

LA MÉTÉO DES HUMEURS

THÉMATIQUES ABORDÉES

Les différentes émotions ;
Les expressions du visage ;
Le travail de respiration ;
Les gestes de la colère

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Ce cycle vise à accompagner les enfants dans la compréhension de leurs ressentis et de leurs sentiments par le biais d'objets, d'histoires, de dessins et de musiques. Partir d'une manifestation physique pour mieux comprendre les réactions des autres.

NOMBRE DE SÉQUENCES DU CYCLE

6 séances (moyenne de 1h15)

PUBLIC / ÂGE ET NOMBRE MINIMAL/MAXIMAL D'ENFANTS

3 – 6 ans
6 enfants minimum et 12 enfants maximum

IDEES DE SORTIE EN RAPPORT AVEC LE CYCLE

Visite d'un théâtre

PROGRAMME DES SÉANCES

Séance 1 : Le bonhomme à émotions

Séance 2 : Les chaudoudoux

Séance 3 : Le fou rire

Séance 4 : La boîte à cris

Séance 5 : Les poupées russes des émotions

Séance 6 : Le gruffalo

RELATIONS AVEC LES AUTRES TEMPS DE L'ENFANT

Aborder les émotions à travers la mise en place d'activités présentes dans ces séances sur les temps d'accueil périscolaires du matin et du soir.

Mettre en place des rituels autour de la découverte des émotions permettra à l'enfant de mieux comprendre ce qu'il ressent, ce qui favorisera la communication bienveillante au sein du groupe.



PROLONGEMENT/APPROFONDISSEMENT

Quelques ressources sur la pédagogie auprès des petits

· Amitiés entre enfants : série documentaire de Valeria Lumbroso sur les relations entre enfants, les premières amitiés, de la crèche à l'école. Certaines parties sont accessibles en ligne.

· <http://spectredelautisme.blogspot.fr/2016/02/emotions-enfants-besoinsparticuliers.html> : les sites spécialisés sur l'autisme proposent plusieurs outils pour la gestion des émotions, à réadapter pour vos publics !

D'autres sites généralistes :

· www.ricochet-jeunes.org : Ricochet pour des idées de livres jeunesse avec une recherche possible par thématique et par tranche d'âges.

· Pour les maternelles, beaucoup d'enseignants, ainsi que de parents, rédigent des blogs avec des idées d'activités et de livres très bien détaillés, comme celui-ci www.cabaneaidees.com :

· www.momes.net/comptines : pour des idées de comptines et de chansons

Bonus films et livres

· Vice versa, Pixar, 2015 : ce long métrage aborde avec beaucoup de finesse les différentes émotions. Si les 3-6 ans sont encore un peu petits pour voir le film en entier, quelques extraits pourront être utilisés, en particulier le début du film.

· Chez Picolia éditions, la collection Les sentiments explique aux tout-petits la peur, la colère, la joie... en suivant un petit lapin.

· Léo et Popi, les petits bonheurs au fil des saisons, Hervé Secher, Claire Clément, Helen Oxenbury, Bayard jeunesse, 2013



SÉANCE 1 : LE BONHOMME A ÉMOTIONS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier différentes émotions et comprendre la façon dont elles se manifestent sur le visage
- Fabriquer un bonhomme à émotions.

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATÉRIEL NECESSAIRE

Pour les bonhommes à émotions : Du carton, des feutres, de la peinture, des attaches parisiennes, des ciseaux, de la ficelle.

Pour le Mange-colère : des bouts de papier à froisser, une corbeille à papier ou un carton.

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

DURÉE TOTALE

> 1h30

DÉROULÉ

15 min – L'histoire

Dans l'idéal, une histoire qui détaille les différentes émotions qui existent.

Une suggestion : *Rouge comme une tomate ; et autres émotions naturelles*, Joost Elffers et Saxton Freymann, Mila éditions, 2007.

Petit résumé : un petit livre amusant pour comprendre les mimiques que nous faisons tous et toutes lorsque nous sommes en colère, triste... et pour bien comprendre, ce sont des fruits et légumes qui racontent l'histoire !

Quelques idées de questions pour les enfants : comment les personnages se sentent dans l'histoire : est-ce qu'ils sont tristes ? En colère ? Contents ? Impatients ?

30 min – L'activité manuelle : le bonhomme à émotions

Pour aider les enfants à comprendre les différentes mimiques liées aux émotions, les encourager à fabriquer un bonhomme à émotions.

