chaises musicales coopératives **78**

LES COMPÉTENCES PSYCOSOCIALES



Dans Vivre ensemble - Fri for Mobberi, l'apprentissage des CPS est réalisé en faisant le lien avec les 4 valeurs fédératrices du programme :

- La tolérance : accroître sa conscience sociale de la diversité et accepter les autres tels qu'ils sont.
- Le respect : comprendre et accepter les besoins et les limites des autres.
- La bienveillance : faire preuve de prévenance, de sollicitude et d'aide envers les autres. Il est important d'encourager les enfants à s'entraider entre eux avant d'intervenir.
- Le courage : oser aller vers les autres, s'exprimer lorsque ses limites ou celles des autres sont franchies.

À travers des séquences pédagogiques explicites et des jeux, les enfants apprendront à mieux se connaître, à comprendre les autres et à construire une dynamique de groupe positive.

Si chaque activité fait ressortir une CPS dominante enseignée, il est important de noter que les compétences psychosociales sont interconnectées. Une activité qui mobilise principalement la régulation émotionnelle peut, par exemple, solliciter aussi la capacité à développer des liens sociaux ou la capacité à penser de façon critique. Tout au long du livret, ces compétences se croisent et s'enrichissent pour offrir une approche globale et équilibrée du développement de l'enfant.

COMMENT UTILISER LES ACTIVITÉS DE CE LIVRET ?

Les séquences pédagogiques proposées dans ce livret suivent un cheminement cohérent, conçu pour accompagner les enfants pas à pas dans leur découverte des compétences psychosociales. Il est toutefois également possible d'aborder chaque thème de manière autonome, si les prérequis ont été déjà acquis (ex. pour aborder un thème consacré à la régulation émotionnelle, il est nécessaire que la conscience émotionnelle ait déjà été travaillée).

Ce livret est structuré en **six thèmes**, que nous vous recommandons d'explorer à raison de deux par an.

Le premier thème invite les enfants à découvrir les quatre valeurs du programme : tout en faisant connaissance avec l'Ami ours, leur compagnon tout au long de l'aventure. À travers des jeux et des activités, ils apprendront à créer des liens, à découvrir les autres et à poser les bases d'un groupe inclusif et sécurisant.

Le deuxième thème est consacré aux émotions : Avec l'Ami ours, les enfants apprendront à identifier ce qu'ils ressentent, à comprendre que les émotions évoluent au fil de la journée et des expériences vécues.

Le troisième thème aide les enfants à prendre conscience de leur corps et à développer leur attention : notamment grâce à des exercices de respiration.

Le quatrième thème explore la notion d'amitié et de gentillesse, afin de renforcer les compétences sociales et la bienveillance au sein du groupe.

Le cinquième thème propose une réflexion sur les ressentis intérieurs : comment perçoit-on une émotion lorsque celle-ci nous traverse ?

Enfin, **le sixième thème accompagne les enfants dans l'apprentissage de stratégies pour accueillir et gérer sereinement leurs émotions.**

En complément des séquences pédagogiques, **le livret propose un ensemble d'activités ponctuelles ludiques.** Des jeux à mobiliser au gré des besoins du groupe permettant de renforcer de façon plus informelle les compétences cognitives, émotionnelles et sociales. Ces activités s'intègrent facilement au quotidien, peuvent être utilisées pour réguler le niveau d'énergie du groupe par des pauses ludiques, et offrent des opportunités de varier les modalités (dedans, dehors, calme, en mouvement...) tout en consolidant les apprentissages.

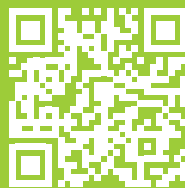
Enfin, **le livret d'activités vient compléter le guide des forums de discussion** en enseignant aux élèves les compétences dont ils auront besoin lors des temps d'échange des forums où les enfants apprennent à exprimer leurs émotions, écouter les autres et réfléchir collectivement à des solutions.

