

Activité 1 : Mathématiques > 3.2 Solides et figures :

3.2.2 Reconnaître, comparer, construire, exprimer : reconnaître les figures

Activité 2 : Français > Ecouter

Orienter son écoute en fonction de la situation de communication :

en tenant compte de l'intention poursuivie : prendre du plaisir.

Activité 3 : Education physique > **habilités gestuelles et motrices :** maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels

Concepteur : PETERS Michèle

Co-évaluateurs : GIRST Yanick et GREISCHER Mike

Activité 1 :

Les élèves sont amenés à observer quelques figures géométriques. Ensuite, ils sont chercheurs et doivent trouver quelques-unes de ces figures dans des objets à la maison ou à l'extérieur. Ils choisissent quatre de ces objets et ils les prennent en photo.

Ensuite, il est demandé aux élèves de créer des mandalas à partir de matériel de leur choix. Un mandala, c'est quoi ? « Le mandala est un terme générique pour toute représentation circulaire organisée autour d'un centre. [...] Un mandala est la **représentation autour d'un centre de figures géométriques** et de symboles. Ce mot sanskrit signifie *cercle* »¹ Ici, il ne s'agit pas d'un mandala tracé sur feuille, mais d'une représentation d'un mandala. Si possible, les enfants peuvent les construire dans le jardin, dans la forêt ou d'autres endroits à l'extérieur. Sinon, ils peuvent être créatifs à l'intérieur en représentant des mandalas avec d'autres objets de leur choix. Ils commencent par définir le centre du cercle et placent des objets autour de ce centre. Pour leur donner une idée et pour s'inspirer, j'ai ajouté trois photos de mandalas.

A la fin, je propose deux mandalas aux élèves qu'ils peuvent colorier. Ils peuvent en choisir un des deux et l'imprimer pour ensuite les colorier quand ils le souhaitent.

Activité 2 :

Cette activité est divisée en trois étapes.

1. Les élèves doivent s'imaginer une plage. Quand ils ont créé une image mentale, ils dessineront cette plage sur une feuille.
2. Puis, les élèves feront un petit jeu en ligne (LearningApps) où ils devront écouter les bandes sonores et associer les dessins qui conviennent. Il s'agit de bruits que l'on peut entendre sur la plage.
3. Pour finir, les élèves sont invités à participer à une méditation guidée. Toutes les consignes sont reprises dans l'enregistrement audio. Il s'agit d'une activité de détente ; de relaxation.

Activité 3 :

Les élèves regarderont la vidéo et suivront les consignes. Ils imiteront les mouvements, les poses du Yoga. Une activité de Yoga permet aux élèves de se relâcher, se concentrer et s'étirer.

Sources utilisées (inspirations pour les activités) :

¹Définition mandala : <https://www.mandalas-joyauxdelessenciel.com/le-mandala>

Mandalas coloriages :

<http://azcoloriage.com/mandala-enfant-a-imprimer>

https://www.mandalas-gratuits.net/niveaux-de-difficulte/facile-enfants/?image=easy_mandala-a-colorier-facile-enfant%20%283%29_2

Texte pour la méditation : <https://tompousse.fr/exercice-de-sophrologie-pour-enfant-a-la-plage-au-bord-de-la-mer/>

Activité 1 : Construire des mandalas

Objectif : L'enfant construit un mandala, à partir de matériel de son choix, en y incluant des formes géométriques.

Matériel nécessaire

- Un appareil photo ou un smartphone/tablette avec caméra

Matériel de ton choix pour créer un mandala.

Exemple de matériel :

- Des feuilles d'arbres, des branches d'arbres, des pommes de pin, ...
- Des legos, des stylos, des allumettes, ...
- Une feuille blanche et des crayons de couleur...

