

Poireau a un gros chagrin

LES ÉMOTIONS DU POTAGER



Séance 3

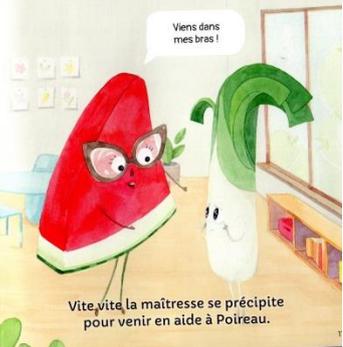
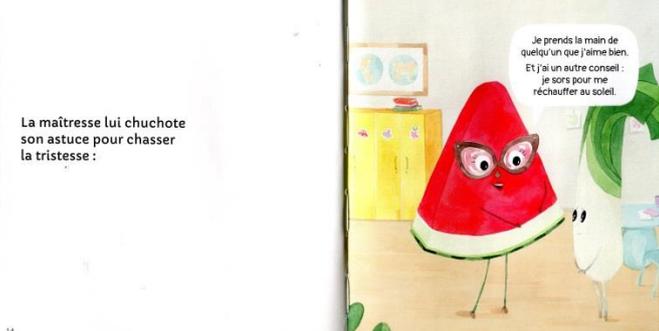
A préparer avant la séance :

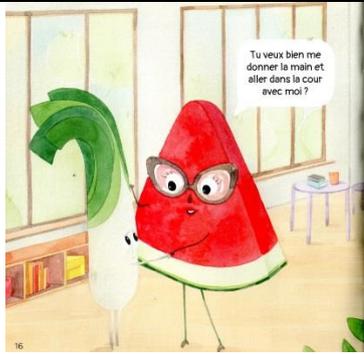
- image de « Poivron », « Poireau », « Carotte », « Salade » et « Maitresse Pastèque »
- image de poireau « triste »
- séance de yoga : « la salutation au soleil »
- affiche « exercice de Gaston pour faire partir sa tristesse »

Disponibles sur le blog

Relire aux enfants ce qui a été lu lors de la séance précédente et renommer les différents personnages de l'histoire.

Puis poursuivre la lecture

 <p>Viens dans mes bras!</p> <p>Vite, vite la maîtresse se précipite pour venir en aide à Poireau.</p>	<p>Maitresse pastèque vient aider Poireau => le rôle de la maitresse dans la classe pour aider les enfants à gérer ses émotions</p>
 <p>La maîtresse lui dit tout bas :</p> <p>Il m'arrive aussi d'être triste, de pleurer, de sentir mon cœur se serrer. La tristesse me donne l'impression d'être petite et fragile.</p> <p>Poireau n'arrive pas à parler, les sanglots bloquent sa voix :</p> <p>Snif, snif...</p>	<p>Poursuivre la lecture du livre</p> <p>Tout le monde peut être triste (rassurer les enfants car cette émotion n'est pas une exclusivité enfantine !!)</p>
 <p>La maîtresse lui chuchote son astuce pour chasser la tristesse :</p> <p>Je prends la main de quelqu'un que j'aime bien. Et j'ai un autre conseil : je sors pour me réchauffer au soleil.</p>	<p>Poursuivre la lecture du livre</p> <p>Les solutions de maitresse pastèque</p> <ul style="list-style-type: none">- Pourquoi Maitresse Pastèque parle du soleil ? => ça nous donne chaud- où peut-on aussi trouver de la chaleur ? => en se donnant la main, on partage notre chaleur et ça fait du bien !



Tu veux bien me donner la main et aller dans la cour avec moi ?

Poireau fait oui de la tête.



Tous les sens en éveil, il s'émerveille, tend l'oreille, sent la chaleur du soleil et regarde les abeilles.



Poursuivre la lecture du livre

Une solution pour chasser la tristesse est de sentir la chaleur du soleil => exercice de yoga : « la salutation au soleil »



Ouf ! Ça va mieux. Poireau arrive à parler :

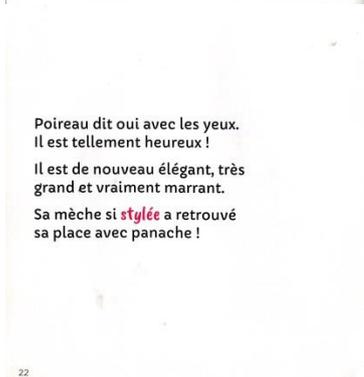
Je suis triste car j'ai oublié ma peluche à la maison. Je ne vais pas pouvoir la montrer aux copains et en plus, elle va rester toute seule... Snif...



La maîtresse écoute attentivement, sans lâcher la main de Poireau Rigolo.

Elle propose :

Ça te dirait de nous présenter ta peluche demain ?



Poireau dit oui avec les yeux. Il est tellement heureux ! Il est de nouveau élégant, très grand et vraiment marrant. Sa mèche si *stylée* a retrouvé sa place avec panache !



La tristesse est partie, bravo !

Bye bye la tristesse !

Poursuivre la lecture du livre

A la fin de la lecture de l'histoire, voir avec les enfants qu'elles sont les autres solutions que nous avons à notre disposition pour chasser notre tristesse :

- les choubidou (voir dans bulle de solutions)
- les exercices de Gaston la licorne (*Gaston la licorne et le magicien des couleurs : travail sur les émotions en GS/CP séance 3*)
- faire un gros câlin à la maitresse, à notre peluche Gaston ou à notre gros nounours !