Grâce aux jeux et aux mises en situation guidées par l'Ami ours, les enfants acquièrent progressivement un vocabulaire émotionnel, s'exercent à reconnaître et nommer leurs ressentis et découvrent des stratégies d'apaisement. En parallèle, les activités du livret, notamment celles qui renforcent la cohésion du groupe, contribuent à instaurer un climat de confiance propice à des discussions ouvertes et constructives lors des forums. Ainsi, le livret accompagne et prépare les enfants à leur participation aux forums de discussion, renforçant l'efficacité du programme dans le développement des compétences psychosociales et favorisant une dynamique de groupe sereine et constructive.

THÈME 2

LES ÉMOTIONS SE MONTRENT SUR NOTRE VISAGE ET NOTRE CORPS

Au fil des pages de ce livret, vous découvrirez les histoires de l'Ami Ours, pensées pour nourrir et enrichir les ateliers. Vous pouvez également les retrouver à tout moment sur votre espace privé accessible depuis notre site internet : <https://vivre-ensemble-frifor-mobberi.fr/>



ATELIER 1 : LES ÉMOTIONS SE MONTRENT À L'EXTÉRIEUR



PS-MS-GS

Étape 1 : explorer les émotions du visage et du corps

Objectifs

- Montrer différentes émotions sur les visages et les corps

Matériel

- Miroir (facultatif, mais utile)
- Posters des émotions de la mallette

Déroulé

1. Ouverture

- Saluez l'Ami ours pour ouvrir l'atelier.

2. Explorer les émotions du visage et du corps

- Demandez aux élèves s'ils connaissent certaines émotions et s'ils savent ce qu'est une émotion. Expliquez leur qu'une émotion c'est quelque chose qu'on ressent à l'intérieur de nous et qui se montre à l'extérieur de nous. Nommez des émotions simples comme la joie, la colère, la peur ou la tristesse.
- Discutez avec les enfants : leur arrive-t-il de remarquer que leurs émotions apparaissent sur leur visage ou leur corps ?
- Observation des émotions :
 - Invitez les enfants à montrer un visage et un corps joyeux. Si vous avez, vous pouvez utiliser un miroir pour qu'ils puissent voir leurs expressions.

- Répétez l'exercice avec d'autres émotions (tristesse, peur, colère) et demandez-leur de nommer les parties du corps où ces émotions se manifestent, en plus du visage.
- Jeu de devinettes sur les émotions :
 - Expliquez aux enfants qu'ils vont jouer à deviner des émotions. Soulignez que bien sûr ce n'est pas grave si on se trompe car ce n'est pas toujours facile de connaître les émotions des autres.
 - Invitez deux ou trois volontaires à se lever, pour jouer à exprimer une émotion avec leur visage et leur corps.
 - Montrez un des posters de la mallette représentant une émotion et demandez aux volontaires de l'interpréter. Les autres enfants doivent deviner de quelle émotion il s'agit.
 - Faites une démonstration avec le premier groupe, accompagnez-les pour mimer l'émotion, puis alternez avec d'autres volontaires.

3. Conclusion

- Introduisez l'idée que toutes les émotions sont utiles et acceptables car elles nous aident à savoir ce dont nous avons besoin
- Saluez l'Ami ours pour marquer la fin de la séance.

REMARQUES : vous pouvez répéter cette activité autant de fois que nécessaire dans l'année et l'enrichir petit à petit avec un vocabulaire émotionnel de plus en plus riche. Vous pouvez utiliser pour cela les cartes émotions fournies sur l'espace en ligne. Vous pouvez mettre les enfants par deux et chacun fait deviner à l'autre une émotion.

L'introduction des notions d'intérieur et d'extérieur de soi survient ici pour la première fois. Ces notions seront retravaillées tout au long des ateliers au fil de la maternelle.

Étape 2 : comment te sens-tu ?

Objectifs

- Montrer différentes émotions sur les visages et les corps
- S'intéresser au ressenti de son camarade

Matériel

- Miroir (facultatif, mais utile)
- Posters des émotions de la mallette

Déroulé

1. Ouverture

- Saluez l'Ami ours pour débiter l'atelier.

