Arts visuels

5-17 ans
Adultes

15 à 30 min

Petit groupe (5 à 15)
Moyen groupe (15 à 30)

Mandala-toi

Présenter les différents aspects de notre personnalité

Source: Camp Mariste

Matériel

- Feuilles de papier
- Crayons

Déroulement

Consignes

1. Faire un gros cercle sur la feuille;
2. Diviser le cercle en cinq (5) parties;
3. Représenter un pan de notre personnalité dans chacune des partie.

Adaptations inclusives

Intégration sensorielle

- Faire l’activité sur quelques jours;
- Favoriser la coopération en jumelant les participants ou répartir les tâches entre les participants en fonction des forces;
- Montrer un exemple du résultat finit;
- Faire un exemple détaillé pour valider la compréhension des consignes.

Mobilité réduite

- Fixer le papier sur la table ou sur une surface ferme et stable;
- Offrir le choix au participant de s’installer dans un endroit confortable;
- Attribuer des tâches aux participants en fonction des forces;
- Ajuster le temps de l’activité pour respecter le rythme de tous.

Agitation et impulsivité

- Diminuer les stimuli (dos à la fenêtre, réduire le bruit ambiant, la lumière, etc.);
- Ajouter un défi à tous les participants. Par exemple, ne remplir que 4 cases et faire compléter la dernière par un pair;
- Réduire ou augmenter le temps.

Communication

- Donner un temps raisonnable pour mettre des mots/des images sur leur personnalité;
- Utiliser des feuilles de papier plus grandes;
- Simplifier les consignes en petites phrases courtes et claires;
- Écrire des exemples sur un tableau ou un carton.

Adaptations inclusives rédigées par l'Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQLPH).

Favorise le développement

- Créativité
- Expression de soi
- Cognitif
- Motricité fine