

DEMARCHE D' EXPLOITATION

: Il était une fois un gentil loup qui vivait dans une belle forêt, entouré de tous ses amis. Il s'appelait Loup. Mais ce loup avait un souci : il était trop émotif. Joyeux, fâché, triste, excité, il changeait d'humeur à cent à l'heure ! Heureusement, ses amis avaient un plan pour lui apprendre à maîtriser ses émotions et à reprendre le contrôle de lui...

<https://dessinemoiunehistoire.net/exploitation-le-loup-qui-apprivoisait-ses-emotions/>

<http://www.enmaternelle.fr/2020/05/23/le-loup-qui-apprivoisait-ses-emotions-la-chanson-des-emotions/>

Ecouter l'histoire pour les PS en plusieurs arrêts sur image('page du livre)

Questionner pour la compréhension en s'aidant des images des personnages

Comment s'appelle le loup ? LOUP

Où vivait-il ? DANS LA FORET AVEC SES AMIS

Quel était son problème ? IL CHANGEAIT D'HUMEUR

Avec son ami JOSHUA qu'a-t-il appris ? Le YOGA A RESPIRER

avec ALFRED ? à faire DU SPORT

Il a eu peur comment a-t-il apprivoisé sa peur ? en RESPIRANT

Avec Gros LOUIS Que devait-il faire ? DE LA CUISINE des macarons

mais que s'est-il passé ? il s'est ENERVE

Avec son ami YETI ? Il a fait un CALIN

quel conseil lui a-t-il donné ?

Avec son ami Valentin, qu'a-t-il appris ? A CONSTRUIRE UNE CABANE

A la fin de l'histoire où se retrouvent tous ses amis DANS SA CABANE

Mimer les émotions en regardant l'imagier des émotions

POUR LES PARENTS

Cet album aborde les différentes émotions et sentiments que l'on peut ressentir : **fierté**, **jalousie**, **peur**, **colère**, **honte**, **surprise**...

Ce qui m'a particulièrement plu c'est que les amis du loup lui apportent des solutions concrètes pour apprendre à réguler ses émotions :

le yoga et la respiration,

le sport,

la confection d'une recette de cuisine,

la verbalisation,

les câlins

ou encore la réalisation d'un projet personnel comme la construction d'une cabane.

« Le loup qui apprivoisait ses émotions » est donc un bon point de départ à une séquence sur les émotions ou une séance de yoga .