Exemple de bonhomme à émotion sur le site <http://mrprintables.com/learning-about-emotions.html> (en anglais mais images très claires)

-Distribuez aux enfants un rond en carton de 15 centimètres de diamètre environ avec des trous déjà percés pour les sourcils, les yeux, le nez, la bouche et les joues.

-Pour les éléments du visage, les plus grands peuvent les découper (en suivant un modèle) et les plus petits peuvent simplement les décorer.

-Aidez les enfants à accrocher les éléments avec des attaches parisiennes.

Une fois tous les visages prêts, laissez les enfants faire quelques tests pour voir quelles sont les émotions qui apparaissent dès que l'un des éléments bouge. Pour que les enfants puissent accrocher ce bonhomme, vous pouvez faire un trou tout en haut de la tête et y passer une petite ficelle.



30 min – L'activité collective : le Mange-colère

Rassemblez tous les enfants ~~ensemble~~ avec leur bonhomme. Demandez-leur de vous montrer à quoi ressemble leur bonhomme lorsqu'ils sont contents puis, lorsqu'ils sont en colère. Comment font-ils pour faire sortir cette colère ?

Pour que tout le monde se sente bien ensemble, ~~vous allez~~ construire un « Mange-colère » : un récipient où tout le monde pourra mettre sa colère et la laisser à cet endroit, sans la ramener à la maison.

C'est un endroit où mettre la colère quand on le souhaite, pendant la séance, avant ou après.

Concrètement, pour le Mange-colère, il vous faut un récipient identifié : corbeille à papier, carton, boîte... lorsque les enfants ont besoin d'y mettre quelque chose, ils froissent un bout de papier de brouillon et le jettent dans le Mange-colère.

Avec les enfants, vous pouvez donc faire deux groupes pour :

- Décorer le Mange-colère avec des dessins, des gommettes, des découpages...
- Préparer des papiers de brouillon à jeter dedans.

Conseil(s)

Plusieurs modèles et idées sont disponibles sur Internet.

Distribuer un support qui représente un visage, auquel les enfants peuvent ajouter différentes parties : les sourcils, les yeux, le nez, la bouche, des larmes... pour symboliser un changement d'émotion.

Possibilité d'utiliser de la pâte à modeler, pâte à sel, des gommettes...

Il est également possible de fabriquer des marionnettes à doigts ou à mains qui représentent chacune une émotion différente.



SÉANCE 2 : LES CHAUDODOUX

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Réfléchir ensemble à ce qui fait pleurer,
- Comprendre comment être réconforté et réconforter les copains.

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Pour les poupées du tracas : cartons et papiers rigides, ficelles, feutres, laine, bâtons d'esquimaux...

Pour les chaudoudoux : laine, peluches, tissus... dans tous les cas, des matières plutôt douces et soyeuses. Des yeux en plastique.

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Une grande salle

DURÉE TOTALE

> 1h30

DÉROULÉ

15 min – L'histoire

Dans l'idéal, une histoire où les personnages sont tristes et montrent comment se manifeste cette tristesse. Possibilité d'utiliser une histoire qui mêle tristesse et joie car ces deux sentiments sont liés.

Une suggestion : *Le conte chaud et doux des chaudoudoux*, Claude Steiner et Pef, Interéditions, 1984

Petit résumé : dans une ville imaginaire, les habitants s'échangent dans la bonne humeur des chaudoudoux. Jusqu'à ce qu'une vilaine sorcière les remplace par des froids-piquants... une histoire toute douce pour découvrir comment prendre soin les uns des autres.

Quelques idées de questions pour les enfants : qu'est-ce qu'il se passe lorsque l'on reçoit un froid-piquant : est-ce qu'on rit ? Est-ce que l'on pleure ? Pour vous aider, vous pouvez reprendre les bonshommes confectionnés lors de la première séance. Et comment peut-on faire pour consoler quelqu'un qui a l'air triste ? Quelqu'un qui est pris dans des froids piquants ? Si on est tout seul, comment on fait pour avoir l'impression d'être avec des chaudoudoux ?

30 min – L'activité manuelle : les poupées du tracas

D'après la légende guatémaltèque, les enfants fabriquent des poupées pas plus hautes que leurs doigts, auxquelles ils racontent tous leurs soucis avant de s'endormir. Glissées sous les oreillers, les poupées emportent les soucis pendant la nuit... en cas de gros souci, ils cachent la poupée dans un endroit secret, un soir de pleine lune. Et le souci disparaîtra à la prochaine pleine lune.

