

LA BÊTE *curieuse*

À PARTIR DU POSTER À RACONTER

CHIEN-CHIEN EN BALADE



*Être calme et se concentrer
pour écouter, voir, sentir
et ressentir*



Suis chien-chien
tout le long
de sa balade
(avec les yeux
ou avec ton doigt).
Découvre
tous les petits
bonheurs
de chaque saison
et participe
en imitant
les sons.

OBJECTIFS :

- Renforcer son attention
- Se concentrer
- Gérer ses émotions
- S'auto-contrôler
- Accueillir l'expérience
telle qu'elle se présente
avec calme, dans une relation
à soi apaisée et bienveillante.

Chien-chien part en balade avec sa trottinette.
Les roues font du bruit sur le chemin.

Rrrrrrrrrrr

C'EST LE PRINTEMPS,

Chien-chien mange des cerises derrière un buisson.

Miam miam

Chien-chien prend une grande inspiration pour sentir les fleurs :
quel parfum agréable !

(grande inspiration).. **Hhhuuummm**

Chien-chien a vu un joli papillon.

Coucou

C'EST L'ÉTÉ,

Chien-chien embrasse un poisson.

Smack

Chien-chien lèche une glace.

Slurp

Chien-chien saute dans l'eau.

Plouf

Chien-chien joue avec son ami le dauphin.

Splash splash

Chien-chien s'amuse avec un ballon.

Boing boing

Chien-chien joue à saute-mouton avec des lapins.

Hop hop hop



C'EST L'AUTOMNE,

Chien-chien joue dans les feuilles d'automne.

Cric crac

Chien-chien balaye les feuilles.

Frouitch frouitch

Chien-chien saute et attrape un bâton entre ses dents

Croc

Chien-chien imite l'oiseau.

Cui cui

Chien-chien renifle une feuille qui tombe.

Snif snif snif

Chien-chien écoute la pluie tomber sur son parapluie.

Plic ploc plic ploc

C'EST L'HIVER,

Chien-chien adore le bruit des rubans et des papiers cadeaux.

Scritch scratch Wahouh

Chien-chien aime voir les flocons tomber en silence.

Chut

Chien-chien marche dans la neige, chaque pas fait un bruit sourd.

Crac

Chien-chien décore le sapin, les boules s'entrechoquent.

Gling gling

Avec son bonnet sur les oreilles, Chien-chien entend moins bien.

Mets tes mains sur tes oreilles et essaye d'écouter les bruits autour de toi.

Mais écoutons, là haut dans le ciel, c'est le père Noël...

HO HO HO

Une année est passée, j'ai appris à être calme et me concentrer pour écouter, voir, sentir et ressentir.

Ce document a été réalisé par
Mélanie Delamarre,
fondatrice de La bête curieuse

et

Nora Nafa,
Conseillère Pédagogique Départementale pour la maternelle
(Direction des services départementaux
de l'éducation nationale de l'Oise,
Académie d'Amiens)

la-bete-curieuse.com