2. Jeu de devinettes

- Proposez aux enfants de continuer le jeu des devinettes sur les émotions.
- Proposez leur de se mettre par deux.
- Demandez à chaque enfant de réfléchir un instant à comment il se sent en ce moment. Puis par deux les enfants jouent à montrer sur leur corps et leur visage comment ils se sentent, et l'autre enfant doit deviner.
- Soulignez qu'il est possible de se tromper en devinant une émotion. Expliquez que lorsqu'on n'est pas sûr, on peut aussi demander à l'autre : « Comment te sens-tu en ce moment ? »
- Changer les paires d'enfants et proposez aux enfants de s'entraîner par deux à poser cette question et à écouter la réponse.
- Interrogez quelques enfants pour qu'ils partagent ce que leur voisin a répondu. Rappelez que toutes les émotions méritent d'être écoutées et comprises.

3. Conclusion

- Saluez l'Ami ours pour clôturer la séance.

Étape 3 : À quoi ressemblent nos émotions ?

Objectif

- Apprendre à décoder les émotions que les autres ressentent

Matériel

- Posters des émotions de la mallette
- Exemples de situations

Déroulé

1. Ouverture

- Dire bonjour à l'Ami ours.

2. Règles du jeu

- Placez les quatre affiches des émotions à différents endroits de la salle.
- Lisez à voix haute des situations et demandez aux enfants de se déplacer vers l'affiche correspondant à l'émotion qu'ils associent à la situation.
- Soulignez que plusieurs émotions différentes peuvent être ressenties pour une même situation, selon les enfants.
- Après avoir abordé une situation avec une émotion négative, demandez aux enfants de quoi l'enfant qui a l'émotion aurait besoin.

3. Exemples de situations :

- Hector est tombé et s'est un peu blessé au genou. Comment se sent-il ?
- Esther et Fatima jouent ensemble. William arrive et demande à se joindre à elles. Elles acceptent. Comment William se sent-il ?
- Zoé lit un livre. Nelly lui arrache le livre des mains. Comment Zoé se sent-elle ?
- Olivia est sur le toit de la cabane et ne parvient pas à descendre seule. Il n'y a pas d'adultes autour. Comment Olivia se sent-elle ?
- On demande à Isaure de ranger alors qu'elle veut continuer à jouer. Isaure donne un coup de pied dans la boîte à jouets. Comment Isaure se sent-elle ?
- Clément doit dire au revoir à son père, mais il ne veut pas. Mohammed amène l'Ami ours et tous les trois font un signe d'au revoir. Que ressent Clément au début ? Que ressent-il après ?
- Discutez des réponses avec les enfants et proposez-leur d'inventer d'autres situations.

4. Conclusion

- Soulignez que les émotions nous indiquent ce dont nous ou les autres ont besoin. Cela les rend très utiles.
- Saluez l'Ami ours.

REMARQUE : Cette activité se réalise préférentiellement en groupe de moins de douze enfants ou dans la salle de motricité. Si le groupe est plus important on peut faire choisir l'émotion sur le sol en posant un objet sur le poster plutôt qu'en se déplaçant dans l'espace.

ATELIER 2 : NOS ÉMOTIONS CHANGENT PLUSIEURS FOIS PAR JOUR



Étape 1 : des émotions différentes

Objectif

Comprendre que nous pouvons ressentir des émotions différentes dans une même journée.

Matériel

Histoire "Bravo l'Ami ours"

Déroulé

1. Ouverture :
 - Dites bonjour à l'Ami ours.
2. Lecture de "Bravo l'Ami ours"
 - Racontez l'histoire de "Bravo l'Ami ours" en s'arrêtant sur chaque émotion ressentie par l'Ami ours et la raison pour laquelle ses émotions changent.
 - Demander aux enfants qu'est-ce qui aide l'Ami Ours à se sentir heureux (quand les autres sont gentils envers lui, quand il crée de jolies choses). Expliquez aux enfants qu'il est possible d'être gentil avec soi-même en prenant soin de soi.
3. Conclusion : saluez tous ensemble l'Ami ours pour clôturer la séance.



Bravo, Ami ours !