Pour réaliser des poupées facilement, plusieurs techniques existent : il faut surtout qu'elles tiennent dans une main d'enfant. Elles peuvent être en tissu, en carton, en pince à linge, dessinées ou habillées avec du tissu, de la laine... Vous pourrez aussi



fabriquer avec eux une petite trousse ou une boîte où les ranger, par exemple une boîte d'allumettes décorée.



30 min – L'activité collective : les Chaudoudoux

Pour finir l'activité, les enfants fabriquent un stock partagé de chaudoudoux. Ils pourront être mis dans un seau, un panier ou une grande boîte, visible en permanence. Dès que l'un ou l'une d'entre elle semble un peu triste, les autres pourront aller lui chercher un chaudoudou ! À la fin de la journée, on remet les chaudoudoux dans le stock.

La forme des chaudoudoux est à inventer : une peluche, une pelote de laine, un dessin, une sculpture en pâte à modeler. Peu importe ! Tant que les enfants y voient du réconfort et une façon de sécher leurs larmes.

Pour ressembler à ceux du livre, vous pouvez tout simplement confectionner des pompons en laine, de toutes les couleurs, auxquels ajouter des yeux en plastique !

CONSEIL(S)

Pour les plus grands, à partir de 4/5 ans, vous pourrez aussi leur lire *Billy se bille*, l'histoire d'un petit garçon qui découvre l'utilisation des poupées tracas pour lutter contre toutes ses peurs et angoisses du soir...

LIEN(S)

www.petitestetes.com/bricolage.html : l'un des blogs où trouver plein d'idées !

Sur le réseau social Pinterest, vous trouverez multitude de versions des poupées guatémaltèques et des chaudoudoux. L'inscription est gratuite.

<https://www.fr.pinterest.com>

SEANCE 3 : LE FOU RIRE

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Comprendre ce qui déclenche le rire chez soi et chez les autres,
Ressentir les bienfaits du rire dans le corps.

NOMBRE ET COMPETENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATERIEL NECESSAIRE :

L'histoire à raconter

AMENAGEMENT DE L'ESPACE

Un espace en plein air ou une grande pièce, dégagée.

DUREE TOTALE

> 1h30

DEROULE

15 min – L'histoire

Dans l'idéal, une histoire qui mêle différents sentiments, plutôt positive, tournée vers la joie de vivre.

Deux idées :

100 raisons de prendre la vie du bon côté ! Amélie Falière, Seuil jeunesse, 2012

Face aux petits désagréments, les personnages gardent leur positive attitude !

Rire et chatouilles, Carol Thompson, Casterman, 2012

Quelques idées de questions pour les enfants : est-ce que cela leur arrive de rire ? Est-ce que c'est agréable ? Est-ce qu'ils savent pourquoi ils rient ? Est-ce que tout le monde rit de la même façon, en faisant les mêmes sons ? Vous pouvez échanger un peu sur les différents rires : ceux qui rient la bouche ouverte, la bouche fermée, en disant « Haha » ou en pouffant de rire. S'ils n'ont pas d'exemple, demandez-leur d'imiter leurs parents, la maîtresse, un frère ou une sœur.

45 min - Le yoga du rire

Le rire, ce n'est pas seulement lorsque quelqu'un nous raconte une blague ou nous fait des chatouilles. C'est aussi une façon de se sentir bien, de respirer, de se détendre. Voici donc plusieurs petites activités à expérimenter! Pour faciliter la mise en place des jeux, vous pouvez aussi faire des petits groupes.

15 min - Le petit chat malade

Tous les enfants sont assis en cercle. L'animateur ou l'animatrice se déplace au milieu du cercle, à quatre pattes. Dès qu'il ou elle s'arrête devant un enfant, celui ou celle-ci doit lui caresser la tête en répétant trois fois « pauvre petit chat malade ». Si jamais l'enfant rit, il ou elle remplace l'animateur et devient le chat !

Pour corser les choses, le chat peut faire des grimaces, miauler, ronronner. Il peut toucher celui ou celle qui le caresse uniquement avec la tête, comme un vrai chat.

15 min - Les binômes

Deux par deux, les enfants sont dos à dos, épaules contre épaules et fesses contre fesses. Laissez-les rire pendant quelques minutes, toujours dos à dos.



Demandez-leur si certaines parties du corps bougent lorsque l'on rit. Pour les plus petits, ils peuvent simplement montrer : les épaules qui bougent, les mains qui remontent devant la bouche, la tête en arrière... chacun rit différemment !

