

➤ **Bibliographie :**

- Pratiques corporelles de bien être, mieux apprendre à l'école, mieux gérer sa classe, coordonné par Annie Sébire et Corinne Pierotti, paris, Editions EPS, 2013
- La douce : méthode de gymnastique douce et de yoga pour enfants, Paul Raymond , Claude Cabrol, Editions Graficor, 1987
- Stretching et yoga pour les enfants : s'étirer, se tonifier, se relaxer, se concentrer, se défatiguer.140 exercices illustrés / Jacques Choque, Paris, Amphora sport, cop. 2005. - 191 p
- Savoir se relaxer : Guide avec CD Rom de 30 séances guidées, Cungi Charly, Paris, Editions Retz, 2004
- Calme et attentif comme une grenouille : Pour les enfants de 5 à 12 ans, avec un CD, Snel Eline, Paris, Editions Les Arènes, 2012
- ZEN en classe, Méthode de relaxation et de dynamisation, Diederichs Gilles, Paris, Editions Rue des Ecoles, 2011

➤ **Littérature de jeunesse :**

- Boujon Claude, La Brouille, Ecole des loisirs, 2009
- Ponti Claude, Le doudou méchant, Ecole des loisirs, 2008
- La revanche de Lili Prune, Ecole des loisirs, 2008
- Dreyfuss Corinne, Les bons jours, Frimousse, 2009

➤ **Sitographie :**

Académie de paris : https://www.ac-paris.fr/portail/jcms/c_5649:premier-degre

IREPS de Loire : Le cartable des compétences psychosociales
http://cartablecps.org/_front/Pages/page.php