



**CPS :** Emotions

**Thème :** B. A. BA des émotions

**Type d'activités :** Exploration

## Activité :

### Les émotions en tableau

**Niveau :** 10-12 ans  
**Participants :** 12 à 25  
**Durée :** 30 mn

## Objectifs :

- Prendre conscience qu'une situation ou une personne nous fait ressentir émotions et sentiments comme tous les êtres humains (universalité des émotions)
- Identifier les émotions à partir de leurs expressions non verbales
- Nommer les émotions et enrichir le vocabulaire
- Identifier les différentes familles d'émotions
- Participer à une activité coopérative





## Les émotions en tableau

### Expérimentation / mise en situation

#### Etape 1 – Production par groupe

Constituer des groupes de 4 à 6 participants

Consigne : piocher un mot (celui-ci correspond à une des 4 émotions suivantes : PEUR, TRISTESSE, JOIE, COLERE) et faire deviner ce mot par un mime collectif, dans lequel chacun aura une place, le mime est fixe, comme un tableau que l'on pourra prendre en photo.

#### Etape 2 – Présentation

Chaque groupe présente son mime devant les autres participants installés en demi-cercle, comme spectateurs.

#### **Suggestion**

Cette activité peut être un point de départ pour analyser chacune des quatre grandes émotions à partir des photos des tableaux réalisés.

#### **Avis des participants**

Point forts : l'aspect corporel et les échanges suscités

#### **Matériel**

Etiquettes d'émotions à piocher  
Un appareil photo.

### Prise de conscience / analyse

A l'issue de chaque présentation, les participants sont invités à proposer une émotion et expliquer leur propositions. Le mot mimé est dévoilé. L'animateur complète les observations en faisant remarquer les caractéristiques corporelles ou attitudes associées à chacune des émotions. Prendre le tableau en photo (pour une utilisation ultérieure ou l'intégration dans un dossier – participant).

### Elargissement / Synthèse / Généralisation

Reprendre chacune des émotions mimées et pour chacune d'elle les principales observations. Généraliser à partir d'une question telle que : "Qu'est-ce que ces images nous apprennent sur les émotions ?".

Relever, à partir des propositions des participants, les éléments suivants: Les émotions font partie de la vie. Elles sont suscitées par des événements ou des situations. Elles s'expriment par le corps.



**Annexes :**

**Les émotions en tableau**

## ***Que vais-je retenir de la séance ?***

Date de la séance :

Quel a été selon toi le ou les thèmes de la séance ?

Colle ci-dessous les photos représentant chacune des 4 grandes émotions et indique dans la bulle les mots exprimant cette émotion

**Et que penses-tu retenir de cette séance ?**

peur	peur	peur	peur
tristesse	tristesse	tristesse	tristesse
joie	joie	joie	joie
colère	colère	colère	colère

peur	peur	peur	peur
tristesse	tristesse	tristesse	tristesse
joie	joie	joie	joie
colère	colère	colère	colère

peur	peur	peur	peur
tristesse	tristesse	tristesse	tristesse
joie	joie	joie	joie
colère	colère	colère	colère