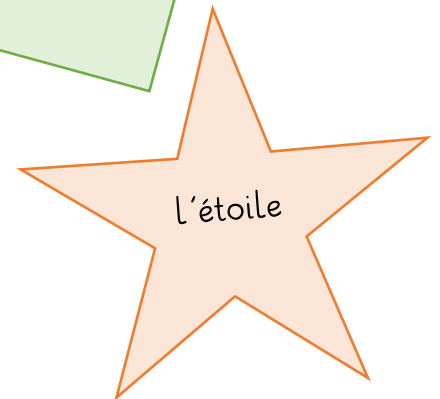
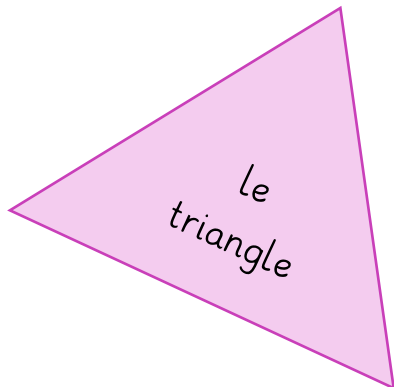
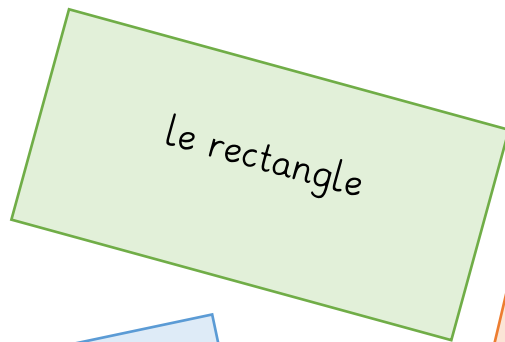
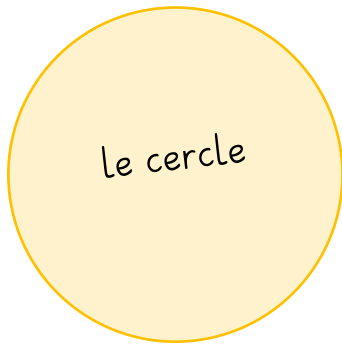
Consignes

Voir p. 4-6

Les figures



Observe les figures.



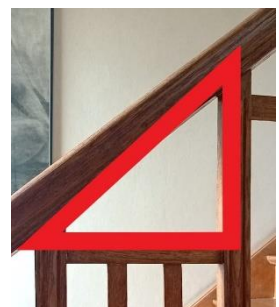
Cherche des objets qui ont une forme semblable à la maison ou à l'extérieur.



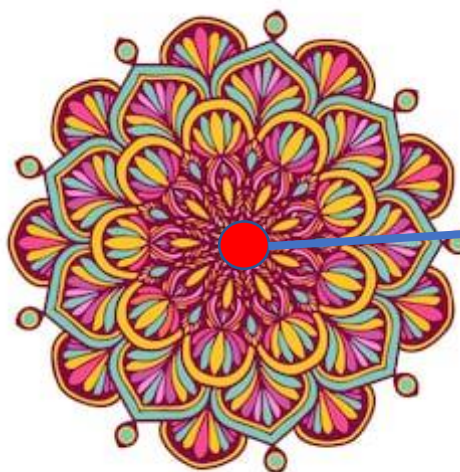
Prends-en 4 photos.

Attention : au moins deux figures différentes !

Voici quelques exemples :



Mandala



Le centre du
Mandala

shutterstock.com • 770973781



Connais-tu les mandalas ?

"Mandala „ vient d’une ancienne langue parlée en Inde et signifie cercle."

Les mandalas sont des dessins organisés autour d’un centre.



Défi : Crée un mandala à partir de matériel de ton choix.

Commence par le centre. Forme un cercle autour de ce centre avec tes objets.
Sois créatif(ve) et ajoute d’autres objets.

Exemples :

Photo 1 : Feuilles mortes, pommes de pin, cailloux.

Photo 2 : Matériel utilisé d’un jeu de société.

Photo 3 : Stylos, pièces de puzzle, bonbons.



