

Une émotion, vous avez dit EMOTION ?????

Qu'est-ce qu'une émotion ?

« Une émotion exprimée authentiquement s'appelle une réaction, c'est - à - dire une réponse émotionnelle spontanée à un évènement précis qui vient de se produire ici et maintenant. » « **Gérer ses émotions** » de Olivier Nunge et Simonne Mortera éd. Jouvence

Il existe une multitude d'émotions ! Toutefois à l'école, les quatre émotions de base sont retenues pour éviter les confusions ultérieures avec le sentiment. Ensuite, cela permet d'étendre l'intensité lexicale de chacune.

Leur appropriation est progressive et repose sur une organisation des apprentissages dans la classe. Cf fiche vocabulaire ci-dessous.

Utilisation du « Jeu Feelings » qui a été l'occasion pour les élèves de s'exprimer sur des situations données de la vie propres à leur âge ! Jeu plébiscité par eux !

Définitions retenues :

Une émotion : son déclenchement est **rapide** en fonction de ce que l'on vit et de ce qui nous a fait réagir. Notre tête, notre corps vivent les émotions en même temps. Notre corps n'exprime pas la même chose si on est joyeux ou en colère.

Un sentiment : un état intérieur **durable** (être heureux, être anxieux), souvent lié à une émotion rapide mais qui va persister dans le temps.

Exemple : « Si tu es anxieux à chaque fois que tu abordes un évènement persuadé que tu vas échouer, il ne s'agit plus d'une émotion mais d'un sentiment qui s'inscrit dans la durée et qui peut être vécu en dehors de tout évènement déclencheur. » « **les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions** » de Jean Yves Arrivé éd. Les mini Larousse

Apprentissages du vocabulaire autour des émotions

Objectifs : - Se familiariser avec le vocabulaire afférent aux émotions de manière progressive, de manière globale à l'aide de différents supports (album, film, quadrant des émotions...) et plus fine (extraits d'œuvres littéraires).

- Rédiger un texte d'une dizaine de lignes en montrant le degré d'intensité des émotions, un vocabulaire de plus en plus riche (mots, expressions...).

Déroulement :

1^{ère} étape : Entrée progressive dans le monde des émotions par le biais de deux supports:/ **PERIODE 2**

- Etude de l'album : « Le conte chaud et doux des chaudoudoux » de Claude Steiner
- Visionnage du film « Vice -Versa », en cours d'étude de l'album ci-dessus.

2^{ème} étape : Réalisation du quadrant des émotions de la classe. Quels sont les mots qu'ils connaissent concernant le champ lexical des émotions ? / **PERIODES 3 ET 4**

- A préciser pour la joie, la tristesse, la peur, la colère
- De manière libre dans un premier temps
- Leur laisser dans un coin du tableau un quadrant qu'ils pourront remplir avec les mots qui leur viendront à l'esprit, que je validerai en parallèle. Puis, je copierai sur ordinateur ces mots qui viendront s'ajouter aux autres sur le quadrant de la classe.
- Réalisation de leur fiche émotion (couleur, par couleur)

3^{ème} temps : étude plus fine des émotions à partir d'extrait d'œuvres littéraires/
Période 5

- Prise de conscience que les émotions permettent au narrateur d'exprimer ses ressentis, et pour le lecteur de mieux comprendre « l'intériorité » du narrateur.
- Etendre le champ lexical des émotions
- Manière d'exprimer ses émotions, par des mots, leur intensité (échelle des émotions), les sons...
- Réalisation qu'un quadrant des émotions individuel (étude sur le cercle)

- Extraits des œuvres classiques suivantes : « La gloire de mon père » de Marcel Pagnol, « Moi boy » de Roald Dahl et un poème de Victor Hugo

4^{ème} temps : - Réalisation d'une échelle des émotions pour la classe/ Période 5

- Prendre conscience plus finement des degrés émotionnels...
- Classer les mots par ordre d'intensité.

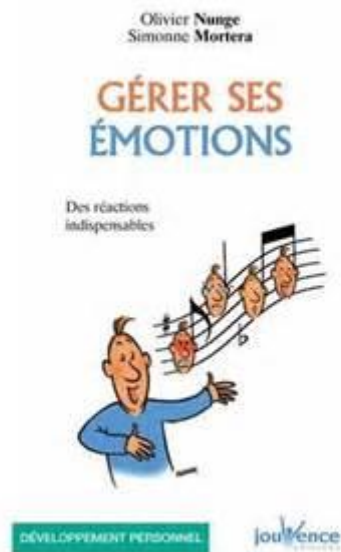
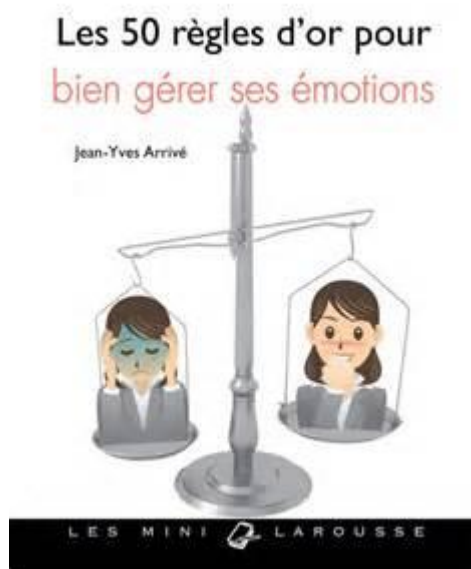
5^{ème} temps : - Réalisation d'exercices autour des émotions : synonymes, contraires (vocabulaire) et en grammaire (nature des mots) / Période 5

- En vocabulaire, synonymes, contraires, expressions
- En grammaire, nature des mots (nom, adj, verbe)
- Rédaction, créer des phrases de sa propre composition

6^{ème} temps : - Prolongement rédaction / Période 5

« Lors d'un séjour dans un endroit que vous ne connaissiez pas (grande ville, mer, montagne, campagne...), vous vous êtes perdu(e). Vous raconterez cet événement en ayant pris soin de préciser les circonstances de l'aventure, ce que vous avez ressenti (étape par étape) et la façon dont cet incident s'est terminé. »

Annexes :



Deux petits manuels, très abordables par le prix, la taille et la compréhension !!!! Merci



Merci aux concepteurs de ce jeu !