



CPS : Emotions

Séance :

Le B.A.Ba des émotions – [séance 1]

A la découverte 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
- Participer à une activité coopérative

Les grandes étapes

- Accueil
- Activité rituelle : le cercle du "bonjour"
- Tableau des émotions
- Clôture

Matériel

- Appareil photo
- Étiquettes "4 grandes émotions"
- Fiche d'intégration (un exemplaire par participant)
- Cartons rouge / vert / orange (une série par participant)





Le B.A.Ba des émotions – séance 1

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

Exprimer ses émotions par le ton de la voix

Activité : le cercle du "bonjour"

Consigne : chacun dit son prénom et dit "bonjour"

Prise de conscience / Analyse

Avez-vous remarqué des choses particulières ?
Relever les différences entre expressions individuelles.

Avez-vous remarqué des choses particulières ?
Avez-vous pu deviné comment certains d'entre vous se sentent ?

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 – 25 mn

Objectifs

Reconnaître les émotions à leur expression corporelle
Comprendre qu'une émotion est déclenchée par une situation

Activité : tableau d'émotions

Expérimentation / Mise en situation

Étape 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.

Étape 2 - Présentation

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

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)





Le B.A.Ba des émotions – séance 1

Élargissement / Synthèse / Généralisation

Reprendre chacune des émotions mimées et leurs principaux indicateurs corporels.

Reprendre le contenu de la séance à partir de la fiche d'intégration et /ou d'une synthèse collective à partir d'une question telle que « Qu'est ce que je retiens de la séance » .

Éléments qui peuvent être relevés en fonction des productions du groupe

- Les émotions font partie de la vie, elles sont déclenchées par des événements, parfois par des souvenirs, des pensées.
- Il existe 4 grandes familles d'émotions
- Les émotions s'expriment par le corps

Clôture de séance – 10 mn

Évaluation de la séance

« Ce qui fait traces »

La fiche d'intégration

Les photos des mimes

