

Liste de matériel



Atelier 1:

- Fiche *Stressant ou pas?* (1 par élève)
- Découper de petits bouts de papier (1 par élève) et les placer dans un contenant * Réutiliser ces mêmes bouts de papier pour l'activité F

Atelier 2:

- Fiches suivantes : *La situation de Sacha* (1 par élève), *Mon niveau d'intolérance* (1 par élève) et *Exercice de respiration* (1 seule copie pour vous-même)
- Tableau et craies ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 3:

- Fiche *Explore tes sous-bois intérieurs!* (1 par élève)
- Trois grandes affiches en carton
- Marqueur de type Sharpie
- Trois paquets d'autocollants de type *post-it*
- Chronomètre
- Tableau et craies ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 4:

- Fiches suivantes: *Trois souhaits* (1 par élève) et *Entre moi et moi-même!* (1 par élève)
- 3 à 6 ballons (ballounes)
- Tableau et craies ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 5:

- Fiche *Mise en situation Presse-toi pas!* (1 seule copie)
- Ciseau (pour découper les étapes de la fiche à imprimer)
- Tableau et craies ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 6:

- Fiche *Pour cultiver mon estime, reconnaître mes forces et accepter mes défauts* (1 par élève)

Atelier 7:

- Fiche *Verbatim de la méditation de la bienveillance* (1 par élève)
- Papiers autocollants de type *post-it*
- Tableau et craies ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 8:

- Fiche *Mises en scène pour le théâtre interactif* (1 par élève)

Atelier 9:

- Fiche à imprimer *Ta mission secrète* (3 copies)
- Une grande feuille de papier par groupe de six élèves pour l'exercice « Douze mains habiles »
- Crayons-feutres de couleur (à dessin)
- Tableau et deux craies de couleur différente ou tableau numérique interactif (TNI)

Atelier 10:

- Chronomètre