Un jour, l'Ami Ours jouait avec ses amis près du ruisseau. Ils avaient trouvé des cailloux de toutes sortes, lisses, ronds, colorés. L'Ami Ours avait décidé de construire une grande tour avec eux. Chaque caillou avait sa place, et petit à petit, la tour devenait de plus en plus haute.

Mais tout à coup, un de ses amis, Petit Lapin, courut trop vite et bouscula la tour. *Crac !* La tour de cailloux tomba en un grand bruit. L'Ami Ours se fâcha.

"Regarde, ma tour ! Elle est toute cassée !" dit l'Ami Ours, en colère.

Quand il regarda son caillou préféré, celui qui était tout brillant et bleu, il se rendit compte qu'il était cassé en deux. L'Ami Ours se sentit tout triste. Ses amis le regardaient avec compassion, mais il n'arrivait pas à sourire.

Petit Hérisson s'approcha alors. "Ne t'inquiète pas, l'Ami Ours ! Regarde, j'ai trouvé un joli caillou tout neuf, juste pour toi !" Il tendit son petit caillou aux couleurs d'arc-en-ciel.

Le visage de l'Ami Ours s'illumina. "Merci, Petit Hérisson ! Je suis fou de joie !" dit-il en prenant le caillou. C'était un caillou spécial, tout brillant sous la lumière du soleil.

Mais peu après, la nuit commença à tomber. L'Ami Ours sentit un frisson. "Oh non, il commence à faire noir... J'ai un peu peur !" murmura-t-il.

Ses amis vinrent tous autour de lui. "Ne t'inquiète pas, l'Ami Ours, on est tous là avec toi !" dit Petit Lapin en lui tapotant doucement l'épaule.

L'Ami Ours prit une grande inspiration et se dit : *je vais être courageux*. Alors, avec son nouveau caillou, il commença à reconstruire sa tour. Caillou par caillou, sa tour grandissait de nouveau. Ce n'était pas facile, mais il était déterminé.

Et petit à petit, la tour redevint aussi belle qu'avant. Quand il eut terminé, tous ses amis l'applaudirent : "Bravo, l'Ami Ours !". L'Ami Ours se sentit tout fier.

Étape 2 : s'entraider aide à se sentir heureux

Objectifs

Comprendre qu'être gentil avec les autres quand ils ont un problème les aidera à se sentir mieux et qu'on peut tous s'entraider

Déroulé

1. Ouverture

- Saluez l'Ami ours.

2. L'Ami ours et ses bons amis

- Racontez l'histoire de l'Ami ours et ses bons amis pour introduire les notions de gentillesse envers les autres lorsqu'il y a un problème.
- Demander aux enfants quelles émotions ressent l'Ami ours et si ces émotions ont changé ou sont restées les mêmes. Posez ensuite la question : « Qu'est-ce qui a aidé l'Ami ours à se sentir heureux ? » (les autres ont été gentils avec lui).
- Expliquez aux enfants qu'être gentils avec les autres quand ils ne se sentent pas bien les aidera à se sentir mieux.

3. Conclusion

- Saluez tous ensemble l'Ami ours.



L'Ami ours et ses bons amis

Un matin, l'Ami ours se leva avec un grand sourire. Il avait décidé de partir explorer la forêt et de découvrir de nouveaux endroits. Mais dès qu'il s'avança un peu dans les bois, il aperçut un grand rocher sur son chemin.

L'Ami ours s'arrêta. « Oh non, ce rocher est trop grand pour que je puisse passer ! Je n'arriverai jamais à le franchir ! »

C'est alors qu'il entendit un petit bruit derrière lui. C'était la souris.

« Ne t'inquiète pas, Ami ours ! Laisse-moi t'aider » dit la souris, toute joyeuse. Elle sauta agilement sur une branche basse, puis, d'un petit bond, se retrouva de l'autre côté du rocher. « Tu peux passer par là ! »

Ami ours essaya et, avec un petit coup de patte, réussit à franchir le rocher grâce à l'aide de la souris. « Merci, petite souris ! Tu m'as vraiment bien aidé. »

Ragaillardi, l'Ami ours continua sa route, mais plus loin, il arriva à une rivière. L'eau

coulait fort, et le courant était puissant. « Oh non ! Je ne vais pas pouvoir traverser la rivière, elle est trop large et trop rapide ! » pensa l'Ami ours.

