

## Fiche technique pour **activités** autour des **émotions**

Date :

Lieu :

Nombre d'enfants :

Matériel :

- Livre « la couleur des émotions », Anna Llenas, éd. Quatre Fleuves
- Loto
  - planches-émotion (planches avec visages contenant la même expression)
  - planches-personnes (planches avec la même personne et émotions différentes)
  - lots de petites cartes (1 visage, 1 émotion)
- Miroirs individuels
- Miroir sur pied
- Personnages-types pour chaque émotion (tiré de : « les cahiers Filliozat, mes émotions », Nathan)



- Patafix

Notes :

- Importance des phrases-types, mots-types
- Evaluer selon le degré d'attention et d'intérêt le nombre de phases et le temps
- Evaluer le nombre de fois que l'on refait la même séquence et quand on fait évoluer l'activité
- A.1 à faire à chaque activité + Conclusion

Toujours prendre même nombre d'émotions dans une activité et toujours dans le même ordre.

## A. Introduction « la couleur des émotions »

### INTRO

#### A.1 **Objectif** : introduction au thème, attirer l'attention, mettre des mots...

Moyen : Livre « la couleur des émotions » (sauf 3 dernières pages : sérénité, bocaux et amour)

Déroulement : Leur lire le livre, posé à plat face à eux (jusqu'à "peur"). Avoir le texte à côté afin de ne pas interférer sur leur vision du livre 3D.  
Intuitivement (à voir) les voix seront différentes selon les émotions exprimées.

#### A.2 **Objectif** : expression (perception propre) ("comment je me sens moi")

Moyen : Livre « la couleur des émotions » (la page des bocaux)

Déroulement : ouvrir à la page des bocaux (mettre un cache sur la sérénité)

Pour le monstre des couleurs, la petite fille lui dit :

*« Voilà les émotions qui te submergeaient ce matin !*

*Tu vois, elles ont chacune une couleur différente...*

*Et quand elles sont bien rangées, il devient plus facile de les comprendre*

*C'est mieux comme ça n'est-ce pas ?*

*Savoir ce que l'on ressent, c'est important.»*

Alors, maintenant, on va faire pareil que le monstre des couleurs.

Demander à chacun :

- "comment tu es maintenant ?"  
Si besoin : « est-ce que tu es triste, en colère, est-ce que tu as peur, est-ce que tu es content ? »
- "combien" (beaucoup / un petit peu) et animer les contenants.

## **B. Identifier l'émotion par l'expression faciale (identifier les émotions primaires sur les visages)**

### **B.1 Objectif : savoir identifier les 6 émotions de base à partir de photos + repérer les constantes**

Moyens : Loto planche à 8 visages même émotion (prévoir un support rigide au besoin)

Déroulement :

- Donner à chaque enfant le lot de petites cartes d'une même personne
- « *Vous vous rappelez, dans le livre, il y avait 4 émotions : J, T, C, P. Ici, il y a plus de cartes, il y a en plus le D et la S.* »
- En montrant la planche-émotion: "*vous avez vu, là, ils sont tous ....*"
- Demander à chacun dans son lot de cartes de trouver l'émotion faciale qui correspond à la planche-émotion : « *Dans vos cartes, trouvez la même...* »

1 J	Joie
2 T	Tristesse
3 D	Dégoût
4 C	Colère
5 P	Peur
6 S	Surprise

A la fin, récupérer les petites cartes et afficher au mur (patafix) les grandes planches-émotions.

Notes :

- Ensuite, après une ou plusieurs séances, essayer sans montrer la planche-émotion, et en verbalisant : "*alors, dans vos cartes de visages, trouvez lequel est celui qui est ...* ", puis.... "*on vérifie avec la planche-émotion*".

et/ou expliciter et verbaliser ce qui change sur le visage

A voir selon les capacités des enfants. On peut aussi commencer avec seulement les 4 émotions évoquées dans le livre (JTCP).

**B.2 Objectif : Produire des expressions faciales  
+ repérer les constantes**

Moyens : miroirs individuels

Déroulement :

- Donner un miroir à chaque enfant, jouer à se regarder, demander à "monter les sourcils", "descendre les coins de la bouche", "sourire", "faire des grimaces" ...
  
- Poser les miroirs, et demander aux enfants de produire le visage correspondant à une émotion, (que les 4 du livre : J T C P ou aussi avec D et S) puis se regarder dans le miroir pour se voir « *quand on est..., quand tu es..., on a quel visage ?* »

Notes :

Regarder impassiblement d'abord ce qu'ils font pour ne pas induire ; mimer s'ils ont besoin d'aide.

## **Final**

*Pour terminer, je vais vous montrer des personnages que je vais mettre au mur. (nommer l'émotion et fixer les personnages-type au mur vers les planches-émotions correspondantes)*

*« Vous pouvez aller vers le personnage qui est « comment vous êtes maintenant » et dire pourquoi si vous en avez envie. »*

## VARIANTES OU EXTENSIONS :

### **B.3 Objectif : savoir identifier les 6 émotions de base à partir de photos + repérer les constantes**

Moyens : Loto planche-personnes avec les 6 émotions

Déroulement :

- Donner les planches aux enfants.
- À chaque petite carte tirée, on tente de mettre un mot sur l'expression faciale "il/elle est comment ?", puis on demande quel enfant à la carte correspondante : "qui est-ce qui a X contente" ; "alors, où se trouve Y fâché" (voir si les prénoms fonctionnent ou pas : celui...celle...)

### **B.4 Objectif : repérer les constantes**

Moyens : cartes de visages et planches avec personnage-type (J T D C P)

Déroulement :

donner au hasard des petites cartes aux enfants et leur demander de nommer l'émotion et/ou de poser sur le personnage correspondant.

**C. Sensibiliser aux indices autres que l'expression faciale** : voix, posture, contexte...  
(Séquence 2 E.G.)

Et proprioception : colère / on a chaud, on transpire ; peur / on a mal au ventre ; surprise /on fait pipi...

Moyens : grand miroir pour mimer avec le corps l'émotion

Déroulement :

« Maintenant, on va faire un autre jeu... »

Demander aux enfants de produire avec le corps et la voix une émotion donnée dans cet ordre...

Joie  
Tristesse  
Dégoût  
Colère  
Peur  
Surprise

On peut aussi leur demander aussi de mettre des mots, faire des phrases avec les émotions...

On peut aussi les sensibiliser à ce que l'on ressent dans son corps quand on éprouve telle ou telle émotion par une discussion informelle... à voir... (colère / on a chaud, on transpire ; peur / on a mal au ventre ; surprise /on fait pipi...p. ex.)