

**OBJECTIFS des ATELIERS
du DISPOSITIF EHP
pour l'épanouissement de l'enfant**

Mardi

Cohérence cardiaque / méditation pleine conscience :

- gestion des émotions
- maîtrise du corps par la concentration
- valorisation de sa représentation personnelle

Métacognition :

- connaissance de soi
- méthodologie / organisation
- analyse de ses compétences, points forts et faibles
- analyse et gestion de ses émotions
- apprentissage de l'autonomie
- apprentissage de la notion de persévérance pour l'aboutissement d'une tâche

**Mardi / vendredi /
À la demande**

Écoute (enseignants + infirmière + Psychologue de l'éducation nationale + CPE)

- libération de la parole
- discussion avec l'adulte
- gestion des émotions
- réflexion sur le haut potentiel

Vendredi

Théâtre :

- Créativité
- Jeu de rôles
- Expression de soi
- Écoute de l'autre
- Travail d'équipe

Serre :

- Gestion des émotions
- Échappatoire
- Lien avec la nature
- Réflexion écologique
- Activité manuelle

Philosophie :

- Réflexion et approfondissement de la pensée
- connaissance de soi et du monde
- écoute de l'autre
- questionnement métaphysique

Yoga :

- Gestion des émotions
- gestion du corps

Écoute :

- Réflexion sur le haut potentiel