15 min - La salade de rires

Demandez à tous les enfants de se mettre en cercle, assis ou debout. Ils peuvent aussi être couchés, toutes les têtes vers le centre.

Les enfants devront répéter les sons que vous ferez. Commencez par « HA », puis « HAHA », puis « HAHAHA » puis « HAHAHAHA » en laissant les enfants répéter.

Théoriquement à ce stade, un fou rire général devrait prendre le dessus.

Si cela fonctionne bien, vous pouvez leur demander de rire en changeant de voyelles. Par exemple, passer du « hahaha » au « hihihhi » et « hohoho ».

Pour calmer tout le monde, vous pouvez aussi faire le chef d'orchestre et les faire rire doucement puis de plus en plus fort, pour ensuite redescendre.

10 min – motricité : la danse du limousin

Pour clôturer la séance, voilà une idée de danse joyeuse pour bouger tous ensemble, un peu dans tous les sens. Pour la danse du limousin, les enfants sont en cercle et tournent en marchant. Au fur et à mesure, on tape sur sa tête, sur son ventre, on saute à cloche pied... Pour chaque couplet, vous pouvez demander aux enfants, à tour de rôle, de donner une idée de geste et tous les autres reprennent. C'est le même principe que *Jean petit qui danse*.

CONSEIL(S)

Le rire libère de l'endorphine et permet de lutter contre le stress. C'est pour ça que l'on se sent si bien après un fou rire. Au risque d'avoir mal aux abdominaux à force de les contracter ! Tous les jours, un enfant rit plus de 200 fois, contre 15 fois pour les adultes...

LIEN(S)

Quelques idées de comptines à mimer (avec une vidéo explicative) ici :

<http://dessinemoiunehistoire.net/>

Sur le yoga du rire :

<http://apprendreaeduquer.fr/5-jeux-du-rire-enfants-leurs-parents/>



SÉANCE 4 : LA BOÎTE A CRIS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Découvrir les gestes de la colère,
Apprendre à accepter cette colère et à la gérer, notamment en groupe.

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Pour la boîte à cris : petites boîtes en carton, feutres, marqueurs, scotch.

Pour la cocotte-minute : un grand carton avec une cocotte-minute dessinée, petites étiquettes, feutres et marqueurs.

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Une grande salle

DURÉE TOTALE

> 1h30

DÉROULÉ

15 min – L'histoire

Dans l'idéal, une histoire qui décrit comment on se sent lorsqu'on est en colère, ce qu'il se passe dans la tête et comment cela se manifeste dans les gestes.

Deux idées :

Grosse colère, Mireille D'Allancé, L'école des loisirs, 2000

La colère du dragon, Thierry Robberecht et Philippe Goosens, Mijade, 2005

Petits résumés : Deux histoires où la colère apparaît comme une ombre gigantesque et rouge, et comme un dragon, qui détruisent tout sur leur passage.

Quelques idées de questions pour les enfants : et toi, est-ce que tu as déjà eu une grosse colère et pourquoi ? Qu'est-ce que tu as fait ?

Pour aider les enfants, vous pouvez leur montrer les images des personnages qui renversent tout dans leur chambre et qui ont les joues toutes rouges, les sourcils froncés. On peut aussi reprendre les bonshommes de la séance 1.

30 min – L'activité manuelle : la boîte à cris

Chaque enfant a une petite boîte en carton à disposition pour la peindre, y coller des gommettes dessus, écrire son nom pour ceux qui le peuvent.

Le principe : lorsque la grosse colère monte, on peut ouvrir la boîte et crier DEDANS (c'est important). Ensuite, on referme très vite la boîte pour que la colère reste à l'intérieur. Et dès qu'on peut, chacun et chacune sort sa boîte à l'extérieur et ouvre le couvercle pour la grosse colère s'en aille loin.

Pour éviter une cacophonie générale, on peut aussi crier sans utiliser les cordes vocales ou crier à voix basse... même si c'est beaucoup moins efficace...



30 min – L'activité collective : la cocotte-minute

Sur un grand carton, dessiner une cocotte-minute. À côté, faire des petits papiers plastifiés avec des mots clés dessus et un visage qui représentent une émotion. Ces émotions peuvent être choisies avec les enfants. Par exemple : ça explose, je suis très fâché, je suis triste...

