

Mon monde animal

Buts : Partir à la découverte d'un animal, se détendre et développer ma créativité

Installez-vous confortablement avec votre journal, des crayons, stylos et des magazines.

Fermez les yeux, prenez quelques grandes respirations. Imaginez-vous être un animal.

Lequel je serais ? Penser à cet animal, quelle couleur, comment serait son pelage ou ses plumes, quels cris fait-il ? Comment marche-t-il ?

Quand cet animal devient réel dans votre imagination, dessiner-le sur une page blanche.

A l'aide des magazines, de couleurs donnez-lui un environnement (dessin ou collage).

A la fin de votre création, prenez le temps d'observer la page. Donner un nom à votre animal, un titre à la page.

Notez vos émotions, vos réflexions. Cet animal a-t-il un message à vous transmettre ? Si oui lequel ? A-t-il un lien avec ma vie quotidienne ?

Finissez en remerciant cet animal d'avoir partagé ce moment de création avec vous.

Alternative

Vous pouvez aussi utiliser une photo d'un animal, rechercher une image sur internet.