

FICHE ACTION

Niveau de classe : 2^{nde} BEP

Adulte responsable de l'action : professeur principal

Créneau horaire : Lorsque les élèves ont 3 heures de cours avec le professeur principal

Fréquence : souvent à la demande des élèves

Moyens nécessaires sur le plan humain :

Moyens nécessaires sur le plan technique :

Objectifs de l'action :

- Détendre les élèves
- Se recentrer
-
-

Descriptif de l'action :

Des moments de détente sont accordés aux élèves : respirations profondes, mouvements.

Relaxation : visualisation de scènes positives.

Minute de silence.