Soudain, un lapin apparut près de lui. « Tu veux traverser, Ami ours ? » demanda le lapin.

« Oui, mais je n'ose pas sauter dans l'eau, » répondit l'Ami ours.

Le lapin sourit. « Ne t'inquiète pas ! Je vais te montrer comment faire. » Il se mit à sauter de pierre en pierre avec une telle agilité que l'Ami ours en fut impressionné. « Regarde bien et suis-moi ! » dit le lapin.

Avec un peu d'hésitation, l'Ami ours essaya. Il sauta de pierre en pierre et, même si l'eau était un peu froide, il réussit à traverser la rivière. « Merci, lapin ! Grâce à toi, j'ai traversé sans peur. »

Plein de joie, l'Ami ours continua sa promenade. Mais à l'entrée de la forêt, il aperçut un grand arbre qui bloquait son chemin. Il n'arrivait pas à passer sous ses branches basses. « Oh non, je ne vais jamais passer là-dessous ! » pensa-t-il.

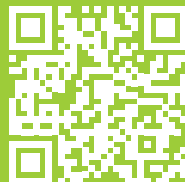
C'est alors qu'un petit oiseau, perché sur une branche, lui lança : « Ne t'inquiète pas, Ami ours ! Suis-moi ! » L'oiseau vola autour de l'arbre, montrant à l'Ami ours un petit espace sous les branches. « Tu vois, il y a juste un petit trou, passe par là ! »

Avec un sourire, l'Ami ours se coucha doucement et réussit à se glisser sous l'arbre. « Merci, petit oiseau ! Je n'avais pas vu ce passage. »

Le reste de la journée se passa sans encombre, et bientôt, le soleil commença à se coucher. L'Ami ours se dirigea vers chez lui, tout heureux de sa belle aventure : « Aujourd'hui, j'ai appris qu'il faut être gentil avec les autres quand il y a un problème ! »

Étape 3 : la chanson de l'Ami ours

ENVIE DE TOUT SAVOIR SUR NOTRE PROGRAMME RYTHMIQUE
POUR LES 0-6 ANS ? IL VOUS ATTEND DANS VOTRE ESPACE PERSONNEL
ACCESSIBLE DEPUIS NOTRE SITE INTERNET :
VIVRE-ENSEMBLE-FRIFORMOBBERI.FR



Objectifs

- Être gentil avec soi-même quand il y a un problème
- Être gentil avec les autres quand ils ont un problème

Matériel

- Chanson « La chanson de l'Ami ours » (disponible sur l'espace privé du site internet : **vivre-ensemble-friformobberi.fr**)

Déroulé

1. Ouverture

- Saluez l'Ami ours.

2. La chanson de l'Ami ours

- Proposez aux enfants d'apprendre une chanson qui peut les aider, ainsi que leurs amis, à se sentir mieux : la chanson de l'Ami ours.
- Faites-leur écouter la chanson.
- Expliquez aux enfants que, si un ami se sent triste ou bouleversé, ils peuvent lui chanter la chanson de l'Ami ours pour l'apaiser.
- Ajoutez que cette chanson peut aussi être chantée pour soi-même lorsque l'on se sent triste ou lorsque l'on a besoin de réconfort.

3. Conclusion

- Saluez l'Ami ours.



La chanson de l'Ami ours

Si tu vois quelqu'un embêter
Un autre enfant t'en vas pas
S'il est triste c'est à ce moment
Qu'il aura besoin de toi
On a tous besoin d'être aimé
D'amis sur qui compter
Qu'ils s'appellent Laura, Tom, Jamel, ou Déborah
Alors donnons nous la main
Car nous sommes si bien ensemble
Et même si l'on est différent
Que l'on soit petit ou grand
Il faut être gentil
Et aider quand on peut
Aussi bien un papy qu'un enfant malheureux

ACTIVITÉS ET JEUX COMPLÉMENTAIRES

TROIS JEUX DE TRAP TRAP



PS-MS-GS

Objectifs :

- Encourager la coopération et l'entraide entre les participants

Règles du jeu :

1. Deux enfants sont les chasseurs

Expliquez aux enfants qu'ils doivent se déplacer uniquement dans la zone délimitée. Pour éviter d'être attrapés par les chasseurs, ils doivent rapidement se serrer dans les bras avec un autre enfant. Une fois en duo, ils comptent ensemble jusqu'à trois avant de se séparer et repartir. Lorsqu'un enfant est attrapé, il échange son rôle avec le chasseur.

