



11

Comptine pour respirer

Plus de bruit

DORNER Christina

Chut, chut, pas de bruit !
Les enfants sont endormis !

Inspire et expire 3 fois !
Car le père Noël est là !

Mphhhh, pffffff (3x)



Petit ou grand groupe

Activité de relaxation
activité de respiration





Niveaux PS, MS, GS

Matériel Comptine Plus de bruit

Objectif

Se détendre et respirer

Les élèves sont assis en tailleur.

Réciter la comptine et leur demander ce qu'ils ont compris, retenu. Les amener à la répéter plusieurs fois afin qu'ils se l'approprient.

Les fois suivantes, demander de réciter en insistant sur la respiration.

Réitérer l'activité 3 ou 4 fois en parlant de moins en moins fort : la première fois d'une voix posée, la deuxième en chuchotant et la troisième en bougeant les lèvres uniquement.

Cette comptine pourra être reprise à différents moments pour amener les élèves à se poser et à respirer.



Proposer aux élèves de poser les mains sur le ventre pendant la phase de respiration.

Activité de relaxation

activité de respiration



12

Noël en rythme



Petit ou grand groupe

Activité mathématique

pour découvrir les formes, les grandeurs et les suites organisées





Niveaux PS, MS, GS

Matériel Boules, étoiles, cadeaux (ressources numériques)

Objectif

Poursuivre un algorithme

Débuter un algorithme devant les élèves à l'aide des cartes.

À tour de rôle, les élèves poursuivent l'algorithme en déposant la carte correspondante.

Complexifier l'algorithme en fonction du niveau des élèves, par exemple :

- ABAB pour les petits
- AABB ou ABC pour les moyens
- AABCAABC pour les grands



Aider les plus fragiles en nommant les objets à l'oral: « boule-cadeau-boule- cadeau- ? »

Activité mathématique

pour découvrir les formes, les grandeurs et les suites organisées