***JEU à choix multiples : le stress !***

[***https://opensign.eu/fr/multiplechoice/81***](https://opensign.eu/multiplechoice/81)

***Classe d’âge : 7 à 12 ans***

***Auteur : Média’Pi!*** [***www.media-pi.fr***](http://www.media-pi.fr)

***Compétences :***

* ***Savoir comprendre que la façon la plus efficace de combattre le stress est de se concentrer sur sa respiration.***
* ***Savoir identifier et sélectionner la ou les vidéos correctes.***
* ***Savoir prendre le temps de tout écouter avant de choisir sa ou ses réponses.***

***Compétences relatives aux programmes européens :***

[***http://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/?uri=LEGISSUM%3Ac11090***](http://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/?uri=LEGISSUM%3Ac11090)

***Vocabulaires spécifiques / mots-clés :***

***Exploser, se cacher, respirer, contrôler sa respiration.***

***Courte description de la progression pédagogique/scénario :***

***Après le visionnage de la vidéo « Comment gérer ses émotions ? » , mettre l’enfant face à ses interrogations et évoquer avec lui le degré d’émotion d’un sentiment.***

***Matériel nécessaire :***

***Un ordinateur et une connexion internet.***

***Focus autour de la langue des signes :***

***Trouver le vocabulaire dans la langue de son pays pour nommer les 3 actions du personnages. Le geste a t’il le même mouvement que celui l’héroïne ? L’expression du visage est également un apport important d’information et peut être travaillé.***

***JEU à choix multiples : le stress !***

[***https://opensign.eu/multiplechoice/81***](https://opensign.eu/multiplechoice/81)

***I- Trace écrite: auto-évaluation:***

***Tu as essayé le jeu à choix multiples sur Open Sign.***

***Pour garder une trace de ton travail, indique le nombre de tentative dans la case correspondante.***

******

**II- Prolongements / liens vers d’autres outils numériques :**

1. **Vidéo: « Comment gérer ses émotions ? » :** [**http://opensign.eu/thematic\_topics/59**](http://opensign.eu/thematic_topics/59)
2. **Jeu : Stop le stress ! :** [**http://opensign.eu/sequence/82**](http://opensign.eu/sequence/82)
3. **Jeu : Le stress :** [**http://opensign.eu/multiplechoice/81**](http://opensign.eu/multiplechoice/81)
4. **DIY Open sign:** [**http://www.opensign.eu/manual\_activities\_videos**](http://www.opensign.eu/manual_activities_videos)
5. **Film Vice et versa :** [**https://fr.wikipedia.org/wiki/Vice-versa\_(film,\_2015)**](https://fr.wikipedia.org/wiki/Vice-versa_(film,_2015))

Toi aussi, tu peux créer tes propres supports : vidéos, jeux, fiches…

<http://www.opensign.eu/gamescreator>