

Relaxation, retour au calme

Jeu silencieux et d'attention: le sorcier;

Les enfants sont assis en rond; l'un d'eux sort tandis qu'un sorcier est désigné dans la ronde. Un signe secret est proposé par le sorcier (grimace, clin d'œil...). L'enfant qui était sorti rentre dans la classe et le sorcier, à l'aide de son signe secret, doit endormir tous ses camarades de la ronde avant de se faire démasquer.

Les enfants ensorcelés ferment les yeux.



Comptine à mimer: jeux de doigts:

Hop ! J'attrape le papillon

Hop ! J'attrape le papillon (joindre les mains)

J'ouvre une petite porte (desserrer les index)

Une autre petite porte (desserrer les majeurs)

Encore une porte (desserrer les annulaires)

Et une toute petite porte (desserrer les auriculaires)

Oh ! Le papillon s'est envolé ! (Accrocher les pouces et remuer les doigts)

La plume;

Chaque enfant doit disposer d'un pinceau, dont il se caresse les mains, le cou, les différentes parties du visage, selon les instructions de la maîtresse.

Jeu silencieux et d'attention; contraction/décontraction de la bouche: le sourire;

Les enfants sont assis en cercle et doivent se passer un sourire: le premier sourit, puis transmet son sourire à l'enfant de son choix. Pour ce faire, il passe sa main devant sa bouche pour « prendre » son sourire (le sourire disparaît), puis il le « lance » vers un camarade. Le sourire apparaît alors sur son visage...

Comptine à mimer: massages du visage:

La petite souris va se préparer pour sortir: elle se frotte les mains l'une contre l'autre pour mettre de la poudre grise puis elle passe ses mains sur tout son visage, son front, ses yeux, ses joues, son nez, ses oreilles, ses lèvres, son menton, son cou et sur ses cheveux.

Avec son doigt, elle prend du gris pour en passer au dessus de ses yeux et sous ses yeux.

Elle prend ensuite de la crème grise toujours avec son doigt. La souris a 3 moustaches à droite : 1, 2, 3 moustaches et 3 moustaches à gauche : 1, 2, 3 moustaches.

La souris n'oublie pas le plus important: le bout de son nez...