Lorsqu'un enfant sent qu'il ou elle peut « exploser », il ou elle choisit l'une de ces petites étiquettes et la colle sur la cocotte-minute. Tout le monde fera bien attention à ce qu'elle ne déborde pas ! On peut utiliser aussi un volcan ou tout autre objet qui peut exploser sous la pression !

20 min - Motricité : le parcours des combattants

Pour finir la séance, proposez aux enfants un parcours pour se défouler, plutôt actif. Quelques idées : un chamboule-tout avec des dessins qui symbolisent la colère, des objets à transvaser d'un cerceau à l'autre pour mettre la colère en dehors de nous, un concours de grimaces de colère... Attention à bien gérer la fin de l'atelier pour que les enfants ne terminent pas surexcités !

CONSEIL(S)

C'est important d'expliquer aux enfants que la colère, c'est un sentiment naturel, que tout le monde ressent. Ce n'est pas mal en soi, si cela ne blesse personne. Mais comme ce n'est pas très agréable, c'est important de savoir comment l'exprimer pour ne pas la garder à l'intérieur, et devenir un dragon !

Pour que les parents puissent utiliser la boîte à cris à la maison, pensez à coller une petite explication au dos de la boîte, ou dans un cahier d'activités si vous en avez un. Dans tous les cas, c'est important de bien préciser son usage pour éviter de surprendre toute la famille !

En fin de séance, au moment de la météo de l'humeur, demandez si les enfants ont besoin d'une boîte à cris ou plutôt de chaudoudoux pour savoir comment vider la cocotte-minute. Il faut trouver un système et un moment identifié pour la vider, au cours de la journée, pour qu'il y ait une échappatoire.

LIEN(S)

Sur l'utilisation de la boîte à cris :

www.savezvousplanterdeschoux.com/boite-cris/

Une autre variante du baromètre de la colère :

<http://spectredelautisme.blogspot.fr/2016/02/barometre-de-la-colere.html>



SÉANCE 5 : LES POUPÉES RUSSES DES EMOTIONS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Aider les enfants à comprendre que les émotions s'emboîtent et s'enchaînent,
Se rendre compte de ses propres réactions dans les situations de la vie courante.

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATERIEL NÉCESSAIRE

Pour les poupées russes : modèles à découper, ciseaux, feutres, crayons de couleurs, gommettes, tissus, laine...scotch

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Une grande salle

DURÉE TOTALE

> 1h

DÉROULÉ

15 min – L'histoire

Dans l'idéal, une histoire où les personnages ont du mal à rester en place pour montrer aux enfants ce qu'il se passe lorsqu'on a du mal à patienter.

Une idée : *Olivia prépare Noël*, Ian Falconer, Seuil jeunesse, 2008

Petit résumé : une petite fille essaie tant bien que mal de patienter avant l'arrivée du Père Noël et enchaîne les bêtises...

Quelques idées de questions pour les enfants : comment Charlotte réagit ? Est-ce qu'elle reste en place ? Et toi, lorsque tu attends quelque chose, est-ce que tu arrives à rester assis ou est-ce que c'est difficile ? Pourquoi ?

30 min – L'activité manuelle : les poupées russes des émotions

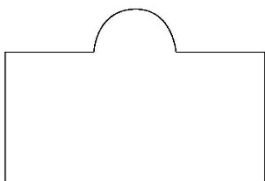
Pour bien faire comprendre aux enfants le lien entre toutes nos émotions, voici un modèle tout simple de poupées russes à reprendre, à découper et à décorer.

Sur chacune des poupées russes, les enfants peuvent dessiner des yeux, une bouche, des sourcils différents pour montrer ces différentes émotions. Il n'y a pas d'ordre obligatoire, à eux de choisir celle qui peut être la plus grande émotion : la poupée qui recouvrira les autres.

Pour le modèle, il est à imprimer via ce lien :

www.blog.imagesdoc.com/wp-content/uploads/2010/01/Gab-poupees-russes.pdf

Sinon, il suffit de dessiner cette forme de trois tailles différentes pour que les enfants la découpent et la décorent.



15 min – Les situations du quotidien

Avec des exemples du quotidien, demandez aux enfants comment ils réagissent dans cette situation. Vous pouvez soit leur montrer des images, soit les jouer avec eux. Pour s'aider, ils peuvent aussi utiliser les petites poupées russes et montrer celle qui correspond à leur ressenti ou utiliser les bonshommes créés à la séance 1.

Quelques idées non exhaustives de situations :

On te donne des bonbons.

Ton papa ou ta maman te gronde très fort.

Un copain te bouscule dans la cour de récré.