1



2



3

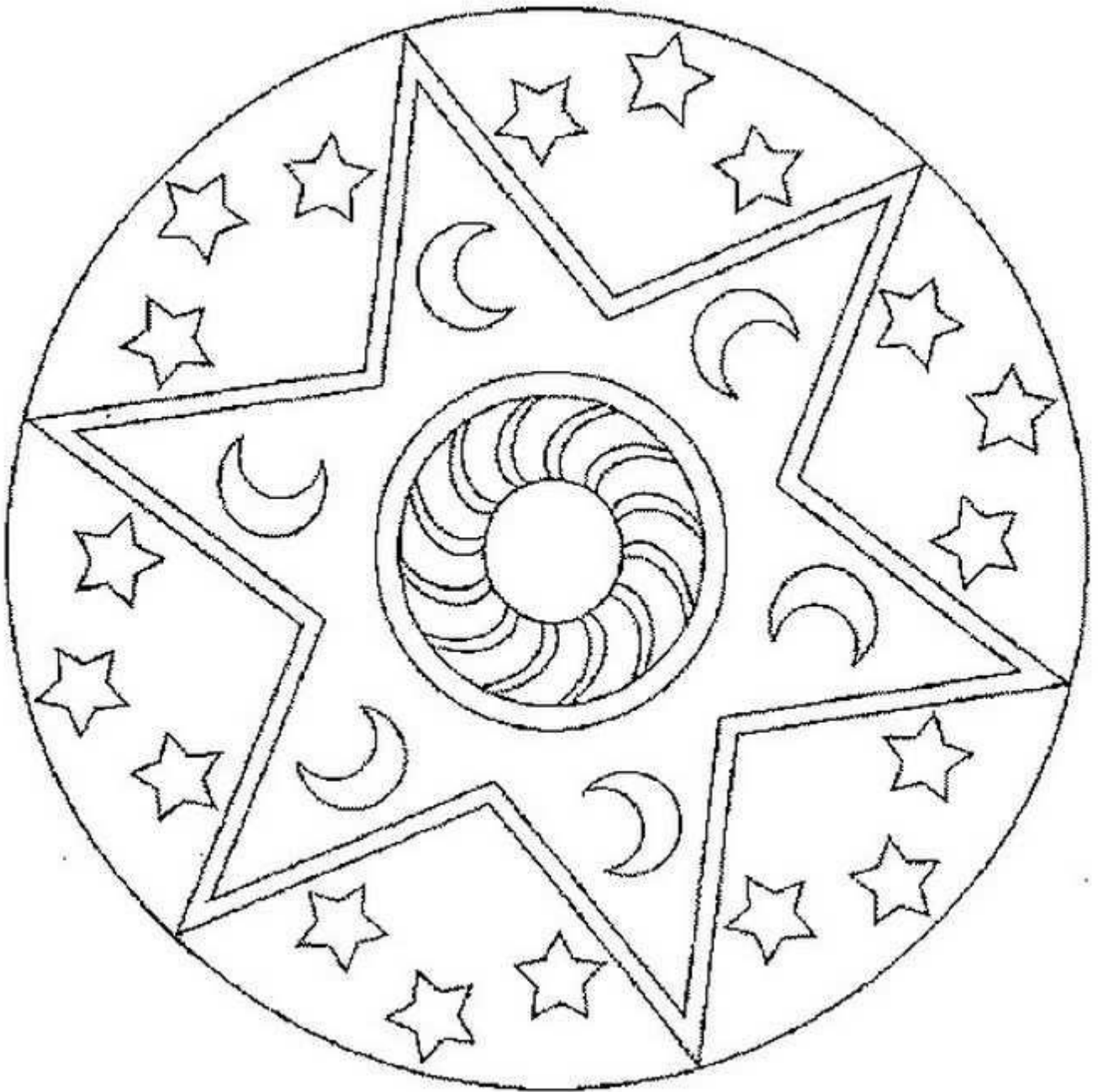


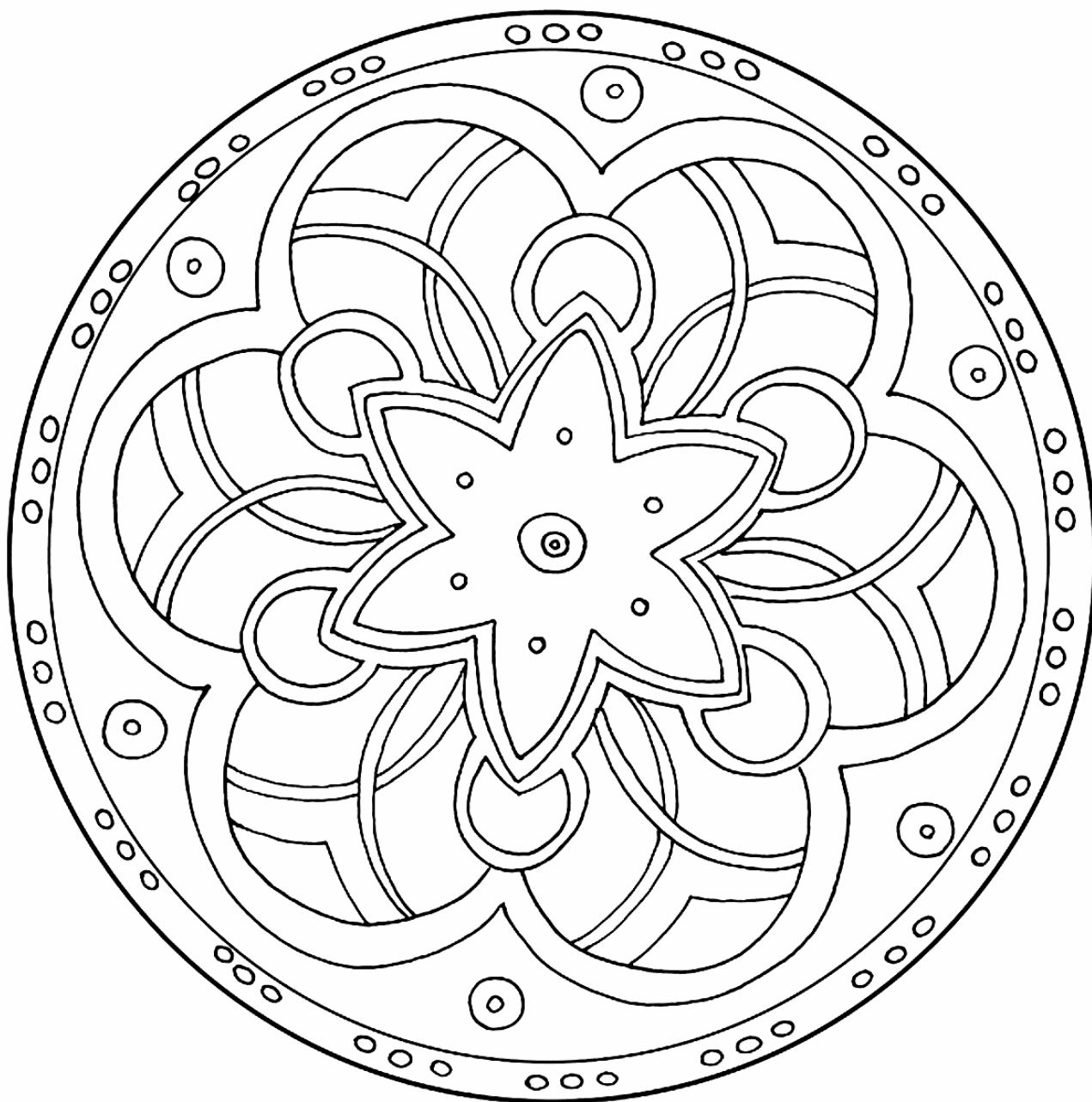
Imprime un des mandalas de ton choix. Colorie-le.



Attention :

- ☞ Utilise des crayons bien taillés.
- ☞ Sois précis(e). Ne dépasse pas les lignes.
- ☞ Ce n'est pas un exercice de rapidité.





Activité 2 : Lieu de détente

- Objectifs** :
1. Les élèves représentent sous forme de dessin leur image mentale de la plage.
 2. Les élèves associent les bruits sur la plage aux bons dessins.
 3. Les élèves se détendent.

Matériel nécessaire

- feuille blanche et crayons de couleur
- Ordinateur ou tablette.



Aujourd'hui, je vais t'emmener sur un lieu de détente.

Un lieu très relaxant.

Réfléchis : A ton avis, quel pourrait être ce lieu ?

Quand tu as trouvé une réponse, continue sur la page suivante.

Voici le lieu de détente que j'ai choisi :



La plage !



Imagine que tu sois à la plage. Que vois-tu ?

Quels objets ?

Quelles couleurs ?

Des animaux ?

Des personnes ?

Des jouets ?



