



CPS : Emotions

Séance :

Le B.A.Ba des émotions – [séance 2]

La boîte à mots des émotions

Niveau : 08-12 ans

Durée : 55 mn

Objectifs :

- Identifier les différentes familles d'émotions

Objectifs spécifiques

- Identifier les émotions à partir de leur expression verbale et non verbale
- Connaître les différentes familles d'émotions
- Nommer les émotions et enrichir le vocabulaire
- Savoir que les émotions varient de nature et d'intensité en fonction de la situation, du moment, des personnes... (singularité des émotions)
- Participer à une activité coopérative

Source

La liste des émotions a été réalisée par l'Université de paix de Namur

Les grandes étapes

- Accueil
- Activité rituelle : Le cercle du bonjour
- Mimes
- La boîte à mots des émotions
- Clôture

Matériel

- Etiquettes Emotions
- Cartons de couleur





Le B.A.Ba des émotions – séance 2

Déroulement

Accueil – 05 mn

Installation, si possible en cercle de façon à ce que chacun puisse se voir.
Affichage des règles

Étape 1 – 10 mn

Objectif

Identifier l'expression corporelle des émotions
Exprimer ses émotions

Activité : le cercle du "bonjour"

Consigne : dire "bonjour" en exprimant comment je me sens maintenant en ce début de séance

Prise de conscience / Analyse

Animer un court échange à partir des questions suivantes

- Qu'avez-vous observé ?
- Avez-vous deviné comment se sentent certains d'entre vous ?

Si des personnes sont nommées, veiller à leur demander de confirmer ou non le ressenti perçu par les autres.

Mettre ainsi en évidence les concordances et les différences entre observations extérieures et ressenti intérieur.

Étape 2 – 20 mn

Objectifs

Nommer les émotions et enrichir le vocabulaire
Identifier les indicateurs corporels associées aux 4 grandes émotions : peur, tristesse, colère, joie
Acquérir le vocabulaire nécessaire à l'expression des émotions

Activité : mime des émotions

Expérimentation / Mise en situation

Les élèves volontaires, chacun leur tour piochent une émotion dans l'enveloppe

Liste :

- famille de la peur : coupable, mal à l'aise, paniqué
- famille de la joie : heureux, enthousiaste, décontracté
- famille de la tristesse : malheureux, chagrin, découragé
- famille de la colère : agacé, mécontent, fâché

Une fois l'émotion reconnue par la classe, l'adulte la note au tableau.

Une fois les 12 émotions mimées, on peut refaire un tour avec les élèves qui n'auraient pas participé.

Prise de conscience / Analyse

L'adulte anime une petite discussion à partir des questions suivantes :

- Quel a été votre ressenti ?
- Peut-on classer ces émotions en familles ? (colère, joie...)
- Et à l'intérieur d'une même famille, qu'est-ce qui distingue les mots ?

Aborder l'intensité des émotions en reprenant les mots d'une même catégorie.

Réaliser un classement en prenant en compte éventuellement cette notion d'intensité





Le B.A.Ba des émotions – séance 2

Étape 3 – 10 mn

Objectifs

Enrichir le vocabulaire

Activité : la boîte à mots

Mise en situation / Expérimentation

Demander "Quelles sont les autres émotions que vous connaissez ?".

Recueillir les mots cités. Les mots peuvent être seulement cités, écrits sur une affiche pour compléter le classement en 4 familles, notés sur des étiquettes accrochées sur un support à inventer ... des branches d'arbres, des fils à linge ... A vous d'inventer la forme de la boîte à mots !

Présenter et commenter une fiche ou une affiche de mots classés en 4 familles (Cf Fiche annexe Familles d'émotions) si possible par les photos prises en 1ère séance.

Conclusion / Synthèse / Élargissement

Réaliser une synthèse à partir des observations du groupe et de la question : "que peut-on retenir de la séance ?", relever en particulier que :

- il existe 4 grandes familles d'émotions regroupant un large panel de mots
- les émotions s'expriment par le corps (communication non verbale, comme dans les mimes) et par le ton de la voix (communication verbale, comme dans le cercle du bonjour

Clôture de séance – 10 mn

Évaluation de la séance à l'aide des cartons de couleur

« Ce qui fait traces »

La fiche d'intégration de la première séance enrichie du contenu de la première séance
La "boîte à mots des émotions"

