

Kit pédagogique pour les séances d'empathies à l'écoles

Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse

Ressource : Eduscol

Une activité pour accroître sa connaissance des émotions - 1

Reconnaître les manifestations des émotions et leurs déclencheurs externes

Niveau : cycle 1.

Objectif : connaître les émotions et leurs manifestations extérieures.

Durée : 30 minutes.

Modalités : activité en groupe, dans la bibliothèque de l'école.

Matériel : des albums jeunesse, les cartes des émotions.

Proposition de déroulé de l'activité

1- Phase de mise en projet

- Rappeler ou faire rappeler par les élèves ce qui a été fait précédemment.
- Présenter les objectifs de l'activité aux élèves.

2- Mise en activité

Il est possible de se focaliser, dans un premier temps, sur une seule émotion.

Étape 1 : demander aux élèves de trouver dans un album l'image d'un personnage qui est content ou joyeux.

Étape 2 : regrouper les élèves, montrer les images choisies, faire valider par le groupe et demander quels sont les indices sur l'image qui montrent que le personnage est content.

Conserver la trace de ces manifestations de la joie (exemples : sourire, sautilllements, mouvements de bras, etc.)

Consigne phase 3 : recommencer la même activité avec la peur puis avec la colère.

3- Bilan de l'activité

- Demander aux élèves ce que leur a apporté l'activité.

-
- Établir l'importance de savoir repérer les différentes émotions en les associant à des signes visibles mobilisant le corps (la voix, la posture, les expressions du visage, des mouvements).

Modalités de différenciation

Utiliser les cartes des émotions à imprimer au lieu de chercher dans des albums.

Selon le niveau de classe, proposer de trois à six émotions (peur, joie, colère, dégoût, amour, tristesse, surprise).

Pour les grandes sections ou les élèves les plus à l'aise à l'oral, poser des questions supplémentaires :

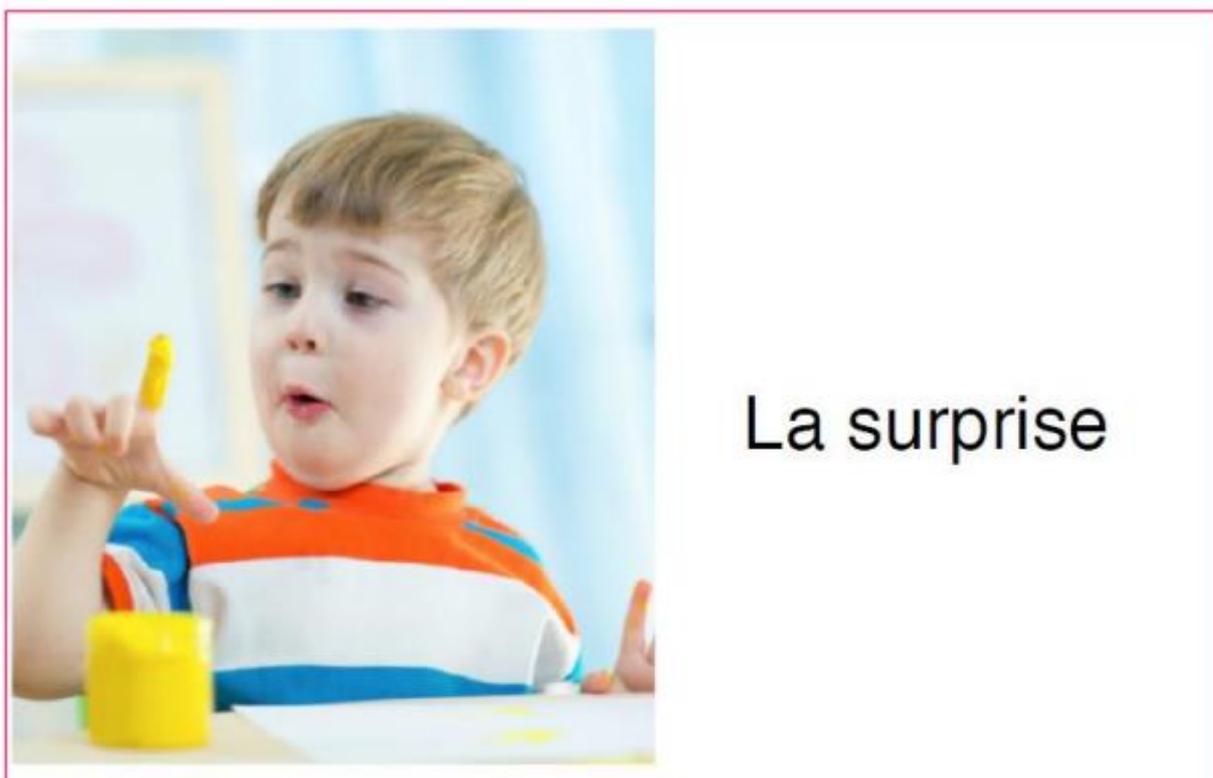
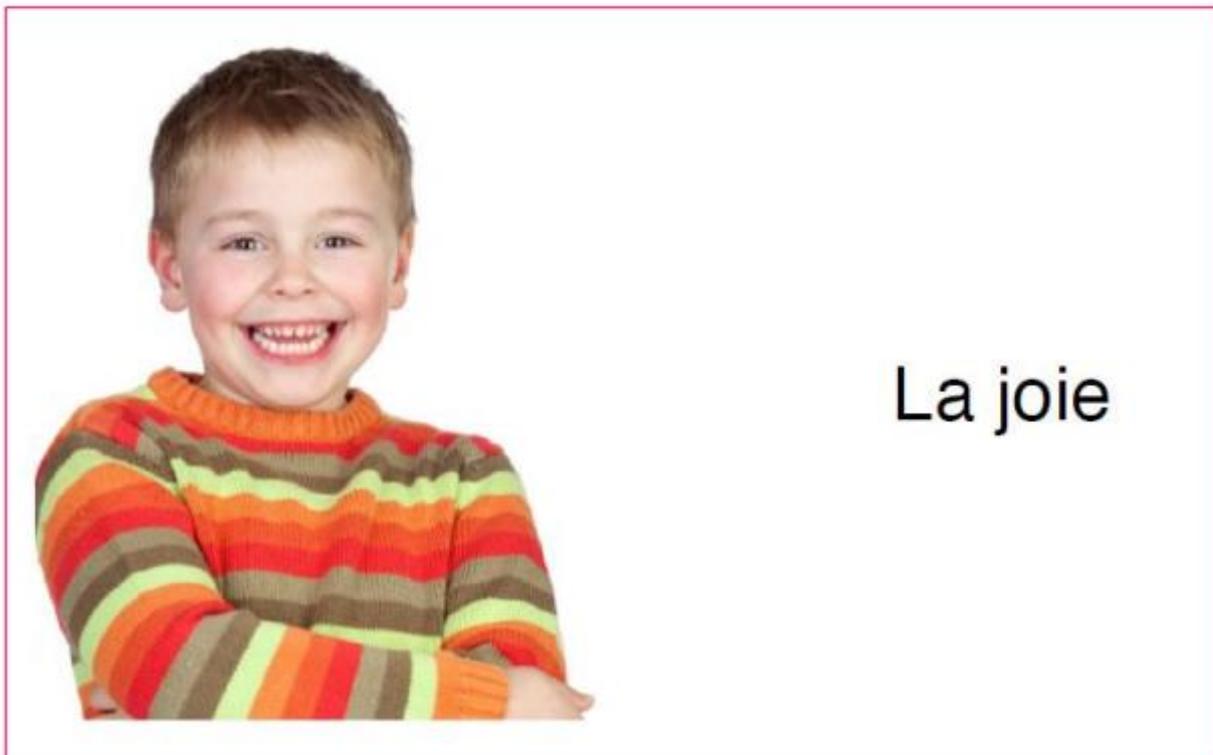
- Qu'est-ce qui a pu provoquer cette émotion ?
- Comment se sent-on dans son corps quand on vit cette émotion ?

