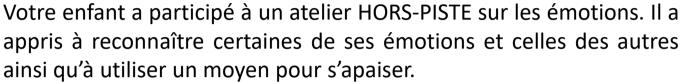


... pour les parents

M4.1 LA GRANDE AVENTURE

Je reconnais mes émotions et l'apprends à me calmer



SAVIEZ-VOUS QUE?

Soutenir votre enfant dans le développement de ses compétences émotionnelles peut l'aider à maintenir des relations positives, à faciliter sa réussite scolaire, à mieux résoudre ses conflits et à développer son empathie.

À VOUS DE JOUER!

Mimez quelques émotions avec votre visage et demandez à votre enfant d'essayer de les reconnaître. Échangez les rôles au bout de quelques essais.

Demandez à votre enfant de vous montrer à faire la respiration bedon, une technique de respiration apprise en classe.

Pour entendre ce contenu:





Pour en connaître plus sur le programme HORS-PISTE:











