

La sophrologie

Lundi, les enfants ont découvert la sophrologie. C'est avec plaisir qu'ils ont participé avec Anne-Cécile à de petits jeux. Ils permettent de mieux connaître leurs émotions, leur corps...



Pour se détendre, les enfants ont nettoyé la neige tombée sur les différentes parties du corps....



Ils ont ensuite mimé le papillon qui vole.

Ils ont soufflé sur leurs doigts....

