



# CONTES ET EXPRESSION (CORPORELLE, ORALE, CREATIVE)

Programme de développement des compétences  
psychosociales par la médiation artistique

Cycles 2 et 3

Langue française - EPS - Arts visuels - EMC

---

Ce programme allie l'écoute d'un conte (sans le support de l'image), la musique, le mouvement en musique et la créativité en couleurs, ainsi que le partage collectif et la respiration pour permettre aux enfants de :

- Mieux connaître leurs émotions
- Développer l'écoute, l'attention, la concentration, la mémoire
- Développer la motricité fine, globale et la conscience corporelle
  - Développer les compétences langagières
  - Stimuler l'imagination active et la créativité
  - Renforcer la confiance en soi et l'estime de soi
  - Soutenir les compétences d'interactions sociales
  - Diminuer le stress, l'anxiété,
- Développer la pensée positive et le bien-être mental.



**Sylvie Hogrel**

06 33 84 10 27

19 rue B. Niepce - 38580 Allevard  
contact@lysvie.com    lysvie.com

Cycle de 7 ou 9 séances d'une heure hebdomadaire

Dans la mesure du possible il est préférable de proposer un atelier en demie classe en salle de motricité / EPS.

Séance type :

Respiration

Temps de parole : Prénom -Quoi de neuf ?

Règles de l'atelier

Relaxation

Ecoute du conte

Temps de parole : 3 questions sur le conte

Expression corporelle en musique

Dessin spontané

Temps de parole : partage

Relaxation



VIVRE UN CONTE PAR L'IMAGINAIRE, LE MOUVEMENT, LA CREATIVITE, LE PARTAGE

Ce programme est issu d'Inamojo, fruit de plusieurs années de recherches scientifiques et d'expérimentation en Australie. Inamojo® fait partie du nouveau Programme gouvernemental d'initiative éducative pour la santé mentale et le bien-être des enfants. Cette initiative, appelée "Be you", est gérée au nom du gouvernement par la principale Organisation de santé, Beyond Blue. C'est une ressource validée "Be You" dans les écoles primaires.

## QUI SUIS-JE ?

Femme résolument positive, je suis notamment sophrologue caycédienne, animatrice en coopération ludique, accompagnante passionnée auprès des enfants pour l'expression de leurs potentiels. Ainsi que maman de deux adolescents.



**Mon expérience ?** De belles aventures humaines en tant qu'ingénieure-dirigeante en entreprise au service de mes équipes pendant 8 ans, puis professeure des écoles au service de l'épanouissement des enfants, de leurs potentiels, à travers les pédagogies actives pendant 8 autres années.

**Mes ressources ?** Des formations à l'accompagnement des compétences psycho-sociales, à la Sophrologie Caycédienne, à l'animation ludo-coopérative, aux cercles de parole et d'entraide, à la gouvernance partagée et mon expérience en école, en tant que remplaçante.

**Mon intention ?** Adapter mon expérience au service des enfants, adolescents, adultes encadrant, à déployer ses capacités et valeurs pour un quotidien positif, serein, confiant et ainsi relever les défis qui se présentent.