2. Un enfant est le chasseur

Quand celui-ci attrape un enfant, ils se tiennent la main. Ceci se répète jusqu'à ce que la chaîne se compose de 4 enfants : alors la chaîne se divise en deux. Le jeu continue jusqu'à ce qu'il n'y ait plus que des chasseurs.

3. Deux enfants sont les chasseurs

Quand un enfant est attrapé, il se met sur le dos, jambes et bras en l'air. Il peut être libéré en étant roulé sur le ventre par deux camarades (l'un prenant le bras, l'autre la jambe pour faire basculer doucement l'enfant).

LE JEU DU MIROIR



PS - MS - GS

Objectif :

- aiguïser la concentration des enfants et leur attention aux autres en reflétant leurs mouvements.

Règles du jeu :

Les enfants sont deux par deux, debout et face à face.

L'un est le miroir, et imite les mouvements de celui qui est en face.

On peut aussi mettre de la musique, il s'agit alors d'imiter la danse de l'autre.

On peut aussi travailler sur les changements de rythme.

J'AIME BIEN

PS/MS/GS

Objectifs

- Développer la connaissance de soi en identifiant ce que l'on aime ou n'aime pas.
- Favoriser la compréhension des autres en découvrant leurs goûts et leurs émotions.

Matériel

- Papier
- Crayons de couleur
- Magazines pour découper des images
- Colle
- Affiches des émotions

Déroulé de l'activité :**1. Présentation de l'activité**

- Expliquez aux enfants qu'ils vont réfléchir à ce qu'ils aiment et ce qu'ils n'aiment pas, et qu'ils vont pouvoir le dessiner ou le représenter en collant des images.
- Dites-leur que cette activité permet de mieux se connaître et de mieux comprendre leurs camarades.

2. Réalisation de l'activité

- Étape 1 : Dessiner ou coller
 - Distribuez le matériel (papier, crayons, magazines, colle).
 - Chaque enfant dessine ou colle des images représentant : ce qu'il aime (une activité, un objet, un moment). Ce qu'il n'aime pas.
- Étape 2 : Relier aux émotions
 - Posez des questions pour les aider à nommer leurs émotions : « Quand tu fais cette activité, comment te sens-tu ? » (heureux, calme, excité, etc.) « Où ressens-tu cette émotion dans ton corps ? » (dans la tête, le ventre, les jambes...).
- Variation possible :
 - Placez les affiches des émotions dans la salle.
 - Demandez aux enfants de choisir une émotion et d'y associer ce qu'ils aiment ou n'aiment pas.
 - Les enfants peuvent aussi apporter un objet de chez eux qui représente quelque chose qu'ils aiment faire. Ils le présentent aux autres.

3. Partage et discussion

- Une fois les dessins terminés, invitez chaque enfant à présenter sa création au groupe.
- Questions pour guider la discussion :
 - « Pourquoi as-tu choisi cette activité ou cet objet ? »
 - « Comment te sens-tu quand tu fais cela ? »

- « Où ressens-tu cette émotion dans ton corps ? »
- Soulignez que chacun est différent et que ce qu'un enfant aime peut être différent des autres, ce qui est normal et enrichissant.

Conseils :

Petite section : simplifiez le langage, en vous concentrant sur les émotions primaires (joie, tristesse, peur, colère) et sur l'expression non-verbale (gestes et mimiques).

Moyenne section : posez des questions simples pour introduire les mots-clés des émotions et encouragez les enfants à verbaliser leurs ressentis.

Grande section : proposez des questions ouvertes pour relier les goûts aux émotions ressenties dans le corps et animez une discussion sur le respect des différences.