Des activités complémentaires peuvent prolonger ce qui a été appris en fonction de l'âge des élèves :

- Dessiner, peindre des personnages ou des visages vivant ces émotions.
- Après une pratique formelle de l'activité, pour favoriser le transfert, il est possible de se questionner, de façon informelle, lorsqu'une activité en classe déclenche des émotions chez des élèves :
 - Quelle est l'émotion (ou les émotions) qui est vécue à cet instant ?
 - Qu'est ce qui a déclenché cette émotion ?
 - Qui ressent ou pourrait ressentir la même émotion ? Une autre émotion dans cette situation ?

Ressources à imprimer

Cartes des émotions

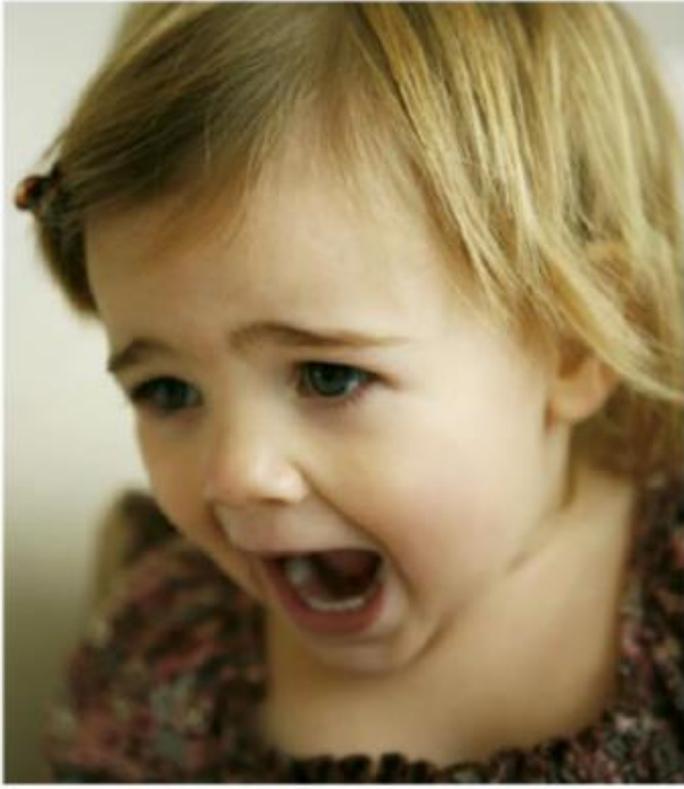




La colère



La tristesse



La peur



Le dégoût