1. Réalise un **dessin** d'une plage comme tu te l'imagines sur une feuille blanche.



2. Ouvre l'application <https://learningapps.org/watch?v=pi3gn4hoa20>.
Demande à tes parents pour t'aider.

Consigne pour l'exercice :

Ecoute les **bruits** (audio) et relie-les aux **dessins** qui correspondent.

Bon travail !

Quelques explications : utilisation de l'application

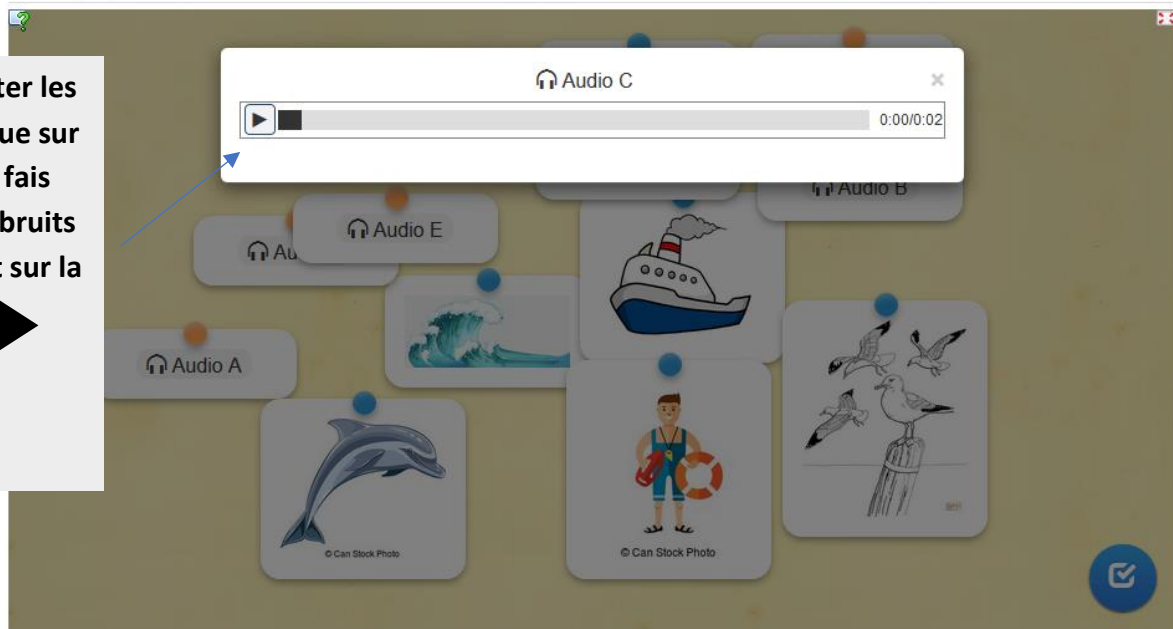
Sur la plage 2020-04-10

Consigne
Ecoute attentivement les sons et associe-les aux dessins.

OK

Lis la consigne et clique sur OK pour commencer.

Pour écouter les
bruits, clique sur
audio et fais
passer les bruits
en cliquant sur la
touche ▶



Pour relier les
bruits aux
dessins, clique
sur l'audio et
déplace-le vers le
dessin.



Si tu t'es
trompé(e), clique
entre le dessin et
l'audio pour les
séparer.



Quand tu as
terminé, tu peux
valider sur cette
touche.

3. Pour te détendre, je t'invite à partir en vacances.

Installe-toi confortablement dans ton lit, sur le sol ou dans le jardin.

Ouvre le lien <https://soundcloud.com/michele-peters-987299887/meditation-1/s-a9w7aluskCU> et écoute-moi.

N'hésite pas à réécouter l'enregistrement si cela te plait et te calme.

Activité 3 : Séance de Yoga

Objectif : Les élèves suivent les mouvements et prennent du plaisir.

Matériel nécessaire

- Mettre des vêtements plutôt confortables
- Ordinateur, tablette ou smartphone pour regarder la vidéo sur youtube

Cherche un endroit où tu as assez de place pour tendre tes bras vers les côtés, en arrière et en avant (dans ta chambre, le salon, dehors dans le jardin.).

Ouvre le lien. <https://youtu.be/gaBxnp56GMg>



Sois attentif(ve) que le niveau sonore de ton ordi ou tablette soit assez fort pour que tu puisses m'entendre.

Amuse-toi bien !