Tu te réveilles après un cauchemar, en pleine nuit.

Tu tombes de ton vélo et te fais très mal.

CONSEIL(S)

Pour bien comprendre les connexions entre toutes les émotions, vous pouvez aussi utiliser un extrait du film *Vice versa* des studios Pixar. Il présente assez clairement la joie, le dégoût, la peur, la colère et la tristesse. Un extrait de quelques minutes peut permettre aux enfants de personnaliser les différentes émotions avec les personnages du film !

Si vous avez encore les livres à portée de main, vous pouvez reparler avec les enfants des personnages qu'ils ont vus au fil des séances pour mieux faire le lien entre ces situations.



SÉANCE 6 : LE GRUFFALO

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Permettre aux enfants d'identifier les signes de la peur
Comprendre que la peur peut aussi être un moteur.

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

Un animateur niveau BAFA

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Pour le Gruffalo : feuilles, feutres, colle, scotch, tissus...

Pour Pierre et le loup : un téléphone ou une chaîne hifi pour diffuser de la musique, un espace en plein air ou une grande salle dégagée.

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE :

Une grande salle

DURÉE TOTALE

> 1h15

DÉROULÉ

15 min – L'histoire

Dans l'idéal : une histoire où les héros affrontent leurs peurs et/ou leurs angoisses.

Deux idées :

Mes petites peurs, Jo Witek et Christine Roussey, La Martinière jeunesse, 2015

Un livre sur les petites peurs du quotidien entre la cuisine et la chambre, le salon et le cabinet du médecin !

Gruffalo, Julia Donaldson et Axel Scheffler, Gallimard Jeunesse, 2012

Pour comprendre que ce ne sont pas toujours les plus petits qui ont peur des plus gros. L'histoire existe aussi sous forme de film d'animation.

Quelques idées de questions pour les enfants : et toi, qu'est-ce qui te fait peur ? Est-ce que c'est agréable d'avoir peur ? Comment faire lorsqu'on a peur ? Est-ce qu'il y a des choses qui leur faisaient peur avant et plus maintenant ?

30 min – L'activité manuelle : le Gruffalo

En reprenant l'histoire du Gruffalo, tous les enfants imaginent leur Gruffalo à eux. Ils le dessinent sur une grande feuille.

Pour respecter l'esprit du Gruffalo, il faut surtout un personnage un peu rigolo, qui fasse plus rire que peur !

Un grand Gruffalo peut aussi être fait par tout le groupe, si les enfants réussissent à se mettre d'accord sur ses yeux, la taille de ses pattes, la couleur de sa peau ou de son pelage...

30 min – motricité : Pierre et le loup

Pour aider les enfants à mieux se rendre compte des différences entre la peur et le courage, vous pouvez utiliser le début de l'histoire de *Pierre et le loup*. Au tout début, tous les personnages sont présentés et identifiés par une mélodie différente. Les



enfants sont debout, partout dans la pièce. À chaque musique différente, ils miment les personnages en utilisant leurs bras, leurs jambes, en faisant des grimaces si besoin. N'hésitez pas à passer les extraits plusieurs fois, dans des ordres différents.

Par exemple : Pierre sautille, l'oiseau saute à pieds joints, le chat avance sur la pointe des pieds, le grand père a les bras croisés et les sourcils froncés, les chasseurs avancent doucement, le loup est à 4 pattes, tout doucement, l'air sérieux, qui fait peur...

Quelques repères sur les personnages et les instruments reliés :

L'oiseau : une flûte légère

Le canard : un hautbois mélancolique

Le grand-père : un basson qui bougonne

Les chasseurs : les timbales et la grosse caisse pour les coups de feu

Le loup : les cors sévères et sombres

Pierre : les violons légers et joyeux

CONSEIL(S)

Pas la peine d'insister sur les grosses peurs des enfants, pour éviter de réveiller des angoisses. N'hésitez pas à leur dire aussi que les adultes peuvent avoir peur, comme les enfants ! Finalement, le plus important, c'est surtout de comprendre de quoi on a peur pour passer au-dessus.

LIEN(S)

La musique de *Pierre et le loup* est facilement trouvable sur toutes les plateformes d'écoute en ligne.

Pour aller plus loin :

www.lafermedubuisson.com/IMG/pdf/Dossier_peda_Pierre_et_le_loup.pdf

Une autre idée de livre pour les moins de 4 ans : *Lou et Mouf, ça fait peur !* Jeanne Ashbé, Pastel-École des loisirs, 2005

