



64 p. - 5,00 €

« Ce cahier, largement illustré, propose aux élèves de 6^e et 5^e une palette d'exercices pratiques, simples et rapides qui font appel aux cinq sens. Mieux accueillir ses sensations, être plus attentif pour comprendre et retenir, mieux s'organiser, retrouver son calme, mobiliser son énergie et sa volonté. Enfin savoir quoi faire de ses émotions pour améliorer la qualité de ses relations, avec ses camarades, les enseignants et le personnel éducatif.

Les exercices sont décrits avec des phrases simples, afin que le jeune puisse les refaire chez lui de manière tout à fait autonome. Il dispose de propositions pour s'exprimer au moyen de dessins ou de quelques mots.

Ce cahier est un support pour l'enseignant qui peut ainsi guider les élèves tout au long des exercices sur le chemin de la sérénité et du mieux vivre ensemble au quotidien le passage vers l'adolescence. »

À l'attention des enseignants et des parents

Ce cahier d'exercices de l'élève accompagne les ouvrages suivants édités à Chronique Sociale : *Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions*, *Renforcer la confiance en soi à l'école*, *Développer son attention et sa concentration*.

Il fait suite au cahier d'exercices *Je développe mon attention*, pour les enfants de primaire.

Ce cahier permet à l'enfant de pratiquer les exercices de la méthode Vittoz afin de « se sentir bien à l'école pour mieux travailler ». Il va y apprendre à être présent par ses sensations à lui-même et aux autres, à écouter consciemment les consignes de l'adulte. Il améliorera ainsi son attention et sa confiance en lui.

L'enfant sera libre de dessiner, de colorier, d'écrire sur son cahier ce qu'il a vécu.

Aucune évaluation de l'adulte, seuls les encouragements oraux lui permettront d'avancer en confiance, sans peur d'être jugé.

On recommandera aux élèves de s'entraîner à refaire l'exercice à la maison pour une meilleure efficacité.

La découverte de la méthode Vittoz permettra à l'adulte accompagnateur de se sensibiliser à la démarche proposée dans son ensemble.

Des stages de découverte sont proposés par l'association Vittoz IRDC www.vittoz-irdc.net

Ouvrage disponible en librairie

À défaut, notre site Internet
ou par correspondance

www.chroniquesociale.com

Chronique sociale éditions - @cseditons

Bon de commande

Nom Prénom

Adresse

Code postal Ville

Commande

... ex de *J'apprivoise mes émotions* x 5,00 € €

Forfait port 2,90 € €

Nous contacter directement pour les commandes en nombre Total €

À retourner à Chronique sociale - 1, rue Vaubecour 69002 Lyon

Règlement par virement administratif accepté