

Un jour, une activité ... « L'ogre des mauvaises humeurs »

Domaine disciplinaire : **Arts visuels/Français (écrire des textes courts)**

Cycle et/ou niveau de classe : **Tout cycle**

Description de l'activité en 1 ou 2 phrases : **Fabriquer une boîte pour aider à gérer les colères.**

Matériel : **une feuille, une règle, un crayon.**

Durée maximale de l'activité : **indéfini**

Dans cette période où toutes les émotions ne sont pas faciles à gérer, voici une petite activité pour nous aider à les gérer de manière plus ludique.

Cet ogre est gourmand, il se délecte aussi des mauvaises humeurs des grands !!



Activité :

Nous allons créer un ogre des mauvaises humeurs. Il se réglera de toutes les mauvaises émotions que nous pouvons avoir.

Matériel :

Une feuille, une boîte en carton (boîte de céréales, boîte à chaussures, ...), des crayons de couleur, des feutres, de la colle et des ciseaux.

Consigne :

Imagine et crée la tête de ton ogre avec une grande bouche.

Colorie la puis colle-la sur la boîte.

Crée un trou au niveau de la bouche.

Utilisation de l'ogre:

Prépare des petits carrés de papier.

Chaque fois que tu te sens en colère ou que tu es de mauvaise humeur, écris ta colère sur un papier et glisse le dans la bouche de l'ogre.

Souffle. Tu te sens mieux.